



T.C.

**ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**NİKOTİN BAĞIMLILIĞI OLAN VE OLMAYAN BİREYLERDE
BAĞLANMA STİLLERİNİN ARAŞTIRILMASI**

Ayşenur TABAKCI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Tez Danışmanı
Prof. Dr. Sermin KESEBİR**

İSTANBUL-2018

T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**NİKOTİN BAĞIMLILIĞI OLAN VE OLMAYAN BİREYLERDE
BAĞLANMA STİLLERİNİN ARAŞTIRILMASI**

Ayşenur TABAKCI
154102003

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Sermin KESEBİR

İSTANBUL-2018



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 154102003
Öğrenci Adı Soyadı	: Ayşenur Tabakcı
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Prof. Dr. Sermin Kesebir
Tezin Başlığı	: Nikotin bağımlılığı olan ve olmayan bireylerde bağlanma stillerinin araştırılması

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 22.06.2018	Saati	: 10:00
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="radio"/> GELDI		
<p>Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,</p> <p style="text-align: center;"><input checked="" type="radio"/> OY BİRLİĞİ <input type="radio"/> OY ÇOKLUGU</p> <p><input type="radio"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.</p> <p><input type="radio"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)</p> <p><input type="radio"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDDEDİLMESİ kararı alınmıştır.</p>			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="radio"/> Değişmedi. <input type="radio"/> Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="radio"/> GELMEDİ		
<p>Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,</p> <p style="text-align: center;"><input type="radio"/> OY BİRLİĞİ ile REDDEDİLMİŞTİR.</p>			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Prof. Dr. Sermin Kesebir	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Alper Evrensel	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Tuğba Arzu Özal İldeniz	

YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Nikotin bağımlılığı olan ve olmayan bireylerde bağlanma stillerinin araştırılması” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yaralandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

18/05/2018

Ayşenur TABAKCI

TEŞEKKÜR

Tez alıőması sűresince bilgi ve deneyimlerini benimle paylaőan, tez danıőmanım Sayın Prof. Dr. Sermin KESEBİR'e,

Tűm hayatım boyunca maddi ve manevi desteęini esirgemeyen anneme, babama, abilerime, ablama ve Arif amcama,

Tez sűresince benden yardımlarını esirgemeyen arkadaőlarıma,

Sonsuz teőekkűrlerimi sunarım.



ÖZET

(Ayşenur TABAKCI, Yüksek lisans, İstanbul, 2018)

Nikotin bağımlılığı olan ve olmayan bireylerde bağlanma stillerinin araştırılması

Bu çalışmanın amacı nikotin bağımlısı olan ve olmayan bireylerde bağlanma stilleri arasında bir fark olup olmadığı incelemek amacıyla yürütülmüştür. Bu araştırmada değişkenler bağlanma stilleri (güvenli, güvensiz) ve nikotin bağımlılığı olarak belirlenmiştir.

Araştırmanın örneklemini online olarak Türkiye'nin çeşitli yerlerindeki 93 üniversite öğrencileri oluşturmuştur. Gönüllük esasına dayanarak yapılmıştır. Veri toplama araçları olarak kişisel bilgi formu, fagerstörn nikotin bağımlılık ölçeği ve erişkin bağlanma biçemi ölçeğidir.

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (statistical package for the social sciences) for windows 24.0 programıyla analiz edilmiştir. Kategorik değişkenler olduğu için ki-kare analizi uygulanmıştır.

Çalışmanın bulgularına göre bağlanma stilleri ve nikotin bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Bundan sonra yapılacak çalışmalarda daha geniş bir yaş aralığı içeren örnekleme çalışılması önemlidir.

Anahtar kelimeler: Bağlanma stilleri, nikotin bağımlılığı

ABSTRACT

(Ayşenur TABAKCI, Clinical Psychology Master Program, İstanbul, 2018)

Analyzing the attachment styles of the individuals with and without nicotine dependence

The aim of this study was to examine whether there is a difference between attachment styles in nicotine addicted and non-addicted individuals. Variables in this study were identified as attachment styles (safe, insecure) and nicotine dependence.

The study sample was created as online students in 93 universities in various parts of Turkey. It was made on the basis of volunteerism. Personal data form as data collection tools, fagerstick nicotine addiction scale and adult attachment scale.

The data obtained in the study were analyzed by SPSS (statistical package for the social sciences) for windows 24.0 program. Since there are categorical variables, chi square analysis is applied.

According to the findings of the study, no significant relationship was found between attachment styles and nicotine dependence.

It is important to study in a sample with a larger age range in future studies.

Key words: Attachment styles, nicotine dependence

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ.....	i
TEŞEKKÜR	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT.....	iv
TABLolar LİSTESİ.....	vii
KISALTMALAR.....	viii
GİRİŞ.....	1
1.1.Araştırmanın Amacı	2
1.2. Araştırmanın Problemi	2
1.3. Hipotezler.....	2
1.4. Araştırmanın Önemi	3
1.5. Tanımlar	3
BİRİNCİ BÖLÜM.....	4
BAĞLANMA ve İLİŞKİLİ KAVRAMLAR	4
1.1. Bağlanma Kuramı.....	4
1.2. Ergenlikte Bağlanma.....	7
1.3. Yetişkinlikte Bağlanma	9
İKİNCİ BÖLÜM	12
SİĞARA KULLANIMI ve NİKOTİN BAĞIMLILIĞI	12
2.1. Sigaranın Tarihçesi	12
2.2. Nikotin Bağımlılığı	12
2.3. Sigara Kullanımı	13
2.4. Sigaranın Zararları	15
2.4. Psikolojik Bağımlılık	16
GEREÇ ve YÖNTEM.....	18
3.1. Araştırmanın Türü ve Amacı	18
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	18
3.3. Veri Toplama Araçları.....	18
3.3.1. Demografik Bilgi Formu.....	18
3.3.2. Fagerstörn Nikotin Bağımlılık Testi	19
3.3.3. Erişkin Bağlanma Bıçemi Ölçeği (Ebbö).....	19
3.4. Verilerin istatistiksel analizi	19
BEŞİNCİ BÖLÜM.....	20
BULGULAR.....	20
ALTINCI BÖLÜM	25
TARTIŞMA VE SONUÇ	25
5.1. Araştırmanın sınırlılıkları	27
5.2. Öneriler.....	27
KAYNAKÇA	28
EKLER.....	33



TABLULAR LİSTESİ

Tablo 4.1.: Nikotin bağımlılığı olan ve olmayan bireylerde bağlanma stilinin karşılaştırılması

Tablo 4.2.: Nikotin bağımlılığı olan ve olmayan bireylerde cinsiyetin karşılaştırılması

Tablo 4.3.: Nikotin bağımlılığı olan ve olmayan bireylerde sınıfın karşılaştırılması

Tablo 4.4.: Nikotin bağımlılığı olan ve olmayan bireylerde yaşın karşılaştırılması

Tablo 4.5.: Bağlanma stili ve cinsiyetin karşılaştırılması

Tablo 4.6.: Bağlanma stiline göre sınıfın karşılaştırılması

Tablo 4.8.: Bağlanma stiline göre yaşın karşılaştırılması



KISALTMALAR

KOAH: Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalığı

EBBÖ: Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği

SPSS: Statistical Package for the Social Sciences

DSÖ: Dünya Sağlık Örgütü



GİRİŞ

İlk olarak John Bowlby tarafından kavramsallaştırılan bağlanma kuramı, tüm memelilerde görülen bir hayatta kalma ve adaptasyon kuramıdır. Kurulan bu bağlanma çocuğun ilk dönemlerde hayatta kalmasına hizmet ederken, ilişkinin niteliği sonraları hayatın geri kalanında kurulacak ilişkileri etkileyecek bir hale gelir (Deniz, 2006).

Bağlanma kuramına göre bakımverenle kurulan ilişki temelinde çocukta kendine ve başkalarına dair zihinsel temsiller oluşur. Bowlby' nin içsel çalışan modeller adını verdiği bu temsiller bebeğin kendine ve başkalarına dair atıflarını içermektedir (Sümer ve Güngör, 1999).

Ainsworth ve arkadaşları bağlanma kuramını sınamak ve geliştirmek için yabancı ortam deneyi adlı bir çalışma yapmıştır. Bu çalışmaya göre 12-18 aylık bebekler yabancıyla tanışma, anneden ayrılma ve tekrardan anneyle bir araya gelmeyi içeren olaylar yaşamışlardır. Bebeklerin bu olaylara verdiği tepkileri esas alarak güvenli, kaygılı ve kaçınan olmak üzere 3 bağlanma stili tanımlamışlardır (Santrock, 2012).

Çocuklukta gelişen bu bağlanma stilleri yetişkinlikte yaşanan ilişkileri de etkilemektedir. Hazan ve Shaver (1987) romantik sevgiyi de bağlanma süreci olarak tanımlamıştır. Son yıllarda Bartholomew ve Horowitz (1991), bağlanma stillerini içsel çalışan modelleri temel alarak dörtlü bağlanma modelini tanımlamışlardır. Bu modele göre benlik ve başkaları modeli olumlu ve olumsuz olmalarına göre dört kategoride tanımlanmıştır. Bunlar; güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma stilleridir (Sümer ve Güngör, 1999).

Bağlanma nesnelereyle kurulan iyi bir ilişki, sağlıklı ergen ve yetişkin ruh sağlığı süreçleriyle ilişkilendirilmiştir (Kesebir ve ark. 2011). Bağlanma stilleri ve risk alma davranışları arasında da anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Cooper, 1998; Morsünbül, 2009; Morsünbül ve Çok, 2011).

Hem halk hem de birey sağlığı açısından olumsuz sonuçları bilinmesine karşın sigara, kolay temin edilebilmesi ve zararlı etkilerinin uzun vadede çıkmasından dolayı yaygın şekilde kullanılan halk sağlığı sorunlarından biridir.

Dünya sağlık örgütüne göre tütün kullanımı her yıl 7 milyondan fazla kişinin ölümüne sebep olmaktadır. Bu ölümlerin 6 milyondan fazlası direkt tütün

kullanımından kaynaklanırken, yaklaşık 890000 kişi pasif sigara maruziyetinden kaynaklanmaktadır (Who, 2015).

Tütünün etken maddesi nikotindir. Nikotin özellikle akciğer olmak üzere diğer kanser türleri, koroner kalp hastalığı, inme, kronik solunum yolu hastalığı ve yaklaşık 50 doğrudan ölüme sebep olmayan hastalıkla ilişkili olduğu kanıtlanmış bir risktir. Sigara tüm kanser ölümlerinin en az %30u, KOAH'tan ölümlerin %80'inden ve erken kardiyovasküler hastalık ve ölümler için birincil nedensel faktördür (Karlıkaya ve ark. 2006).

Gençlik dönemi kimlik arayışının ve risk alma davranışlarının daha fazla görüldüğü bir dönem olmasından dolayı sigara içme için de bir risk faktörüdür. Akran etkisi ve çevre faktörleri sigara içmeye başlamada en önemli etkenlerdendir (Altay ve Çetin, 2006; Çapık ve Cingil, 2013; Kelleci ve ark., 2012; Sayan ve ark., 2009).

Yapılan bir çalışmaya göre de sigara deneyen öğrencilerin aileleriyle olan ilişkilerinin daha kötü olduğu bulgulanmıştır (Kolay Akfert ve ark. 2009).

1.1 Araştırmanın Amacı

Üniversite öğrencilerinde nikotin bağımlılığı ve bağlanma stilleri arasında bir ilişkinin olup olmadığını tespit etmek araştırmanın amacıdır. Ayrıca bu amaçların test edilmesi ve bulgular ışığında tartışılıp literatüre katkıda bulunmak bir diğer amaçtır.

1.2. Araştırmanın Problemi

Araştırmada problem “nikotin bağımlısı olan ve olmayan bireylerde bağlanma stillerinin incelenmesi” olarak belirlenmiştir.

1.3. Hipotezler

1. Üniversite öğrencilerinde güvenli bağlanma stiline sahip bireyler ve nikotin bağımlılığı arasında negatif bir ilişki vardır.
2. Üniversite öğrencilerinde güvensiz bağlanma stiline sahip bireyler ve nikotin bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki vardır.

1.4. Araştırmanın Önemi

Birey ve toplum sağlığı açısından risk etmeni olan tütün kullanımı, çok yaygın bir şekilde tüm dünyada bir tehdittir. Özellikle sigaraya başlanmak için gençlik dönemi risk taşımaktadır. Birey kadar toplumu da etkileyen bir sorun olan tütün kullanımını gençlik döneminde anlamak ve çözüm üretebilmek önem kazanmaktadır. Bu çalışma nikotin bağımlılığın temellerini anlamak adına literatüre katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

1.5. Tanımlar

Nikotin bağımlılığı: Dünya sağlık örgütü madde bağımlılığını “kullanılan bir psikoaktif maddeye kişinin daha önceden değer verdiği diğer uğraşlardan ve nesnelere belirsiz olarak daha yüksek bir öncelik tanıma davranışı” olarak tanımlar. Nikotin uyarıcı bir maddedir. Sürekli kullanımı bağımlılık yapar ve alınmadığında yoksunluk semptomları ortaya çıkar.

Bağlanma kuramı: Bowlby tarafından öne sürölen bağlanma kuramı bebeğin annesiyle erken yaşlarda kurduğu ilişkinin niteliğinin, ileriki dönemlerde kuracağı ilişkilere bir temel oluşturduğunu öne sürmüştür (Sümer ve Güngör, 1999). Yapılan araştırmalar sonucunda 4 bağlanma stili tanımlanmıştır; güvenli, kaçınan, kaygılı/ikircikli ve dezorganize.

BİRİNCİ BÖLÜM

BAĞLANMA ve İLİŞKİLİ KAVRAMLAR

Tüm memelilerde olduğu gibi insan yavrusunun da belirli bir süre bakıma ihtiyacı vardır. Bebeklik olarak tanımlanan 0-2 yaş dönemi, çocuğun fiziksel, duygusal ve zihinsel olarak en hızlı geliştiği dönemdir. Bu dönemde sadece fiziksel bakım yeterli olmamaktadır ve bakımveren ve çocuk arasındaki ilişki zihinsel ve duygusal gelişim açısından da çok önemlidir (Morsünbül ve Çok, 2006). Bebeğin bakımverenle kurduğu bu ilişki bağlanmayı da beraberinde getirmektedir. Bağlanma tüm memelilerde görülen bir hayatta kalma ve adaptasyon sistemidir. Tüm bunların yanında kurulan iletişim ilk başlarda sadece hayatta kalmaya hizmet ederken sonraları bu ilişki içselleştirilerek hayatın tüm yönlerini etkileyen bir hale gelir (Deniz, 2006).

Bağlanma çocuğun anne baba arasındaki ilişkinin bir yönü olup amacı çocuğun güvenliğini ve korunmasını sağlamaktır. Ayrıca bağlanma zihinsel sağlığın önemli bir etmeni olarak tartışılmaktadır. Bağlanmanın kalitesine bağlı olarak, ebeveyn, çocuğun ortamı keşfedebileceği güvenli bir zemin görevi görür ve çocuk gerektiğinde rahatlamak için geri döner. Bağlanma yakın ve tatmin edici ilişkiler kurma kapasitesini ve diğer insanlara yapıcı bir anlayış getirir (Agerup ve ark., 2014).

Tüm bunlarla birlikte bağlanma ve onun etkileri yalnızca çocukluk ve bebeklik dönemiyle sınırlı değildir. İfade edilişi ve doğası değişmekle birlikte tüm yaşam boyunca devam eder.

1.1 Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı psikiyatrist ve bir çocuk psikanalisti olan John Bowlby tarafından ortaya konmuştur. Bowlby'nin bağlanma kuramı bir çok disiplinden etkilense de temelde psikanalitik teoriden özellikle de nesne ilişkilerinden etkilenmiştir. Bağlanma kuramı, bağlanmayı bebeklik ve çocukluk dönemine odaklanarak ele almaktadır (Morsünbül ve Çok, 2011).

Bowlby 1950 yılında evsiz çocuklarla çalışırken edindiği tecrübelerle bağlanma kuramını geliştirmiştir. Bağlanma kuramına göre bebek yalnızca bir bakımverenle hayatta kalabilmektedir. Bowlby özellikle yaşamın birinci yılında bağlanmanın ve bakımverenin duyarlılığının önemini vurgulamıştır. Bowlby ayrıca hem bebeğin hem de bakım verenin biyolojik olarak donanımlı olduğunu iddia etmiştir. Bowlby bağlanmayı insanların önemli gördükleri başkaları için güçlü duygusal bağlar olarak kavramsallaştırmıştır (Sümer ve Güngör, 1999a). Kurulan bu bağların niteliğinin sonraki yıllardaki kişilerarası ilişkilerine de bir temel oluşturacağını ileri sürmüştür. (Sümer ve Güngör, 1999b)

Bağlanma sisteminin yakınlık, güvenli üs ve güvenli sığınak olmak üzere üç temel işlevi bulunmaktadır. Bu işlevler sayesinde çocuk güvenli bir şekilde etrafı keşfetme ve araştırma olanağı bulur (Özeren ve Akın, 2016).

Bağlanma özellikle tehdit ve stres durumlarında aktive olmaktadır. Bowlby'e göre insanlar hayatları boyunca destek verecek kişilere ihtiyaç duyduklarını belirtmektedir. Bu şartlar olduğunda kişiler kabiliyetlerini en verimli şekilde ortaya koyabilmektedirler ve en üst düzeyde mutlu olmaktadır (Özeren ve Akın, 2016).

Bağlanma kuramına göre bakımverenle kurulan ilişki temelinde çocuk kendisi ve başkalarına ilişkin zihinsel temsiller oluşturur ve bu zihinsel temsiller sonraki yıllarda kurulan ilişkiler için bir zemin oluşturur. Erken yaşlardaki bu bağlanma yaşantıları zemininde oluşan zihinsel temsiller, kişinin hem kendisine yönelik beklenti, inanç ve duygularını özellikle de özsaygısını, hem de başkalarına duyulan güven ve sosyal ilişkilerde hissedilen rahatlık düzeylerini etkiler (Sümer ve Güngör, 1999a). Bowlby'nin içsel çalışan modeller adını verdiği bu beklentilerin tamamen anne baba ya da bakıcı davranışlarıyla şekillendiği görülmüştür (Sümer ve Güngör, 1999a). Çocuk ihtiyacı olduğunda bakımverenine ulaşabiliyorsa onun ulaşılabilir, güvenilir, destekleyici olduğuna dair zihinsel temsiller oluşturur ve bu sayede güvenli bağlanma geliştirir. Bakımveren çocuğun isteklerine karşı yetersiz kaldığında ya da reddettiğinde çocuk bağlanma figürünü reddedici, kendisine dair de sevilme, desteklenmeye değmez biri olarak görür. Bunun sonucunda da kendine ya da başkalarına dair modeli olumsuz olur. Dolayısıyla bu çocuklar güvensiz bağlanma geliştirirler. Hayatın geri kalanında da içsel çalışan modeller önemli ilişkilerde kendini gösterir (Morsünbül ve Çok, 2011).

Benlik ve başkalarına ilişkin zihinsel modeller oluştuktan sonra değişime direnç gösterirler. Özellikle bağlanma figürü ile kurulan ilişki olumsuz ise zihinsel modeller esnekliklerini büyük oranda kaybederler (Sümer ve Güngör,1999b)

Bowlby'den sonra Kanadalı bir psikolog olan Mary Ainsworth bağlanma üzerinde çalışmalar yapmıştır. Ainsworth ve arkadaşları (1978) Bowlby'nin kuramını sınamak ve geliştirmek için yabancı ortam deneyi adlı çalışmayı yapmışlardır. Bu sayede çocuklar arasındaki bireysel farklılıkları da belirlemişlerdir. Bu çalışmada 12-18 aylık çocuklar teker teker anneleri ile birlikte tanımadıkları bir laboratuvara alınmışlardır. Bir süre sonra ortama yabancı biri katılmıştır ve sonrasında da anne odadan ayrılmıştır. Anne bir süre dışarıda kaldıktan sonra tekrar ortama dönmüştür. Bu yolla çocukların bağlanma sistemlerinin aktive edilmesi amaçlanmıştır (Sümer ve Güngör, 1999b). Yabancı ortam deneyinde, çocukların yabancı biri ortama girdiğinde çocukların bakımverenini ne derecede güvenli üs olarak kullandıklarını ve bakımverenin yokluğunda kaygıyı nasıl yaşadıklarını ve bununla nasıl baş ettikleri üzerine odaklanılmıştır (Doğan, 2016).

Bu çalışmada bağlanma stilleri belirlenirken dört faktör göz önünde bulundurulmuştur:

1. Çocuğun etrafı araştırma düzeyi
2. Çocuğun annenin ayrılmasına tepkisi
3. Çocuğun yabancıya tepkisi
4. Annenin geri dönmesine çocuğun gösterdiği tepki

Çalışmanın sonunda güvenli (secure), kaygılı kararsız (anxious-ambivalent) ve kaçınan (avoidant) olarak üç bağlanma stili belirlemişlerdir (Sümer ve Güngör, 1999a).

Güvenli olarak sınıflandırılan çocuklar, bakımverenleri ile birlikteyken ortamı araştırırlar ve bakımverenlerinin yokluğunda kaygı tepkisini az gösterirler. Bakıcıları ortama geri döndüğünde ise bakımverenle yakın temas kurup araştırmaya geri dönerler. Tehdit durumunda bakıcılarını güvenli üs olarak kullanırlar. Bu çocuklar yeni yaşantı ve insanlara olumlu tepkiler verirler.

Kaygılı kararsız olarak sınıflandırılan çocuklar, bakımverenlerinin yokluğunda çok kaygılanırlar ve bakımverenleri geri döndüğünde çabuk yatışmazlar. Tehdit işaretlerine aşırı duyarlıdırlar. Bakıcılarını güvenli üs olarak kullanamamaktadırlar.

Kaçınan olarak sınıflandırılan çocuklar ise; bakımverenlerinin yokluğunda çok az kaygı tepkisi verirler. Bakımverenleriyle yakınlığı reddederler. Bakımverenleriyle bir araya geldiklerinde bakıcılarından uzaklaşıp ortama yönelirler.

Çocuğun güvenli bağlanma kurabilmesi için kesintisiz, tutarlı, duyarlı ve her zaman ulaşılabilir bir bakımverene ihtiyacı vardır (Doğan, 2016).

Bakımverenle kurulan ilişki ileriki dönemlerdeki ruh sağlığıyla da yakından ilişkilidir. Yapılan bazı araştırmalarda güvensiz bağlanma sosyal fobi, depresyon, ilaç kötüye kullanımıyla ilişki bulunmuştur. (Kesebir ve ark., 2011)

Mikulincer ve Shaver'ın (2007) incelemesine göre güvenli bağlanmaya sahip bireyler daha başarılı ve sağlıklı benlik algısı, özsaygı ve özyeterkinlik düzeyleri sergilemektedir. Bu bireyler duygularını kontrol yeteneklerine sahip, olumlu düşünen ve dayanıklı bireylerdir. Stresli ve sıkıntılı durumlarda sakin bir şekilde olup bitenleri anlamaya ve anlamlandırmaya çalışmakta ve etkin baş etme stratejilerini harekete geçirebilmektedir.

Yapılan çalışmalara göre güvenli bağlanma stili sağlıklı süreçlerle ilişkilendirilirken, güvensiz bağlanma stilleri psikopatolojilerle ilişkili bulunmuştur (Kesebir ve ark., 2011).

Güvensiz bağlanma duygularını ifade edememe utanç duygusu sürekli kaygı ve sosyal ve fiziksel acıya karşı hassasiyet gibi olumsuz duygu ve durumlarla ilişkisi vardır.

Bağlanma yalnızca bebeklik ve çocukluk dönemiyle sınırlı değildir ve tüm hayat boyunca devam eder. Bu süreç içerisinde yalnızca ifade edilişi ve doğası değişir (Kesebir ve ark., 2011). Bağlanma nesnelereyle kurulan iyi bir ilişki ergen ve yetişkin ruh sağlığında da belirleyici bir rol oynamaktadır.

1.2. Ergenlikte Bağlanma

Bağlanma stilleri etkilerini hayatın her evresinde devam ettirir. Fakat bu bağlanma davranışları her dönemde aynı değildir. Bebeklik döneminde bağlanmanın en önemli işlevi bebeğin hayatta kalmasını sağlamakken, zaman geçtikçe fiziksel tehditler önemini kaybeder. Ergenlikte fiziksel tehditlerden korunmaktan çok duygulanım düzenlemek için bağlanma figürüne ihtiyaç duyulur (Allen ve Manning, 2007).

Ergenlik bir çok değişimin de olduğu bir geçiş dönemidir. Ergenlikte ebeveynlerle olan bağlar zayıflamaya başlar. Çünkü ergenlikte kimlik gelişiminin, ben ve diğerlerinin

ayrımının yapılmasından da dolayı ergenin en temel ihtiyaçlarından biri bağımsızlıktır. Fakat bu ebeveynlerden uzaklaşma bir yabancılaşma değildir. Ebeveynler daha az önemli hale gelmezler sadece ergen ebeveynlerine daha az bağımlı hale gelir. Ebeveynler yerine ergenin hayatına önemli arkadaşlar girebilir. Akranlarla yaşanan cinsel çekicilikte bunun kaynaklarından biridir (Kesebir ve ark., 2011).

Stres ve tehdit durumlarında ergenler genelde arkadaşlarına yönelmeye eğilim gösterirler. Fakat bu durum ebeveynlerine ihtiyaç duymadıklarını göstermemektedir. Yapılan araştırmalar ergenlerin ebeveynlerini bazı bağlanma ihtiyaçları için kullandığını ve anne babaya güvenli bağlanmanın bireylerin iyi oluşlarını genç yetişkinliğe kadar etkilediğini ortaya koymuştur (Doğan, 2016).

Güvenli bağlanma stiline sahip olan ergenlerde, ergenlik dönemi daha rahat ve krizsiz geçerken, güvensiz bağlanma stiline sahip olanlarda daha zor ve krizle geçebilmektedir (Doğan, 2016).

Laible'nin ergenlerde anne baba ve arkadaşlara güvenli bağlanma ile sosyal duygusal becerileri incelediği çalışmasına göre, anne baba ve arkadaşlara güvenli bağlanmak ve sosyal duygusal beceriler olumlu olarak ilişkilidir. Ancak arkadaşlara güvenli bağlanmakla sosyal duygusal beceriler arasında daha yüksek düzeyde ilişkili olarak bulunmuştur (Akt. Morsünbül ve Çok, 2011).

Ergenlikte artan özerklik isteğiyle, risk alma davranışının artması ilişkilidir. Artan risk alma davranışıyla, ergen anne babasından uzaklaşarak kendi özerkleşme sürecini sağlamaya çalışır ve kimlik yapılandırmasına katkı sağlamaktadır. Ancak ebeveynlerine güvenli bağlanan ergenler özerklik arayışını ve rolleri sınama dönemini ebeveynlerini güvenli üs olarak gördükleri için daha sağlıklı geçirirler (Doğan, 2016).

Ebeveynlerine güvenli bağlanma stiline sahip olmayan ergenler ise, stres durumlarında daha az direnç sahiptirler ve bir kriz anında ne ebeveynlerinden ne de arkadaşlarından yardım talep ederler ya da riskli davranışlarda bulunurlar.

Cooper ve arkadaşlarının (1998) yaptığı bir çalışmaya göre güvenli bağlanma stiline sahip ergenler en az düzeyde risk alma davranışı gösteren ve en iyi uyum düzeyine sahip olan bireyler olduğunu göstermiştir. Kaygılı bağlanma stiline sahip ergenler ise en yüksek düzeyde risk alma ve en düşük düzeyde uyum davranışları gösterdiğini ortaya koymuştur.

Morsünbül'ün (2009) yaptığı bir çalışmaya göre olumsuz benlik modeline sahip ergenler, olumlu benlik modeline sahip ergenlerden daha yüksek düzeyde risk alma davranışı göstermişlerdir. Görgün ve arkadaşları tarafından yapılan bir araştırmaya göre de madde kullanmayan bireylerin madde kullanan bireylere göre daha olumlu bağlanma örüntülerine sahip olduğu gösterilmiştir.

Güvenli bağlanan ergenler ebeveynlerinden onlara da yetişkin muamelesi yapılmasını beklerler ve kendilerini yeni bağlanma ilişkilerine hazırlayabilirler. Ancak güvensiz bağlanan ergenler, ergenlik dönemi dönüşümleri, kimlik ve sosyalleşme baskılarıyla birlikte, içselleştirme (depresyon veya kaygı belirtileri) veya dışsallaştırma (madde kullanımı, antisosyal davranış vb.) bozukluklarını geliştirmelerine altyapı sağlayabilirler. Ayrıca araştırmalara göre güvenli bağlanan ergenlerin güvensiz bağlananlara göre sosyal duygusal yeterlilik düzeyleri daha yüksektir ve daha az saldırgan davranışlar göstermektedirler (Morsünbül, 2009).

Amado (2005), birinci sınıf üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile iyi olma ve psikopatoloji göstergeleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bireylerin depresyon ve umutsuzluk skorlarının bağlanma sınıflarına göre anlamlı olarak farklılaştığını tespit etmiştir (Akt. Keklik, 2011).

Bağlanma kuramı yalnızca bireyin kişilerarası ilişkilerdeki stiline oluşumunu belirlemekle kalmaz aynı zamanda bireyin kişisel olarak çevresiyle etkileşimde kullandığı uyum stratejilerine de ışık tutar. Çalışmalar bağlanma stili ile duygu düzenleme arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve güvenli bağlanan ergenlerin daha az duygusal dengesizlik gösterdiklerini ortaya koymaktadır (Doğan, 2016).

Ergenliğin sonlarında, daha güvenli anne babaya bağlanan gençler, anne babaları ile daha az çalışma ve daha az yalnızlık bildirmişlerdir. Güvensiz bağlanan gençler ise daha az çatışma ve daha az yalnızlık bildirmişlerdir. Güvensiz kurulan ebeveyn bağları , daha sonra depresyon ve kaygı semptomlarının gelişmesine ve genç yetişkinlik döneminde depresif belirtilere karşı daha savunmasız olunmasına zemin hazırlayabilmektedir (Agerup ve ark., 2014).

1.3. Yetişkinlikte Bağlanma

Bowlby bağlanmanın hayatın her döneminde önemli olan bir süreç olduğunu ve erken yaşlarda oluşan zihinsel modellerin yetişkinlikte de etkisini gösterdiğini ileri sürmüştür.

Hazan ve Shaver (1987) romantik sevgiyi de bir bağlanma süreci olarak tanımlamıştır ve bağlanma teorisinin yetişkinlikteki yakın ilişkileri açıklamada bir model

olacağını öne sürmüşlerdir. Ainsworth ve arkadaşlarının tanımladığı üç bağlanma stilinin (güvenli, kaygılı-kararsız, kaçınan) yetişkinlerin romantik ilişkilerinde de var olduğunu göstermişlerdir.

Güvenli bağlanma stiline sahip kişiler ilişkilerinde daha olumlu bakan, diğer kişilerle yakınlaşmayı kolay bulan ve romantik ilişkisine çok fazla kafa yormayan dolayısıyla daha az stres olan kişilerdir. Bu kişiler ilişkilerde adanma ve sadakate önem vermekte, daha az tek gecelik ilişki yaşamaktadırlar. Kaygılı bağlanma stiline sahip kişiler diğerleriyle yakınlık kurmak isterler fakat karşısındaki kişiye daha az güvenirler. İlişkilerinde daha duygusal, kıskanç ve baskıcıdır. Kaçınan bağlanma stiline sahip kişiler ise, romantik ilişkilere girmekte isteksiz ve kararsızdırlar ya da kendilerini partnerlerinden uzaklaştırmaya çalışırlar. İlişkiler hakkında olumsuz beklenti ve inançlara sahiptirler (Santrock, J.W., çev., 2012)

Hazan ve Shaver'ın (1987) yaptığı çalışmaya göre güvenli bağlanan kişiler, güvensiz bağlanan kişilere göre romantik ilişkilerinde de ebeveyn ilişkilerinde de daha olumlu inanç ve yaşantılara sahip olduğu görülmüştür (Sümer ve Güngör, 1999b). Güvenli bağlanmaya sahip bireyler güvensiz bağlanan bireylere kıyasla ilişkilerinden daha fazla doyum almakta ve ilişkileri daha bağlı, güvenli ve uzun ömürlü olma eğilimi göstermektedir.

Son yıllarda Barthlomew ve Horowitz (1991), bağlanma stillerini Bowlby'nin içsel çalışan modellerini temel alarak dörtlü bağlanma adıyla yeni bir model tanımlamıştır. Bu modele göre benlik ve başkaları modeli olumlu ve olumsuz olmalarına göre dört kategoride tanımlamıştır. Bunlar; güvenli (secure), saplantılı (preoccupied), kayıtsız (dismissing) ve korkulu (fearful) bağlanma stilleridir.

Güvenli bağlanma stili geliştiren kişilerde hem benlik hem de başkalarına ilişkin model olumludur. Kişi kendinin sevilmeye değer olduğunu, başkalarının da destekleyici olduğunu düşünür. Başkalarıyla kolay yakınlık kurabilir. Başkalarının onayına daha az gereksinim duyarlar.

Saplantılı bağlanma stili geliştiren kişilerde benlik modeli olumsuz başkalarına ilişkin model olumludur. Kişinin benlik değerini düşük algılamaktadır. Başkalarını ise destekleyici algırlar. Kendilerine güvenleri azdır ve terk edilmekten korkarlar.

Kayıtsız bağlanma stili geliştiren kişilerde benlik modeli olumlu, başkaları modeli olumsuzdur. Kişi kendini değerli bulur fakat başkaları güvenilmezdir. Bu kişiler hayal kırıklıklarından kendilerini korumak için yakın ilişkilerden kaçınırlar. Bağımsızlığa da değer verirler.

Korkulu bağlanma stili geliştiren kişilerde hem benlik modeli olumsuz hem de başkaları modeli olumsuzdur. Kişinin kendine yönelik değersizlik duyguları vardır, başkaları güvenilmezdir. Bu kişiler yakın ilişkilerden kaçınırlar (Sümer ve Güngör, 1999a).

İKİNCİ BÖLÜM

SİGARA KULLANIMI ve NİKOTİN BAĞIMLILIĞI

2.1. Sigaranın Tarihçesi

Tütünün bilinen tarihi dört bin yıl öncesine kadar gitmektedir. Örneğin Maya medeniyetinde tütün, tıpta kendine yer bulmakta ve kullanılmaktaydı. Tütün dumanını solumak Azteklerde de dini bir ritüel olarak ayinlerde kendine yer bulmaktaydı.

Kristof Kolomb'un Amerika'yı keşfi tütün tarihinde önemli bir dönüm noktasıdır. Bu sayede tütün Avrupa'ya gelmiştir. Portekiz elçisi Jean Nicot'un Fransız kraliçesine tütünü hediye etmesiyle birlikte 16. yy sonlarında Avrupa'da yaygınlaşmıştır. Bu yaygınlaşmaya tütünün bazı hastalıkları iyileştirdiği düşüncesi önemli bir rol oynamıştır.

Tütün önceleri sadece zengin kesimin tükettiği lüks bir malzemeyken sonraları halk içerisinde de yaygınlaşmıştır.

1600'lü yıllarda tütün Osmanlı Devletine denizciler aracılığıyla gelmiştir ve kullanılmaya başlanmıştır. Özellikle 4. Murat döneminde tütün yasağının idama kadar ağır yaptırımları olsa dahi kullanımının önüne geçilememiştir. Tarihte başka devletlerde de birçok yasak uygulanmasına karşın, sigara kullanımı engellenememiştir (Ögel, 2010).

17. yy dan sonra iyice yaygınlaşan tütün kullanımı hazine için bir gelir kaynağı haline gelmiştir. 1923 te tütün alımı, yapımı ve satışı devletin tekelinde olmuştur. 1986 da özel girişimlere de izin verilmiştir (Özkul ve Sarı, 2008).

2.2. Nikotin Bağımlılığı

Tütün genel olarak sigara şeklinde tüketilen, hem birey hem de halk sağlığı açısından zararlı maddelerden biridir. Tütünün etken maddesi temel alkoidi olan nikotindir. Nikotin uzun zamandan beri uyarıcı bir madde olarak kabul edilse de 1997 yılına kadar bağımlılık yapıcı bir madde olarak görülmemiştir (Plotnik, R., çev., 2009). Nikotin akciğerler, ağız, burun ve deriden kolaylıkla ve hızlıca emilebilen bir maddedir.

Sigara dumanındaki nikotinin beyine ulaşması 10-20 saniye arasında hızlıca gerçekleşir (Karlıkaya ve ark., 2006).

Nikotin beyin haz merkezinde bulunan nikotin reseptörlerini uyarır ve bu sayede haz merkezinde dopamin üretimi de uyarılır. Nikotin diğer kontrol hücrelerinin zevk bölgesini kapatmasını da engeller ve bu sayede nispeten uzun süreli bir iyi hissetme sağlar. Nikotin küçük dozlarda dikkati ve konsantrasyonu artırır, kısa süreli belleği geliştirir. (Plotnik, R., çev., 2009). Bütün bunlardan dolayı sigara içen kişiler nikotine alışırlar ve iyilik halinin devamı için kullanmaya devam ederler. Devamlı nikotin kullanımı bağımlılığa yol açar, bu da sigarayı bırakmada yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkmasına sebep olur. Yoksunluk belirtilerinin şiddeti kişiye göre çeşitlilik gösterebilir. Sinirlilik, huzursuzluk, konsantrasyon eksikliği, uyku bozukluğu ve güçlü bir şekilde sigara içme isteği olarak ortaya çıkabilir. Sigara kullanımı arttıkça doğru orantılı olarak nikotin bağımlılık düzeyi de artmaktadır. (Tırakoğlu, 2016).

2.3. Sigara Kullanımı

Sigara dolayısıyla nikotin kısa sürede alışkanlık yapabilmesi, dünyanın her yerinde kolayca bulunabilir olması, sadece içeni değil çevresindekilere de zarar vermesinden dolayı önemli bir halk sağlığı sorunudur. Ayrıca sigaranın zararlı etkilerinin uzun yıllar içerisinde görülmesi de sigaranın zararlarının göz ardı edilmesine sebep olmaktadır. Sigara kullanımının sıklığı ve yaygınlığı toplumun içerisinde farklılık göstermektedir. Sigara başlama yaşının 10' a kadar düştüğünü gösteren çalışmalar olsa da 14-20 yaş aralığı bir çok araştırmacı tarafından bildirilmiştir (Tekbaş ve ark., 2006).

Ülkemizde tütün ve tütün mamulleri kullanma durumları hakkında bilgi edinebilmek için küresel yetişkin tütün araştırması yapılmıştır. İlk uygulama 2008 yılında, ikincisi ise 2012 yılında gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmaya göre, Türkiye genelinde 15 ve yukarı yaştaki bireylerin 2008 yılında %31,3'ü her gün veya ara sıra tütün veya tütün mamulü kullanmakta iken 2012 yılında bu oran yaklaşık %27 ye düşmüştür (Tüik, 2012).

Yapılan bazı çalışmalara göre sigara içenlerin %70i bırakmak istemektedir. İçenlerin her yıl %35i en az 1 gün bırakabilmekle birlikte içenlerin sadece %5-10'u bırakmayı başarır. Birçok içici yaşamları boyunca birçok bırakma denemesinde bulunur.

Nikotinin bağımlılık yapıcı özellikleri ve bununla birlikte psikolojik bağımlılıkta bırakmayı zorlaştırabilir. Deney hayvanlarıyla yapılan bazı çalışmalarda nikotinin morfinden daha fazla bağımlılık yapabileceği gösterilmiştir (Karlıkaya ve ark., 2006).

Özellikle lise ve üniversite dönemlerinde yaşanan sigaraya başlama eğilimini anlamak ve önlemeye çalışmak önemlidir. Gençlik kimlik arayışının olduğu, risk alma davranışlarının daha çok görüldüğü bir dönemdir (Kolay Akfert ve ark., 2009). Bu yüzden de sigaraya başlamak için lise ve üniversite yılları riskli dönemlerdir. Bu dönemde sigaraya başlamayı kolaylaştıran en önemli faktörlerden biri akran etkisidir. Ergenin bir gruba dahil olma arzusu bireysel tutum, değerler ve davranışlar üzerinde etkilidir (Alexander ve ark., 2001). Yapılan bir çalışmaya göre, sigaraya başlayanların tamamı devam etmese de, sigara içenlerin %80 ile %90'ı 18 yaşından önce sigaraya başladığını belirtmektedir (Sayan ve ark., 2009).

Sigaraya başlama yaşı ve bağımlılık üzerinde yapılan bir araştırmaya göre; sigarayla erken yaşta tanışma ve bağımlılık arasında anlamlı derecede yüksek ilişki bulunmuştur (Boyacı ve ark., 2003). Ülkemizde yapılan bazı çalışmalara göre, 18 yaş altında sigaraya başlama oranı %43.7'dir (Sayan ve ark., 2009). Başka bir çalışmaya göre öğrencilerin %70'i sigara kullanmaya üniversiteden önce başlamıştır (Çapık ve Cingil, 2013). Lise öğrencilerinin %65.1'i yaşamlarında en az bir kez sigara içtiklerini belirtirken, her gün en az bir adet sigara içenlerin oranı %22.5'tir (Ögel ve ark., 2000). Bu bulgular lise ve üniversite dönemlerinde sigara içenlere önemli eklenmeleri göstermektedir. Liseden üniversiteye geçen gençlerde aile ve çevrenin kontrolünden uzaklaşmanın da etkisiyle sigara içme yaygınlığı artmaktadır (Kolay Akfert ve ark., 2009).

Akran etkisiyle ilgili yapılan birçok çalışma vardır. Gençlerle yapılan bir çalışmada sigaraya başlama nedenleri arasında arkadaş çevresi %54 bulunmuştur (Altay ve Çetin, 2006). Yapılan başka bir çalışmaya göre de sigaraya başlamaya sebebi olarak etkilenilen kişi oranı %89.9 bulunmuştur (Sayan ve ark., 2009). Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmaya göre de %46,5'inin arkadaş etkisiyle sigara kullanmaya başladığı gösterilmiştir (Çapık ve Cingil, 2013). Üniversite öğrencileriyle yapılan başka bir çalışmada ise her iki cinsiyette de sigaraya başlama nedeni olarak arkadaş etkisi birinci sırada yer almaktadır. Onu stresle başa çıkma ve merak ve sosyal kabul görme takip etmektedir (Kelleci ve ark., 2012).

Sigara alışkanlığında aileye ilişkin değişkenler de önemlidir. Hem anne hem de babanın sigara içmesi çocuğun sigara içme olasılığını anne babası hiç içmeyen bir çocuğa göre 4 kat artmaktadır (Cloninger ve ark., 1981). Kolay Akfert ve arkadaşlarının (2009) yaptığı bir çalışmada sigara deneyen öğrencilerin aileleriyle iletişimin daha kötü olduğu bulgulanmıştır. Yine aynı çalışmada otoriter baskıcı tutum, ilişkilerde duyarsızlık ve

tutarsızlık, anne baba ilişkilerinde uyumsuzluk sigara deneyen öğrencilerde denemeyenlere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Bahar'ın (2001) yaptığı bir çalışmaya göre anne baba davranışını ilgisiz ve otoriter olarak değerlendiren öğrencilerde sigara içme oranını daha yüksek bulmuştur (Akt. Kolay Akfert ve ark. 2009). Özkurt ve arkadaşlarının (2000) yaptığı bir çalışmaya göre de sigara içme ve anne ve babanın sigara içme davranışları arasında anlamlı bir ilişki vardır. Cohen ve arkadaşlarının (1994) yaptığı bir çalışmaya göre sigara ve alkol kullanan çocukların aileleri onlara daha fazla zaman ayırmaları sonucunda, çocukların bir ayda içki ve sigara içme düzeyleri azalmıştır. Yine aynı çalışmada ailedeki yıkıcı tutumların sigara içmeyi dört katına çıkardığı bulunmuştur.

2.4. Sigaranın Zararları

En önemli halk sağlığı sorunlarından biri olan sigara, direkt ölümle sonuçlanmayan yaklaşık elli kronik hastalıkla ilişkili olmakla birlikte akciğer kanseri kronik obstrüktif akciğer hastalığı (KOAH) ve periferik aterosklerozun ana nedenidir. Kalp damar, beyin damar hastalıklarının da başlıca nedenlerindedir. Tüm kronik akciğer hastalıklarının %80inden, kalp hastalığı ve kansere bağlı ölümlerin de üçte birinden sigara sorumludur. KOAH için sigara esas risk faktörüdür. Doğrudan bir ilişki bulunmuştur. Sigara içenlerde içmeyenlere göre Koah, pnömani ve gripten ölümler belirgin şekilde fazladır (Karlıkaya ve ark., 2006). Sigara tüm kanser ölümlerinin %30u, Koah'tan ölümlerin yaklaşık %80'inden ve erken kardiyovasküler hastalık ve ölümlerin birincil nedensel faktörüdür (Yarış, 2010).

1964'te yayınlanan Surgeon General raporuyla ilk kez kesin olarak sigaranın sağlığa zararlı olduğu nedensel biçimde ortaya konmuştur. Sonrasında yapılan çalışmalarda da sigara kullanımının akciğer kanserinin tüm tiplerinin her iki cinsiyette

de ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Akciğer kanserine bağlı ölümler dünyada 1.3 milyon, Türkiye’de ise 20 000-40 000 arası tahmin edilmektedir. Akciğer kanseri riski içilen sigara miktarı ve sıklığıyla yakından ilişkilidir. Günde 40 ve aşağısı sigara içen birine göre, 40’tan yukarısı sigara içen kişi için risk iki kat daha fazladır. Miktar ve sıklık yanında, başlama yaşı da risk için önemli bir faktördür. 15 yaşında başlayana göre, 25 yaşında başlayan kişi arasında dört kat risk farkı vardır. Sigara içen kadınlarda içmeyenlere göre kısırlık riski daha fazladır ve gebe kalma süresi de uzamaktadır. Nikotin kullanımı daha düşük doğum ağırlığı, düşük doğum yaşı ve ölü doğum oranını arttırmaktadır (Karlıkaya ve ark., 2006).

Sigara hem kullananlar hem de içmediği halde pasif içiciliğe maruz kalanlar için önemli bir tehdittir. Ülkemizde bu konuda önemli gelişmeler olmakla birlikte, özellikle gençlere yönelik önleme çalışmalarına ağırlık verilmelidir.

2.4. Psikolojik Bağımlılık

Sigara bağımlılığı nikotinin farmakolojik etkilerinin yanında, öğrenilmiş veya şartlanılmış davranışlar, kişilik yapısı ve sosyal etkilerle de ilişkilidir. Alınan maddenin farmakolojik etkilerinin belli duygudurum veya çevresel faktörlerle ilişkilendirilmesi şartlanmadır. Örneğin pek çok insan sigarayı belli durumlarda (yemek sonrası, çayla, alkolle beraber) içerler. Şartlanma mekanizmasının sigara bağımlılığında önemli olduğu bilinmektedir. Klasik şartlanmada, sigara içimi doğal uyaran nikotine bağlı etkiler ise doğal tepkidir. Örneğin bir tiryaki için arkadaşının elinde gördüğü bir sigara koşullu uyaran olabilir ve bu da koşullu tepki sağlayabilir (Ögel, 2010).

Khantzian (1997), sıkıntı durumlarını hafifletmek veya iyileştirmek için nikotinin kullanıldığını belirtmiştir. Başka bir deyişle, insanlar olumsuz duygularını azaltmak ve pozitif duygulara dönüştürmek için sigara içmektedirler.

Kişilerin ruhsal dünyalarındaki değişimlere bakıldığında sigara içme alışkanlığı depresif yaşantılarda sıklıkla gözlenen davranışlardan biridir. Bireyler bu tür olumsuz duygulanımlarla başa çıkmak için sigara içmeye yönelirler (Ögel, 2010).

Wiils ve Shiffman’ın (1985) stresle baş etme modeline göre de madde kötüye kullanımının kişilerin stres altında baş etme mekanizmaları olarak rol aldığını vurgular.

Özellikle tütün ve alkol kullanımı olumlu duygulanımı arttırmanın yanı sıra olumsuz duygulanımı da azaltmaktadır (Akt. Yarış, 2010).

Özetle nikotin kullanımı, bir başa çıkma mekanizması olarak görev almakta ve ruh halinin düzenlemesini kolaylaştırmak için kullanılmaktadır.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

GEREÇ ve YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Türü ve Amacı

Bu çalışma, üniversitelerde eğitim gören öğrencilerin bağlanma stillerinin nikotin bağımlılığıyla olan etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Betimsel olan bu çalışmada ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırma örneklemini Türkiye’de çeşitli üniversitelerden, 93 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Gerekli şartları sağlayamayan 26 kişi araştırmaya dahil edilmemiştir. Örneklem online şekilde seçkisiz olarak uygulanmıştır. Örneklem 62’si kadın 31’i erkektir. Öğrencilerin yaş aralığı 18-27 arasında değişmektedir. Araştırmaya katılan öğrencilerden sigara içen grupta fagörstrm puanı 5 ve üzeri olmayanlar araştırmaya dahil edilmemiştir. Araştırmaya gönüllülük esasına göre katılan katılımcılara araştırma hakkında ön bilgi verilmiştir ve istedikleri zaman çalışmayı bırakabilecekleri belirtilmiştir. Araştırma Üsküdar Üniversitesi etik kurulunca onaylanmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Katılımcıların yaşı, bölümleri, kaç yıldır sigara içtikleri gibi çeşitli özelliklerini öğrenmek için demografik bilgi formu, nikotin bağımlılığı ölçmek için fagerstörn nikotin bağımlılık testi, bağlanma stillerini belirlemek için erişkin bağlanma biçimleri ölçeği (ebbö) kullanılmıştır.

3.3.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formunda kişilerin yaş, cinsiyet, okudukları bölüm, sigara kullanım durumu ve sigarayı kullanım süresi sorgulanmaktadır.

3.3.2. Fagerstrm Nikotin Bağımlılık Testi

Katılımcıların nikotin bağımlılık düzeyini ölçmek amacıyla Fagerstrm nikotin bağımlılık testi kullanılmıştır. İlk kez Fagerstrm tarafından 1978 yılında ‘‘The Fagerstrm Tolerance Questionnaire’’ olarak yayımlanmış, 1991 yılında da revize edilerek ‘‘Fagerstrm test for Nicotine Dependences’’ adını almıştır. 6 maddeden oluşan testin geçerlilik ve güvenirlik alışması Uysal ve arkadaşları (2004) tarafından yapılmıştır. Tüm sorular için 2 ya da 4 cevap seçeneği bulunmaktadır. Testten alınabilecek en yüksek puan 10 en düşük puan ise 0’dır. Türkiye için yapılan standardizasyon çalışmasında Cronbach alfa katsayısı 0.56 olarak bulgulanmıştır (Uysal ve ark., 2004). Bu test yalnızca sigara kullanan katılımcılara uygulanmıştır.

3.3.3. Erişkin Bağlanma Biemi leği (Ebb)

Bireylerin bağlanma biçimlerini saptamak amacıyla kullanılacaktır. Erişkin bağlanma biçemi leği iki bölümden oluşmaktadır. Ölçeğin ilk bölümü Hazan ve Shaver (1987) tarafından geliştirilmiştir. İlk bölüm güvenli, kaygılı/ikircikli ve kaçıngan olarak tanımlanan üç ayrı ifadeden oluşmaktadır. Ölçeğin ikinci bölümü ise, Mikulincer ve arkadaşları (1990) tarafından geliştirilmiştir. Katılımcılardan 1-7 arasında puanlanması istenen 15 maddeden oluşmaktadır. Her bir bağlanma biçemi 5 madde ile temsil edilmektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Sabuncuğılı ve Berkem (2006) tarafından yapılmıştır. Bazı sınırlılıklardan dolayı ölçeğin Türkçe eviri ve geçerlik güvenirlik alışması Kesebir ve arkadaşları (2011) tarafından yeniden yapılmıştır. Ebb tüm katılımcılara uygulanmıştır.

3.4. Verilerin istatistiksel analizi

Araştırmada elde edilen veriler Spss (statistical package for social sciences) for Windows 21.0 kullanılarak analiz edilmiştir. Kategorik değişkenler olduğu için ki kare testi uygulanmıştır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

BULGULAR

Tablo 4.1. Nikotin bağımlılığı olan ve olmayan bireylerde bağlanma stiline karşılaştırılması

Nikotin bağımlılığı	Evet	Hayır	Toplam	X ²	p
Bağlanma stili					
Güvenli	15 %40,5	21 %37,5	36 %100	,087	,768
Güvensiz	22 %59,5	35 %62,5	57 %100		
Toplam	37 %100	56 %100	93 %100		

Tablo 4.1 de katılımcıların nikotin bağımlılığı ve bağlanma stillerine göre frekans dağılımları, yüzdeleri ve ki kare bulguları verilmiştir. Nikotin bağımlılığı ve bağlanma stili arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($\chi^2=,087$, $p=,768$; $p> 0,05$).

Tablo 4.2. Nikotin bağımlılığı olan ve olmayan bireylerde cinsiyetin karşılaştırılması

Nikotin bağımlılığı	Evet	Hayır	Toplam	X ²	p
Cinsiyet					
Kadın	18 %29,1	44 %70,9	62 %100	8,977	,003
Erkek	19 %61,2	12 %38,8	31 %100		
Toplam	37 %100	56 %100	93 %100		

Tablo 4.2 de katılımcıların nikotin bağımlılığı ve cinsiyete göre frekans dağılımları, yüzdeleri ve ki kare bulguları verilmiştir. Nikotin bağımlılığı ve cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($\chi^2=8,977$, $p=,003$; $p < 0,05$).

Tablo 4.3. Nikotin bağımlılığı olan ve olmayan bireylerde sınıfın karşılaştırılması

Nikotin bağımlılığı	Evet	Hayır	Toplam	χ^2	p
Sınıf					
Hazırlık	0 %0	4 %100	4 %100	5,572	,350
1. sınıf	6 %30	14 %70	20 %100		
2. sınıf	7 %41,1	10 %58,9	17 %100		
3. sınıf	5 %55,5	4 %45,5	9 %100		
4. sınıf	19 %45,2	23 %54,8	42 %100		
5. sınıf	0 %0	1 %100	1 %100		
Toplam	37	56	93		

Tablo 4.3 de katılımcıların nikotin bağımlılığı ve sınıf değişkenine göre frekans dağılımları, yüzdeleri ve ki kare bulguları verilmiştir. Nikotin bağımlılığı ve katılımcıların sınıfları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($\chi^2=5,572$, $p=,350$; $p > 0,05$).

Tablo 4.4. Nikotin bağımlılığı olan ve olmayan bireylerde yaşın karşılaştırılması

Nikotin bağımlılığı	Evet	Hayır	Toplam	X²	p
Yaş					
18-20	9 %30	21 %70	30 %100	1,149	,563
21-24	20 %36,3	35 %63,7	55 %100		
25 ve üzeri	4 %50	4 %50	8 %100		
Toplam	33 %100	60 %100	93 %100		

Tablo 4.4 de katılımcıların nikotin bağımlılığı ve yaş değişkenine göre frekans dağılımları, yüzdeleri ve ki kare bulguları verilmiştir. Nikotin bağımlılığı ve katılımcıların yaşları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($\chi^2=1,149$, $p=.563$; $p>0,05$).

Tablo 4.5. Bağlanma stili ve cinsiyetin karşılaştırılması

Bağlanma Stili	Güvenli	Güvensiz	Toplam	X²	p
Cinsiyet					
Kadın	21 %58,3	41 %71,9	62 %100	1,836	,175
Erkek	15 %41,7	16 %28,1	31 %100		
Toplam	36 %100	57 %100	93 %100		

Tablo 4.5 de katılımcıların bağlanma stili ve cinsiyete göre frekans dağılımları, yüzdeleri ve ki kare bulguları verilmiştir. Bağlanma stili ve cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($\chi^2=1,836$, $p=,175$; $p> 0,05$).

Tablo 4.6. Bağlanma stiline göre sınıfın karşılaştırılması

Bağlanma stili	Güvenli	Güvensiz	Toplam	χ^2	p
Sınıf					
Hazırlık	2 %50	2 %50	4 %100	6,008	,305
1. sınıf	9 %45	11 %55	20 %100		
2. sınıf	10 %58,8	7 %41,2	17 %100		
3. sınıf	3 %33,3	6 %66,7	9 %100		
4. sınıf	12 %28,5	30 %71,5	42 %100		
5. sınıf	0 %0	1 %100	1 %100		
Toplam	37 %100	56 %100	93 %100		

Tablo 4.6 da katılımcıların bağlanma stili ve sınıf değişkenine göre frekans dağılımları, yüzdeleri ve ki kare bulguları verilmiştir. Nikotin bağımlılığı ve katılımcıların sınıfları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($\chi^2=6,008$, $p=,305$; $p> 0,05$).

Tablo 4.7. Bağlanma stiline göre yaşın karşılaştırılması

Bağlanma Stili	Güvenli	Güvensiz	Toplam	X²	p
Yaş					
18-20	16 %53,3	14 %46,7	30 %100	7,645	,022
21-24	15 %27,2	40 %72,8	55 %100		
25 ve zeri	5 %62,5	3 %37,5	8 %100		
Toplam	36 %100	57 %100	93 %100		

Tablo 4.7 de katılımcıların bağlanma stili ve yaş değişkenine göre frekans dağılımları, yüzdelikleri ve ki kare bulguları verilmiştir. Nikotin bağımlılığı ve katılımcıların yaşları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır ($x^2=7,645$ $p=,022$; $p> 0,05$).

ALTINCI BÖLÜM

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu tartışmada, nikotin bağımlılığı olan ve olmayan bireylerde bağlanma stilleri incelenmiştir. Türkiye'nin çeşitli üniversitelerinde okuyan, nikotin bağımlısı olan 37 ve nikotin bağımlısı olmayan 56 toplamda 93 katılımcıdan toplanan verilerle istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgular bu bölümde ele alınarak literatür ışığında tartışılmıştır.

Çalışmamızda nikotin bağımlılığı ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatür incelendiğinde direkt sigara ve bağlanma stillerini ele alan kısıtlı sayıda çalışma vardır. ABD'de yapılan bir çalışmada erişkin bağlanma stili ile sigara, alkol, marijuana kullanımı arasındaki ilişki 212 üniversite öğrencisinde araştırılmıştır. Güvensiz bağlanma madde kullanım sıklığı ve stres nedeni madde kullanımı ile belirgin ilişkili bulunmuştur. Kassel ve arkadaşlarının yaptığı bir çalışmaya göre kaygılı bağlanma anlamlı ve pozitif bir biçimde sigara kullanımı ile ilişkili bulunmuştur. Stresli hislere tepki olarak ise kaygılı bağlanma alt ölçeğindeki yükselmeler daha fazla sigara, alkol ve esrar kullanımı ile ilişkili bulunmuştur. Schindler ve arkadaşlarının yürüttükleri çalışmalarda tutarlı bir şekilde bağımlılar arasında güvenli bağlanmanın çok seyrek görüldüğü özellikle korkulu kaçınan güvensiz bağlanmanın yaygın olduğu görülmüştür. Latife Ulaş Akhan'ın yaptığı bir çalışmada alkol sigara kullanan öğrencilerin kayıtsız bağlanma puan ortalamaları önemli derecede yüksek bulunmuştur. Yapılan bazı çalışmalarda bağlanma stili ve riskli davranışlar arasında ilişki bulunmuştur (Cooper ve ark. (1998), Morsünbül (2009), Görgün ve ark.(2010)). Bu sonuçlar bizim çalışmamızla farklılık göstermektedir.

Çalışmamızda nikotin bağımlılığı ve cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Birçok çalışmada nikotin bağımlılığı ve cinsiyet arasında farklılıklar bulunmuştur. Cömert ve Ögelin (2014) yaptığı bir çalışmaya göre erkekler kızlara göre daha çok sigara, alkol, madde kullanımı sergilemişlerdir. Aynı şekilde Siyez'in (2006) yaptığı çalışmada da sigara, madde, alkol kullanımı oranları kızlara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Erkeklerin sigara, alkol, madde kullanımının kadınlardan

daha yüksek olması toplumsal rollerle açıklanabilir. Ancak Ögel'in 2003'te yaptığı bir çalışmaya göre de Türkiye'de ergen sigara kullanımında kız ve erkeklerde anlamlı bir fark bulunmadığı bildirilmiştir.

Tüm katılımcılarda yaş grupları ve nikotin bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Kaptanoğlu ve arkadaşlarının (2012) yaptığı çalışmada sigara içme bağımlılık düzeyi ile sigara bağımlıların yaşları arasında pozitif korelasyon olup anlamlı ilişki saptanmıştır. Kaya ve Çilli (2004) yaşı daha büyük öğrencilerin daha fazla nikotin bağımlısı olduklarını bildirmektedir. Çelepkolu ve arkadaşlarının (2014) çalışmasında yaş grupları ve nikotin bağımlılık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Çalışmamızda istatistiksel olarak anlamlı olmasa da ileri yaşlara doğru erken yaş gruplarına göre bağımlılık oranları daha fazlaydı. Bu durum bireylerin yaş ilerledikçe daha çok sigara içmesiyle açıklanabilir. Çalışmaya alınan bireylerin üniversite öğrencileri olması nedeniyle yaşları birbirine yakındır. Bu nedenle yaştan sigara kullanımına etkisini gösterecek yeterli dağılım yoktur. Bu bulgu daha fazla örnekleme incelenebilir.

Nikotin ve sınıf değişkeni arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Çalışmada 3-4. sınıflarda, 1-2. sınıflardan daha fazla sayıda nikotin bağımlısı öğrenci olmasına karşın aradaki fark istatiki olarak anlamsızdır. Çapık ve Özbıçakçı (2007) da sınıfa göre nikotin bağımlılık düzeyinin değişmediğini belirlemişlerdir.

Erözerkan'ın (2004) yaptığı çalışmasında güvenli bağlanma ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki olduğu, erkeklerin güvenli bağlanma oranının kızlarda yüksek olduğu tespit edilmiştir. Güroğlu (2002) tarafından yapılan çalışmada cinsiyet değişkenine göre bağlanma stillerinde farklılıklar olduğu belirlenmiştir. Leondari ve Kiosseglou (2000), Jasselton (1998), Kaplan ve Klein (1985) yaptıkları çalışmalarda da bağlanma ve cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulmuştur. Damarlı'nın (2006) çalışmasında da cinsiyetin bağlanma stilleri üzerindeki etkisi incelendiğinde erkeklerin güvenli bağlanma düzeylerinin anlamlı şekilde kadınlardan yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar çalışmamızı desteklememektedir. Bağlanma stillerine ilişkin cinsiyet farklılıklarına bakıldığında güvenli bağlanma üzerinde erkeklerden yana

anlamli bir farklılık çikmiş olmasının sebepleri erkeklerin başkaları ile daha kolay duygusal yakınlık kurabilmeleri, başkalarına güvenmek ve başkalarının da kendilerine güvenip bağlanması konusunda kendilerini daha rahat hissetmeleri, birilerinin kendilerini kabul etmesinin ya da yalnız kalmalarının onları daha az kaygılandırması olabilir. Toplumsal roller de bunun üzerinde etkili olabilir. Bunun yanı sıra Haigler ve arkadaşlarının (1995) konuyla ilgili araştırmasında bağlanma stilleriyle cinsiyetler arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucu elde edilmiştir. Gezer (2001) ve Kılıç (2010) cinsiyete göre bağlanma stillerinde farklılık olmadığını saptamıştır. Çalışmamızda bağlanma ve cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Katılımcıların yaşlarının yakın olması da bunda etkili olmuş olabilir.

Bağlanma stilleri ile yaş değişkeni arasındaki ilişkiye bakıldığında çıkan sonuçlara göre yaş ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Bağlanma stilleri ile sınıf değişkeni arasındaki ilişkiye bakıldığında çıkan sonuçlara göre sınıf ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

5.1. Araştırmanın sınırlılıkları

Yapılan araştırma Fagerstörn nikotin bağımlılık testi ve Erişkin bağlanma biçimi ölçeğiyle elde edilen niteliklerle ve 93 kişiyle sınırlıdır.

5.2. Öneriler

Yapılan çalışmaya Türkiye'nin çeşitli üniversitelerinde okuyan 93 kişi dahil edilmiştir. Bundan sonraki yapılacak çalışmalarda örneklem genişletilerek sonuçlar kıyaslanabilir.

Yapılan çalışmada kadın ve erkek sayılarının dengeli dağılmadığı görülmektedir. Bundan sonraki yapılacak olan çalışmada bu dengeye dikkat edilebilir.

KAYNAKÇA

- Agerup, T., vd., 2015, "Associations between parental attachment and course of depression between adolescence and young adulthood", *Child Psychiatry Hum Dev*, 46: 632-642.
- Ahrens, K.R., Ciechanowski, P., Katon, W., 2012, "Associations between adult attachment style and health risk behaviors in an adult female primary care population", *Journal Of Psychomatic Research*, 72: 364-370.
- Alexander, C., vd., 2001, "Peers, schools and adolescent cigarette smoking", *Journal of adolescent health*, 29: 22-30.
- Allen, J.P., Manning, N., 2007, "From safety to affect regulation: Attachment from the vantage point of adolescence". *New Dir Child Adolesc Dev*, 117:23-29.
- Altay, B ve Çetin, A., 2007, "On dokuz mayıs üniversitesi samsun sağlık meslek yüksekokulu öğrencilerinde sigara içme sıklığı ve sigara içmeyi etkileyen faktörler", *O.M.Ü. Tıp Dergisi*, 24(2): 52-61.
- Aydoğdu, H. ve Olcay Çam, M., 2013, "Madde kullanım bozukluğu olan ve olmayan ergenlerin bağlanma stilleri, anne baba tutumları ve sosyal destek algıları yönünden karşılaştırılması", *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 4(3): 137-144.
- Ayyıldız, E. ve Elkin, N., 2016, "Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile sürekli öfke tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi", *İgüsb*, 3(1): 51-68.
- Bahar H.H., *Sigara Alışkanlığının Oluşmasında Üniversite Öğrencileri Üzerinde Etkili Olan Sosyo-Ekonomik Faktörler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Erzurum, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2001.
- Bartholomew, K., and Horowitz, L. M., 1991, "Attachment styles among young adults: A test of a four-category mode", *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Boyacı, H. vd., 2003, "Kocaeli üniversitesi öğrencilerinin sigara içme alışkanlıklarının değerlendirilmesi", *Solunum Hastalıkları*, 14: 169-175.
- Bozkurt Zincir, S., vd., 2012, "Sigara bağımlılığında mizaç ve karakter özelliklerinin bağımlılık düzeyleri ile ilişkisi", *Journal of Mood Disorders*, 2(4): 160-166.
- Bowlby, J., *Bağlanma*, (çev. Soylu, V.T), Pinhan Yayıncılık, İstanbul, 2012.
- Cohen D.A, Richardson J, LaBree L., 1994, "Parenting behaviors and the onset of smoking and alcohol use: a longitudinal study", *Pediatrics*, 94:368-375.

Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380-1397.

Cömert, I. T. ve Ögel, K., 2014, “Madde kullanan ergenlerin bağlanma stilleri”, *Türkiye Yeşilay Cemiyeti*, 1(1): 9-40.

Çapık, C. ve Cingil, D., 2013, “Hemşirelik öğrencilerinde sigara kullanımı, nikotin bağımlılık düzeyi ve ilişkili etmenler”, *Kafkas Tıp Bilimleri Dergisi*, 3(2): 55-61.

Deniz, E., 2006, “Ergenlerde bağlanma stilleri ile çocukluk istismarları ve suçluluk utanç arasındaki ilişki”, *Eurasian Journal Of Educational Research*, 22: 89-99.

DiFranza, J., vd., 2000, “Initial symptoms of nicotine dependence in adolescents”, *Tobacco Control*, 9: 313-319.

DiTommaso, E., vd., 2003, “Attachment styles, social skills and loneliness in young adults”, *Personality And Individual Differences*, 35: 303-312.

Doğan, T., 2016, “Ergenlerde ana babaya bağlanma: Türkiye profili”, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(4):406-419.

Ein-Dor, T., 2015, “Attachment dispositions and human defensive behavior”, *Personality And Individual Differences*, 81: 112-116.

Ergin, B.E., ve Dağ, İ., 2013, “Kişilerarası problem çözme davranışları, yetişkinlerdeki bağlanma yönelimleri ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler”, *Anatolian Journal of Psychiatry*, 14: 36-45.

Erözkan, A., 2011, “Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve karar stratejileri”, *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3): 60-74.

Fearon, R.M.P., Roisman, G., 2017, “Attachment theory: progress and future directions”, *Current Opinion in Psychology*, 15: 131-136.

Huver, R.M.E., Engels, R.C.M.E, vries, 2007, “Parenting style and adolescent smoking cognitions and behaviour” *Psychology And Health*, 22(5): 575-593.

Karlıkaya, C., vd., 2006 “Tütün Kontrolü”, *Toraks Dergisi*, 7(1): 51-64.

Keklik, İ., 2011, “Relationships of attachment styles and gender, personal meaning, depressiveness and trait- anxiety among college students”, *Eğitim Ve Bilim*, 36(159): 84-95.

Kelleci, M vd., 2012, “Sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzları: cinsiyetin etkisi”, *Cumhuriyet Tıp Dergisi*, 34: 9-16.

Kesebir,S. vd, 2011 “ Bağlanma ve psikopatoloji”, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 3(2): 321-342.

Kesebir, S., Kökçü, F., Dereboy, F., 2012, “Erişkin bağlanma biçimi ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması”, Yeni Symposium Journal, 50(2): 99-104.

Keskin, G. ve Babacan Gümüő, A., 2017, “Alkol ve madde bağımlılarında depresif belirtiler ve depresif belirtilerle ilişkili değişkenlerin incelenmesi”, 30: 124-135.

Khantzian, E. J.,1997, “The self-medication hypothesis of substance use disorders: A reconsideration and recent applications” Harvard Review of Psychiatry, 4(5), 231-244.

Kolay Akfert, S., Çakıcı, E., Çakıcı, M., 2009, “Üniversite öğrencilerinde sigara alkol kullanımı ve aile sorunları ile ilişkisi”, Anatolian Journal Of Psychiatry, 10: 40-47.

Laible, D., 2007, “Attachment with parents and peers in late adolescence: Links with emotional competence and social behavior” Pers Individ Dif ; 43:1185-1197.
Leeman,R,F., vd., 2014, “Perceived parental permissiveness toward gambling and risky behaviors in adolescents”, Journal of Behavioral Addictions, 3(2): 115-123.

Matejevic, M., Jovanovic, D., Lazarevic, V., 2014, “Functionality of family relationships and parenting style in families of adolescent with substance abuse problems”, Procedia Social and Behavioral Sciences, 128: 281-287.

Mikulincer, M., Shaver, P,R. Ve Pereg, D., 2003, “Attachment theory and affect regulation: the Dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies”, Motivations and Emotions, 27(2): 77-102.

Mikulincer, M., Shaver, P. R., (2007), Attachment in adulthood, The Guilford Press, New York

Morsünbül, Ü., 2009, “Attachment and risk taking: Are they interrelated?”, International Scholarly and Scientific Research&Innovation, 3(7): 1366-1370.

Morsünbül, Ü ve Çok, F., 2011, “Bağlanma ve ilişkili değişkenler”, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 3(3): 553-570.

Okutan, O., vd., 2007, “Sigara içen sağlık personelinde nikotin bağımlılık düzeyini etkileyen faktörler”, Tüberküloz ve Toraks Dergisi, 55(4): 356-363.

Ögel, K. vd., 2000, “İstanbul’da lise gençleri arasında sigara, alkol ve madde kullanım yaygınlığı”, Klinik Psikiyatri, 4: 242-245.

Ögel, K., 99 Sayfada Sigara Bağımlılığı, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul, 2010.

Özbaran, B. ve Bildik, T.,2006, “Bağlanmanın nörobiyolojisi”, Çocuk Ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 13(3):137-144.

Özeren, G.S. ve Akın, S.,2016, “Anne-baba bağlanma biçimleri ve kişilerarası ilişkilerin değerlendirilmesi”, FNG& Bilim Tıp Dergisi, 2(3): 222-232.

Özkul, İ., Sarı, Y., 2008, “Türkiye’de Tütün Sektörünün Durumu, Sorunları ve Çözüm Önerileri”, Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, 2. Ulusal İktisat Kongresi, İzmir.

Öztürk, A., Mutlu, T., 2010, “The relationship between attachment style, subjective well-being, happiness and social anxiety among university students”, Procedia Social and Behavioral Sciences, 9: 1772-1776.

Plotnik,R., Psikolojiye Giriş, (Çev., Tamer,. G), Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2009.

Santrock,J,W.,(2012). Yaşam Boyu Gelişim (13. Baskı). (Y. Galip, Çev.). Ankara: Nobel Yayınevi.

Sargent, J,D., vd., 2017, “Adolescent smoking experimentation as a predictor of Daily cigarette smoking” Drug and Alcohol Dependence, 175: 55-59.

Sayan,İ. vd., 2009, “Bir eğitim hastanesinde görev yapan hemşirelerin sigara içme profilinin belirlenmesi”, Genel Tıp Dergisi, 19(1): 9-15.

Soysal, Ş. ve ark., 2005, “Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış”, Klinik Psikiyatri, 8: 88-99.

Sümer,N ve Güngör, D., 1999, “Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi”, Türk Psikoloji Dergisi, 14(44): 35-58.

Sümer, N ve Güngör, D. (b), 1999, “Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma”, Türk Psikoloji Dergisi, 14(43): 71-106.

Sümer, N., 2006, “Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması”, Türk Psikoloji Dergisi, 21(57): 1-22.

Sümer, N. vd., 2015, “Bağlanma ve bağımlılık: Kuramsal çerçeve ve derleme çalışması”, Bağımlılık Dergisi, 16(4): 192-209.

Swan, G, E., Lessov-Schlaggar, C,N,. 2007, “The effects of tobacco smoke and nicotine on cognition and the brain”, Neuropsychol Rev, 17: 259-273.

Tekbaş, Ö,F., vd., 2006, “Genç erişkin erkekler arasında nikotin bağımlılığı, sigara içme sıklığı ve bunları etkileyen faktörler”, TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 5(2): 105-117

Temel, A., vd., 2004, “Bir eğitim hastanesinin sağlık personelinde sigara alışkanlığı, bırakma sıklığı ve bağımlı kişilik özelliklerinin ilişkisi”, Bağımlılık Dergisi, 5(2): 16-22.

Tezcan, S., Yardım, N., 2003, “Türkiye’de çeşitli sağlık kurumlarında doktor, hemşire ve tıp fakültesi öğrencilerinin sigara içme boyutu”, Tüberküloz Ve Toraks, 51(4): 390-397.

Tırakoğlu, B., Sigara İçen Kişilerde Sigarayı Bırakmaya Yönelik Niyetin Planlanmış davranış Teorisine Göre Değerlendirilmesi, yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Bursa, 2016.

Tobacco. (b.t.). 30 Ekim 2017, <http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>

Tüzün, O. Ve Sayar, K., 2006, “Bağlanma kuramı ve psikopatoloji”, Düşünen Adam, 19(1): 24-39.

Türkiye İstatistik Kurumu (2012). Küresel yetişkin tütün araştırması. <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=13142>.

Utaş Akhan, L., 2014, “Hemşirelik öğrencilerinin bağlanma stillerinin belirlenmesi”, Yükseköğretim ve Bilim Dergisi, 4(3): 191-196.

Uysal, M.A., vd. 2015, “Psychometric properties of the Turkish version of the Fagerström test for nicotine dependence”, Tuberk Toraks, 63(4): 250-256.

Yarış, S., The mediating role of metacognition on the relationship among depression/anxiety/negative impact of life experiences and smoking dependence, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara, 2010.

Yıldırım, İ., 1997, “Sigara, alkol ve uyuşturucu kullanan üniversite öğrencilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi”, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 13: 147-155.

Yıldızhan, E., 2017, “Bağlanma teorisi ve bağlanma bozukluklarına genel bir bakış”, Anadolu Kliniği, 22(1): 66-72.

Waters, E., vd., 2002, “Bowlby’s secure base theory and the social/personality psychology of attachment styles: Work(s) in progress”, 4(2): 230-242.

EKLER

EK-1. Demografik Bilgi Formu

Yaşınız:

Cinsiyetiniz:

Okuduğunuz bölüm:

Kaçıncı sınıftasınız?:

Sigara kullanıyor musunuz?:

a)Evet b)Hayır

Cevabınız evet ise;

Ne zamandır kullanıyorsunuz?

EK-2. Fagerström Nikotin Bağımlılık Testi

Aşağıda sigara içme alışkanlığınıza yönelik sorular vardır. Size uygun olan şıkkı işaretleyiniz. Lütfen her soruya yanıt veriniz.

1. Günde kaç adet sigara içiyorsunuz?

- a) 10 veya daha az
- b) 11-20
- c) 21-30
- d) 31 veya daha fazla

2. Sabahları ilk 2 saatte, günün geri kalan saatlerinde göre daha fazla sayıda sigara içiyor musunuz?

- a) Hayır
- b) Evet

3. Uyandıktan sonra ilk sigarayı içene kadar kaç dakika geçiyor?

- a) 5 dakika veya daha az
- b) 6-30 dakika arasında
- c) 31-60 dakika arasında
- d) 1 saatten fazla

4. Gün boyunca içtiğiniz sigaraların hangisi size en hoş geliyor?

- a) Sabah içilen dışında herhangi biri
- b) Sabah ilk sigara

5. Sigara içmenin yasaklanmış olduğu yerlerde (kütüphane, tiyatro, hastane v.b.) sigara içmemek size güç geliyor mu?

- a) Hayır
- b) Evet

6. Günün büyük bir bölümünü yatakta geçirecek derecede hasta olduğunuzda bile sigara içer misiniz

- a) Hayır
- b) Evet

EK-3. Erişkin Bağlanma Biçimi Ölçeği

Eğer cümle size uyuyorsa “Doğru” kutucuğunu işaretleyiniz. Eğer cümle size tam olarak uymuyorsa ya da yaşamınızın yalnızca bazı bölümleri için uyuyorsa “Yanlış” kutucuğunu işaretleyiniz. Her cümleyi Doğru ya da Yanlış olarak cevaplayınız.

	Doğru	Yanlış
1) Kendimi rahat bırakıp başka insanlara bağlanmak zor gelir.		
2) İhtiyacın olduğunda başkaları asla orada olmaz.		
3) Başka birine rahatça bağlanırım.		
4) İhtiyacım olduğunda başkalarının yanımda olacağını bilirim.		
5)İhtiyacım olduğunda başkalarının yanımda olacağına her zaman güvenebileceğimden emin değilim.		
6) Başka bir insana tümüyle güvenmek zor gelir.		
7) Sıklıkla terk edilme kaygıları yaşamam.		
8) Sıklıkla birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği endişesine kapılırım.		
9) Başkalarının benimle benim istediğim kadar yakınlık kurmadıklarını düşünürüm.		
10) Sıklıkla birlikte olduğum kişinin benimle kalmak istemeyeceği endişesi yaşarım.		
11) Başka bir insanla tümüyle bütünleşmek isterim.		
12) Başka bir insanla tümüyle bir olma arzum insanları benden uzaklaştırır.		
13) Başkalarıyla yakın ilişkiler kurmayı kolay bulurum.		
14) Başka birinin benimle çok yakın olma isteğinden rahatsız olmam.		
15) Başka birinin benimle çok yaklaşması beni endişelendirir.		
16) Başka birini kendime yakınlaştırmak konusunda rahatımdır.		
17) Sıklıkla birlikte olduğum kişi benimle benim kendimi rahat hissedebileceğimden daha çok yakınlaşmak ister.		
18) Sıklıkla birlikte olduğum kişi ile onun kendini rahat hissettiğinden daha yakın olmak isterim.		

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Ad Soyad: Ayşenur Tabakcı

Doğum yeri ve tarihi: 26.10.1993 / İstanbul

EĞİTİM DURUMU

2011-2015 İstanbul Üniversitesi Psikoloji Bölümü

2015- Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji

İŞ DENEYİMİ

2018- Tosya Devlet Hastanesi Psikolog