



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**SİGARA İÇEN VE İÇMEYEN ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
ÖĞRENCİLERİNİN YETİŞKİN SEPERASYON (AYRILIK)
ANKSİYETELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
DEĞERLENDİRİLMESİ**

SELİN AYDINLIK

PROF. DR. SERMİN KESEBİR

İstanbul, 2017

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

**SİGARA İÇEN VE İÇMEYEN ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
ÖĞRENCİLERİNİN YETİŞKİN SEPERASYON (AYRILIK)
ANKSİYETELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
DEĞERLENDİRİLMESİ**

SELİN AYDINLIK

154102144

YÜKSEK LİSANS TEZİ

PROF. DR. SERMİN KESEBİR

İstanbul, 2017



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 154102144
Öğrenci Adı Soyadı	: Selin AYDINLIK
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Prof. Dr. Sermin Kesecir
Tezin Başlığı	: Sigara içen ve içmeyen Üsküdar Üniversitesi öğrencilerinin yetişkin

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI (Seperasyonla ayrılık) anksiyeteleri

Toplantı Tarihi	: 17.11.2017	Saati	: 09:00	arasındaki iustkinin değerlendirilmesi
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="checkbox"/> GELDI			
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,				
<input checked="" type="checkbox"/> OY BIRLIGI <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUGU				
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.				
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)				
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDDİLMESİ kararı alınmıştır.				
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi.	<input type="checkbox"/> Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:			
Öğrenci Savunmaya	: <input type="checkbox"/> GELMEDİ			
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,				
<input type="checkbox"/> OY BIRLIGI ile REDDİLMİŞTİR.				

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Prof. Dr. Sermin KESECİR	
Üye	Doç. Dr. Korhan ULLUCAN	K. D. Ullucan
Üye	Yrd. Doç. Dr. İbrahim TAY	

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Sigara İçen ve İçmeyen Üsküdar Üniversitesi Öğrencilerinin Yetişkin Seperasyon (Ayrılık) Anksiyeteleri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

16/11/2017

SELİN AYDINLIK

İmza



TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimize başladığım ilk günden, tezimi bitirmeme kadar geçen süreçte gerek bilgi birikimini gerek tecrübesi ile yanımda olan sevgili danışmanım Prof. Dr. Sermin KESEBİR'e sabır ve rehberliği için teşekkür ederim. Aynı zamanda aileme ve arkadaşlarıma sonsuz destekleri için teşekkür ederim.

Selin AYDINLIK

İstanbul, 2017

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

Tez Sınav Tutanağı.....	i
Yemin Metni.....	ii
Teşekkür.....	iii
Özet.....	vii
Abstract.....	ix
Tablolar Listesi.....	x
Giriş.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM– ANKSİYETE KAVRAMINA VE YETİŞKİN SEPERASYON ANKSİYETESİNE GENEL BAKIŞ..... 5

1.1. ANKSİYETE BOZUKLUĞU KAVRAMI VE GELİŞİMİ	5
1.1.1. Anksiyete Kavramına İlişkin Görüşler.....	6
1.1.2. Sosyal Anksiyete Bozukluğu	7
1.1.3. Anksiyete Bozukluklarında Epidemiyolojik Unsurlar	8
1.1.4. Anksiyete Bozukluklarında Etiyolojik Unsurlar	9
1.2. AYRILMAANKSİYETESİNİN İNCELENMESİ.....	10
1.2.1. Tanımlanması ve Epidemiyolojisi	11
1.2.2. Etiyolojisi.....	13
1.2.3. Klinik Açıdan Özelliklerinin Değerlendirilmesi	13
1.3. YETİŞKİN AYRILIK ANKSİYETESİNİNİN İNCELENMESİ.....	14
1.3.1. Tanımlanmasına Yönelik Çalışmaların Değerlendirilmesi.....	16
1.4. YETİŞKİN AYRILIK ANKSİYETESİNE ETKİEDEN FAKTÖRLER	17
1.4.1. Anksiyete İle İlişkili Davranışlar	18
1.4.2. Anksiyete Bozukluklarında Karakter Yapısının Etkisi	19
1.4.3. AnksiyeteBozukluklarının Oluşmasında Travmaların Etkisi.....	20

İKİNCİ BÖLÜM– SİGARA KULLANIMININ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN ANKSİYETE BAĞLAMINDA İNCELENMESİ 22

2.1. ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SİGARA KULLANMA ETKİLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ.....	22
-----------------------------------------------------------------------------------	----

2.1.1. Sigara Kullanımına Yönelimin İncelenmesi	23
2.1.2. Sigara Kullanımının Yaşantıdaki Etkileri	26
2.1.3. Sigara Kullanan ve Kullanmayan Öğrencilerin Sosyal Yaşantıları	27
2.2. SİGARA KULLANAN VE KULLANMAYAN BİREYLERİN ANKSİYETE DURUMUNDAN KAYNAKLI ETKİLERİNİN İNCELENMESİ	28
2.2.1. Sigara Kullanan Bireylerin Anksiyete Durumlarından Etkilenmesi	29
2.2.2. Sigara Kullanmayan Bireylerin Anksiyete Durumlarından Etkilenmesi	30
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM– SİGARA KULLANIMININ YETİŞKİN SEPERASYON ANKSİYETESİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN BELİRLENMESİ	31
3.1. YETİŞKİN SEPERASYON ANKSİYETESİNİN SİGARA KULLANIMINA İLİŞKİN ETKİLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ	31
3.1.1. Sigara Kullanan Öğrencilerin Yetişkin Seperasyon Durumundan Etkilenmesi	33
3.1.2. Sigara Kullanmayan Öğrencilerin Yetişkin Seperasyon Durumundan Etkilenmesi	34
3.2. YETİŞKİN SEPERASYON ANKSİYETESİ İLE SİGARA KULLANIMI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ	36
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM– YÖNTEM VE BULGULAR	38
4.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ	38
4.2. ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ	38
4.3. ARAŞTIRMANIN PROBLEM CÜMLESİ	38
4.4. ARAŞTIRMANIN SORULARI	39
4.5. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI	39
4.6. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	39
4.6.1. Veri Toplama Araçlarının Geçerliliği	39
4.6.2. Veri Toplama Araçlarının Güvenilirliği	41
4.7. BULGULAR	43
4.7.1. Üniversite Öğrencilerinin Demografik Bilgi Formuna İlişkin Bulgular	43
4.7.2. Üniversite Öğrencilerinin Demografik Özelliklerine Göre Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin İncelenmesi	45
4.7.3. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Demografik Özelliklerine Göre Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin İncelenmesi	48
Sonuç	51

Kaynakça.....	56
Ekler	64
Ek. 1: Sosyo-Demografik Bilgi Formu	64
Ek. 2: Yetişkin Seperasyon Ayrılma Anksiyetesi Form Ölçeği.....	65
Özgeçmiş.....	69



ÖZET

SİGARA İÇEN VE İÇMEYEN ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ ÖĞRENCİLERİNİN YETİŞKİN SEPERASYON (AYRILIK) ANKSİYETELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

(AYDINLIK, Selin, Yüksek Lisans, İstanbul, 2017)

Yetişkin seperasyon anksiyetesi ise, bireyin gerçek ya da bir algılamaya ilişkin ayrılma yaşaması ile beraber ortaya çıkan bir unsur olduğunu belirtmektedir. Ayrılık anksiyetesinin genel olarak çocuklarda görülen bir durum gibi değerlendirilmesi sonucunda, yapılan çalışmaların yetişkinlik dönemine özgü olanlarda da meydana gelen bir unsur olması, bu duruma yönelik çalışmalara eğilim gösterilmesine etki etmiştir. Buna göre anksiyeteye etki eden temel faktörler bu bağlamda irdelenmiş olmaktadır.

Buna dayalı olarak araştırma kapsamında Üsküdar Üniversitesi öğrencilerinin sigara kullanmaya olan yönelimleri değerlendirilmeye çalışılmıştır. Elde edilen bulgularda, kadınların ayrılık anksiyetesi düzeylerinin erkeklere kıyasla yüksek olduğu, 18-25 yaş arası kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin 26 yaş ve üzeri kişilere kıyasla yüksek olduğu, lisans mezunu kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin diğer kişilere kıyasla sigara kullanan kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin kullanmayan kişilere kıyasla yüksek olduğu, herhangi bir işte çalışmayan kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin çalışan kişilere kıyasla yüksek olduğu, sigara kullanmayan kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin diğer kişilere kıyasla düşük olduğu, sigara içen kadınların ayrılık anksiyetesi düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu, sigara içen 18-25 yaş arası kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin 26 yaş ve üzeri kişilere kıyasla yüksek olduğu, sigara içen ve herhangi bir işte çalışmayan kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin çalışan kişilere kıyasla yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu durumlar, sigara kullanımı ile anksiyete arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Sigara Kullanımı, Üniversite Öğrencisi, Yetişkin Seperasyon
Anksiyetesi

ABSTRACT

EVALUATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ADULT STUDENTS OF SMOKING AND INSUFFICIENT ÜSKÜDAR UNIVERSITY STUDENTS ON ADULT SEPERATION (SEPARATION)

(SURNAME, Name, Master, Istanbul, 2017)

Adult seperation anxiety indicates that the individual is an element that emerges with the real or perception of separation. As separation anxiety is generally regarded as a phenomenon seen in children, the fact that the studies carried out are also a factor in the adult-specific ones has influenced the tendency to work towards this situation. Accordingly, the main factors affecting anxiety are examined in this context.

Based on this research, Üsküdar University students were tried to evaluate their tendency towards smoking. The findings showed that the levels of separation anxiety were higher in women compared to men, the levels of separation anxiety in 18-25 year olds were higher than those in people aged 26 years and over, the level of separation anxiety levels of undergraduates compared to those of other people, and the level of separation anxiety levels of smokers the level of separation anxiety was higher in non-working persons compared to the other persons, the level of separation anxiety was lower in non-working persons than in the other persons, the level of separation anxiety in smokers was higher than that in men, the levels of anxiety were higher than those of people aged 26 years or older, the levels of separation anxiety of smokers and those who did not work at all were higher than those who were interviewed. These situations indicate that there is a meaningful relationship between smoking and anxiety.

Key Words: Smoking, University Student, Adult Separation Anxiety

TABLULAR LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 1. Ölçeğin Geçerliliği	37
Tablo 2. Ölçeğin Güvenilirliği.....	38
Tablo 3. Demografik Bilgilerin Dağılımı	40
Tablo 4. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi.....	41
Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi	42
Tablo 6. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Eğitim Yılı Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi	42
Tablo 7. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Yaşanılan Yer Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi	42
Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Sigara Kullanma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi	43
Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi.....	43
Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Kaç Senedir Sigara Kullanıldığı Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi.....	43
Tablo 11. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi.....	44
Tablo 12. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi.....	44
Tablo 13. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Eğitim Yılı Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi.....	45
Tablo 14. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Yaşanılan Yer Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi.....	45
Tablo 15. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi	46
Tablo 16. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Kaç Senedir Sigara Kullanıldığı Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi	46

GİRİŞ

Ayrılma anksiyetesi, bireyin bağlanma duygusu ile bağlı olduğu bireylerden ayrılması sırasında anksiyete durumunu yaşaması şeklinde ifade edilmektedir. Genel kapsamda ifade edilmesi ve anksiyetenin ortaya çıkmasının özellikle de çocukluk dönemine ilişkin olarak meydana gelebileceği ifade edilmektedir. Ayrılma anksiyetesinin etkisine dayalı olarak etkinin uzun sürmesi, şiddetli bir anksiyete halinin oluşmasından kaynaklanmaktadır. Bu çerçevede bireyin uzun süren bir dönemi kapsayan işlevselliklerde sorunların oluşması söz konusu olmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 1994).

Ayrılma anksiyetesine ilişkin belirtilerin yalnızca çocukluk dönemine ait olan bir kavramla ilişkilendirilmesine rağmen yetişkinlikte de meydana gelebildiği ve çocukluk döneminden daha etkili olabileceğini ifade eden çalışmalar yer almaktadır. Bu durumda yetişkin seperasyon anksiyetesi şeklinde ifade edilmekte olup çok daha etkili bir sürecin meydana gelmesine ortam hazırlayabilmektedir (Maysel et al., 2000). Bu durumda yetişkinlik döneminde ayrılma anksiyetesi yaşayan bireyin, çocukluk döneminden bağımsız olabileceği gibi çocukluk döneminde de yaşamış olduğu unsurlara göre değişkenlik kazanmaktadır. Aynı zamanda bireyin kişisel özellikleri de bu durumun şekillenmesine ortam hazırlamakta ve yetişkin seperasyon anksiyetesinin yaşanmasına neden olabilmektedir (Diriöz ve ark., 2011).

Yetişkin seperasyon anksiyetesi, bireyin gerçek ya da bir algılamaya ilişkin ayrılma yaşaması ile beraber ortaya çıkan bir unsur olduğunu ifade etmektedir. Ayrılmanın bireyi zor bir duruma sürüklemesi ile beraber işlevsel bozukluğun fazlaca meydana gelmesi, bireyin hem çocukluğuna hem de kişisel özelliklerine bağlı olarak etkisini farklı düzeylerde göstermektedir. Bu bağlamda etken olan faktörlerden birisi olarak ifade edilebilecek olan unsur, madde bağımlılığı etkisi olmaktadır (Beck et al., 1993). Bireyin yetişkin seperasyon anksiyetesi durumu yaşaması ile beraber madde bağımlılığına yönelmesi ve günümüzde de en çok sigara kullanımına ilişkin yönelime rastlanması söz konusu olabilmektedir. Bu bağlamda bireyin sigara kullanmaya yönelim göstermesine etki eden unsurlar arasında en belirginlerinin depresyon ve anksiyete

durumunun var olması hususudur. Bu nedenle öncelikli olarak bu tedavilerin çözümlenmesi gerekliliği, sigara kullanımına yönelim gösteren bireyleri önleyebilme açısından önemli bir unsur olabilmektedir (Brown et al., 1997).Bağımlılık unsurunun azaltılmasına yönelik olarak geliştirilen çalışmalar, öncelikli olarak etken olan faktörlerin niteliklerinin azaltılmasını sağlamaya yönelik çalışmalar olmaktadır. Bu durumda sigara kullanan bireylerin yetişkin seperasyon anksiyetesinin olabilmesine yönelik olarak tedavilerin geliştirilmesinin yanı sıra, bazı çalışmalarda sigara kullanan bireylerin daha farklı etkenlerden kaynaklı olarak yönelim gösterdiklerini belirtmektedir (Yeltepe Ercan, Yargıç ve Karagözoğlu, 2016). Sigara kullanmaya yönelim gösteren bireylerin çok çeşitli unsurlardan kaynaklı olarak sigaraya kullanmaları, çeşitli psikiyatrik etkenlere dayalı olarak meydana gelebileceğini göstermektedir. Ancak sigara kullanan bireylerin, bağımlılıklarının ortadan kaldırılması ile beraber gerginlik, ayrılma anksiyetesi, hastalanma korkusu gibi olumsuz nitelik taşıyan unsurların ortadan kaldırılması sağlanabilmekte ve bireyin ruhsal açıdan iyileşmesi söz konusu olabilmektedir. Sigara içmeye yönelimlerin, ayrılma anksiyetesi ile ilişkisi değerlendirildiğinde hem çocukluk hem de yetişkinlik döneminde kullanmaya yönelimleri ile beraber meydana gelebileceği ifade edilmektedir. Bireyin bağlanmakta olduğu kişiden ayrılması ile beraber rahatlama ihtiyacını hissetmesi ve sigara kullanımı ile stresi az da olsa azaltabileceği düşüncesi meydana gelebilmektedir. Bu durumun özellikle de genç bireylerde, yaşlı bireylerden önce gözlemlenmesi belirtilebilmekte ve ayrılma anksiyetesinden en çok gençlerin etkilendiği belirtilebilmektedir (Kamışlı ve ark., 2008).

Öğrencilerin sigara kullanmasına yönelim göstermesinde ayrılma anksiyetesi durumunun etken olduğu ve bu duruma yönelim gösterme ile beraber stres unsurlarının azaltılabileceği düşüncesi yer almaktadır. Bu kapsamda Pancar (2009) tarafından öğrencilere yönelik olarak geliştirilen bir çalışmada, ayrılma anksiyetesi durumunun meydana gelmesi halinde, çözümlenme yönelimli olarak çeşitli stres azaltıcı yöntemlere başvurdukları belirlenmiştir. Bu duruma yönelim göstermelerinde ise asıl unsurların, korku duygusu yaşamak istememeleri, gerginliklerin sonlandırılarak coşkunun yaşanmasını istemeleri ve yalnızlık duygusunu sonlandırabilmeyi başarmak istemeleri olmaktadır.

Sigara kullanımı, günümüzde hızla artış gösteren ve buna dayalı olarak hem fizyolojik hem de psikolojik sorunların meydana gelmesine etki eden bir durum olmaktadır. Sigara kullanımı ile beraber fizyolojik sorunlarda artışların olması, erken yaşta ölümlerin meydana gelmesine etki etmekte ve bu durumun belirginliği günümüzde artan bir eğilimle devamlılık göstermektedir. Diğer yandan psikolojik etkiler de, sigara kullanımı ile beraber daha önemli bir yapıya ulaşmaktadır. Sigara kullanan bireylerin daha stresli bir yapıya sahip oldukları ve bu durumun sürekli olarak bireyin öğrencilik hayatına, iş hayatına ve topluma yönelik yapıya bağlı sorunları oluşturmalarına etki göstermektedir (Brown et al., 1997). Bireyin yaşantısının kalite açısından düşük bir seviyede olması da bu temelde önemli bir yapıya teşkil etmektedir. Bireyin sigara kullanımı ile beraber meydana gelen psikolojik etkiler kadar, sigara kullanmaya yönelim göstermesine etki eden psikolojik sorunlar da önem arz etmektedir. Bireyin ailesi ya da yakınlarının bu temelde çözümler geliştirmemeleri halinde, birilerinden ayrılmalarına bağlı olarak sorunlar yaşamalarına etki oluşturabilmektedir (Boyacı ve ark., 2003). Diğer yandan her duruma yönelik psikolojik etkiler bu temelde önemli bir gösterge haline gelebilmektedir. Bu nedenle, sigara kullanmaya bağlı etkilerin azaltımının sağlanması ya da var olan etkilerin durdurulmasına yönelik geliştirilmesi gereken çalışmalar önem arz etmektedir.

Bu kapsamda çalışma çerçevesinde, sigara içen ve içmeyen öğrencilere yönelik olarak yetişkin seperasyon anksiyetesinin ilişkisi belirlenmeye çalışılacaktır. Diğer yandan araştırmanın Üsküdar Üniversitesi öğrencilerine uygulanarak çalışmanın geçerliliğinin desteklenmesi sağlanacaktır. Bu bağlamda çalışmanın birinci bölümünde öncelikli olarak anksiyete bozukluğunun ve yetişkin seperasyon anksiyetesi bozukluklarının incelenmesi sağlanacaktır. Diğer yandan bu bozuklukların, etiyolojileri incelenerek klinik açıdan özelliklerinin değerlendirilmesi sağlanacaktır. Yetişkin ayrılma anksiyetesinin meydana gelmesinde, etken olan faktörlerin değerlendirilerek çalışmanın ikinci bölümünde, sigara kullanan ve sigara kullanmayan bireyler üzerinde ayrılma anksiyetelerinin incelenmesi gerçekleştirilecektir. Çalışmanın üçüncü bölümünde ise yetişkin seperasyon anksiyetesi ile sigara kullanımının ilişkilendirilmesi sağlanarak, dördüncü bölümde sigara içen ve içmeyen öğrencilere dayalı olarak uygulamaların yapılması sağlanacaktır. Yetişkin seperasyon anksiyetesine ilişkin form

ölçeğinin incelemesi ve analizlerin SPSS programı ile tespit edilmesi sağlanarak çalışma odağının desteklenmesi sağlanacaktır. Çalışmanın tamamlanması ile beraber sigara içen ya da içmeyen öğrencilerin yetişkin seperasyon anksiyetesinden kaynaklı sigara kullanma oranları belirlenmiş ve gerekli unsurların ifade edilmesi gerçekleştirilmiş olacaktır.



BİRİNCİ BÖLÜM

ANKSİYETE KAVRAMINA VE YETİŞKİN SEPERASYON ANKSİYETESİNE GENEL BAKIŞ

1.1. ANKSİYETE BOZUKLUĞU KAVRAMI VE GELİŞİMİ

Anksiyete kavramı genel kapsamda incelendiğinde, kaygı, bunaltı, sıkıntılı halin oluşması ve boğulma hissi anlamlarına geldiği ifade edilebilmektedir. Anksiyete bozukluklarının meydana gelmesi ile beraber bireyde çeşitli fizyolojik ve psikolojik etkiler meydana gelebilmektedir. Bu bağlamda çarpıntı halinin oluşması, nefes alma durumlarına yönelik zorlukların meydana gelmesi ya da hızlı nefes almanın görülmesi, boğulma hissi yaşıyormuş gibi hissedilme, kalp hızında artışların gözlemlenmesi, el ve ayaklarda titremelerin oluşması, terlemelerin aşırı şekilde meydana gelmesi gibi etmenler fizyolojik etmenler olarak meydana gelebilmektedir. Psikolojik olarak gözlemlenen unsurlar ise sıkıntı halinin oluşması, heyecanların meydana gelmesi, sürekli olarak kötü bir şey gerçekleşecekmiş düşüncesinin oluşması, korku gibi insan hayatına etki yapan faktörlerdir (Arkonaç, 1999; Ünsal, 2007).

Anksiyete durumunun belirlenmesi, bir uyaran durum ile ilişkili veya ilişkisiz nitelikte olabilen korku ve endişe durumunun yaşanması halinde duygusal durum şeklindedir. Anksiyetenin bireyde oluşması ile beraber çevresinde oluşan değişikliklere, yanıt vermesine etki eden emosyon olmaktadır. Anksiyete halinde psikiyatrik bozukluk etmenlerinde farklı unsurlara yönelim gösterme ve organik bozuklukların meydana gelmesi hali olabilmektedir (Eşel, 2003). Diğer yandan anksiyetenin bireyde normal seviyede olması, kendisini tehdit niteliğinde gördüğü olaylardan kaçma ya da olaylar ile savaşılarak çözümlenme sürecini takip edebilme açısından gereklilik arz etmektedir (Stanley and Beck, 2000). Ancak ifade edilebilir ki herhangi bir tehlike durumu bulunmazken olayların uzun sürmesi ve sonlandırma sorunlarının meydana gelmesinden kaynaklı olarak anksiyetenin patolojik bir etken olduğu belirtilebilmektedir (Uzbay, 2002).

Anksiyete, bunaltı durumlarının oluşması, can sıkıntılarının yaşanması ve endişe hallerinin hoş olmayan bir şekilde meydana gelmesi şeklinde de tanımlanabilmektedir. Hastalar tarafından ise bu durum, aşırı korku hali ile aşırı stres dolu anların yaşanması şeklinde belirtilerek rahatsızlık veren duyguların fazlaca oluşarak rahatsızlık verici bir boyut taşınması ile ifade edilmektedir. Belirtilen gün geçtikçe sıklaşması ve yoğunlaşması tarzında meydana gelmesi, fiziksel ve psikolojik unsurlarda zorlu süreçlere etken olabilmektedir. Bu durumların hastalarda meydana gelmesi, gelişim süreçleri açısından gün geçtikçe artması ve bireyin kendisinin çözümleyebileceği düşüncesi, sorunların daha da fazlalaşmasına ortam hazırlamaktadır. Bu çerçevede anksiyete bozuklukları “buzdağı etkisi” olarak nitelendirilmekte ve bu süreç, normal süreçten çok aşırı etki eden bir sürecin oluşturulmasına neden olmaktadır (Sürmeli, 1997).

1.1.1. Anksiyete Kavramına İlişkin Görüşler

Anksiyete kavramı, insanlık tarihinden günümüze değin çok fazla şekilde kullanılan kelimelerden birisi olmuştur. Anksiyete ve anksiyete bozuklukları durumlarının tespitine yönelik çalışmalar gerçekleştiren Freud (1856-1939) olmuştur. Anksiyeteye dayalı olarak ruhbilim tarafından geliştirilen çalışmalar ise 1940’lı yıllar ile beraber hız kazanmıştır (Köknel, 1988). Freud tarafından anksiyete kavramına ilişkin geliştirilen görüş, anksiyetenin oluşturulmasında, bireyin hem toplumsal hem de fiziksel çevrelere alışmada ve tehlikelere karşı adaptasyon sağlama sürecinde hayatının devamlılığı için gerekli olan bir unsur şeklindedir (Gençtan, 1993). Anksiyete duygusunun oluşmasının temelini Freud, libidodan kaynaklı olarak meydana geldiğini belirterek bireyde id, ego ve süper ego unsurlarının kişiliğin oluşmasında önemli etkenler olduğunu ifade etmiştir (Çavuşoğlu, 1990). Freud anksiyete kavramını açıklamak temelinde genel olarak üç ifade üzerinde yoğunlaşmıştır. Bu sınıflandırmalardan nevrotik anksiyete, nedeninin bilinemediği bir tepki biçimi şeklinde anksiyetenin oluştuğunu ve davranışsal tepkilerde mantık dışı işlerin yapıldığını ifade etmektedir. Sınıflandırmadan ikincisi ise törel anksiyete kavramıdır. Bu anksiyete ise egonun bireyde çok fazla bulunması ile birlikte utanç hali yaşaması ve suçluluk duygusuna bürünmesi şeklinde belirtmektedir. Sınıflandırmanın üçüncüsü olan gerçek

anksiyete kavramı ise hem fiziksel hem de toplumsal çevrelere dayalı unsurlardan kaynaklı olarak oluşabilecek tehlikelerden uyarıların meydana gelmesi ve yaşamını daha anlamlı bir çerçevede sağlayabilme durumunun oluşturulması söz konusudur (Gençtan, 1993).

Adler'e göre ise anksiyete belirtisinin başlangıcı, aşağılık kompleksine girmesi ile başlamaktadır. Bu duruma ilişkin olarak bireyin acı duyması meydana gelebilmekte ve kendisini eksik hissetmesine etken olmaktadır. Bireyde böyle bir durumun meydana gelmesi ile beraber nevroz başlangıcının oluşması söz konusu olmakta ve birey, başkalarını kontrol etmeye yönelim göstermektedirler (Çavuşoğlu, 1990). Ancak nevroz başlangıçlarına ilişkin olarak farklı yorumlamalar geliştirilmiş ve Otto Rank tarafından, nevroz başlangıcının meydana gelmesi, bebeğin doğumu ile başlayan ve anneden ayrılmadan kaynaklı olarak meydana geldiği söz konusudur. Bu durumu travma hali olarak açıklayan görüşler bulunmaktadır. Goldstein ise anksiyetenin oluşması durumunu, bireyin yetenekleri ile yeteneklerine dayalı olarak istediklerini elde edememesi ve sorunlar yaşaması durumudur. Bireyin bu hali olanaksız ve kendisini yetersiz görmesine neden olması, anksiyetenin gözlemlenmesine neden olmaktadır. Horney'in görüşüne göre ise anksiyetenin meydana gelmesi, korku kavramı ile ilişkilendirmesine etken olmaktadır. Meydana gelen tehlikelere yönelik olarak herhangi bir çözüm geliştirememesi halinde bireyde, dengenin bozulması sorunları meydana gelmektedir (Gençtan, 1993).

Anksiyete kavramına ilişkin olarak daha farklı görüşler geliştirilmekle beraber ruhbilim çerçevesinde anksiyetenin meydana gelmesi, içgüdüsel kaynaklardan, güdülenmelerden, niteliksel tepki uyaranlarından oluşabilmektedir. Sosyal ve kültürel unsurlara dayalı olarak da birey olumsuz bir şekilde etkilenebilmekte ve çözümler geliştirmekte sorunlar yaşayabilmektedir (Varol, 1990).

1.1.2. Sosyal Anksiyete Bozukluğu

Sosyal fobi olarak da ifade edilen sosyal anksiyete bozukluğu, toplumsal korkudan kaynaklı olan bozukluk şeklinde belirtilmektedir. Diğer yandan bireyin

yabancı birisi olarak temas kurması halinde de meydana gelen bir unsur olmaktadır. Bireyin toplumda etkin olmasına engel olan bu durum, kendisinde sosyal anksiyete bozukluğunun meydana gelmiş olduğunu göstermektedir. Bu durumda toplumda gördüğü her bireye karşı yabancılaşmakta ve yeni birileri ile tanışmak istememektedir. Çekingen bir hale bürünmesine neden olan bu husus, korkunun bir etkisi ile meydana gelebilmektedir. Korkunun bir sonucu olarak ifade edilebilecek olan bu husus, yemek yemeden ve konuşmaktan çekinmesine etken olabilmektedir (Binbay ve Koyuncu, 2012).

Sosyal faaliyetlerde azalmalarına meydana gelmesine neden olan sosyal anksiyete bozukluğu, hem psikolojik hem de fizyolojik belirli sıkıntıların meydana gelmesine ortam hazırlamaktadır. Bu bağlamda bireyin kişisel özelliklerine bağlı olarak da değişkenlik gösteren bu rahatsızlık, bireyin genel olarak yaşantısında meydana gelen bazı durumlardan kaynaklı olarak da meydana gelmektedir. Böyle bir durum ile nitelendirme yapıldığında, bireyde sosyal fobi durumunun meydana gelmesine yönelik çalışmalarda %2 ila %15 arasında oluşabileceği yönünde olmaktadır. İfade edilen değer bağlamında cinsiyete ilişkin değerlendirme yapıldığında ise kadınlarda erkeklerden daha fazla meydana geldiği ve oransal olarak ifade edilmesi sağlandığında yaklaşık iki kat daha fazla sosyal anksiyete problemleri yaşadıkları belirtilmektedir (Schneier et al., 1992). Diğer yandan cinsiyet dışında ilişkilendirme yapıldığında işsiz olan, geliri düşük olan ve eğitim düzeyi açısından az olan bireylerde daha sık olarak meydana gelmektedir. Sosyal fobinin bireyde oluşma süreci ise daha çok çocukluk ve ergenlik durumunda ortaya çıkabilmektedir. Kronik bir rahatsızlık belirtilerinden kaynaklı olarak meydana gelen sosyal anksiyete bozuklukları, bireyin yaşamını sınırlandıran en birincil kaynak konumundadır (Ohayon and Schatzberg, 2010).

1.1.3. Anksiyete Bozukluklarında Epidemiyolojik Unsurlar

Anksiyete bozukluklarının günümüzde görülme sıklıklarının artması bağlamında bu duruma yönelik olarak geliştirilen çalışmalarda etkinlik kazanmaktadır. Belirtilerin meydana gelmesi, kliniklerde gerekli tetkiklerin yapılmasını gerekli kılmakta ve bedensel olarak belirtilerin tespit edilmesi sağlanabilmektedir. Hastalığın teşhis edilmesi

ve erken dönemde çözümlenmelerin geliştirilmesi gerekliliği, toplumsal yapıya ekonomik açıdan zarar verici bu durumun önüne geçilmesinde bir zorunluluk teşkil etmektedir. Bu kapsamda Amerika Birleşik Devletleri'ne yönelik olarak geliştirilen çalışmalar sonucunda, bu rahatsızlığa yönelik olarak direkt ve indirekt kapsamda yapılan harcamaların toplamda 42,3 milyar dolar değerinde olduğu tespit edilmiştir (Greenberg, Sisitsky and Kessler, 1999).

Epidemiyolojik unsurlar bağlamında, anksiyete bozukluklarının belirlenmesine yönelik olarak geniş çalışma alanlarına yönelim gösterilmiş ve farklı nitelikteki eştanıların geliştirilmesi sağlanmıştır. Hastalığın oluşmasına neden olan etmenlerin çeşitliliklerinin aşırı düzeyde olmasına neden olan etken, eştanıların farklılıklar içermesi ve farklı hastalar üzerinde tanımlanmaya çalışılmasından kaynaklı olabilmektedir. Bu durumda, eşikaltı sendromlarına yönelik olarak sistemlerin geçerliliğinin belirlenmesi yoluna başvurulabilmektedir. Bu sendromların etkisi anksiyete durumuna ilişkin olarak nitelendirildiğinde, hasta oranlarında artışların meydana geldiği ve bu değerin üçte bire denk düştüğü ifade edilmektedir (Angst and Merikangas, 1997).

Psikiyatrik bozukluklar arasında en yaygın olarak görülen rahatsızlığın anksiyete bozukluğu olduğu ve bu değerin %25 oranlarında olduğu belirtilmektedir. Bu çerçevede ifade edilen hastalığın fazla değerde olması, başka hastalıklarla beraber görülme sıklıklarını artırmaktadır. Anksiyete bozukluklarının bireyde gözlemlenmesinde, temel nedenin belirlenerek çözümlenmelerin her açıdan yapılması durumu sağlanabilmekte ve sorunların giderilmesi söz konusu olabilmektedir. Bu nedenle epidemiyolojik araştırmaların yapılmasında, her etkene dikkat edilmesi, hızlı bir şekilde çözümlenmesine ortam hazırlamaktadır (Bal, 2010).

1.1.4. Anksiyete Bozukluklarında Etiyolojik Unsurlar

Anksiyetenin bireylerde meydana gelmesinde faktörlerden en belirgin olanının genetik unsurlar olduğu belirtilmektedir. Bu duruma yönelik olarak çok sayıda çalışmalar gerçekleştirilmiş ve bu kapsamda özellikle de panik bozukluk, obsesif kompulsif bozukluk ve ileri bir etken olan nörotizm etkisi ve zarardan kaçınmak isteme

durumları gibi genlerin araştırılmasına yönelik çalışmalar ağırlık kazanmaktadır. Araştırmalar kapsamında dikkat edilen konulardan birisi ise çevresel etmenlere yönelik olarak yatkınlıkların belirlenmesi süreci olmaktadır (Bal, 2010).

Anksiyete bozukluklarına ilişkin çalışmalar 1980 yılına değin gerçekleştirilen çalışmalar, hem psikodinamik hem de bilişsel teorilere ilişkin olarak nitelendirilmiştir. Bu kapsamda anksiyete bozukluklarına yönelik olarak gerçekleştirilen çalışmalarda, genetik etmenlerde yerini almaya başlamıştır. Genetik faktörler kapsamında yapılan çalışmalar aile, evlat edinme, assosiyasyon, genetik linkaj gibi çalışmalara dayalı olarak yapılması sağlanmıştır. Bu durum bağlamında ikizlere yönelik olarak geliştirilen çalışmalar, nozolojik kategoriler arasında değerlendirilmektedir (Arnold, Zai and Richter, 2004).

1.2. AYRILMA ANKSİYETESİNİN İNCELENMESİ

Ayrılma anksiyetesi bozukluğu, çocuğun belirli bir süre evde bağlanmış olduğu herhangi birisinden ayrılması ile beraber yaladığı duyguya ilişkin olarak beklenen nitelikten fazla tepki göstermesi ve sürekli olarak anksiyetenin devamlılık hali kazanması durumu söz konusu olmaktadır. Bu durumda çocuk sürekli olarak bir korku haline bürünmekte ve çevresinde bağlanmış olduğu herkesten ayrılabilceği düşüncesini kendisine yer edinmiştir. Diğer yandan ayrılma korkusunu fazlasıyla yaşamasından kaynaklı olarak okula başlamada ya da evden dışarı çıkmada sorunlar yaşanması durumu söz konusu olmaktadır. Bu duruma dayalı olarak işlevsellik açısından sorunları fazlası ile yaşaması durumları meydana gelmekte ve çeşitli güçlükler yaşaması söz konusu olmaktadır (Masi, Mucci and Millepiedi, 2001).

Ayrılma anksiyetesinin oluşmasına yönelik olarak çeşitli faktörler etken olmaktadır. Bu bağlamda çocuğun okul hayatında yaşamış olduğu problemler, kardeş doğumunun meydana gelmiş olması, anne ile çocuk arasındaki bağın bozulması, ebeveynlerden çok uzun süre ayrı kalmasından kaynaklı olarak olumsuzlukları yaşaması söz konusu olmaktadır. Belirtilen unsurlar, ayrılma anksiyetesinin oluşmasına ortam hazırlayan birincil etmenler olarak nitelendirilmektedir. Bu bağlamda ayrılma

anksiyetesi sorunları yaşayan çocuklar, hayatlarının önemli dönemlerinde, herhangi bir gelişimsel açıdan sorunlar yaşamakta ve güçlü bir yapı sergileyememektedirler. Bu durumda bağlanma sorunları yaşamakta ve ayrılmalarda güçsüz bir nitelik göstermektedirler (Eermiş ve ark., 2009).

Ayrılma anksiyetesi bozukluğuna ilişkin tanımlamalar yalnızca çocuk ile sınırlı kalmamakta olup bu tanıyı alan özellikle de annelerde ciddi sorunların meydana gelmesi durumu söz konusu olmaktadır. Bozukluğa ilişkin tanımlamalarda panik bozukluk durumuna sahip olan annelerin çocuklarında, panik bozukluk olmayan annelerin çocuklarından daha sık ayrılma anksiyetesi problemi yaşadıkları belirtilmektedir. Bu durum genetik ile ilişkilendirilmekte olup, ayrılma anksiyetesi bozukluğu yaşayan çocukların, birinci dereceden akrabalarında da görülme olasılıklarının yüksek olduğunu göstermektedir (Silove, Manicavasagar and Curtis, 1996).

Ayrılma anksiyetesinin çocuklarda görülmesi ile beraber bu durum, hayatının tamamını etkiler nitelik göstermektedir. Bu çerçevede çocuğun yetişkinlik döneminde çevresel, sosyal gibi farklı etkenlere dayalı olarak girişimlerde bulunması sırasında sorunlar yaşamasına ortam hazırlamaktadır. Diğer yandan kendisini yakın gördüğü kişilere bağlanarak ayrılmakta sorunlar yaşamasına neden olabilmektedir. Bağlanma ilişkilerinin kopması ile beraber kendisini yakın hissettiği kişiden çocuğun ayrılması, hayatının her döneminde ayrılmaktan korkmasına ve bu nedenle de güçlü bir çevre oluşturamamasına etken olmaktadır. Bu çerçevede ayrılık anksiyetesi probleminin temelinde çocukluk döneminin etkisini fazla olduğu ifade edilebilmektedir (Eermiş ve ark., 2009).

1.2.1. Tanımlanması ve Epidemiyolojisi

Bireyin, aileden ya da yakın çevresinden ayrılması ile beraber anksiyete haline bürünmesi ve bu durumun bir bozukluk olarak etki göstermesi halinde ayrılık anksiyetesi bozukluğu yaşadığı ifade edilebilmektedir. Bu bozukluğun bireyde gözlemlenmesi ile beraber 4 haftayı geçen süreyle hâlâ önemli bir etki göstermesi, çözümlenmesinin zor bir sürece girmesine ortam hazırlamaktadır (Bal, 2010). Ayrılık

anksiyetesi bozukluğunun bireyde gözlemlenmesine ilişkin olarak DSM-IV (Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı)'e göre, tanımlanması aşağıda maddeler halinde belirtilen unsurlardan en az üçünün olması halinde aşırı derecede ilerlemiş anksiyete durumundan söz edilebilmektedir (Diriöz, 2010);

- Bireyin evden ya da yakın çevresinden ayrılması halinde aşırı sıkıntı duyması ve bu durumun yineleyici bir etki kazanması görülmektedir.
- Bağlanmış olduğu kişilerin başlarına bir şeyler geleceğine ya da onları kaybedeceğine yönelik aşırı korku halini yaşamaktadır.
- Kötü bir olay ile bağdaştırma yapıp bağlanmış olduğu kişiden ayrılacağına ilişkin sürekli kurgular üretmektedir.
- Ayrılma korkusunun bir sonucu olarak okula ya da farklı yerlere gitmek istememe oluşabilmektedir.
- Sürekli olarak evde kalmak istemesi ve dışarıya çıkarak farklı ortamlara girmekten çekinmesi meydana gelmektedir.
- Bağlanmış olduğu kişilerin sürekli olarak yakınında olmasını isteme ve bu nedenle de yakın çevrelerinde oturmak istemesi söz konusu olmaktadır.
- Bağlanmış olduğu kişilerden ayrılmak istememesinden kaynaklı olarak en ufak bir ayrılık durumlarının meydana gelmesi halinde, yakınmaların meydana gelmesi durumları oluşmaktadır.

Ayrılık anksiyetesinin tanımlanmasının yanı sıra, epidemiyolojisi de önemli bir etkidir. Bu çerçevede bireyin ilk olarak ne zaman ayrılık anksiyetesi bozukluğu yaşadığının tespit edilmesi gerekmektedir. Bu durumun ilk ve önemli belirtilerinin okul öncesinde gözlemlenebileceği gibi, en sık olarak meydana geldiği yaş grubunun 7 ila 8 yaş arasında görülmekte olduğu ifade edilmekte olup çocuk ve ergen bireylerde epidemiyolojik kapsamda sıklıklar %3'ten %5'e değin değişkenlik göstermektedir. Diğer yandan aynı çalışmalarda, ayrılık anksiyetesi bozukluğunun görülme sıklığı, çocukluk döneminde ergenlik dönemine oranla daha fazla meydana geldiğini göstermektedir (Breton, Bergeron and Valla, 1999).

1.2.2. Etiyolojisi

Ayrılık anksiyetesi bozukluğuna ilişkin olarak geliştirilen çalışmaların çoğunluğu, aile içindeki bağlanma stillerinin ve ebeveynlerin davranışlarının etkisinin ön planda olduğunu ifade etmektedir. Bu bağlamda aile ilişkilerinin güvenli bir bağlanma anlayışı çerçevesinde oluşturulması, çocukların ebeveynlerden uzak kalması halinde herhangi bir problem yaşamalarına etken olmaktadır. Güvensiz bağlanmada ise çocuklar kendilerinin sürekli olarak hata yapacaklarını düşünmekte ve ailelerinden ayrıldıklarında sorunlar yaşamaktadırlar. Ayrılmaların birleşme ile sonuçlanmasında da sürekli olarak sorunlar çıkartabilmekte ve çözümler geliştirilememektedir (Jurbergs and Ledley, 2005).

Etiyolojik unsurlara yönelik olarak bireyde ayrılık anksiyetesi bozukluğunun meydana gelmesi, çeşitli etkenlerden kaynaklı olmakla birlikte çocuklarda biyolojik etkenler önemli bir nitelik göstermektedir. Bireyin yetişkin pozisyonuna gelmesi ile beraber ise çevresel etkenler, önemli bir unsur haline gelmektedir. Sosyal çevrelerinde ve okul hayatında sorunlar yaşayan bireyler genel olarak anksiyete bozuklukları yaşamakta ve bu durum, sevdikleri kişilerden ayrılmaları ile beraber önemli sorunlara neden olabilmektedir (Diriöz, 2010). Hem çocukluk hem de ergen bireylerde gözlemlenen anksiyete bozukluklarında diğer bir etiyolojik unsur, öğrenme yoludur. Aileden kendisini sürekli olarak tehlikelere karşı koruma amaçlı sosyal çevrelerden soyutlama yaşayan çocuklar, hayatlarının her döneminde bu durumlardan kaynaklı sorunlar yaşayabilmektedirler (Diriöz ve ark., 2012).

1.2.3. Klinik Açıdan Özelliklerinin Değerlendirilmesi

Ayrılık anksiyetesi bozukluğunun başlangıcı, öncelikli olarak anne, baba ile kendisini bağlı hissettiği çevresinden ayrılması ile başlayan aşırı kaygılı halin yaşanması durumudur. Bu durumda çocukta gözlemlenen anksiyete bozukluğu, panik bozukluklara ve ileri olması halinde ise teröre kadar yol açabilmektedir. Bu durumun çocuklarda gözlemlenmesi halinde stresin aşırı derecede olmasından kaynaklı olarak etkisi, açıklanamayacak bir boyut taşımaktadır. Gerekli tedavinin özellikle de çocuklara

uygulanmaması halinde, fobi şekline bürünmektedir (Kaplan, Sadock and Grebb, 1994). Sosyal fobinin bireyde gözlemlenmesi ile beraber, bu durumun meydana gelmesine yönelik olarak klinik bulguların çoğu, ayrılma anksiyetesinden kaynaklı olduğunu belirtmektedir. Diğer yandan fobik korku durumu da çok fazla gözlemlenmektedir. Bu bağlamda birey, sosyal nesnelere yaklaşmakta sorunlar yaşamaktadır. Aşırı korku ve aşırı panik durumları, özellikle de çocuklarda kendilerini bağlı hissettikleri kişilerin zarar görecekları ve ayrılacakları korkusunun bir ürünü olarak meydana gelmektedir. Çocuğun anne ve babasından ayrılmak istememesi ve herhangi bir etkinliğe tek başına katılmaya yönelim gösterememesi, ayrılık anksiyetesini belirtisinin klinik açıdan belirlenmesine ortam hazırlamaktadır (Diriöz, 2010).

Ergenlerde ayrılık anksiyetesini bozukluklarının görülmesi durumu ise genellikle ayrılık durumları olsa bile bunu sözle ifade edememektedir. Böyle bir durumda başkaları ile paylaşmadan uzak kalıp sadece düşünmeye yönelik göstermesi, içine kapanık birisi olmasına ve herhangi bir yere gitmeye utanmasına etken oluşturmaktadır. Ebeveyni sürekli olarak takip etmek istemesi de görülmekle birlikte cinsiyete göre de bu durum değişkenlik gösterebilmektedir. Kız çocuklarının kelimeler ile daha çok ifade etmesi söz konusu iken erkek çocuklar bu duruma çok fazla yönelim göstermeyebilmektedir. İçine kapanık birisi olan çocuğun genel olarak hayatında da düzensizlikler yaşaması ve uyku sorunları yaşaması meydana gelebilmektedir. Uykularından kâbuslar ile uyanma da çok sık gözlemlenen bir durum olabilmektedir. Bu nedenle karanlıktan korkma da klinik bulgular arasında değerlendirilebilir. Herhangi bir nedenden kaynaklı olarak değil de çok sayıda nedenin etkisi olabileceğini ifade eden DSM-IV, sorunların iyi bir şekilde saptanması gerekliliğini ifade etmektedir (Jurbergs and Ledley, 2005).

1.3. YETİŞKİN AYRILIK ANKSİYETESİNİN İNCELENMESİ

Ayrılma anksiyetesini bozukluğu kavramına ilişkin olarak bir yaş sınırlaması getirilmek istenildiğinde, genel kapsamda bu çeşit bir çalışmanın ve ayrımın söz konusu olmadığı görülmektedir. Bu bağlamda ayrılma anksiyetesini bozukluğu, “çocukluk hastalığı” olarak ifade edilerek yetişkinlikte görülmesinin pek sık rastlanılan bir durum

olmadığı belirtilmektedir. Bu çerçevede ayrılık anksiyetesi bozukluğunun, 18 yaşın altında ortaya çıkma durumundan söz edilmektedir. Diğer yandan yetişkin bir bireyde ayrılık anksiyete bozukluğu durumu gözlemlense dahi, bu durumun çocuklukta meydana gelen bir ayrılık anksiyete bozukluğunun devamlılığı şeklinde olduğu belirtilmektedir. Hastalığın oluşmasına yönelik olarak DSM-IV açıklamasına göre, geç ergenlikte dahi zor rastlanılan bir durum olduğu ifadesi yer almaktadır (Cyranski et al., 2002).

Ayrılık anksiyetesi bozukluğunun bir göstergesi olarak agorafobi kavramı, çocukluk döneminde yaşanan bozukluğun bir göstergesi sonucu olarak yetişkin hale geldiğinde tekrardan bu hastalığın etkisini göstermesinden söz edilebileceğini belirtmektedir. Bu durum yetişkinlik döneminde başlangıç olabileceğine yönelik çalışmaların gelişme kazanmasını ortaya koymaktadır. Araştırmacıların çoğunluğu bu durumu desteklerken bir kısmı da desteklememekte ve çocukluğunda şiddetli bir ayrılık yaşayanların yetişkinlik döneminde de devamlılığı söz konusu olduğunu belirtmektedirler. Bu bağlamda yapısal duyarlılığın olduğu ve bu durumun çocukluk döneminde ölümüne kadar devamlılık kazandığı belirtilmektedir. Diğer yandan yetişkin ayrılık anksiyetesi durumunun meydana gelebileceği de yine belirtilmekte olup, yetişkinlik döneminde yaşayabileceği ayrılık anksiyetelerinde, “reddedilmeye karşı duyarlılık” ve “kişiler arası duyarlılık” unsurlarının meydana gelebildiği söz edilmektedir (Boyce ve Parker, 1989).

Yetişkin seperasyon anksiyetesine ilişkin olarak geliştirilen çalışmalar da çoğunlukta olup meydana gelme olayları açısından değerlendirmeler yapılmaktadır. Bu bağlamda, anksiyete bozukluklarına ilişkin belirtilerin gözlemlenmesi sonucunda meydana gelen unsurların değerlendirilmesi ve günümüzde madde bağımlılığı, diğer psikiyatrik rahatsızlık, rahatsızlık verici fizyolojik belirtiler, düşünce sisteminde aşırı korku ve kaygı durumlarının yaşanması, sosyal çevreden uzaklaşmaların gözlemlenmesi, içine kapanma gibi farklı unsurlara gösterilen yönelimlerin önemlisi söz konusu olmaktadır (Atlı, 2011).

1.3.1. Tanımlanmasına Yönelik Çalışmaların Değerlendirilmesi

Yetişkin ayrılık anksiyetesinin tanımlanmasına ilişkin geliştirilen çalışmalar, çocukluk döneminde görülen ayrılık anksiyetesi rahatsızlığının tanımlanması ile ilişkilendirilebilmektedir. Ancak bazı tanımlamalar, yetişkin bireyler ile uyumluluk gösteremeyebilmektedir. Çünkü yetişkin bireyin sosyal ve çevresel etmenlere dayalı olarak belirli kişisel özellikler kendisine kazandırmış olması, her bireye göre değişkenlik gösteren bir durumun oluşmasına etken olmaktadır (Berg and Jackson, 1985).

Ayrılma anksiyetelerine yönelik olarak tanımlama çalışmalarının en birincil belirtisi arasında, bireyin bağlandığı kişiden ayrılması ve algılanan unsurun niteliğinin değerlendirilmesi gerekliliğidir. Belirtilerin çocukluk döneminde kendisini göstermesine ek olarak yetişkinlik döneminde de devamlılık kazandığı belirtilmektedir. Ancak çocukluk dönemi ile ilgili bir unsurun bulunamamasından kaynaklı olarak farklılık arz eden bir tanısal kavramın geliştirilmesi gerekmektedir. Bu belirtilerin tam olarak ifade edilmesinde çeşitli kısıtlılıkların ve farklılıkların ifade edilmesinden kaynaklı olarak ayrılık anksiyetesi bozukluğundan farklı şekillerde irdelenmesini gerekli kılmaktadır (Diriöz ve ark., 2012).

Yetişkin ayrılma anksiyetesine ilişkin olarak geliştirilen çalışmalar genel kapsamda fenomenolojisini belirleme, ortaya çıkma zamanını ve devamlılık halindeki belirtileri belirlemeyi gerektirmektedir. Bu çerçevede özellikle de ailelerin, çocukları ile olan iletişimlerde bağlanmaların olması ve sürekli olarak başlarına bir şeyler gelebileceği düşüncesini taşımaları, yetişkin ayrılık anksiyetesinin oluştuğunun bir göstergesi olmaktadır. Ebeveynlerin bu tür bir durumda bulunması, çocukları ile sürekli bir iletişim kurmak istemeleri ve kısıtlamalar getirmeye çalışmalarına etki etmektedir. Bu tür ailelerin yalnızca çocuklarının olması ile değil, aynı zamanda çocukluk döneminden itibaren ayrılık anksiyeteleri yaşadıkları da ifade edilmektedir. Bu durum bir sürekliliğin olduğunu göstermektedir. Bu çerçevede ifade edilebilir ki, ebeveynlerin genel olarak aşırı korumacı bir tavır sergilemeleri ve çocuklarının çevrelerini yönetmek

istemeleri, ayrılma durumlarında sürekli olarak kaygı ve sıkıntı yaşamaları, yetişkin seperasyon anksiyetesinin meydana gelmesine neden olmaktadır (Diriöz, 2010).

Yetişkin seperasyon anksiyetesine bağlı olarak bireylerde bu bozukluğun görülmesi sıklığının belirlenmesine yönelik, çocukluk döneminde yaşamış oldukları anksiyete bozuklukları ile ilişkilendirmenin yapılması söz konusudur. Bu çerçevede çocukluk dönemlerinde ayrılma anksiyetesi yaşayan bireylerin bu tür bir bozukluğu yetişkin dönemde yaşamalarında, etkisinin daha yüksek bir değerde olması, meydana gelen bu durumun çocukluk döneminin bir devamlılık halinden kaynaklandığını göstermektedir (Manicavasagar et al., 2000). Çalışmalar bağlamında her ne kadar çocukluk dönemi ile ilişkilendirme yapılırsa yapılsın, yalnızca yetişkinlik dönemine yönelik etkilerde söz konusu olabilmektedir.

Yetişkin seperasyon anksiyetesinin epidemiyolojik bağlamda tanımlanmasına ilişkin olarak geliştirilen çalışmalarda, bireyin yaşam boyunca yaygınlıklarının belirlenmesine yönelik olmaktadır. Bu çerçevede DSM'de herhangi bir yetişkin seperasyon anksiyetesine yönelik olarak açıklamaların bulunmamasından kaynaklı olarak Shear ve ark., (2006) tarafından geliştirilen bir çalışmada, yetişkin bireylerin bu anksiyete bozukluklarının yaşam boyu sıklık değerleri belirlenerek %6,6 oranında olduğu ifade edilmiştir. Bu değer, gerekli tanımlamaların geliştirilmesi ve çalışmaların yapılmasını gerekli kılmaktadır.

1.4. YETİŞKİN AYRILIK ANKSİYETESİNE ETKİ EDEN FAKTÖRLER

Yetişkin ayrılık anksiyetesinin bireylerde gözlemlenmesi üzerine çeşitli unsurlar geliştirilmekle birlikte genellikle çocukluk dönemlerinden kalan bir bozukluk etkisinin olduğu ifade edilmektedir. Bu çerçevede etken olan birincil faktörün çocukluktan kalma ayrılık anksiyetesi bozukluğu yaşamaları olmaktadır. Diğer yandan bireyin genetik faktörleri de önemli bir etki göstermekte ve ayrılık anksiyetelerinde vermiş olduğu tepkinin değeri, bu durumla bağdaştırılabilmektedir. Bu bozukluğun yetişkinlik döneminde gözlemlenmesi ile beraber bireyin, davranışlarına bağlı olarak da farklılıkların olduğu ifade edilebilmektedir (Mertol, 2011).

Bireyin davranışlarında özellikle de ebeveynlerin çocuklarını korumaya yönelik olması amaçlı kısıtlamaları fazlaca meydana getirmesi, davranışların aşırı bir etki gösterdiği ve sorunların daha fazla olmasına etki etmektedir. Bu çerçevede bireyin yetişkin seperasyon anksiyetesi yaşaması, davranışlar ile ifade edilebilmektedir. Diğer yandan bireyin davranışlarına yönelik olarak anksiyete bozukluğunun düzeyi ve etkisi belirlenebilmektedir (Silove et al., 2010). Yetişkin seperasyon anksiyetesine etki eden faktörlerden davranışların yanı sıra, bireyin karakter yapısı da etken olabilmektedir. Bireyin karakter yapısını hem kalıtsal hem de çevresel etmenler göz önünde bulundurularak şekillenmesinin yanı sıra, anksiyete bozukluğunun bireyde oluşması ile beraber karakter gelişimine etki edebilmektedir. Bu bağlamda karakter gelişimi, hastalık çerçevesinde bütünleşmiş olmaktadır (Arkar, 2004). Yetişkin seperasyon anksiyetesine etki eden diğer bir faktör ise travmalardır. Bireyin kendisine en yakın hissettiği kişiden ölüm ya da boşanma gibi etkenlerle ayrılması, bireyin travma yaşamasına etken olabilmektedir. Bu durumda bireyin, etkilenme düzeyinin farklılık taşıması ve hem travmanın niteliğine hem de bireyin olaydan etkilenme düzeyine bağlı olarak değişkenlik göstermektedir. Ancak travmanın etki etmesi durumu oluşabilmekle birlikte etken olmadığı durumlarda mevcuttur. Bu durum, bireyin karakter yapısı ile ilişkilendirilmektedir (Loas et al., 2002).

1.4.1. Anksiyete İle İlişkili Davranışlar

Yetişkin seperasyon anksiyetesinin yaşanmasında meydana gelen unsurlar bağlamında incelendiğinde, bağlanma davranışı önemli bir etken oluşturmaktadır. Bu davranışın ne zaman ve hangi kuvvetle oluştuğu hastalığın klinik açıdan incelenmesi ve tedavinin yapılabilirliği açısından önemli bir etken oluşturmaktadır (Diriöz, 2010). Bağlanmalarda genel olarak farklı bağlanma şekillerinden söz edilmekle birlikte bu bağlanmalara yönelik davranışlarda değişkenlik göstermektedir. Bireylerin bağlanma durumları, güvenilir bağlanma şeklinde ise ayrılık durumunda bireylerde, herhangi bir anksiyete bozukluğudavranışları gözlemlenmemektedir. Diğer yandan bireyler çevresel unsurlara dayalı, sorunların en az düzeyde olduğu ve çevre yapmaya meyilli bir unsur oluşturmaktadır. Güvensiz bağlanmada ise bireylerde çekingen davranışlar, içe kapanık bir kişilik yapısının oluşmasına neden olmaktadır. Özellikle de aile yapısında

ebeveynlerin çocuklarına karşı güvensizliklerinden kaynaklı olarak sürekli müdahale etme, garip davranma ve çelişkilerin oluşması hususları mevcuttur. Bu tutum, çocuğun yetişkin bir döneme girmesinde dahi, sürekli müdahalelerin devamlılığı söz konusu olmaktadır (Brumariu and Kerns, 2010). Yetişkinlik döneminde ise bireyler, ayrılıklardan kaçınma davranışları sergilemektedirler. Herhangi bir ayrılık durumu yaşamaları ile beraber ise davranışlarında bozukluklar gözlemlenmekte, kendisini boşlukta hissetme, öfkeli bir yapıya sahip olma, gergin olma, isteklere tepki gösterebilmekte ve kurmakta olduğu ilişkilerde ise tutarsızlık söz konusudur. Bu gibi durumların yanı sıra, bireyin davranışlarında kalıtsal özellikler ve çevresel etmenlerde etkili birer faktör olmaktadır. Bireyin yaşamakta olduğu ortam, davranışlarının şekillenmesine ve farklı etkileşimler sonucunda farklı bir yapıya bürünmesine etken olmaktadır. Bu bağlamda, ifade edilen unsurların, hangi çevreden kaynaklı olarak oluştuğu ve ister aile yapısından isterse de çevreye dayalı olarak oluşturulsun, çözümlenmelerin geliştirilmesi önemli bir nitelik taşımaktadır (Svrakic and Cloninger, 2007).

1.4.2. Anksiyete Bozukluklarında Karakter Yapısının Etkisi

Karakter kavramı, çevremizde bulunan insanların var olan durumumuzla ilgili görüşlerinin, gerçekleştirmiş olduğumuz değerlere ve hedeflere ilişkin olarak bireysel farklılık karşılıklarıdır. Daha geniş kapsamda ifade etmek gerekirse karakter, bireyin kendisine ne yaptığını belirtmektedir. Bu çerçevede karakterin hem akılcı hem de idareli olması önem taşımaktadır. Kızgınlık, kırgınlık, öfke, korku gibi önemli duygusal değişimlerde nasıl davranması gerekliliğini bilen ve bu bağlamda bireyin empati kurabilen birisi olması, sabır gösteren bir yapıda bulunması önemli bir unsur olmaktadır. Bu durumun sağlanabilmesi ile beraber birey kendisini yönetebilmekte, işbirliği yapabilmekte ve kendini hayatına etki edebilecek önemli konularda sınırlandırabilmektedir (Arkar, 2004).

Bireyin bağlanma duygusu ile beraber herhangi birisine karşı olan bağlılık hislerinin fazla olması halinde, ayrılığın yaşanması ile beraber psikolojik açıdan bireyin olumsuz bir sürece girmesi durumu söz konusu olabilmektedir. Yetişkin bireylerde

gözlemlenmesi halinde karakter yapısı etkilenebilmekte ve kendisini yönetememe durumu söz konusu olabilmektedir. Böyle bir durumda hem fizyolojik hem de psikolojik açıdan sorunların yaşanması meydana gelebilmektedir. Karakterinde olumsuzluk taşıyan öfkelenme, kaygı, kızgınlık, korku gibi unsurlar önemli bir çerçeveye bürünebilmekte ve sorunların artmasına ortam hazırlayabilmektedir. Aynı zamanda birey, yetişkin seperasyon anksiyetesi yaşamaması durumunda, çevresinde bulunanlar ile anlaşmada, uyum sağlamada ve işbirliği yapmada sorunlar yaşamaktadırlar. Diğer yandan hayatına önemli etkiler bırakabilecek işlevselliklerde, fazlaca hata yapma ve geri çekilmeler yaşayabilmektedir. Bireyin karakterine farklı şekillerde etki eden yetişkin seperasyon anksiyetesi, kendi hayatını zorlu bir sürece sokmasına neden olabilmekte ve kendisini hayattan soyutlayabilmektedir (Svrakic and Cloninger, 2007; Köse, 2003).

1.4.3. Anksiyete Bozukluklarının Oluşmasında Travmaların Etkisi

Travma kavramı, bireyde ruhsal açıdan zorlu bir sürecin oluşmasına etken olan ve beden sarsılmasına, incinmesine ve yaralanmasına ortam hazırlayan bir olaylar bütünü olmaktadır. Bireyin kendisini ruhsal açıdan kötü hissetmesi, yoğun korku halini yaşamaması, dehşete kapılması ve çaresiz bir halde olması, ruhsal travmaların birer etkisi olmaktadır. Ruhsal travma durumunun beklenmeyen ve karşı koyulamayan bir şiddette olması hususu, bireyde hem iç hem de dış kaynaklara yönelik olarak bir tehdit niteliği oluşturmasına etken olmaktadır (Öztürk ve Uluşahin, 2008; Terr, 1990).

Travmaların bireyde gözlemlenmesi çeşitli şekillerde meydana gelebilmektedir. Ancak yetişkin ayrılık anksiyetesi durumlarının meydana gelmesi ile beraber ölüm, boşanma gibi ağır olaylara dayalı olarak bir ayrılığın yaşanması halinde birey, kendisini ruhsal açıdan zorlu bir sürece sokabilmektedir. Diğer yandan birey doğrudan bir ayrılık hali yaşamadan ihmal edilme, duyguların kötüye kullanımı, cinselliğin kötüye kullanımı ve fiziksel açıdan kötüye kullanım durumlarının söz konusu olması halinde de bireyde gözlemlenen ayrılık anksiyetesi bozukluğunun şiddetinin artmasına ortam hazırlamaktadır (Mancini, Van Ameringen and MacMillan, 1995).

Bireyde gözlemlenen travma olaylarının etkisi bağlanma niteliğine ve bireyin karakterine bağlı olarak değişkenlik göstermektedir. Bu bağlamda bireyin yaşadığı ayrılığın etkisi, değişkenlik göstermekte ve ayrılık anksiyetesi bozukluk durumu da farklılık oluşturmaktadır. Ancak travma etkisi yaratan cinselliğın kötüye kullanımı ve fiziksel saldırıya uğrama gibi etkenler önemli birer travma unsurudur. Bireyin bu durumları kaldırabilme düzeyleri ve olaylardan etkilenmelerine yönelik olarak ruhsal açıdan travmalar yaşamasına ve yetişkin seperasyon anksiyetesinin oluşması ya da artmasına ortam hazırlamaktadır (Mertol, 2011).



İKİNCİ BÖLÜM

SİGARA KULLANIMININ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN ANKSİYETE BAĞLAMINDA İNCELENMESİ

2.1. ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SİGARA KULLANMA ETKİLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Günümüz temelinde hem sanayileşmede hem de teknolojideki gelişmelerin hızlı bir şekilde olması, bilgi çağına girmenin bir sonucunu beraberinde getirmiştir. Buna dayalı olarak değişen toplum bünyesinde, özellikle de gençlerde, sigara ve alkol kullanımında artışların olması durumu gözlemlenmiştir. Genel olarak gençlerin sigara kullanmaya yönelim göstermelerinde, eğlence durumu olarak değerlendirmeleri, hem sosyal hem de duygusal ölçüde sorunlarından uzaklaşabilme düşüncesini taşıyabilmeleri, heyecan aramaya yönelim gösterme ve arkadaş çevresinde farklılığın bir göstergesi durumunu ifade edebilmek temelinde sigara kullanmaya yönelim gösterebildikleri söz konusu olabilmektedir (Demircioğlu, 2006).

Genç kesimin sigara kullanmaya yönelim göstermesine çeşitli faktörler etken olabilmektedir. Bu faktörler bir risk niteliği taşımakta olup gençlerin sigara kullanmasına etken olan faktörlerin bir ya da çok sayıda olanının var olması halinde, sigara bağımlısı olma durumları meydana gelebilmektedir. Risk etmenleri arasında ise aile durumları, arkadaş ilişkileri, bireyin genel olarak kişisel özellikleri, okul ortamı, riskli davranışların meydana gelmesi hususu, topluma ya da çevreye dayalı etkiler ifade edilebilmektedir (Ögel, 2002; Alikışıfoğlu ve Ercan, 2002).

Gençlerin sigara kullanmaya yönelim gösterme durumlarına etki eden faktörler arasında ailesel açıdan risk etmenleri incelendiğinde, aile yapısında var olan davranış biçimleri ile aile içerisindeki ilişkilerin etkisi söz konusu olmaktadır (Alikışıfoğlu ve Ercan, 2002; Ünal, 1991). Aile içi davranışlar ve ilişkiler temelinde

incelendiğinde, gençlerin duygusal, sosyal ve bilişsel açıdan gelişimlerini tamamlama süreçleri önemli birer faktördür. Bu bağlamda gençlerin bu gelişim süreçlerinde olumsuz bir etki oluşturacak durumlara maruz kalması halinde, sorunların artması hususu söz konusu olmaktadır. Buna dayalı olarak huzur etkisi ve sorun yaşamama durumu, en birincil etmenler arasında belirtilebilmektedir. Huzurdan uzak ve sürekli olarak bir kavganın olduğu aile ortamında büyüyen çocukların, gençlik dönemlerinde duygusal anlamda eksikliklerin olduğu ve çelişkili duyguların meydana gelmesi hususu söz konusu olmaktadır. Aile ile gençler arasındaki iletişimin kuvvetli bir düzeyde olması, sağlıklı bir gelişim sürecinin ve buna dayalı olarak da sağlıklı bireylerin oluşmasına yardımcı olmaktadır (Ekşi, 1990). Aile içerisinde sağlıklı olmayan iletişime etki eden etmenler arasında aile içerisinde görülen çatışmalar, aile yapısında yaşanan sorunlar, aile bağlarında zayıflıkların olması, aile içerisinde şiddetin fazla olması ve istismar olaylarının söz konusu olması, gençlerin özellikle de sigara kullanmaya yönelim göstermelerine ortam hazırlamaktadır (Ögel, 2002; Çakıcı, 2000). Diğer yandan ebeveynlerin gencin davranışlarına yöneliktutarsız olması, davranışlarında genel olarak sert olması ve aşırı derecede rahatlığın olması, denetimlerin sağlanmasında tutarsızlıkların olması ve gencin davranışlarının tutarsızlık taşıması sorunların artmasına ortam hazırlamaktadır. Bu durumların yanı sıra, önemli olan faktörler arasında anne ve babanın boşanması, anne ve babadan bir veya ikisinin kaybı durumları yaşanan ayrılıkların bir sonucu olarak gençte olumsuz durumların gözlemlenmesine ve sigara kullanmaya yönelim göstermesine etki oluşturmaktadır (Kolay Akfert, Çakıcı ve Çakıcı, 2009).

2.1.1. Sigara Kullanımına Yönelimin İncelenmesi

Sigara kullanımı, toplumsal sağlığı olumsuz yönde etkileyen en önemli ve büyük tehlikelerin başında gelmektedir. Dünya Sağlık Örgütü, yapmış olduğu araştırmalar çerçevesinde, sigara kullanım durumuna yönelik ölüm nedenlerinin, dünya genelinde sekiz ölüm nedenlerinden altıncı sırada yer aldığını ifade etmektedir. Diğer yandan dünya genelinde sigaradan kaynaklı on ölümden birisinin sigara nedenli olduğu belirtilmektedir (Kılınç ve Tezel, 2012).

Sigara kullanımına yönelimin meydana gelmesi ile beraber genel olarak ülkelerde, yasal düzenlemelerin geliştirilmesi ve eğitimlerin verilmesi yönünde çalışmaların geliştirilmesi sağlanmaya çalışılmıştır. Günümüzde bu durum, sigara içme oranlarında azalmaların sağlanabilmesi açısından gerekli olan bir unsur niteliği taşımıştır. Sigara kullanımına yönelim gösterilmesinin nedenlerinin bireyin kişisel özelliklerinin bir farklılığı sonucunda meydana gelmesinden kaynaklı olarak, farklı etkiler sonucunda oluşan bir durum olabilmektedir. Bu bağlamda sigara kullanımında azaltmaların yapılmasında, genel olarak yasal çerçevenin irdelenmesi sağlanmaya çalışılmıştır. Yasal çerçevenin bir etkisi sonucunda gelişmekte olan ülkelerin, gelişmiş ülkelerdeki pazar payında meydana gelen azalmalarının önüne geçebilme düşüncesi sonucunda, yine yasal dayanağa bağlı olarak gizli ve açık reklamlar aracılığıyla özellikle de genç nüfusun özendirilmesi söz konusu olmaktadır. Bu durum gençlerin sigara kullanmaya yönelim göstermelerinde, önemli bir etki taşımaktadır (Boyacı ve ark., 2003; Jairath et al., 2003).

Gençlerin sigara kullanmaya yönelimleri değerlendirildiğinde, dünya genelinde sigara kullanan bireylerin %80'inden daha fazlasının 18 yaşından önce sigara kullanmaya başladıkları sonucu elde edilmiştir. Erken yaşta sigara kullanmaya yönelim gösterenler, üniversite zamanlarında da devam etmekte olup bu durum bir davranış kazanma olarak ifade edilmektedir. Buna dayalı olarak 18 yaşından önce sigaraya başlamada özellikle de aile faktörü önemli bir unsur olmuş ve aile içerisinde huzursuzlukların sonucunda bir davranış durumu olma niteliği kazanmıştır (Kılınç ve Tezel, 2012).

Sigara kullanmaya başlayan ve üniversite döneminde devamlılık gösteren durumlar, sigaranın bırakılmasına yönelik mücadelede geç adölesan döneminin bir sonucu olarak kendisini göstermektedir. Diğer yandan üniversite döneminin, gençlik dönemine yönelik sıkıntıların fazlaca yaşandığı bir dönem olmasından kaynaklı olarak, sosyal çevrenin yenilenmesi ve bireyin çeşitli arkadaş ortamlarında bulunması da, kişilik gelişiminin bir göstergesi olarak sigaraya yönelim göstermesine ya da sigara kullanmada artışların oluşmasına etki edebilmektedir. Aynı zamanda gencin, ailesinden ayrıl kalması ve üniversite hayatında zorluklar yaşaması da sigara kullanmaya yönelim

göstermesine etki gösterebilmektedir. Bu durumda gencin sigara kullanmaya başlamasındaki en birincil etki, sorunlar ile başa çıkabilmek ve sorunları biraz da olsa unutabilmek temelli olmaktadır (Yeşilyaprak, 1986). Sigara kullanmada özgür bir ortama sahip olduğu düşüncesi de bu duruma etki gösteren faktörler arasında yer almaktadır. Diğer bir ifadeyle sigara kullanımında özgürce bir ortamın olduğu bilinci yaygınlık kazanmaktadır (Kılınç ve Tezel, 2012).

Sigara kullanmaya yönelik Türkiye kapsamında gençlerin kullanmaya yönelim göstermeleri incelendiğinde, sigaranın deneme ve bu bağlamda içme ile ilişkili olarak değerlendirilmesi, üniversite öğrencileri kapsamında, %14 ila %48 arasında bir oranın olduğu söz konusudur. İfade edilen rakamlara yönelik değerlendirme, üniversite öğrencilerinin sigara kullanmaya fazlaca yönelim gösterdiklerini ifade etmektedir (Göksel, Cirit ve Bayındır, 2001).

Sigara kullanmaya yönelik ülkemiz genelinde geliştirilen bir çalışma, Boyacı ve arkadaşları tarafından 2003 yılında geliştirilmiştir. Çalışma evrenini kapsayan Kocaeli Üniversitesi öğrencilerinin, %44,4 oranında sigara içicisinin olduğu ve bu oranın %36,2'sinin ise bağımlılık etkisinde bir sigara içicisi olduğu ifade edilmektedir (Boyacı ve ark., 2003). Yazıcı ve Ak tarafından Karadeniz Teknik Üniversitesi bağlamında geliştirmiş oldukları çalışmada ise araştırmaya katılım sağlayan öğrencilerin %48'inin sigara kullanmakta olduğu ve bu orana yönelik değerlendirmede, sigara kullanma yaşının 17-27 yaş aralıklarında olduğu belirlenmiştir (Yazıcı ve Ak, 2008).

Çalışma kapsamı incelendiğinde, sigara kullanmaya yönelimde üniversite etkisinin kuvvetli olduğu ve bu duruma etki eden faktörlerde ise bireyin genel kişilik yapısının önemli bir çerçevede olduğu belirtilebilmektedir. Diğer yandan üniversite yaşantısından önceki dönemlerde de sigara kullanmanın etkin olduğu ve yönelim gösterilmesinde özellikle de aile içi durumların belirgin birer faktör oldukları ifade edilebilmektedir. Aile ebeveynlerinin birbirlerine yönelik davranışlarının yanı sıra, çocuklarına olan davranışlarda önemli bir pozisyon taşımaktadır. Buna göre ailelerin, çocuklarına gereğinden sert veya gereğinden yumuşak bir davranış sergilemeleri, bu tür

bir sorunun meydana gelmesine etki oluşturabilmektedir (Kolay Akfert, Çakıcı ve Çakıcı, 2009).

2.1.2. Sigara Kullanımının Yaşantıdaki Etkileri

Sigara kullanımının genel olarak etkileri değerlendirildiğinde, hem sağlık hem de ekonomik temelde olumsuz etkilerinin olduğu ifade edilebilmektedir. Bireyin yaşantısındaki olumsuz etkileri arasında, ergenlik dönemi ile sigara kullanan bireylerin ve bu kullanımı devamlılık haline getirenlerin yarısından çoğunun ölümle sonuçlandığı ve ölümün ise orta yaşlarda olduğu söz konusudur. Sigara içen bireylerin içmeyen bireylere oranla yaşam süreleri, 20-25 yıl daha kısa süreli olduğu belirtilmektedir. Buna dayalı olarak geliştirilen araştırma kapsamında, 1990 yılında hastalıklar ilişkili ölüm oranının %2,6 olduğu belirtilirken 2020 yılında bu oranın %9 olacağı yönünde araştırmaların yapıldığı söz konusudur (Doğu ve Berkitan Ergin, 2008).

Sigara kullanımı ile beraber ruhsal gelişmelere dayalı incelemeler geliştirildiğinde, çocukluk dönemlerinde bir takım saplantıların ve takıntıların olduğu sonucu ifade edilmektedir. Aile ilişkilerinde sorunların meydana gelmesi, ebeveynlerin aşırı derecede sorumsuz ya da çok fazla sert tutumları, sigara kullanmaya yönelim gösterilmesine etki edebilmektedir. Böyle bir durum ileriki dönemlerde sigara kullanımında, hayatın sosyal alanında sorunların meydana gelmesine ortam hazırlamaktadır (Bilir ve Yıldız, 2008). Sigara kullanımı ile beraber sağlık sorunları da belirgin bir özellik göstermekte olup akciğer kanseri, oral kanseri, larenks kanseri, farenks kanseri, mesane kanseri, prostat kanseri ve lösemi olma risklerini fazla derecede içermektedir (Mangır, Aral ve Baran, 1992).

Sigara kullanımı ile beraber belirgin bir özellik taşıyan ve hemen hemen her sigara kullanıcıını etkileyen etmenler arasında, nefes darlığı etkisi yaşatan solunum sistemleri rahatsızlıkları gelmektedir. Bu hastalıklara dayalı olarak meydana gelen ölüm oranları, içmeyenlere göre 40 kat daha fazla olarak gözlemlenmektedir. Bu durum bireyin yaşantısında önemli bir etki yaşatan etmendir. Diğer yandan bireye, sağlığın yanı sıra, ekonomik açıdan da önemli derecede bir etki gösteren ve sürekli olarak

kullanımı ile ekonomiyi oldukça kötü bir sürece götüren etki taşıyabilmektedir. Kullanımının maliyetli olmasının bir sonucu olarak bireye ve topluma fazlaca mal olmasının bir sonucu olmaktadır. Toraks Derneği'ne yönelik olarak geliştirilen bir araştırmada, Türkiye'de yetişkin nüfus kitlesinin yarısının sigara kullanımlı bir yönelim gösterdikleri tespit edilmiştir. Diğer yandan aynı araştırma kapsamında, Türkiye'de sigara içmekte olan 17 milyon kişiden günde 40 milyon doları, yılda ise 15 milyar dolarının sigaraya harcama yaptığı belirlenmiştir (Akyol, 2014).

2.1.3. Sigara Kullanan ve Kullanmayan Öğrencilerin Sosyal Yaşantıları

Sigara kullanımı ile bireylerin yaşantıları, hem sağlıklarını hem de ekonomilerini önemli ölçüde etkileyen ve sosyal yaşantılarına zarar veren bir olgu niteliği taşımaktadır. Sigara kullanmaya yönelim gösteren her dört bireyden üçünün sigara kullanma tiryakisi olduğu ve hayatları boyu kullanmaya yönelim gösterdikleri ifade edilmektedir (Pıçakçıefe ve ark., 2007). Bu durum en önemli küresel sorunlar arasında yer alan ve bağımlılık yapma gücünden kaynaklı olarak da bireylerin yaşantılarını etkileyen önemli bir etkidir (Mayda, Tufan ve Baştaş, 2007). Sigara kullanımı yalnızca bireylere yönelik bir unsur olmakla beraber kalmayıp, hemen hemen her ülke için önemli bir toplum sağlığı sorunu olma özelliği taşımaktadır (Çilingir, Hintistan ve Öztürk, 2012).

Sigara, alkol gibi madde bağımlılıklarına yönelim gösterme durumu, genellikle ergenlik veya erişkinlik dönemi ile beraber gözlemlenen bir husustur. Özellikle de üniversite döneminde, ev ortamından uzaklaşma ve aileden ayrılma durumu, oluşturulan yeni çevre anlayışına olan uyum hususu, eğitime yönelik olan sorunlar durumu ve iş arama yönelimi sırasında, sigara kullanma durumu sık bir şekilde gözlemlenen bir durum olma niteliği taşımaktadır (Duran ve Gözetin, 2017). Bu durumlara yönelik olarak meydana gelen sorunlar, beklentilerdeki çoklukların fazlaca olması, aileden kaynaklı sosyal desteklerde yetersizliklerin olması, gençlerin tercihlerine göre yeterli değerlendirmeyi yapmama ve ruhsal sorunlara dayalı olarak etkilerde bir takım sorunlar etkisini gösterebilmektedir. Bu sorunların bir etkisi olarak meydana gelen aşırı kaygılanma ve stres durumları, üniversite dönemlerinde bireylerin madde kullanmaya

yönelim göstermelerine ve öncelikli olarak sigara kullanımına yönelimine etki etmektedir (Koca ve Oğuzöncül, 2015). Yaşanan sorunların bir sonucu olarak sigara kullanmaya yönelimde acıların ve gerginliğin hemen hemen azaltılması düşüncesi, stres ile başa çıkabilmeye yönelik sigara kullanım durumları belirtilebilmektedir (Doğan ve Eser, 2013).

Sigara kullanan öğrencilerin genel olarak yaşantılarında yukarıda ifade edilen etmenlerden kaynaklı olarak kullanmaya yönelim göstermeleri, çeşitli sosyal aktivitelerde azalmalar ve yalnız kalma durumları meydana gelmektedir. Sigara kullanma düşüncesinde gerginliklerin azalacağı yönündeki etkiler gün geçtikçe etkisini yitirmekte ve birey bağımlı bir hale gelmiş olmaktadır (Gürsoy ve Bıçakçı, 2003). Sigaranın etkisinden kaynaklı olarak mutsuz olma ve haz duymama durumları, herhangi bir sorun yaşamaları halinde ise hemen sigara kullanmaya yönelim gösterme durumları meydana gelebilmektedir. Sigara kullanmayan bireyler ise günlük yaşantılarında, sorunlarla çözüm aramda daha kuvvetli bir yapıya sahip olmakta ve insanlarla kurmakta oldukları iletişimde daha etkin bir potansiyel sergileyebilmektedirler. Bu bağlamda öğrencilerin yaşantılarında hayatlarına bakış açıları ve sosyal yaşantılarına dayalı unsurlarda sigara kullanma etkisi önemli bir fark yaratmaktadır. İfade edilebilir ki sigara kullanmayan öğrencilerin yaşantılarında daha güçlü bir yapı sergilediği gözlemlenmektedir (Duran ve Gözetten, 2017).

22. SİGARA KULLANAN VE KULLANMAYAN BİREYLERİN ANKSİYETE DURUMUNDAN KAYNAKLI ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

Anksiyete bozukluğu kavramı genel olarak, kişinin başkalarından kaynaklı olarak yargılanma korkusunun taşıdığı ve gereğinden fazla sıkıntı yaşadığı durumu ifade etmektedir. Bu durum bireyin kendisini gereğinden fazla kaygılandırmasına ve sosyal çevresinde sorunlar yaşamasına ortam hazırlamaktadır. Kaygı ve korkunun bir etkisi olan anksiyete, bireyin bulunduğu ortamlardan kaçmasına ve farklı ortamlara girmede sorunlar yaşamasına etki göstermektedir. Korkunun mantıksız olması söz konusu olduğundan, bu duruma etki eden faktörler fazlaca ifade edilebilmektedir (Dilbaz ve Güz, 2001).

Anksiyete bozukluğunun bireyde gözlemlenmesinin fazlaca nedenleri olmasının bir sonucu olarak, bu nedenler arasında sosyoekonomik seviyede düşüklüğün olması, sosyal sınıfın düşük olması, işsiz olma, eğitim düzeyinin yeterli düzeyde olmaması sosyal açıdan desteğin fazlaca olması, aile içinde sorunların fazlaca olması, gereğinden fazla baskının ya da gereğinden az baskının gözlemlenmesi, ebeveynlerin ayrılmış olması, farklı çevreye giren üniversite öğrencilerinin zor bir süreç yaşaması gibi unsurlar ifade edilebilmektedir (Gültekin ve Dereboy, 2011). Bu bağlamda anksiyete bozukluğunun bireyde oluşması durumları, buldukları çevreden uzaklaşma ve yalnız kalma hislerinin artmasının yanı sıra, bu kaygılardan kurtulabilme temelinde, madde bağımlılığı gibi etkilere yönelim gösterebilmektedir. Bu durum özellikle de, öğrencilerde sosyal anksiyete bozukluğuna ortam hazırlamayabilmekte ve başka türlü etkilerin de oluşmasına ortam hazırlayabilmektedir. Bu kapsamda gerçekleştirilen bir çalışmada, üniversite öğrencilerinde gözlemlenen sosyal anksiyete bozukluğu sıklığı, %9,8-22 arasında olarak belirlenmiştir (Dilbaz, 2002). Öğrencilerin anksiyetenin bir etkisini yaşaması ile beraber madde bağımlılığına ve bu bağımlılıklardan da en çok sigara kullanmaya yönelim gösterdikleri ifade edilebilmektedir. Sigara kullanımı ile beraber anksiyetenin oluşması durumu da söz konusu olmakta olup, yalnız kalma durumuna yönelim göstermesine etki edebilmektedir. Yalnız kalmanın bir etkisi olan bu durum, çevrelerden uzaklaşma durumunun gözlemlenmesine ortam hazırlamaktadır (Gültekin ve Dereboy, 2011).

2.2.1. Sigara Kullanan Bireylerin Anksiyete Durumlarından Etkilenmesi

Madde kullanımına yönelim gösteren bireylerin genel olarak başka bir psikiyatrik bozukluğun sonucu olarak meydana gelebilen bir durum olması dikkate alındığında, anksiyete bozukluğu da bu hususlar arasında ifade edilebilmektedir. Anksiyete bozukluğu, bireylerin sigara kullanmaya yönelim göstermesine ortam hazırlayarak bireyin sosyal çevresinde sorunlar yaşamasına ve yalnız bir birey olarak kalmak istemesine etki göstermektedir (Berman and Schwartz, 1990). İfade edilen unsurlar genel olarak ergenlerde fazlasıyla gözlemlenen durumlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu durum bir karakterin sonucu olarak etkisini göstermenin yanı

sıra bireyin yaşantısının da bir sonucu olarak meydana gelebilmektedir. Bu bağlamda sosyal çevresinde yaşanan sorunların fazlaşması, sigara kullanımı ile de farklı bir boyuta ulaşmakta ve sorunlar hızlı bir şekilde artabilmektedir. Bu durum sigara kullanan bireylerin, içine kapanmasına ve anksiyete etkisinin gün geçtikçe artmasına etki edebilmektedir (Özbay ve ark., 1991).

2.2.2. Sigara Kullanmayan Bireylerin Anksiyete Durumlarından Etkilenmesi

Her bireyin hayatında yaşayabileceği etkiler arasında duygu yoğunlukların fazlalığı sonucunda kaygı ve korkuların meydana gelmesi durumu oluşabilmektedir. Bu bağlamda bireylerin, bu tür durumlar ile karşılaşmaları sonucunda, yaşamakta oldukları sorunlara olan davranış ve düşüncelerinin önemli bir nitelik gösterdiği ifade edilebilmektedir. Bu sorunları çözümlenmede bireyin mevcut durumu önemli bir faktör taşımaktadır. Bu bağlamda ailesel yaşantıları içerisinde stresli olan ve sürekli olarak sorunlar yaşayan bireylerin kaygıları sürekli bir hale bürünmekte olup madde bağımlılığına ve özellikle de sigara kullanımına yönelim gösterdikleri ifade edilebilmektedir. Ancak sigara kullanımına yönelim göstermeyen bireylerin, daha güçlü bir yapıda oldukları ve anksiyete durumlarına dayalı olarak çözümlenmeler geliştirmesi unsurları olabilmektedir. Kişinin yaşantısının bir sonucu olarak bu durum, çözümlenebilir bir özellik taşıyabilmekte ve sigara kullanmayanların anksiyete sorunlarına çözümlenmeler geliştirmesi daha anlamlı olabilmektedir (Karşıdağ, Alpay ve Kocabıyık, 2005).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

SİGARA KULLANIMININ YETİŞKİN SEPERASYON ANKSİYETESİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN BELİRLENMESİ

3.1. YETİŞKİN SEPERASYON ANKSİYETESİNİN SİGARA KULLANIMINA İLİŞKİN ETKİLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Ayrılma anksiyetesi, bireyin çocukluk döneminde bağlandığı bir kişiden ayrılması sonucunda yaşadığı bir travma etkisi ile yaşamakta olduğu kaygı ve korkular bütünü ifade etmektedir. Bu durumun çocukluk evresinin yanı sıra, yetişkinlikte de gözlemlenebileceği yapılan çalışmalar kapsamında ifade edilmiştir. Bireyin çocukluk döneminde yaşayabileceği bir etkinin yanı sıra, yetişkinlik döneminde yaşayabileceği durumu da söz konusu olmuştur. Diğer yandan bu durumun yetişkinlik döneminde gözlemlenmesi etkisi de, bireyin çocukluk döneminde herhangi bir ayrılık anksiyetesi yaşamasına dayalı veya kişisel özelliklerinin önemli bir sonucu olarak etkili bir şekilde meydana gelebilmesi durumu mevcuttur. Bu bağlamda hangi dönemde olursa olsun ayrılığın bir sonucu olarak aşırı duygu gelişimine dayalı tepkiler meydana geliyorsa, yaşadığı ayrılık travması da o oranda fazla olmaktadır. Diğer yandan meydana gelen travma etkisinin davranışlarda gözlemlenmesi, hem aile hem de sosyal çevre temelinde etkisini gösteren bir yapıya bürünmektedir. Bu durumun en belirgin unsurları, bireyin yalnızca hayatına etki eden bir sorun olması değil, stresli bir yaşantının topluma da çeşitli açılardan zararlar oluşturması, önemli ve hassas bir durumdur. Bireyin okul hayatında, iş hayatında, arkadaş ortamında, aile ortamında ve topluma dayalı olan her davranışın da, bu durumun etkilerinin gözlemlenmesi önem taşımaktadır. Bu nedenle sigara kullanımı ile beraber anksiyete durumunun bireyde oluşması, bu duruma bağlı etkilerin çözümlenmesinin sağlanması temelinde, önemli bir duruma etki etmektedir (Atlı, 2011).

Sigara kullanımının günümüzde yaygın olan bir unsur olmasından kaynaklı olarak, genel kapsamda sigara kullanmaya yönelim gösterenlerin, çeşitli nedenlere

dayalı bir şekilde kullanıma yöneldikleri ifade edilmektedir. Bu bağlamda psikiyatrik rahatsızlıklar, önemli bir etki göstermekte olup bu durumlardan birisinin yetişkinlik döneminde sigaraya yönelimin oluşmasında, seperasyon anksiyetesi olduğu ifade edilebilmektedir (Surlu ve Özcebe, 2002). Bu durumun meydana gelmesinde, duygusal durum sorunları etkin bir nitelik göstermektedir. Stresin bir etkisi ile oluşan anksiyete, ayrılık durumlarında bu stresin etkin bir çerçeveye dönüşmesi durumuna etki edebilmektedir. Diğer yandan bu çerçevede geliştirilen çalışmalar, öğrencilerin genel olarak sürekli bir ilaç kullanmaya yönelimleri ile beraber, anksiyeteyi azaltıcı etki sağlayabilmek ve sorunu giderebilmek temelinde kullanım geliştirebilmektedirler. Diğer yandan öğrencilerin ayrılık anksiyetesi yaşaması halinde, kullanımları sık bir sürece dönüşmektedir. Bu durumu giderme düşüncesi ve kaygıyı azaltma durumlu olarak sigara kullanmaya yönelimin söz konusu olduğu ifade edilebilmektedir. Sigara kullanımı ile beraber, ayrılık anksiyetesi yaşama durumları, yetişkinlik döneminde belirgin bir durum olarak etki gösterebilmektedir. Özellikle de üniversite öğrencilerinin yaşamış oldukları ayrılıkların bir sonucu olarak bu durum, yetkin bir şekilde kendisini gösterebilmektedir (Atlı, 2011). Ayrılık anksiyetesi, üniversite öğrencilerinde belirli değişkenlere göre etkisi azalabilen ya da artabilen bir unsurdur. Bu etkiler arasında cinsiyet, yaş, eğitim durumu, aile durumu, çalışma durumu, ailenin yanında yaşama durumu, madde kullanımığı gibi çeşitli değişkenlerin etkinliğinde gelişme kazanabilmektedir. Bu bağlamda yetişkin seperasyon anksiyetesinin meydana gelmesinde etki oluşturan faktörler arasında sigara kullanımı da yaygın olarak gözlemlenen durumlar arasında değerlendirilebilmektedir. Sigara kullanımı olan öğrencilerin, genel yaşam şartları da bu kullanım süresince, hayatına farklı şekillerde etkiler oluşturan ve yaşam alanını kısıtlamalar ve sorunlar yaşamasına neden oluşturabilmektedir. Sigara kullanan öğrencilerde genel olarak, yetişkin seperasyon anksiyetesinin gözlemlenmesi haline yönelik, meydana gelen etkilerin daha farklı bir pozisyon taşıyabileceği ve sigara kullanmayan öğrencilerin ise, bu durumdan etkilenmelerinin de daha az düzeyde gözlenmesi önemli bir sonuç olarak şekillenmektedir (Kamışlı ve ark., 2008).

3.1.1. Sigara Kullanan Öğrencilerin Yetişkin Seperasyon Durumundan Etkilenmesi

Toplum temelinde sigara kullanım yaşına yönelik incelemeler yapıldığında ergenlik döneminde başlayıp devamlılık kazananların fazlaca olduğu yönünde çalışmalar geliştirilmiştir. Bu bağlamda yapılan çalışmalardan birisinde, 19 ila 20 yaşlarında sigara başlama oranlarının %40 düzeylerinde olduğu belirlenmiştir (Kocabaş, 1998; Saltık, 1991). Bu durumun en birincil açıklaması, lise ve üniversite dönemi öğrencilerinin sigara kullanmaya yönelimlerinin fazlaca olmasından kaynaklanmaktadır. Özellikle de üniversite döneminde aileden uzak kalma durumu, sigara kullanımına yönelim göstermede bir kolaylık etkisi taşımakta ve herhangi bir zorluk anında ya da bir arkadaş grubundan kaynaklı olarak sigara kullanımı söz konusu olmaktadır (Yengil ve ark., 2014). Öğrencilerin ailelerinden ayrı kalmalarına bağlı olarak strese girmeleri ve ailelerinden ayrı bir şehirde olmaları sonucunda sorunlar yaşamaları, stresli bir yaşam etkisinin görülmesine neden olabilmektedir. Bu nedenle sigara kullanımına yönelimler söz konusu olabilmekte ve bu durum da hem fizyolojik hem de psikolojik açıdan problemlerin görülmesine neden olmaktadır. Diğer yandan bu etkiler, anksiyete bozukluğu gibi sorunların oluşmasına ortam hazırlamakta olup, meydana gelen sorunlara yönelik çözümleyici geliştirmeler sunmaları, sorunlu bir yapı teşkil etmektedir. Temelde psikolojik sorunlara bağlı olan etkiler ise bireylerin, öğrencilik hayatlarında farklı etkiler göstermesine neden olabilmektedir. Meydana gelen psikolojik etkiler ise, bu temelde sorunların hızlı bir şekilde büyümesine neden olmaktadır (Kamışlı ve ark., 2008).

Sigara kullanan bireylerin, kullanmaya yönelim göstermesinde en önemli etkenler arasında psikiyatrik sorunların bir sonucu olarak karşımıza çıktığı durumu söz konusudur. Buna dayalı olarak sigara kullanan öğrencilerin, yetişkin seperasyon anksiyetesi yaşaması halinde de sorunlar söz konusu olabileceği ve bu anksiyetenin bir etkisi ile sigara kullanan bireylerin zorlu bir süreç geçirebilecekleri ifade edilmektedir. Bu durumda en önemli husus, sigara kullanma durumu olmasından ziyade sigara kullanmaya yöneliminde de genel olarak yaşamış oldukları sorunlarda güçsüz bir yapı sergileyerek sigara kullanımının meydana gelmesi söz konusudur. Sigara kullanan

öğrencilere etki eden temel hususlar arasında, dayanıksız bir yapı taşımaları ve kaygılı bir yapıyı bünyelerinde taşımaları, herhangi bir ayrılığın etkisi ile daha kapsamlı bir sonuca dönüşmekte ve etkili bir durumun meydana gelmesi söz konusu olmaktadır. Sigara kullanan bireylerin, bu çerçevede sorunlar yaşamaları daha fazla ve zorlu bir sürecin oluşmasına etki gösterebilmektedir (Güreş, 2010).

3.1.2. Sigara Kullanmayan Öğrencilerin Yetişkin Seperasyon Durumundan Etkilenmesi

Sigara kullanımının bir etkisi ile seperasyon durumundan etkilenen bireylerin olmasının yanı sıra, sigara kullanmayan bireylerin anksiyete durumlarına yönelik bakış açıları da farklılık içermektedir. Bu durum özellikle de olayların süreçlerine yönelik eğilimlerde, sigara kullanmayanların daha etkin bir şekilde olayları çözümlene odaklı bir anlayışı geliştirmelerine etki göstermektedir. Bu bağlamda sigara kullanımından ziyade hayatlarının bir döneminde ya da devamlılık dönemlerinde sorunlarla karşılaşan bireyler, seperasyon durumlarına yönelik olarak yine ciddi sorunlar yaşayabilmektedirler. Ancak sigara kullanımının olmadığı ve bireyin kişisel özelliklerinin de bir sonucu olarak olayları farklı bir şekilde değerlendirmeleri önemli bir çerçeve kazanabilmektedir. Bu bağlamda güçlü bir kişiliğin olması ve sorunlara yönelik kaygı ve korkudan ziyade kuvvetli bir yapı sergileyen bireyler, seperasyon anksiyetesine dayalı durumdan fazlaca etkilenmeyebilmektedir (Turhan ve ark., 2011; Söngü, 2014). Seperasyon durumu, bireylerin sigara kullanma durumları ile ilişkilendirildiğinde, stres faktörünün etkin bir düzey taşıması durumuna bağlı olarak, farklı şekilde etki gösterebilmektedir. Ancak bu durum, bireyin kişisel özellikleri ve yaşantı durumlarına bağlı olarak da şekillenen bir yapıyı içermektedir. Bu bağlamda bireyin tüm yaşantıları normal bir çerçevede değerlendirildiğinde, seperasyonun da normal bir seyirde meydana gelmesi söz konusu olmaktadır. Buna dayalı olarak ifade geliştirildiğinde, sigara kullanımının azaltılması ya da sonlandırılması, anksiyeteye bağlı etkilerin en az düzeye indirilmesi çerçevesinde önemli bir etki taşımaktadır (Söngü, 2014).

Öğrenciler temelinde anksiyete durumu incelendiğinde, özellikle de üniversite döneminde öğrencilerin ergenliğin yanı sıra, aileden uzak kalma durumunun meydana gelmesi ve farklı bir çevreye uyum sağlamaya çalışması, çeşitli zorluklarla başa çıkmada güçlük yaşamasına ortam hazırlayabilmektedir. Sorunların fazlaca olduğu bu dönemde, aşırı kaygı ve stres durumları, can sıkıntılarının meydana gelmesi hususu, arkadaş etkisi ve meraklanmaların fazlaca bulunması üniversite öğrencilerini öncelikli olarak sigara ve diğer madde bağımlılıklarına yöneltebilmektedir (Karaçam ve Totan, 2014). Bu durumlara ek olarak, gelecek kaygısının da fazla olması, anksiyete durumlarında artışların oluşmasına ortam hazırlamaktadır. Aynı zamanda öğrencinin, seperasyon anksiyetesi yaşaması durumunda da bu husus meydana gelebilen bir etki taşımaktadır. Bu duruma yönelim göstermede öğrencilerin kişisel özellikleri önemli bir fonksiyon olmakla beraber kaygının üzerinden gelebileceğini düşünen öğrencilerde ise herhangi bir yönelim olmamaktadır. Bu durumun bir göstergesi olarak sigara kullanmayan öğrencilerin olaylara karşı bakış açısı daha güçlü bir yapı sergilemelerine ve çözümlenelerde etkin bir nitelik oluşturmalarına ortam hazırlayabilmektedir (Turhan ve ark., 2011; Süngü, 2014).

Sigara kullanan bireylerin kişilik yapısının özgül bir nitelik taşımamasının bir sonucu olarak aşırı güvensizlik durumları, bireylerde yönelik bağımlılık yaşama ve ayrılmada zorlanmaların meydana gelmesi sonucu seperasyon anksiyetesi, panik durumlarının artması, kaygıların çoğalarak çökkünlük hissi yaşamaları, güçsüz bir yapı sergilemeleri, başarısızlıkların fazlaca oluşacağı yönünde olumsuz duyguların artmasına dayalı sorunlar, sigara kullanmayan bireylerde farklı şekillerde etkisini göstermektedir. Sigara kullanmayan öğrencilerin, kişilerarası iletişiminin kuvvetli bir düzeyde olabileceği, aile yaşantısında hemen hemen sorunlar yaşamayacağı ve bağlanma durumlarının sonucunda ayrılıkta herhangi bir sorunun meydana gelemeyeceği durumları ifade edilebilmektedir. Böyle bir etken, sigara kullanmayan öğrencilerin daha başarılı bir sürece ulaşmasına etki göstermektedir (Onan ve ark., 2016).

3.2. YETİŞKİN SEPERSYON ANKSİYETESİ İLE SİGARA KULLANIMARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Sigara kullanımı ile beraber fizyolojik ve psikolojik hastalıkların meydana gelmesi, günden güne artan bir eğilim göstermektedir. Buna dayalı olarak, dünya genelinde meydana gelen ölümlerde ikinci büyük neden arasında sigaranın olduğu ifade edilmekte olup, bu konuya yönelik yaptırımların geliştirilmesine yönelik faaliyetler hız kazanmıştır. Sigara kullanımı ve meydana gelen ölümlere yönelik Dünya Sağlık Örgütü tarafından geliştirilen bir çalışmaya göre, 20. yüzyılda sigaraya dayalı ölümlerin meydana gelme düzeyi 100 milyon kişi olarak belirlenmiştir. Bu durumun ise 21. yüzyılda, bir milyar kişiyi aşan bir ölümün meydana gelebilmesi sonuçlu bir nitelik ile karşılaşılabileceği yönünde gelişme kazanmaktadır (Ficarra et al., 2010). Diğer yandan buna dayalı olarak sigara kullanımına özgü geliştirilen çalışmalarda, epidemiyolojik bulgular bağlamı kapsamlı, psikiyatrik bozuklukların birer etki nedeni olabileceği görüşü yaygınlık kazanmaktadır. Diğer yandan Amerika'da sigara bağımlılığına yönelik psikiyatrik tanı, en çok görülen bağımlılık durumunu ifade etmektedir (Doğan Şahin ve ark., 2015).

Buna dayalı olarak sigara kullanımı ile psikiyatrik sorunlar arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu ve anksiyete durumu da bu sorunlar arasında değerlendirilen bir unsur olma özelliği taşımaktadır. Buna dayalı olarak ayrılık anksiyetesi de önemli bir işlevsellik göstermekte olup, bireyin bağımlılık sonucuna dayalı olarak yaşayacağı ayrılık etkisi, madde bağımlılıklarına ve özellikle de sigara kullanımına yönelimin gösterilmesine etki edebilmektedir (Karahan ve Epli; 2005; Yiğit ve Khorshid, 2006). Diğer yandan ayrılık anksiyetesi yaşayan bireylerin de sigara kullanması ile beraber daha kuvvetli bir kaygı ve gerginlik durumları yaşadıkları ifade edilebilmektedir (20). Özellikle de üniversite öğrencilerinin bu durumdan kaynaklı bir sorun yaşaması, önemli bir çerçeve olmakla birlikte daha kuvvetli etkilerin oluşmasına ortam hazırlayabilmektedir. Sigara içmekte olan öğrenciler, içmeyen öğrencilere oranla daha kuvvetli şekilde gerginlik yaşayabileceği yapılan çalışmalar ile desteklenmektedir. Aynı zamanda depresyon, yorgunluk ve öfke hisleri de daha kuvvetli bir yapıyı içermektedir (İnci, Ağargün ve Özer, 2003). Buna dayalı olarak sigara kullanımının ayrılık

anksiyetesi ile ilişkisi de kuvvetli bir etkiyi taşımaktadır. Yetişkin seperasyon anksiyetesi yaşayan bireylerin, depresif belirtilerinin fazlaca olmasından kaynaklı olarak sigara kullanmaya yönelim göstermeleri etkin bir nitelik taşımaktadır (Babacan Gümüş, 2015).



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM VE BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde öncelikle çalışmanın yöntemi ve çalışma grubundan söz edilerek veri toplama araçları ile ilgili bilgilerin verilmesi sağlanmıştır. Daha sonraki aşamada ise, veri analizinde kullanılan istatistiksel yöntemlerin açıklanması gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın genel kapsamının, “tarama modeli” olarak tasarlanması sağlanmıştır.

4.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

“Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekilde betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez” (Karasar, 2009).

4.2. ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ

Araştırmanın evrenini İstanbul ilinde üniversite okuyan sigara içen ve içmeyen bireylerin tümü oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, İstanbul ilinde üniversite okuyan 138 sigara içen ve içmeyen birey oluşturmaktadır.

4.3. ARAŞTIRMANIN PROBLEM CÜMLESİ

Araştırmanın problemi:

Araştırmaya katılan sigara içen ve içmeyen üniversite öğrencilerinin ayrılık anksiyetesi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

4.4. ARAŞTIRMANIN SORULARI

1. Üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyetesi düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
2. Üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyetesi düzeyleri yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
3. Üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyetesi düzeyleri eğitim yılı değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
4. Üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyetesi düzeyleri yaşanan yer değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
5. Üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyetesi düzeyleri sigara kullanma durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
6. Üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyetesi düzeyleri çalışma durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
7. Üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyetesi düzeyleri kaç senedir sigara kullandığı değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

4.5. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Bu araştırma İstanbul ilinde üniversite eğitimi gören bireylerden toplanan verilerle sınırlıdır. Araştırmada bireylere dair bilgiler, araştırmacı tarafından hazırlanan “Demografik Bilgi Formu’nda yer alan sorularla sınırlıdır. Bireylerin ayrılık anksiyetesi düzeylerine ilişkin veriler Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ölçeğinin kapsadığı niteliklerle sınırlıdır.

4.6. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

4.6.1. Veri Toplama Araçlarının Geçerliliği

Bu çalışmada ölçeğin yapı geçerliliği açıklayıcı faktör analizi ile ölçülmüş ve sonuçları aşağıda verilmiştir.

Tablo 1. Ölçeğin Geçerliliği

	Faktörler					
	1	2	3	4	5	6
23-	,810					
18-	,746					
8-	,725					
27-	,709					
25-	,708					
5-	,692			,431		
21-	,625	,437				
14-	,622					
24-	,564					
6-	,502	,433				
17-	,498					
16-	,489					
15-	,474					
4-	,424	,413				
12-		,812				
20-		,747				
19-		,699				
2-		,650				
13-	,434	,634				
11-		,582	,469			
9-			,751			
22-			,711			
3-				,704		
26-				-,527		
7-					,700	
1-						-,751
10-						,747
Total	6,35	4,30	2,39	1,56	1,52	1,330

Tablo 1. Ölçeğin Geçerliliği

% of Variance	23,5	15,9	8,86	5,81	5,62	4,925
Cumulative %	23,5	39,4	48,3	54,1	59,7	64,71
KMO	,862	Bartlett's Test of Sphericity				,000

Yapılan açıklayıcı faktör analizi sonuçlarına göre ölçeğin 6 faktörden oluşan bir yapıda olduğu belirlenmiştir. KMO istatistiği 0,862 olup 0,500'den büyük olması sebebi ile yeterli düzeydedir. Buna ek olarak açıklanan toplam varyans %64,71 olarak belirlenmiştir. Daha önceki çalışmalarda ölçeğin faktör yapısı incelenmiş fakat bir alt ölçek uygulaması yapılmadığı için bu çalışmada da ölçek tek boyutlu olarak kullanılmıştır.

4.6.2. Veri Toplama Araçlarının Güvenilirliği

Araştırmada kullanılan anket formu için belirlenen ölçekleri Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış ölçekler arasından seçilmiştir. Bu çalışmada ise 27 maddeli Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ölçeğinin güvenilirlik analizi sonuçları aşağıdaki gibidir.

Tablo 2. Ölçeğin Güvenilirliği

	Cronbach's Alpha Eğer Madde Silinirse
1-	,927
2-	,926
3-	,928
4-	,921
5-	,921
6-	,921
7-	,926
8-	,921
9-	,924
10-	,925
11-	,923

Tablo 2. Ölçeğin Güvenilirliği

12-	,923
13-	,922
14-	,920
15-	,921
16-	,922
17-	,922
18-	,919
19-	,923
20-	,922
21-	,920
22-	,923
23-	,921
24-	,921
25-	,920
26-	,928
27-	,922
Tüm Ölçek	,925

Güvenilirlik analizi, ölçmede kullanılan araçların güvenilirliğini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş bir yöntemdir. Cronbach's Alpha Katsayısının bulunabileceği aralıklar ve değerlendirme kriteri aşağıdaki gibidir:

$0,00 \leq \alpha < 0,40$ ise ölçek güvenilir değil; $0,40 \leq \alpha < 0,60$ ise ölçek düşük güvenilirlikte; $0,60 \leq \alpha < 0,80$ ise ölçek oldukça güvenilir; $0,80 \leq \alpha < 1,00$ ise ölçek yüksek derecede güvenilir bir ölçektir (Kalaycı, 2010).

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ölçeği iç tutarlılık katsayısı $a = 0,925$, buna göre ölçeğin yüksek güvenilirlikte olduğu tespit edilmiştir.

4.7. BULGULAR

Araştırmanın belirlenen yöntemine yönelik geliştirilen analizlerde, bulguların değerlendirilmesinde çeşitli değişkenlere bağlı olarak belirlemeler gerçekleştirilmektedir. Bu bağlamda elde edilen bulgularda demografik özellikler içerisinde cinsiyet, yaş, eğitim yılı, yaşanılan yer, çalışma durumu, sigara kullanma sıklığı ve sigara kullanımının kaç yıldan beri devamlılık kazandığı sorularının belirlenmesi kapsamlı geliştirilmiştir. Elde edilen bilgilere yönelik ise, sigara kullanımının etkilerine göre belirtilen değişkenlerin, anksiyete durumlarından etkilerine bağlı olarak gelişme kazanması söz konusudur. Bu bağlamda araştırma çerçevesinde elde edilen bulguların, sigara kullanan ve kullanmayan öğrencilere yönelik olarak değerlendirilmesi sağlanmaya çalışıldığı ifade edilebilmektedir.

4.7.1. Üniversite Öğrencilerinin Demografik Bilgi Formuna İlişkin Bulgular

Araştırma kapsamında öncelikli olarak öğrencilerin demografik özelliklerine yönelik dağılımlar belirlenmeye çalışılmıştır. Buna göre araştırma kapsamında demografik bilgilerin dağılımı Tablo 3’de gösterildiği üzeredir.

Tablo 3. Demografik Bilgilerin Dağılımı

		Sigara Kullanma Durumu			
		Kullanmayan		Kullanan	
		n	%	n	%
Cinsiyet	Kadın	51	80%	59	80%
	Erkek	13	20%	15	20%
Yaş	18-25 Yaş	27	42%	33	45%
	26 Yaş ve Üzeri	37	58%	41	55%
Eğitim Yılı	Lisans	13	20%	27	36%
	Yüksek Lisans	36	56%	42	57%
	Doktora	15	23%	5	7%
Yaşanılan Yer	Ailem ile	45	70%	66	89%
	Öğrenci evi	19	30%	8	11%
Çalışma Durumu	Çalışmıyorum	19	30%	36	49%
	Okul dışında yarı zamanlı/Serbest	10	16%	12	16%
	Tam Zamanlı	35	55%	26	35%

Tablo 3. Demografik Bilgilerin Dağılımı

Sigara Kullanma Sıklığı	Kullanmıyorum	64	100%	0	0%
	Haftada 1 paketten daha az	0	0%	7	9%
	Günde 1-5 tane içiyorum	0	0%	12	16%
	Günde 6-10 tane içiyorum	0	0%	14	19%
	Günde 11-15 tane içiyorum	0	0%	16	22%
	Günde 16-20 tane içiyorum	0	0%	25	34%
Kaç Senedir Sigara Kullanıldığı	Kullanmıyorum	64	100%	0	0%
	1-3 sene	0	0%	15	20%
	3-5 sene	0	0%	14	19%
	5-7 sene	0	0%	15	20%
	7-9 sene	0	0%	17	23%
	10 sene ve üzeri	0	0%	13	18%
	Toplam	64	100%	74	100%

Sigara kullanmayan öğrencilerin %80'i (51 kişi) kadın ve %20'i (13 kişi) erkek iken sigara kullanan öğrencilerin %80'i (59 kişi) kadın ve %20'i (15 kişi) erkektir. Sigara kullanmayan öğrencilerin %42'i (27 kişi) 18-25 yaş ve %58'i (37 kişi) 26 yaş ve üzeri iken sigara kullanan öğrencilerin %45'i (33 kişi) 18-25 yaş ve %55'i (41 kişi) 26 yaş ve üzeridir. Sigara kullanmayan öğrencilerin %20'i (13 kişi) lisans, %56'i (36 kişi) yüksek lisans ve %23'i (15 kişi) doktora iken sigara kullanan öğrencilerin %36'i (27 kişi) lisans, %57'i (42 kişi) yüksek lisans ve %7'i (5 kişi) doktora öğrencisidir. Sigara kullanmayan öğrencilerin %70'i (45 kişi) ailem ile ve %30'i (19 kişi) öğrenci evi iken sigara kullanan öğrencilerin %89'i (66 kişi) ailem ile ve %11'i (8 kişi) öğrenci evinde kalmakta olduğunu ifade etmiştir. Sigara kullanmayan öğrencilerin %30'i (19 kişi) çalışmamakta,

%16'i (10 kişi) okul dışında yarı zamanlı/serbest ve %55'i (35 kişi) tam zamanlı iken sigara kullanan öğrencilerin %49'i (36 kişi) çalışmamakta, %16'i (12 kişi) okul dışında yarı zamanlı/serbest ve %35'i (26 kişi) tam zamanlı çalışmakta olduğunu ifade etmiştir. Sigara kullanan öğrencilerin %9'i (7 kişi) haftada 1 paketten daha az, %16'i (12 kişi) günde 1-5 tane içtiğini, %19'i (14 kişi) günde 6-10 tane içtiğini, %22'i (16 kişi) günde 11-15 tane içtiğini ve %34'i (25 kişi) günde 16-20 tane içtiğini ifade etmiştir. Sigara kullanan öğrencilerin %0'i (0 kişi) kullanmamakta, %20'i (15 kişi) 1-3 sene, %19'i (14 kişi) 3-5 sene, %20'i (15 kişi) 5-7 sene, %23'i (17 kişi) 7-9 sene ve %18'i (13 kişi) 10 sene ve üzeri süredir sigara kullandığını ifade etmiştir.

4.7.2. Üniversite Öğrencilerinin Demografik Özelliklerine Göre Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin İncelenmesi

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin ayrılma anksiyetesi düzeylerinin, çeşitli değişkenlere göre istatistiksel olarak farklılık gösterip göstermediğini test etmek için tek yönlü varyans analizi ile bağımsız örnekler t-testi yapılmış ve analiz sonuçları bu bölümde sunulmuştur.

Tablo 4. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Kadın	110	,91	,50	2,241	,029
	Erkek	28	,72	,36		

Yapılan bağımsız örnekler t-testi sonucunda kadın ve erkekler arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0,05$). Buna göre kadınların ayrılma anksiyetesi düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	18-25 Yaş	60	,99	,50	2,621	,010
	26 Yaş ve Üzeri	78	,78	,44		

Yapılan bağımsız örnekler t-testi sonucunda 18-25 yaş ve 26 yaş ve üzeri öğrencileri arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0,05$). Buna göre 18-25 yaş arası kişilerin ayrılma anksiyetesi düzeylerinin 26 yaş ve üzeri kişilere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Eğitim Yılı Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Lisans	40	1,04	,49	3,970	,021
	Yüksek Lisans	78	,82	,50		
	Doktora	20	,74	,24		

Yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda lisans, yüksek lisans ve doktora öğrencileri arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0,05$). Buna göre lisans mezunu kişilerin ayrılma anksiyetesi düzeylerinin diğer kişilere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 7. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Yaşanılan Yer Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Ailem ile	111	,89	,49	1,263	,209
	Öğrenci evi	27	,77	,41		

Yapılan bağımsız örnekler t-testi sonucunda ailesi ile ve öğrenci evinde kalan öğrenciler arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p > 0,05$).

Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Sigara Kullanma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Kullanmayan	64	,75	,41	-2,681	,008
	Kullanan	74	,97	,51		

Yapılan bağımsız örnekler t-testi sonucunda sigara kullanan ve kullanmayan üniversite öğrencileri arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Buna göre sigara kullanan kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin kullanmayan kişilere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Çalışmıyorum	55	,99	,51	3,054	,049
	Okul dışında yarı zamanlı/Serbest	22	,77	,54		
	Tam Zamanlı	61	,79	,40		

Yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda çalışmayan, yarı zamanlı ve tam zamanlı çalışan öğrenciler arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Buna göre herhangi bir işte çalışmayan kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin çalışan kişilere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Kaç Senedir Sigara Kullanıldığı Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Kullanmıyorum	64	,75	,41	4,142	,018
	1-5 sene	29	,90	,54		
	5 sene üzeri	45	1,01	,49		

Yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda 1-5 sene arasında ve 5 senenin üzerinde sigara kullanmakta olan üniversite öğrencileri arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Buna göre sigara kullanmayan kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin diğer kişilere kıyasla daha düşük olduğu görülmektedir.

4.7.3. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Demografik Özelliklerine Göre Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin İncelenmesi

Araştırmaya katılan sigara kullanan üniversite öğrencilerinin ayrılma anksiyetesi düzeylerinin, çeşitli değişkenlere göre istatistiksel olarak farklılık gösterip göstermediğini test etmek için tek yönlü varyans analizi ile bağımsız örnekler t-testi yapılmış ve analiz sonuçları bu bölümde sunulmuştur.

Tablo 11. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklaşmasının İncelenmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Kadın	59	1,03	,54	2,281	,026
	Erkek	15	,71	,26		

Yapılan bağımsız örnekler t-testi sonucunda sigara içen kadın ve erkekler arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Buna göre sigara içen kadınların aylık anksiyetesi düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 12. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Farklaşmasının İncelenmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	18-25 Yaş	33	1,11	,52	2,131	,037
	26 Yaş ve Üzeri	41	,86	,48		

Yapılan bağımsız örnekler t-testi sonucunda sigara içen 18-25 yaş ve 26 yaş ve üzeri yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Buna göre sigara içen 18-25 yaş arası kişilerin aylık anksiyetesi düzeylerinin 26 yaş ve üzeri kişilere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 13. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Eğitim Yılı Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Lisans	27	1,08	,49	1,150	,323
	Yüksek Lisans	42	,92	,53		
	Doktora	5	,78	,28		

Yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda sigara içen lisans, yüksek lisans ve doktora öğrencileri arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 14. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Yaşanılan Yer Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Ailem ile	66	1,00	,53	1,662	0,101
	Öğrenci evi	8	,69	,17		

Yapılan bağımsız örnekler t-testi sonucunda sigara içen ailesi ile ve öğrenci evinde kalan öğrenciler arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 15. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Çalışma Durumu Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

		n	\bar{x}	ss	F	p
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Çalışmıyorum	36	1,14	,55	4,245	,018
	Okul dışında					
	yarı zamanlı/Serbest	12	,76	,39		
	Tam Zamanlı	26	,83	,43		

Yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda sigara içen çalışmayan, yarı zamanlı ve tam zamanlı çalışan öğrenciler arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0,05$). Buna göre sigara içen ve herhangi bir işte çalışmayan kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin çalışan kişilere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 16. Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinin Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Düzeylerinin Kaç Senedir Sigara Kullanıldığı Değişkenine Göre Farklılaşmasının İncelenmesi

		n	\bar{x}	ss	t	p
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	1-5 sene	29	,90	,54	-,959	,341
	5 sene üzeri	45	1,01	,49		

Yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda sigara içen 1-5 sene arasında ve 5 senenin üzerinde sigara kullanmakta olan üniversite öğrencileri arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p > 0,05$).

SONUÇ

Ayrılma anksiyetesi kavramı, kişinin bağlanma duygusunun yoğun olduğu bireylerde ayrılması sonucunda meydana gelen birdurum olma temelini yansıtmaktadır. Anksiyete ilişkin geliştirilen çalışmalar ve yorumlamalar, bu tür bir durumun çocukluk dönemine ilişkin bir unsur olduğu yönündedir. Ancak yetişkinlik durumunda da bu tür bir etkinin gözlemlendiği ifade edilmiştir. Diğer yandan bireyin çocukluk döneminde yaşamakta oldukları sorunlar da, yetişkinlik dönemine etki eden bir unsurdur. Bu kapsamda yetişkinlik döneminde meydana gelebilen sorunlar, farklı etkilerin sonuçları olarak şekillenebilmektedir.

Yetişkin seperasyon anksiyetesi, bireyin yaşamakta olduğu ya da algılamakta olduğu bağlanma etkisinin kopmalar yaşaması ile meydana gelen bir sorundur. Ayrılığın bireyi zor bir sürece getirmesi, işlevsel bozukluğun fazlaca meydana gelmesi, bireyin hem fiziksel hem de kişisel özelliklerine göre farklı düzeylerde etkiler oluşturabilmektedir. Buna dayalı olarak etki eden faktörler arasında, madde bağımlılığı belirtilebilmektedir. Kişinin yaşamakta olduğu anksiyete ile beraber madde bağımlılığına yönelim göstermesi ve günümüzde en çok sigara kullanılması ve sigaraya yönelim gösterilmesi durumu meydana gelebilmektedir. Buna dayalı olarak sigara kullanımına olan yönelim ile beraber en belirgin olan yapıların arasında, depresyone ve anksiyete durumları ifade edilebilmektedir. Bu bağlamda öncelikli olarak madde bağımlılığının bırakılması kapsamlı tedavilerden önce, psikolojik etkilerin bir sonucu olan sigaranın bırakılması önemli bir unsurdur. Bu bağlamda sigara kullanan kişilerin, bağımlılıklarını azaltıcı yönde tedavilerin geliştirilmesi ile berabergerginliklerin, ayrılma anksiyetelerinin, hastalanma korkusu gibi unsurların ortadan kaldırılması söz konusu olabilmektedir. Bu durumda bireyin ruhsal yönden iyileşmesi sağlanabilmektedir. Stresin azaltılması ve olumsuz psikiyatrik etkilerin en az düzeye indirilmesi, bu bağlamda bir tedavi ile beraber, önemli derecede azalma gösterebilmektedir. Diğer yandan bu durumun, özellikle de gençler açısından önemli bir unsur olduğu ve yaşlı kesimin etkilenmesinden ziyade, gençlerin sigara kullanımlarının azaltılması önemli bir faktördür.

Buna dayalı olarak araştırma kapsamında Üsküdar Üniversitesi öğrencilerinin sigara kullanmaya olan yönelimleri ve bu yönelimlerdeki etkilerin, belirli değişkenlere göre değerlendirilmesi gerçekleştirilmiştir. Bu bağlamda bulgulara göre, kadınların ayrılık anksiyetesi düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu, 18-25 yaş arası kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin 26 yaş ve üzeri kişilere kıyasla daha yüksek olduğu, lisans mezunu kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin diğer kişilere kıyasla daha yüksek olduğu, sigara kullanan kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin kullanmayan kişilere kıyasla daha yüksek olduğu, herhangi bir işte çalışmayan kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin çalışan kişilere kıyasla daha yüksek olduğu, sigara kullanmayan kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin diğer kişilere kıyasla daha düşük olduğu, sigara içen kadınların ayrılık anksiyetesi düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu, sigara içen 18-25 yaş arası kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin 26 yaş ve üzeri kişilere kıyasla daha yüksek olduğu, sigara içen ve herhangi bir işte çalışmayan kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin çalışan kişilere kıyasla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Buna dayalı olarak araştırma kapsamında, kadın ve erkekler arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma sonucunda, kadınların ayrılık anksiyetesi düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu çalışma ile benzer olarak Demirdiş (2004) tarafından anne babaların ayrılık kaygısı üzerine hazırlanan çalışmada kadınların erkeklere kıyasla daha fazla ayrılık kaygısı düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir. Yıldız'ın (2008) üniversite öğrencilerinin geçmişte yaşadıkları ayrılık kaygısı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine düzenlediği araştırma sonucunda, kadınların erkeklere kıyasla aileden ayrılma ve tek başına kalma konusunda yaşadıkları kaygı düzeyinin daha yüksek olduğu yönündedir. Benzer şekilde Alkin ve Onur (2015) tarafından yapılan çalışmada kadınlarda erkeklere kıyasla ayrılma anksiyetesi görülme sıklığının daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışma bulgularına göre ise, 18-25 yaş arası kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin 26 yaş ve üzeri kişilere kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu çalışmadan farklı olarak Demirdiş (2004) tarafından yapılan çalışmada farklı yaşlardaki anne ve babaların ayrılık kaygısı düzeylerinin anlamlı düzeyde farklılık göstermediği belirlenmiştir. Şirin (2015)

annenine çocuğuna karşı aşırı korumacı tutumuyla annenin çocukluk çağında yaşadığı ayrılık anksiyetesi travması arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine gerçekleştirdiği çalışmada farkı yaşlardaki annelerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin farklılaşmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

İfade edilen çalışmaların ve elde edilen bulguların değerlendirilmesi sağlandığında, anksiyete durumunun cinsiyet ile ilişkili bir unsur olduğu belirtilebilmektedir. Bu bağlamda kadınların ayrılık durumlarından erkeklere oranla daha fazla etkilendikleri ve bu durumun, sigara kullanmaya dayalı olarak da daha etkili bir düzey taşıdığı belirtilebilmektedir. Diğer yandan bu durum, üniversite öğrencisi olmada daha etkili bir pozisyona dönüşmektedir. Böyle bir sonuca ulaşılmasında temel kavram, Yıldız (2008) tarafından geliştirilen çalışmanın da incelenmesi sağlandığında, kadınların aileden uzaklaşma durumlarına bağlı olarak, yoğun bağlanma duygusunun zarar görmesi ve ayrılık durumundan kötü etkilenmelerinin meydana gelmesidir. Aynı zamanda Alkin ve Onur (2015) tarafından geliştirilen çalışmada da bu durum desteklenmektedir. Gerçekleştirilen bu çalışma ile de böyle bir sonucun elde edilmesi söz konusu olmuştur.

Ayrılık anksiyetesine yönelik geliştirilen çalışmalar incelendiğinde, üniversite öğrenciler kapsamlı cinsiyete yönelik ayrılık anksiyetesi durumunun incelenmesi belirlendiği halde, bu kıyaslamaların neye göre şekillendiği yeterince irdelenmediği görülmektedir. Bu çalışma kapsamında irdellemelere yönelim gösterilmiş ve kadınlarda fazlaca olan ayrılık anksiyetesi durumunun nedeninin şekillenmesi belirlenmeye çalışılmıştır. Aynı zamanda araştırmada, sigara kullanan bireylerin anksiyete durumlarına maruz kalma etkileri de incelenmiştir. Bu bağlamda araştırma sonucunda sigara kullanan bireylerin anksiyete yaşamaları daha kolay bir süreç iken, kadınlarda bu durumun özellikle de belirgin bir şekilde meydana geldiği tespit edilmiştir. Aynı zamanda öğrenim düzeyleri ile anksiyete yaşamaları ve sigara kullanmalarına göre de bu durumun belirlenmesi sağlanmaya çalışıldığında, lisans mezunu kişilerde daha fazla meydana geldiği belirlenmiştir. Bu durum işsiz kişiler içinde belirgin bir unsurdur. Çalışmayan kişilerin anksiyete durumlarına bağlı yönelimleri, az olmala birlikte insan ilişkilerinin de etkili bir şekilde kurabilmeleri ve bağlılık duygusu hissetmelerinin daha

az olması, daha etkin bir toplum yapısı açısından önemli bir unsur olarak değerlendirilebilmektedir.

Buna dayalı olarak araştırmaya bağlı genel kapsam değerlendirilmesi yapıldığında, araştırmada lisans, yüksek lisans ve doktora öğrencilerinin ayrılık anksiyetesi düzeyleri incelenmiş fakat anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Benzer şekilde Demirdiş (2004) tarafından yapılan çalışmada farklı düzeyde eğitim durumuna sahip kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır. Ancak gerçekleştirilen araştırma kapsamında ise ilişkili bir unsur olduğu ve lisans mezunu kişilerin, anksiyete durumlarına yönelimlerinin daha fazla olduğu belirlenmiştir. Bu duruma etki eden temel faktörler arasında ise, öğrencilik döneminden aileden ayılma duygusunun etkisi ile meydana gelen bir sonucun şekillenmesine dayalı olduğu belirtilebilmektedir. Diğer yandan bu durum, öğrencilik döneminde zorlukların yaşanmasına ve stresli bir yaşantıya bağlı olarak sigara kullanmalarına yönelimlerine ve daha stresli bir yapıya dönüşmelerine de etki edebilmektedir. Diğer yandan çalışmamız ile eğitim durumuna yönelik bulguda eşdeğer sayılabilecek olan ve Şirin (2015) tarafından geliştirilen çalışmada, annelere yönelik gerçekleştirmiş olduğu çalışmasında eğitim durumunun ayrılık anksiyetesi düzeyine etki ettiği bulgusu elde edilmiştir.

Yapılan testler sonucunda ailesi ile yaşayan veya öğrenci evinde kalan öğrenciler arasında yetişkin ayrılma anksiyetesi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir. Bu çalışma ile ilişkili olarak Yıldız'ın (2008) çalışmasında geniş aile ile yaşayan üniversite öğrencilerinin çekirdek aile ile yaşayanlara kıyasla aileden ayrılma ve tek başına kalma konusunda yaşadıkları kaygı düzeyinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Çalışmalar arasında var olan farklılık durumları, kültürlere ve aileler içerisinde yaşayış tarzlarına bağlı olarak farklı şekillerde gelişmenin kazanılması etkili bir yapının olabileceği ifadesi temellidir.

Araştırmada çalışmaya dayalı sonuçlara göre, herhangi bir işte çalışmayan kişilerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin çalışan kişilere kıyasla daha yüksek olduğu yönünde bulgular elde edilmiştir. Benzer şekilde bir çalışma ise Şirin (2015) tarafından geliştirilmiştir. Bu bağlamda anneler arasında gerçekleştirmiş olduğu

çalışmasında, çalışan ve çalışmayan annelerin ayrılık anksiyetesi düzeylerinin farklılık gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Bu bağlamda ifade edilebilir ki, ayrılık anksiyetesi çalışma durumu ile ilişkili bir unsurdur. Böyle bir sonuç ise çalışma durumlarına bağlı olarak, stres etkilerinin meydana gelmesine dayalı gelişme gösteren yapıdır. Stres kaynağı etkisi ise sigara kullanım durumu söz konusu olduğunda daha fazla etkisini gösteren, bireye daha fazla derecede ayrılık anksiyetesine etki eden durum olduğu, araştırma kapsamında belirlenen yapılardır. Buna yönelik olarak bu yönde geliştirilen çalışmalar, genel doğrultuda bu durumu destekleyen bir unsuru içermektedir.

Çalışma sonucunda genel değerlendirme yapıldığında sigara kullanımının insan sağlığına yönelik fizyolojik açıdan zararlarının doğrudan bir etki gösterdiği ifade edilmekle birlikte, psikolojik açıdan da etkilerinin olduğu belirtilebilmektedir. Bu bağlamda, sigara kullanmaya yönelim gösterme durumu kadar sigara kullanımından sonra meydana gelen etkiler de, bu yönde bir sonucun şekillenmesine ortam hazırlamaktadır. Buna dayalı olarak sigara kullanımının, anksiyete durumunun meydana gelmesine dayalı etkileri, önemli bir unsur olarak şekillenme göstermektedir. Sigara kullanımının ve anksiyete durumunun yalnızca bireye değil, topluma dayalı da etkileri olduğundan, bu durumun çözümlenmesi kapsamlı unsurların geliştirilmesi önem arz etmektedir.

KAYNAKÇA

- Akyol, B., 2014, "Sigara Tüketimini Etkileyen Faktörler: Sakarya İlinde Bir Alan Araştırması", Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Projesi, Sakarya.
- Alikaşifoğlu, M. ve Ercan, O., 2002, "Ergenlerde Madde Kullanımı", Türk Pediatri Arşivi, 37: 66-73.
- Amerikan Psikiyatri Birliği, 1994, "Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı", Dördüncü Basım, Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Angst, J. and Merikangas, K.R., 1997, "Subthreshold Syndromes of Depression and Anxiety in the Community", J Clin Psychiatry, 58(8): 6-10.
- Arkar, H., 2004, "Psikobiyolojik Kişilik Kuramının Türk Örneğinde Sınanması", Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, İzmir.
- Arkonaç, O., 1999, "Açıklamalı Psikiyatri Sözlüğü", Nobel Tıp Kitabevleri, İstanbul.
- Arnold, P.D., Zai, G. and Richter, M.A., 2004, "Genetics of Anxiety Disorders", Curr Psychiatry Rep, 6(24).
- Atlı, Ö., 2011, "Panik Bozukluğu ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu Hastalarında CO₂ Duyarlılığı", Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Uzmanlık Tezi, İzmir.
- Babacan Gümüş, A., 2015, "Üniversite Öğrencilerinde Sigara ve Alkol Kullanımı: Depresif Belirtiler ve Umutsuzluk Yönünden Bir Değerlendirme", Bağlımlılık Dergisi, 16(1): 9-17.
- Bal, U., 2010, "Anksiyete Bozukluklarında Cinsiyete Göre Semptom Farklılıkları", Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Uzmanlık Tezi, Adana.
- Beck, A.T., Wright, F.D., Newman, C.F. and Liese, B.S., 1993, "Cognitive Therapy of Substance Abuse", Guilford Press, New York.
- Berg, I. and Jackson, A., 1985, "Teenage School Refusers Grow Up: A Follow-Up Study of 168 Subjects, Ten Years on Everage After In-Patient Treatment", British Journal of Psychiatry, 147: 366-370.
- Berman, A.L. and Schwartz, R.H., 1990, "Suicide Attempts Among Adolescent Drugs Users", Am. J. Dis. Child, 144: 310-314.
- Bilir, N. ve Yıldız, A.N., 2008, "Çalışma Hayatı ve Sigara (Sigarasız İşyerleri)", Birinci Basım, Ankara.

- Binbay, Z. ve Koyuncu, A., 2012, "Sosyal Anksiyete Bozukluğu ve Duygudurum Bozuklukları Birlikteliği", *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(1): 1-13.
- Boyacı, H., Çorapçioğlu, A., Ilgazlı, A., Başığit, İ. ve Yıldız, F., 2003, "Kocaeli Üniversitesi Öğrencilerinin Sigara İçme Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi", *Solunum Hastalıkları*, 14: 169-175.
- Boyce, P. and Parker, G., 1989, "Development of a Scale to Measure Interpersonal Sensitivity", *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 23: 341-351.
- Breton, J.J., Bergeron, L. and Valla, J.P., 1999, "Quebec Child Mental Health Survey: Prevalance of DSM-III-R Mental Health Disorders", *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 40: 375-384.
- Brown, R.A., Evans, D.M., Miller, I.W., Burgess E.S. and Mueller, T.I., 1997, "Cognitive Behavioral Treatment for Depression in Alcoholism", *J Consult Clin Psych*, 65: 715-726.
- Brumaria, L.E. and Kerns, K.A., 2010, "Mother-Child Attachment Patterns and Different Types of Anxiety Symptoms: Is There Specificity of Relations?", *Child Psychiatry & Human Development*, 41: 663-674.
- Cyranowski, J.M., Shear, M.K., Rucci, P. and Fagiolini, A., 2002, "Adult Seperation Anxiety: Psychometric Properties of a New Structered Clinical Interview", *Journal of Psychiatric Research*, 36: 77-86.
- Çakıcı, M., 2000, "Uyuşturucu Madde Kullanımı", KKTC Devlet Basımevi, Lefkoşa.
- Çavuşoğlu, E.Y., 1990, "Anksiyetenin Öğrenme ve Belleğe Etkisi", Lisans Bitirme Tezi, İzmir.
- Çilingir, D., Hintistan, S. ve Öztürk, H., 2012, "Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Sigara Kullanma Alışkanlıkları ve Etkileyen Faktörler", *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(2): 69-85.
- Darling, A., 2001, "Emotion Recognition and Empathy After Brain Injury", Lakehead University.
- Demircioğlu, A., 2006, "Üniversite Öğrencilerinde Sigara-Alkol Kullanım Özellikleri ve Risk Faktörleri", *Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Lefkoşa.
- Dilbaz, N. ve Güz, H., 2001, "Sosyal Anksiyete Bozukluğunun Fenomenolojisi. Anksiyete Bozuklukları", *Bilimsel Çalışma Birimleri Dizisi*, 4: 185-212.
- Dilbaz, N., 2002, "The prevelance of Social Phobia Among the Turkish University Students", *XII. World Con-Gress of Psychiatry, Yokohama*, 24-29.

- Diriöz, M., 2010, “Ayrılma Anksiyetesi İçin Yapılandırılmış Klinik Görüşme, Çocukluk ve Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçekleri'nin Geçerlilik ve Güvenilirliği”, Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir.
- Diriöz, M., Alkın, T., Yemez, B., Onur, E. ve Eminağaoğlu, N., 2011, “Ayrılma Anksiyetesi Belirti Envanteri İle Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketinin Türkçe Versiyonunun Geçerlik ve Güvenilirliği”, Türk Psikiyatri Dergisi, 22: 1- 13.
- Diriöz, M., Alkın, T., Yemez, B., Eminağaoğlu, N. ve Onur, E., 2012, “Ayrılma Anksiyetesi Belirtileri İçin Yapılandırılmış Klinik Görüşmesi Türkçe Versiyonunun Psikometrik Özellikleri”, Araştırma Makalesi, Nöropsikiyatri Arşivi, 49: 6-13.
- Doğan, B. ve Eser, M., 2013, “Üniversite Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Yöntemleri: Nazilli MYO Örneği”, Electronic Journal of Vocational Colleges, UMYOS Özel Sayı, 29-39.
- Doğan Şahin, H., Naz, İ., Aksel, N., Tuksavul, F. ve Özsöz, A., 2015, “Hastane Personelinde Sigara Alışkanlığı: Psikolojik Sorunların Etkisi Var mıdır?”, İzmir Göğüs Hastanesi Dergisi, XXIX(2): 85-93.
- Doğu, S. ve Berkitan Ergin, A., 2008, “Gebe Kadınların Sigara Kullanımı Etkileyen Faktörler ve Gebelikteki Zararlarına İlişkin Bilgileri”, Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi, 1: 26–39.
- Duran, S. ve Gözeten, A., 2017, “Üniversite Öğrencilerinde Sigara İçme Davranışı, Yalnızlık ve Stresle Baş Etme Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Bozok Tıp Dergisi, 7(1): 1-7.
- Ekşi, A., 1990, “Çocuk, Genç, Ana Babalar”, Bilgi Yayınevi, Ankara.
- Ereymiş, S., Bellibaş, E., Özbaran, B., Demiral Büküşoğlu, N., Altıntoprak, E., Bildik, T. ve Korkmaz Çetin, S., 2009, “Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu Olan Okul Öncesi Yaş Grubu Çocukların Annelerinin Mizaç Özellikleri”, Türk Psikiyatri Dergisi, 20(1): 14-21.
- Eşel, E., 2003, “Genelleşmiş Anksiyete Bozukluğunun Nörobiyolojisi”, Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 13: 78-87.
- Ficarra, M.G., Gualano, M.R., Capizzi, S., Siliquini, R., Liguori, G. and Manzoli, L., 2010, “Tobacco Use Prevalence, Knowledge and Attitudes Among Italian Hospital Healthcare Professionals”, European Journal Of Public Health, 10: 1-6.
- Gençtan, E., 1993, “Psikanaliz ve Sonrası”, Remzi Kitabevi, Ankara.

- Göksel, T., Cirit, M. ve Bayındır, U., 2001, "İzmirli Lise Öğrencilerinin Sigara Alışkanlığını Etkileyen Faktörler", *Toraks Dergisi*, 2(3): 49-53.
- Greenberg, P.E., Sisitsky, T. and Kessler, R.C., 1999, "The Economic Burden of Anxiety Disorders in the 1990s", *J Clin Psychiatry*, 60: 427-435.
- Gültekin, B.K. ve Dereboy, İ.F., 2011, "Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Fobinin Yaygınlığı ve Sosyal Fobinin Yaşam Kalitesi, Akademik Başarı ve Kimlik Oluşumu Üzerine Etkileri", *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(3): 58-150.
- Güreş, Z., 2010, "Çocukları Olan Hemşirelerin İş Yaşantısına ve Normal Sağlık Anksiyetelerine Ek Olarak Sigara İçmelerinin Ya Da İçmemelerinin Anksiyetelerini Ne Ölçüde Etkilediğinin Araştırılması", *Afyonkarahisar Kocatepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Afyonkarahisar*.
- Gürsoy, F. ve Bıçakçı, M.Y., 2003, "Sigara Kullanan ve Kullanmayan Gençlerin Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi", *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 14(2): 71-81.
- Kılıç, A., 2005, "İstanbul'daki Okul Öncesi Öğretmenlerinin Empatik Beceri Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi", *Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul*.
- Kırcaali İftar, G., 2007, "Otizm Spektrum Bozukluğu", *Daktylos Yayınları, İstanbul*.
- İnci, R., Ağargün, M.Y. ve Özer, Ö.A., 2003, "Bir Grup Üniversite Öğrencisinde Sigara İçimi ve Mizaç Durumları", *39. Ulusal Psikiyatri Kongresi Bildiri Kitabı*, 610-612.
- Jairath, N., Mirchell, K. and Filleon, B., 2003, "Childhood Smoking: The Research, Clinical and Theoretical Imperative for Nursing Action", *International Council of Nursing, International Nursing Review*, 50: 203-214.
- Jurbergs, N. and Ledley, D.R., 2005, "Seperation Anxiety Disorder", *Psychiatric Annals*, 35: 728-735.
- Kamışlı, S., Karatay, G., Terzioğlu, F. ve Kublay, G., 2008, "Sigara ve Ruh Sağlığı", *Birinci Basım, Klasmat Matbaacılık, Ankara*.
- Kaplan, H.I., Sadock, B.J. and Grebb, J.A., 1994, "Synopsis of Psychiatry Behavioral Sciences", *Clinical Psychiatry Seventh Edition*.
- Karaçam, Ö. ve Totan, T., 2014, "Ege Üniversitesi Öğrencileri Arasında Bağımlılık Yapıcı Madde Kullanımının Çok Boyutlu Ölçekleme Yöntemiyle İncelenmesi", *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15: 116-123.
- Karahan, T.F. ve Epli, H.K., 2005, "Üniversite Öğrencilerinin Alkol ve Sigara Kullanım Sıklığına Göre Stresle Başa Çıkma Tarzlarının İncelenmesi", *Ege Eğitim Dergisi*, 6: 113-131.

- Karşıdağ, Ç., Alpay, N. ve Kocabıyık, A., 2005, “Şizofreni ve Sigara Bağımlılığı”, *Düşünen Adam Dergisi*, 18(1): 13-20.
- Kılınç, N.Ö. ve Tezel, A., 2012, “Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçme Durumlarına Göre Öz-Etkilik Düzeylerinin Değerlendirilmesi”, *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 11(3): 255-264.
- Koca, B. ve Oğuzöncül, A.F., 2015, “İnönü Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Sigara, Alkol, Madde Kullanımı, Madde Kullanımına Etki Eden Etmenler ve Aileden Aldıkları Sosyal Desteğin Etkisi”, *Kocaeli Tıp Dergisi*, 4(2): 4-13.
- Kocabaş, A., 1998, “Öğretmenlerde Sigara İçme Alışkanlığı”, *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 5(1): 51-61.
- Kolay Akfert, S., Çakıcı, E. ve Çakıcı, M., 2009, “Üniversite Öğrencilerinde Sigara-Alkol Kullanımı ve Aile Sorunları İle İlişkisi”, *Anatolian Journal of Psychiatry*, 10: 40-47.
- Köknel, Ö. 1988, “Zorlanan İnsan”, *Altınkitap Yayınları*, İstanbul.
- Köse, S.A., 2003, “Psychobiological Model of Temperament and Character: TCI”, *New Symposium*, 41: 86-97.
- Loas, G., Atger, F., Perdereau, F., Verrier, A. and et al., 2002, “Comorbidity Of Dependent Personality Disorder and Separation Anxiety Disorder in Addictive Disorders and in Healthy Subjects”, *Psychopathology*, 5: 249-253.
- Mancini, C., Van Ameringen, M. and MacMillan, H., 1995, “Relationship of Childhood Sexual and Physical Abuse to Anxiety Disorders”, *J Nerv Ment Dis*, 183(5): 309-314.
- Mangır, M., Aral, N. ve Baran, G., 1992, “Yurtlarda Kalan Üniversite Öğrencilerinin Sigara ve Alkol Kullanımlarının İncelenmesi”, *Ankara Üniversitesi Ziraat Fakültesi Yayınları*, Ankara.
- Manicavasagar, V., Silove, D., Curtis, J. and Wagner, R., 2000, “Continuities of Separation Anxiety From Early Life Into Adulthood”, *Journal of Anxiety Disorders*, 14: 1-18.
- Masi, G., Mucci, M. and Millepiedi, S., 2001, “Separation Anxiety Disorder in Children and Adolescents”, *Epidemiology, Diagnosis and Management, CNS Drugs*, 15(2): 93-104.
- Mayda, A.S., Tufan, N. ve Baştaş, S., 2007, “Düzce Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Sigara Konusundaki Tutumları ve İçme Sıklıkları”, *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6(5): 364-370.

- Maysel, O., Scher, A., 2000, "Mother's Attachment Concerns Regarding Spouse and Infant's Temperament As Modulators of Maternal Separation Anxiety", *J Child Psychol Psychiatry Allied Discip*, 41: 917-925.
- Mertol, S., 2011, "Yetişkinlik Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu Hastalarında Mizaç ve Karakter Özellikleri", *Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Uzmanlık Tezi, İzmir*.
- Ohayon, M.M. and Schatzberg, A.F., 2010, "Social Phobia and Depression: Prevalence and Comorbidity", *J Psychosom Res*, 68: 235-243.
- Onan, N., Kaplan, H., Yalçın, B., Erbaş, S., Yıldırım, D., Ünsal Barlas, G., Karaca, S. ve Can Öz, Y., 2016, "Üniversite Öğrencilerinin Madde Kullanma Durumları İle Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi", *Bağımlılık Dergisi*, 17(1): 25-32.
- Ögel, K., 2002, "Bağımlılığı Önleme Anne-Babalar-Öğretmenler İçin Kılavuz", *IQ Sanat Yayıncılık, İstanbul*.
- Özbay, H., Göka, E., Mavili Aktaş, A., Öztürk, E., Şahin, N., Güngör, S., Aybaş, M. ve Hınçal, G., 1991, "Ergenlerde Sigara, Alkol ve Madde Kullanımının Benlik İmajı, Depresyon ve Anksiyete Ölçümleri İle İlişkisi", *Düşünen Adam Dergisi*, 4(3): 53-58.
- Öztürk, O. ve Uluşahin, A., 2008, "Nevrotik, Stresle İlgili Bozukluklar", *Ankara*.
- Pancar, A., 2009, "Parçalanmış ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi", *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Adana*.
- Pıçakçiefiş, M., Keskinoglu, P., Bayar, B. ve Bayar, K., 2007, "Muğla Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Sigara İçicilik Sıklığı ve İçiciliğı Arttıran Nedenler", *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6 (4): 267-272.
- Saltık, A., 1991, "Edirne Merkezinde Orta Dereceli 318 Okul Öğretmeninde Sigara İçme Davranışı ve Spielberger Testi İle Ölçülen Kaygı Düzeyinin İncelenmesi", *Ege Tıp Dergisi*, 30(3): 9-524.
- Schneier, F.R., Johnson, J., Hornig, C.D., Liebowitz, M.R. and Weissman, M.M., 1992, "Social Phobia: Comorbidity and Morbidity in an Epidemiologic Sample", *Arch Gen Psychiatry*, 49: 282-288.
- Shear, K., Jin, R. and Ruscio, A.M., et al., 2006, "Prevalence and Correlates of Estimated DSM-IV Child and Adult Separation Anxiety Disorder in the National Comorbidity Survey Replication", *Am J Psychiatry*, 163: 83-1074.
- Silove, D., Manicavasagar, V. and Curtis, J., 1996, "Is Early Separation Anxiety A Risk Factor for Adult Panic Disorder?", *Compr Psychiatry*, 37(3): 79-167.

- Silove, D., Momartin, S., Marnane, C., Steel, Z. and et al., 2010, "Adult Separation Anxiety Disorder Among War-Affected Bosnian Refugees: Comorbidity With PTSD and Associations With Dimensions of Trauma", *Journal of Traumatic Stress*, 23: 169-172.
- Stanley, M.A., Beck, J.G., 2000, "Anxiety Disorders", *Clin Psychol Rev*, 20: 731-754.
- Surlu, B. ve Özcebe, H., 2002, "Adölesan ve Çevre", *Sağlık ve Toplum Dergisi*, 12(1): 14-6.
- Süngü, H., 2014, "Üniversite Öğrencilerinin Zararlı Madde Kullanımına İlişkin Tutumları", *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11: 167-194.
- Sürmeli, A., 1997, "Anksiyete Kavramı ve Anksiyete Bakışlarına Temel Bir Bakış", *Hekimler Yayın Birliği*, Ankara.
- Svrakic, D. and Cloninger, C., 2007, "Kişilik Bozuklukları" Çeviri Editörleri: Aydın, H., Bozkurt, A. *Comprehensive Textbook of Psychiatry*, Sekizinci Basım, Güneş Kitabevi, Ankara.
- Terr, L., 1990, "Too Scared to Cry: Psychic Trauma in Childhood", *Harper and Row*, New York.
- Turhan, E., İnandı, T., Özer, C. ve Akoğlu, S., 2011, "Üniversite Öğrencilerinde Madde Kullanımı, Şiddet ve Bazı Psikolojik Özellikler", *Türkiye Halk Sağlığı Dergisi*, 9: 33-44.
- Uzday, İ.T., 2002, "Anksiyetenin Nörobiyolojisi", *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 5(1): 5-13.
- Ünal, M., 1991, "Madde Bağımlılığı ve Alkolizmde Aile". *Aile ve Toplum Dergisi*, 1: 80-85.
- Ünsal, C., 2007, "Yaygın Anksiyete Bozukluğu Tanısı Alan Hastaların Elektrokardiyografilerindeki P-Dalga Dispersiyonu ve QT Dispersiyonu", *Sağlık Bakanlığı Haydarpaşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği, Uzmanlık Tezi*, İstanbul.
- Varol, Ş., 1990, "Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Kaygılarını Etkileyen Etmenler", *Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Samsun.
- Yazıcı, H. ve Ak, İ., 2008, "Üniversite Öğrencilerinde Depresif Belirtiler, Kişisel Sağlık Davranışları ve Sigara İçme", *Anatolian Journal of Psychiatry*, 9: 224-231.
- Yeltepe Ercan, H., Yargıç, İ. ve Karagözoğlu, C., 2016, "Alkol ve Madde Bağımlılığı Tedavisi Gören Yetişkinlerde Düzenli Egzersizin Kaygı, Depresyon ve Yaşam Kalitesine Etkisi", *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17:33-41.

Yengil, E.,Çevik, C., Demirkıran, G., Akkoca, A.N., Soylu Özler, G. ve Özer, C., 2014, “Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Sigara İçme Durumu ve Sigara İle İlgili Tutumları”, Konuralp Tıp Dergisi, 6(3): 1-7.

Yeşilyaprak, B., 1986, “Üniversite Gençlerinin Psikolojik Sorunları”, Psikoloji Dergisi, 5: 80-84.

Yiğit, Ş. ve Khorshid, L., 2006, “Ege Üniversitesi Fen Fakültesi Öğrencilerinde Alkol Kullanımı ve Bağımlılığı”, Bağımlılık Dergisi, 7: 24-30.



EKLER

Ek. 1: Sosyo-Demografik Bilgi Formu

1. Yaş:

2. Cinsiyet:

Kadın ()

Erkek ()

3. Eğitim Yılı:

Hazırlık ()

1. Sınıf ()

2. Sınıf ()

3. Sınıf ()

4. Sınıf ()

Yüksek Lisans ()

Doktora ()

4. Nerede kalıyorsunuz:

Ailem İle ()

Öğrenci Evi ()

Yurt ()

5. Sigara kullanıyor musunuz:

Kullanmıyorum ()

Haftada 1 paketten daha az ()

Günde 1-5 tane içiyorum ()

Günde 6-10 tane içiyorum ()

Günde 11-15 tane içiyorum ()

Günde 16-20 tane içiyorum ()

Günde 1 paketten fazla içiyorum ()

6. Ne zamandır sigara kullanmaktasınız:

Kullanmıyorum ()

6 aydan az süredir ()

6 ay-12 ay ()

1-3 sene ()

3-5 sene ()

5-7 sene ()

7-9 sene ()

10 sene ve üzeri ()

7. Çalışma durumunuz:

Çalışmıyorum ()

Okul dışında yarı zamanlı/serbest ()

Tam zamanlı ()

Ek. 2: Yetişkin Seperasyon Ayrılma Anksiyetesi Form Ölçeği

Hiç

Nadiren

Sıklıkla

Çok Sıklıkla

	Hiç	Nadiren	Sıklıkla	Çok Sıklıkla
1- Size yakın olan kişilerle birlikte evinizdeyken kendinizi daha güvende hissettiniz mi?				
2- Evinizden saatlerce uzak kalmakta zorluk çektiniz mi?				
3- Çantanızda veya cüzdanınızda size güven ya da huzur veren bir şeyler taşıyor musunuz?				
4- Uzun bir yolculuğa çıkmak üzere evden ayrılmazdan önce aşırı stres yaşadınız mı?				
5- Size yakın olan birinden ayrılmakla ilgili kâbuslar ya da rüyalar gördüğünüz oldu mu?				
6- Bir yolculuğa çıkmanızdan önce size yakın olan birinden ayrılmakla ilgili aşırı stres yaşadınız mı?				
7- Günlük işleriniz aksadığında çok huzursuz olur musunuz?				
8- Size en yakın kişilerle olan ilişkilerinizin yoğunluğu konusunda endişelendiniz mi? Örneğin çok aşırı bağlı olmanızdan dolayı.				
9- İşiniz veya diğer düzenli ev dışı				

uğraşlarınız için evinizden ayrılmadan önce baş ağrısı, mide ağrısı ya da bulantı gibi (veya başka) belirtiler oldu mu?				
10- İnsanları yakınınızda tutmak için çok fazla konuştuğunuzu fark ettiğiniz oldu mu?				
11- Size yakın kişilerden ayrıldığınızda (örneğin işe gitmek ya da evden dışarıya çıkmak için), özellikle onların nerede oldukları konusunda endişelendiniz mi?				
12- Gece tek başınıza uyumakta güçlük çeker misiniz? Örneğin bir yakınınız evdeyse daha iyi uyur musunuz?				
13- Size yakın olan kişilerin seslerini işitebiliyor ya da televizyonun veya radyonun sesini duyuyorsanız daha kolay uyuduğunuzu fark ettiniz mi?				
14- Size yakın olan kişilerden uzak kaldığımızı düşündüğünüzde çok sıkıntı yaşadınız mı?				
15- Evinizden uzakta olmayla ilgili kâbuslar ya da rüyalar gördünüz mü?				
16- Yakınlarınızın ciddi				

<p>bir zarar görebileceği hakkında çok fazla endişelenir misiniz? Örneğin, bir trafik kazası geçirmeleri veya ölümcül bir hastalığa yakalanmaları gibi.</p>				
<p>17- Günlük olağan işlerinizi yaparken, size yakın olan kişilerle bağlantı kurmanızı engelleyecek değişimlerin olması sizi çok huzursuz eder mi?</p>				
<p>18- Önemsediğiniz insanların sizi terk edeceği konusunda çok fazla endişelenir misiniz?</p>				
<p>19- Hiç, evde ya da yatak odasında ışıklar açıkken daha iyi uyuduğunuzu fark ettiğiniz mi?</p>				
<p>20- Özellikle size yakın kişiler evde değilse, evde tek başınıza kalmaktan kaçınmaya çalışır mısınız?</p>				
<p>21- Size yakın olanlardan ayrıldığınızı ya da onların sizi terk ettiğini düşündüğünüzde, aniden gelen sıkıntı nöbetleri ya da panik ataklarınız (örneğin, aniden titreme, terleme, çarpıntı, nefes darlığı gibi) oldu mu?</p>				
<p>22- Size yakın olan kişilerle düzenli olarak (örneğin her gün) telefon</p>				

görüşmeleri yapamadığınızda sıkıntı yaşadığınızı fark ettiniz mi?				
23- Önemsediğiniz birisi sizi terk ettiğinde, bu durumla başa çıkamayacağınızdan ya da onsuz yapamayacağınızdan korktunuz mu?				
24- Size yakın olan kişilerden ayrıldığınızda aniden gelen sıkıntı nöbetleri ya da panik ataklarınız (örneğin ani titreme, terleme, çarpıntı, nefes darlığı gibi) oldu mu?				
25-Sizi, yakın olduğunuz birilerinden ayırabilecek muhtemel olaylarla hakkında çok fazla endişelenir misiniz? Örneğin, işle ilgili gereklilikler gibi.				
26- Hiç, size yakın olan kişiler “çok fazla konuştuğunuzu” söylediler mi?				
27- Bazı insanlarla olan ilişkilerinizin, onlar için sorunlar oluşturacak kadar yakın olduğu konusunda endişelenir misiniz?				

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı: Selin AYDINLIK

Doğum Tarihi : 04.07.1991

Medeni Durumu : Bekar



İLETİŞİM BİLGİLERİ

Adres : İnönü Caddesi, Eke Sitesi, A Blok, Numara: 59/6, Kozyatağı/Kadıköy, İstanbul

Ev Telefonu : 0(216) 359 88 22

Cep Telefonu : 0(536) 305 88 25

E-posta :selin_aydinlik@hotmail.com

EĞİTİM BİLGİLERİ

Üniversite Okan Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi – Psikoloji (09/2009-02/2015)

Lise Erenköy Kız Lisesi-Türkçe-Matematik (2005-2009)

STAJ BİLGİLERİ

17/10/2014 – 26/12/2014 Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi –
Stajyer Psikolog

01/07/2014 – 15/08/2014 Mikado Otizm ve Yaşam Merkezi –
Stajyer Psikolog

KURS VE SERTİFİKABİLGİLERİ

01/12/2014	Nöropsikolojik Testler Kurum: Türk Psikologlar Derneği
09/09/2014	Çocuk Gelişim Test Envanteri Kurum: Türk Psikologlar Derneği

BİLGİSAYAR BİLGİLERİ

Microsoft Office Programlarını iyi derecede kullanmaktayım.

YABANCI DİL BİLGİSİ

İngilizce: Okuma İyi, Yazma İyi, Konuşma Orta

HOBİLER

Şiir yazma, sinema, müzik dinleme, kitap okuma, spor, yüzme.

KARİYER HEDEFİ

Kısa vadede eğitim bilgilerime uygun bir kariyer fırsatını yakalamak birincil hedefimdir. İkinci hedefim ise, orta ve uzun vadede, çocuk ve ergen psikolojisi üzerine yüksek lisans yaparak uzmanlaşmaktır.