



T.C

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ LİSANS VE YÜKSEK LİSANS
ÖĞRENCİLERİNDE SİGARA BAĞIMLILIĞINDA DÜRTÜSELLİK
VE BENLİK SAYGISI İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

ECEM YEŞİLOVA

PROF. DR. SERMİN KESEBİR

İstanbul, 2017

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

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ LİSANS VE YÜKSEK LİSANS
ÖĞRENCİLERİNDE SİGARA BAĞIMLILIĞINDA DÜRTÜSELLİK
VE BENLİK SAYGISI İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

ECEM YEŞİLOVA

144102040

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN: PROF. DR. SERMİN KESEBİR

İstanbul – 2017

Gereği arz olunur.



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 144102040
Öğrenci Adı Soyadı	: Ecem YEŞİLOVA
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Prof.Dr. Sermin KESEBİR
Tezin Başlığı	: ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ LİSANS VE YÜKSEK LİSANS ÖĞRENCİLERİNDE SPEKTRAL BAĞIMSIZLIĞINDA DİRTÖSELLİK VE BENLİK SAYGISI İLKELERİNİN İNCELENMESİ

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 22.09.2017	Saati	: 09.00
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="checkbox"/> GELDI		
<p>Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ - <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUGU</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.</p> <p><input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)</p> <p><input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDEDEDİLMESİ kararı alınmıştır.</p>			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi. <input type="checkbox"/> Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="checkbox"/> GELMEDI		
<p>Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,</p> <p><input type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ ile REDEDEDİLMİŞTİR.</p>			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Prof.Dr. Sermin KESEBİR	
Üye	Yrd.Doç.Dr Alptekin ÇETİN	
Üye	Doç.Dr. Korkut ULUCAN	

Yemin Metni

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Üsküdar Üniversitesi Lisans ve Yüksek Lisans Öğrencilerinde Sigara Bağımlılığında Dürtüsellik ve Benlik Saygısı İlişkisinin İncelenmesi” 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.

Ecem YEŞİLOVA
Haziran, 2017

(YEŞİLOVA, ECEM, Yüksek Lisans, İstanbul, 2017)
Üsküdar Üniversitesi Lisans ve Yüksek Lisans Öğrencilerinde Sigara
Bağımlılığında Dürtüsellik ve Benlik Saygısı İlişkisinin İncelenmesi

Özet

Sigara bağımlılığı günümüz toplumlarının en büyük sağlık problemlerinden birisidir. Bağımlılık sonucunda bir takım yoksunluk belirtileri ortaya çıkmaktadır. Geçmişte yapılan araştırmalara dayanarak düşük benlik saygısına sahip ve dürtüsellik düzeyi yüksek olan bireylerin madde kullanmaya daha yatkın oldukları tespit edilmiş ancak sigara bağımlısı öğrencilerin benlik saygılarını ve dürtüsellik seviyelerini birlikte inceleyen araştırmalara rastlanılmamıştır. Bu araştırmanın amacı, sigara içen ve içmeyen öğrencileri benlik saygıları ve dürtüsellik düzeylerini karşılaştırmak cinsiyet, yaş, medeni durum ve eğitim düzeyleri ile olan ilişkisini incelemektir.

Araştırmanın örneklemini Üsküdar Üniversitesi' nin çeşitli fakültelerinde okuyan lisans ve yüksek lisans öğrencisi 207 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışma grubu günde 1 taneden fazla sigara içtiğini belirtenlerden 107 öğrenciden, kontrol grubu ise geçmişinde hiç sigara içmediğini belirten 100 öğrenciden meydana gelmektedir. Araştırmaya katılan öğrencilerin benlik saygılarını belirlemeye yönelik "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği," dürtüsellik düzeylerini tespit etmek için "Barratt Dürtüsellik Ölçeği" ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Çalışmaya katılan tüm bireyler bilgilendirilip, onayları alınmıştır. Veriler; SPSS 21.00 programı ile analiz edilmiştir.

Bulgular incelendiğinde öğrencilerin, benlik saygıları ve dürtüsellikleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Benlik saygıları düşük bireylerin dürtüsellik düzeyleri yüksektir. Sigara içen öğrencilerde benlik saygısı düştükçe dürtüsellik düzeyi yükseldiği saptanmıştır. Sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygıları sigara içen öğrencilere göre daha yüksek, sigara içen öğrencilerin sigara içmeyen öğrencilere göre daha dürtüsel davrandıkları saptanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin 19-21 yaş aralığında olanların, kadın öğrencilerin, bekarların ve lisans düzeyinde öğrenimini sürdürenlerin daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları, erkek öğrencilerin ve yüksek lisans düzeyinde öğrenimini sürdüren öğrencilerin daha dürtüsel oldukları söylenebilir. Araştırma sonucunda yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyine göre sigara içmeyen öğrencilerin sigara içenlere göre daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları ve yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyine göre sigara içenlerin daha dürtüsel oldukları görülmüştür. Araştırmamızın bulguları literatürde ki diğer çalışmalarla büyük oranda paralellik göstermektedir. Araştırma bulguları literatür doğrultusunda tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Dürtüsellik, Bağımlılık, Benlik Saygısı, Sigara Nikotin,

(YEŞİLOVA, Ecem, Master Thesis, Istanbul, 2017)
**Investigation of the Relationship between Impulsivity and Self-Esteem in Cigarette
Addiction in Üsküdar University Undergraduate and Masters Students**

Abstract

Smoking addiction is one of the greatest health problems of today's society. As a result of addiction, signs of deprivation emerges. Based on previous research, it has been found that individuals with low self-esteem and high impulsivity are more likely to use drugs, but no studies investigating the self-esteem and impulsivity levels of smokers have been found. The aim of this research is to compare the self-esteem and impulsivity levels of smokers and non-smokers with gender, age, marital status and education level.

The sample of the research consists of 207 undergraduate and graduate students studying at various faculties of Üsküdar University. The study group consisted of 107 students who stated that they smoked more than 1 cigarette per day, while the control group consisted of 100 students who stated that they did not smoke in the past. The "Rosenberg Self-Esteem Scale" to determine the self-esteem of the students participating in the study, the "Barratt Impulsivity Scale" and the personal information form were used to determine the impulsivity levels. All the participating individuals were informed and their approval were obtained. The data were analyzed with SPSS 21.00 program.

When the findings were examined, a significant relationship was found between students' self-esteem and impulsivity. Individuals with low self-esteem have high levels of impulsivity. It has been found that the impulsivity increases when the self-esteem falls in the smokers. Self-esteem of students who did not smoke was found to be higher than students who smoked and smokers were found to be more impulsive than non-smokers. It was determined that those who participated in the study had a higher self-esteem among those who were between the ages of 19-21, female students, singles and those who continued their education at undergraduate level. It can be said that male students and students who continue their graduate level education are more impulsive. According to the results of the research, it is seen that non-smoking students have higher self-esteem than the smokers according to age, gender, marital status, education level and smokers are more impulsive according to their age, sex, marital status and education level. The findings of our research are largely in line with other studies in the literature. The findings of the research were discussed in the light of the literature, and suggestions were made.

Key words: Impulsiviness, Addiction, Self-esteem, Cigarette, Nicotine,

İÇİNDEKİLER

Yemin Metni	i
Özet	ii
Summary	iii
İçindekiler	iv
Simge ve Kısaltmalar Listesi	vi
Tablolar Listesi.....	vii
Ekler Listesi	ix
BİRİNCİ BÖLÜM- KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR...	1
1.1. Sigara Bağımlılığı.....	1
1.2. Benlik Saygısı.....	6
1.2.1.Benlik	6
1.2.2.Benlik Saygısı	8
1.2.3.Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler	11
1.2.4.Düşük ve Yüksek Benlik Saygısına Sahip Bireylerin Özellikleri	12
1.2.5. Benlik Saygısı ile İlgili Bazı Araştırmalar.....	14
1.3. Dürtüsellik	16
1.3.1.Dürtüsellik Süreçleri	18
1.3.1.1.Tepki Ketleme/ Yanıt Engelleme	18
1.3.1.2. İnhibisyon Denetimi	18
1.3.1.3. Risk Alma.....	18
1.3.1.4. Karar Verme	18
1.3.2.Dürtüsellik ve Bağımlılık	19
1.4.Araştırmanın Amacı	20
1.4.1. Problem Cümlesi	21
1.4.2. Araştırmanın Önemi	21
1.4.3. Araştırmanın Soruları	21
İKİNCİ BÖLÜM: YÖNTEM.....	24
2.1. Örneklem ve Yöntem	24
2.2. Araştırmanın Sınırlılıkları	24

2.3. Veri Toplama Araçları.....	25
2.3.1.Kişisel Bilgi Formu	25
2.3.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	26
2.3.3. Barratt Dürtüsellik Ölçeği	26
2.4.Verilerin Analizi	27
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR	28
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: TARTIŞMA	44
BEŞİNCİ BÖLÜM: SONUÇ VE ÖNERİLER.....	55
5.1.Araştırma Sorularının Cevapları.....	55
5.2.Araştırmanın Kısıtlılıkları ve Öneriler	58
KAYNAKÇA	59
EKLER.....	67
ÖZGEÇMİŞ.....	75

SİMGE VE KISALTMALAR LİSTESİ

APA: American Psychological Association

DSM: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı)

WHO: World Health Organization

DSÖ: Dünya Sağlık Örgütü

SPSS: Statistical for Social Sciences



TABLolar DİZİNİ

Tablo 1. Araştırma Kapsamına Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özellikleri.....	28
Tablo 2. Sigara İçen Öğrencilerin Kaç Yıldır Sigara İttiklerine Göre Dağılımı	30
Tablo 3. Sigara İçen Öğrencilerin Günde Kaç Adet Sigara İttiklerine Göre Dağılımı ..	30
Tablo 4. Araştırmaya Katılan Tüm Öğrencilerin Dürtüsellik ve Benlik Saygısı Puanlarının Korelasyon İlişkisi	30
Tablo 5. Sigara İçen Öğrencilerin Dürtüsellik ve Benlik Saygısı Puanlarının Korelasyon İlişkisi.....	31
Tablo 6. Sigara İçmeyen Öğrencilerin Dürtüsellik ve Benlik Saygısı Puanlarının Korelasyon İlişkisi	31
Tablo 7. Sigara İçme Değişkenine Göre Benlik Saygısı.....	32
Tablo 8. Sigara İçme Değişkenine Göre Dürtüsellik Puanı	32
Tablo 9. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Yaş Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanları.....	33
Tablo 10. Öğrencilerin Yaş Değişkeni ve Sigara İçme Durumuna Göre Benlik Saygısı Puanları	34
Tablo 11. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanları.....	34
Tablo 12. Öğrencilerin Cinsiyet Değişkeni ve Sigara İçme Durumuna Göre Benlik Saygısı Puanları.....	35
Tablo 13. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Medeni Durum Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanları	35
Tablo 14. Öğrencilerin Medeni Durum Değişkeni ve Sigara İçme Durumuna Göre Benlik Saygısı Puanları	36
Tablo 15. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Eğitim Düzeyine Göre Benlik Saygısı Puanları.....	36
Tablo 16. Öğrencilerin Eğitim Düzeyi ve Sigara İçme Durumuna Göre Benlik Saygısı Puanları	37
Tablo 17. Sigara İçen Öğrencilerin Kaç Yıldır Sigara İttiğine Göre Benlik Saygısı Puanları	37
Tablo 18. Sigara İçen Öğrencilerin Günde Kaç Adet Sigara İttiğine Göre Benlik Saygısı Puanları Hayattaki Ebeveynin Çalışma Durumuna Göre Şiddet Eğilimi Ölçeği Puan Dağılımı	38
Tablo 19. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Yaş Değişkenine Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	38

Tablo 20. Öğrencilerin Yaş Değişkeni ve Sigara İçme Durumuna Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	39
Tablo 21. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	39
Tablo 22. Öğrencilerin Cinsiyet Değişkeni ve Sigara İçme Durumuna Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	40
Tablo 23. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Medeni Durum Değişkenine Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	40
Tablo 24. Öğrencilerin Medeni Durum Değişkeni ve Sigara İçme Durumuna Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	41
Tablo 25. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Eğitim Düzeyine Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	41
Tablo 26. Öğrencilerin Eğitim Düzeyi ve Sigara İçme Durumuna Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	42
Tablo 27. Sigara İçen Öğrencilerin Kaç Yıldır Sigara İçtiğine Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	42
Tablo 22. Sigara İçen Öğrencilerin Günde Kaç Adet Sigara İçtiğine Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	43
Tablo 23. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Medeni Durum Değişkenine Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	40
Tablo 24. Öğrencilerin Medeni Durum Değişkeni ve Sigara İçme Durumuna Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	41
Tablo 25. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Eğitim Düzeyine Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	41
Tablo 26. Öğrencilerin Eğitim Düzeyi ve Sigara İçme Durumuna Göre Toplam Dürtüsellik Puanları	42

EKLER LİSTESİ

EK 1: Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu

EK 2: Kişisel Bilgi Formu

EK 3: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

EK 4: Barratt Dürtüsellik Ölçeği

EK 5: Etik Kurul Raporu

EK 6: Özgeçmiş



BÖLÜM I

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

1.1.Sigara Bağımlılığı

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), gınaşırı en az bir kere tütün ürünü tüketen kişilerin düzenli içici olduklarını belirtmişlerdir. Hergün tütünlü ürünler tüketmeyen kişilerin ise düzensiz içiciler oldukları belirtilmektedir (Bilgel, 2002). Bireyleri sigara kullanımında bağımlılığa sürükleyen etken nikotindir. Nikotine bağımlılık ise eorin, alkol ve kokain bağımlılığı ile benzer özellikler taşımaktadır (Özyurt, 2006).

Dünya Sağlık Örgütü 2011 yılında yayınlamış olduğu verilere göre dünya da her sene 6 milyon kişi tütün ve tütün ürünlerini kullanmaktan dolayı meydana gelen hastalıklara bağılı olarak yaşamlarını yitirmektedir. Buna bağılı olarak tütün kullanımı sonucu meydana gelen hastalıklar ve ölümler önlenabilir erken ölüm nedenleri arasında yer almaktadır (Karakulah, Şengül ve Şengül, 2014).

Sigara, tütün bitkisinin işlenerek ince havalandırma delikleri bulunan kağıda sarılarak meydana gelir. Yapılan araştırmalar göstermiştir ki sigara da 4000 farklı kimyasal madde bulunmaktadır. Bu kimyasal maddelerin bir çoğu yanma sonucu tepkimeye girmektedir. Sigara içerisinde bulunan benzen, etilbenzen, siyanid, toluen gibi kimyasal maddeler tütünün kalitesini arttırarak tadını değıştirmek için tütüne ilave edilmektedir (Çetin, 2011).

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), madde bağımlılığını, “kullanılan bir maddeye kişinin daha önceden değer verdiği diğer uğraşlardan ve nesnelere belirgin olarak daha yüksek bir öncelik tanıma davranışı” olarak ifade etmiştir (Özyurt, 2006).

Bağımlılık bir tür hastalıktır ve birden fazla maddeyle aynı anda devam edebilir. Kişi maddeyi almadığı zaman fiziksel ve ruhsal olarak bir takım yoksunluk belirtileri sergiler. Bağımlılık, tedavi edilebilen ancak maddenin tekrar kullanılması ile tekrar eden bir süreçtir. Kişi bağımlılık konusunda tedavi olmuş olsa bile tüm hayatı boyunca kullanmış olduğu maddeye karşı hassaslığı devam eder (Enişte, 2004).

Fiziksel bağımlılık, tolerans ve yoksunluğu içerir. Yoksunluk ise bağımlı olunan maddenin uzun süre kullanılmaması sonucu meydana gelen fiziksel ve ruhsal problemlerdir. Tolerans bağımlı olunan maddenin dozunun giderek arttırılmasıdır (Özyurt, 2006).

Dünya Sağlık Örgütü, uyuşturucu bağımlılığı yerine madde bağımlılığı ifadesini kullanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü madde bağımlılığını 8 tipe ayırmıştır. Bunlar;

1. Opiyat Tipi Bağımlılık (morfin, kodein, eroin maddeleri)
2. Alkol, Barbütürat (genel anestezi ve epilepsi tedavisinde kullanılmış, bağımlılık yaptığı tespit edilmiştir), Benzodiazepin (yatıştırıcı ilaçlar) tipi bağımlılık
3. Esrar Tipi Bağımlılık
4. Kokain Tipi Bağımlılık
5. Uyarıcı Tipi Bağımlılık (Uyku Bozuklukları ilaçları)
6. Hallusinojen Tipi Bağımlılık
7. Solunan Çözücü Tipi Bağımlılık (ojeler, metal parlaticılar, sanayi maddeleri, tiner, bali vb.)
8. Tütün Tipi Bağımlılık (Sigara, puro vb.) (Mangan, 1998; Akt: Özyurt, 2006).

Ruhsal Bozuklukların tanısall ve sayımsal el kitabı (DSM-4 TR) nikotin bağımlılığı için madde bağımlılığı alt başlığında ki tanı kriterlerine işaret etmiştir. Bağımlılık tanısı için 12 aylık süre zarfında herhangi bir zaman ortaya çıkan, aşağıda ki belirtilerden üçü (ya da daha fazlası) ile kendisini gösteren, klinik olarak belirgin bir bozulmaya ya da sıkıntıya yol açan uygunsuz bir madde kullanım örüntüsü olmalıdır;

1. Aşağıdakilerden biri ile tanımlandığı üzere tolerans gelişmiş olması
 - a. Entoksikasyon ya da istenen etkiyi sağlamak için belirgin olarak artmış miktarda madde kullanım gereksinmesi
 - b. Sürekli olarak aynı miktarda madde kullanılması ile belirgin olarak azalmış etki sağlanması
2. Aşağıdakilerden biri ile tanımlandığı üzere yoksunluk gelişmiş olması
 - a. Söz konusu maddeye özgü yoksunluk sendromu
 - b. Yoksunluk semptomlarından kurtulmak için aynı madde (ya da yakın benzeri) alınır

3. Madde, çoğu kez tasarlandığından daha yüksek miktarda ya da daha uzun bir dönem süresince alınır
4. Madde kullanımını bırakmak ya da denetim altına almak için sürekli bir istek ya da boşa çıkan çabalar vardır
5. Maddeyi sağlamak, maddeyi kullanmak ya da maddenin etkilerinden kurtulmak için çok fazla zaman harcama
6. Madde kullanımını yüzünden önemli toplumsal, mesleki etkinlikler ya da boş zaman etkinlikleri bırakılır ya da azaltılır
7. Maddenin neden olmuş ya da alevlendirmiş olabileceği, sürekli olarak var olan ya da yineleyici bir biçimde ortaya çıkan fiziksel ya da psikolojik bir sorunun olduğu bilinmesine karşın madde kullanımını sürdürülür (DSM-4-TR).

Sigaradan ilk nefesin alınması ile nikotin kısa bir sürede beyin de bazı merkezleri uyararak etkisini başlatır. Bağımlı olmayan bireyler, ilk nefesin alınması ile birlikte endişe ve sıkıntılarından kurtularak zihinlerinin daha hızlı çalıştığını dile getirirler. Bu durum sigara ve nikotinin yaratmış olduğu bir rahatlama ziyade meydana gelen yoksunluğun giderilerek, bireyin aradığı maddeye ulaşmasının yarattığı iyilik halidir. Sigara tüketilmesinin kesilmesinden sonra 24 saat içinde kızgınlık, dikkati toplama da güçlük, kalp hızında azalma, iştahın artması gibi belirtiler ortaya çıkar. Kişinin sigarayı tüketmediğinde ortaya çıkan bu yoksunluk belirtilerinden dolayı Dünya Sağlık Örgütü sigara bağımlılığını ilaç ve madde bağımlılığına benzer bir rahatsızlık olarak yaklaşmaktadır (Dağlı, 1994).

Nikotin bağımlılığı, nikotin toleransı ve çekilme semptomları, nöroadaptasyonun da içinde olduğu farklı kompleks durumları ve pek çok nörotransmitter sistemi içermektedir. Sigara içimi sonucunda vücuda alınan nikotinin etkileri temel olarak nikotin reseptörleri ile sağlanır (Çetin, 2011). Nikotinin, dopamin, norepinefrin, epinefrin, serotonin, asetilkolin, vazopressin ve ACTH gibi hormon ve nörotransmitterlerin salınımı üzerinde etkisi vardır. Dopamin, nikotin ve diğer maddelerin yarattığı etkileri güçlendirmekten sorumludur (Pontieri, 1996). Nikotin ödüllendirme eşiğini düşürerek, talamus, prefrontal korteks ve görsel sistemde aktiviteyi

arttırarak ödüllendirme ağının parçası olan kortikobazal-gangliotalamik devrenin ateşleme miktarını arttırır (Çetin, 2011).

Sigara içen bireyler 4 tip içici olarak sınıflandırılmaktadır (Sigara Alarmı, 1992; Akt:Çiftçi, 1997).

1. Hergün içenler: Günde en az 1 tane içenler
2. Ağır içiciler: Günde 20 tane veya daha fazla içenler
3. Arasına içenler: Günde 1 sigaradan daha az içenler
4. İçmeyenler: a) sigara içmeyi bırakmış olanlar b) Diğer içmeyenler.

Stuart (1994), kişilerin neden sigara tükettiklerine dair dört teori öne sürmüştür. İlki alışkanlık olarak ifade edilmektedir. Bir takım araştırmacılar sigaranın diğer maddeler de ortaya çıkan bağımlılıklarla benzer bir bağımlılık olduğunu ifade ederken bazı araştırmacılar nitoninin alışkanlık haline gelip öğrenilmiş bir davranış kalıbına dönüştüğünü ifade etmektedirler. İkinci teori, çocukluktan itibaren bilinçaltında yatan ve gerçekçi bir seçeneklere dönüştürülemeyen istekler sonucunda ortaya çıktığını öne sürer. Üçüncü teori, düşük benlik kontrolüne sahip bireylerin sigara içerek yeni heyecan ve yenilik arayışı içinde meydana gelen davranış olduğunu öne sürer. Dördüncü teori ise sigaranın bir seçim olduğunu sigara içen bireylerin sigaranın yararlarını ve zararlarını bilip bilinçli bir şekilde bunu sürdürdüklerini belirtir.

Cohen vd. (1991), yapmış oldukları araştırma da nikotinin etkilerinin hoş gittiğini ve bu hoş giden etkilerin Morphine Benzedrine Group “MBG” ölçeği ile ölçülebildiğini tespit etmişlerdir. Nikotinin dozu yükseldikçe MBG ölçeği puanlarının da arttığı gözlenmiştir. Ayrıca yapılan bu çalışma da nikotinin pekiştireç özelliğinin olduğu saptanmıştır (Akt:Çiftçi, 1997).

Sigarayı bıraktıktan sonra meydana gelen yoksunluk belirtileri nikotin yoksunluğu olarak ifade edilir. Sigaranın uzun süre kullanımı sonucunda beyinde nikotin reseptörlerinin artmasına bağlı olarak nikotinin etkilerine tolerans gelişir ve sigaranın bırakılması sonucu yoksunluk belirtileri meydana gelir. Sigaranın bırakılmasının ardından 24 saat içinde aşağıda ki belirtilerin dört ya da daha fazlası ortaya çıkar;

- Disforik ya da depresif duygudurum,
- İritabilite, sinirlenme ya da öfkelenme,
- Anksiyete
- Düşünceleri yoğunlaştıramama
- Huzursuzluk
- Kalp hızında artma
- İştah artması ya da kilo alma (Yorgancıoğlu, 2000; Özyurt, 2006).

Kendini tedavi teorisi nikotinin bağımlılık oluşturucu ve pekiştirici özellikleri üzerinde durur. Nikotinin sakinleştirici ve keyif verici özelliklerinden dolayı bir çok sigara bağımlısı birey bu yolu seçenek olarak görürler. Sigara kullanımı ve bağımlılığı, depresyon, anksiyete, bipolar bozukluk, şizofreni, sınır ve şizotipal kişilik özellikleri gibi bir çok psikiyatrik durumla ilişkilidir. Sigara kullanımı dışadönüklük, dürtüsellik, risk alma, heyecan arama, tekdüzelikten kaçma ve yenilik arayışı gibi bir çok kişilik yapısıyla ilişkilidir (Mitchell, 1999; O'Doherty vd., 2001; Zincir vd., 2012).

Ülkemizde sigara kullanımı konusunda yapılmış en kapsamlı araştırma 2010 yılında yapılan Küresel Tütün Yetişkin Araştırmasıdır. Bu araştırma sonucuna göre toplumumuzun %31.2' si (15 milyon yetişkin) sigara kullanmaktadır. Erkeklerin %47,9' u, kadınların %15,2' si sigara kullanmaktadır. Ayrıca sigara adeti olarak incelendiğinde günlük ortalama 17.7 adet sigara içilmektedir (Küresel Tütün Yetişkin Araştırması Raporu, 2010).

Sigara tüketimi üzerine yapılan araştırmalar göstermiştir ki ekonomik olarak düşük seviye de olan ve eğitim seviyesi düşük bireylerin daha fazla sigara tükettiği ortaya konmuştur. Bu durum ülkemizde farklılık göstermektedir. Ülkemizde gelir düzeyi ve eğitim seviyesi yükseldikçe sigara içme oranı artmaktadır (Turgut, 2008).

Ülkemizde her yıl 30-40 bin aralığında kişi akciğer kanserine yakalanmaktadır. Akciğer kanseri tanısı konan her 20 kişiden 19' u sigara tüketmekte ve günde yarım paketten fazla sigara tüketen bireylerin akciğer kanseri olma ihtimalleri 7 kat artmaktadır. Tüm kanser ölümlerinin %30' u, KOAH ölümlerinin %75' i, kalp hastalıkları ölümlerinin %35' i sigara nedeniyle gerçekleşmektedir (Kılıç, 2004).

Dünya Sağlık Örgütü tütün atlasında dünya da 1 milyar erkeğin ve 300 milyon kadının sigara içtiğini belirtmiştir. Gelişmiş ülkeler de erkeklerin %35' i ve kadınların %9' u sigara içerken, gelişmekte olan ülkelerde erkeklerin %50' si kadınların %22' si sigara içmektedir. Sigara tüketiminin fazla olduğu ülkelerde erkeklerinde sigara içme sıklığının fazla olduğu görülmektedir (Sergici, 2013).

Ülkemizde, sigara kullanımı yaygınlığını araştıran çalışmalar belli bir bölge ya da şehir ile kısıtlı kalmaktadır. Tüm ülkeyi temsil eden iki araştırma vardır. İlki 1988 yılında PİAR, ikincisi 1993 yılında BİGTAŞ tarafından yapılmıştır. PİAR yapmış olduğu araştırma da 15 yaş üstü erkeklerin %62.8' inin, kadınların %24.3' ünün sigara içtiği tespit edilmiştir. BİGTAŞ tarafından yapılan çalışmada 26.546 kişi ile görüşülmüş ve 20 yaş üzerinde ki erkeklerin %57.8' inin, kadınların %13.5' inin sigara içtiği saptanmıştır (Akt: Sergici, 2013).

Dünyada ve ülkemizde çocuk ve gençlerin $\frac{1}{4}$ ' ü ilk sigaralarını 10 yaşından önce içtikleri tespit edilmiştir. Ülkemizde sigaraya başlama yılı her geçen gün düşmektedir. (Yürekli, 2002). Sigara kullanan kişilerin yaklaşık yarısı (%46.9) son 12 ay içinde sağlık kuruluşuna başvurmuşlardır. Sağlık kuruluşuna başvuran ve sigara içen bu kişilerin %49' una tütün kullanma durumları sorulmuş ve bu bireylerin %83' üne sigara içmeyi bırakmaları tavsiye edilmiştir (Çetin, 2011).

1.2.Benlik Saygısı

1.2.1. Benlik

Benlik, insanın kendisini algılama ve kavrama şeklidir (Bal, 2003). Benlik kavramı kişinin hayatında önemli bir rol oynar. Bireyin yapmış olduğu seçimlerde, kendisini nasıl görüp değerlendirdiği konusunda benlik kavramı önemli bir yere sahiptir (Karaaslan, 1993).

Rogers (1959), benliğin kişinin kendisinin farkına vardığı andan itibaren başladığını ve çevresindeki kişiler ile girdiği etkileşim sonucu geliştiğini belirtmiştir. Birey çevresini, oluşturmuş olduğu benlik yapısına uygun şekilde algılar (Kaya, 2017).

Aydın (1996), benlik kavramını bireyin kendisine bakış açısı, kendisini zihninde temsil ediş biçimi olarak ifade etmiştir. Öner (2005), benliği, kendilik arayışı, benlik

tasarımı, öz saygı, kendine güven olarak tanımlanan kişiliğin temelini oluşturan, kişi için önemli algı, duygu ve düşüncelerin bütünü olarak tanımlamıştır (Taştekin, 2016).

Benlik, bireyin ne olduğu hakkında ki düşüncelerinin yanı sıra ne olmak istediğini de kapsar. Benlik kavramında “kişisel benlik”, kişinin bilinen özelliklerini kapsar. “Sosyal benlik”, kişinin toplum içinde nasıl algılandığını ifade eder. “İdeal benlik” ise kişinin nasıl birisi olmak istediğini ifade eder. Gerçek benlik, bireyin kendisini algılayış şeklini ideal benlik ise kişinin nasıl birisi olmak istediğini açıklar (Öz, 2004).

Benlik doğumdan itibaren gelişmeye başlar. Çocuğun bedensel bütünlüğü ve sağlığı benlik kavramı üzerinde etkilidir. Özellikle anne ve babaların çocuğa göstermiş oldukları sevgi ve şefkatin yanında fiziksel ihtiyaçlarını karşılaması, çocuğun zihninden seviliriyorum, değerliyim mesajının oluşmasına yardımcı olur. Psikolojik ihtiyaçların giderilmesi ile güven ve sevginin temelleri atılır (Akın, 2017).

Benlik, kişinin çevresini algılayıp, çevresi ile etkileşimde bulunmasına yardımcı olan bir yapıdır. Benlik, kişiliğin temellerini oluşturmaktadır ve kişinin hedefleri doğrultusunda amaçlarını düzenleyerek kişiyi destekleyen önemli bir yapıdır (Kulaksızoğlu, 2007). Benlik saygısı, benliğin önemli parçalarından birisidir. Benlik kişinin kendisini algılaması, kişiliğini nasıl değerlendirdiği, hayata ve yaşama bakış açısı ile ilgiliyken benlik saygısı bireyin kendisi hakkındaki düşüncelerini duygularını kapsayan bir yapıdır (İnanç, 1997). Kuzgun (2002), benlik saygısının kişinin kendi benlik imgesi ile hedeflemiş olduğu benlik imgesi arasındaki farkı nasıl değerlendirdiği, buna bağlı olarak da kendisini ne düzeyde algıladığı ile hedefindeki benliğin arasında ki farkın benlik saygısı düzeyini ortaya çıkartacağını belirtmiştir (Gözüylmaz, 2011).

Cooley, benliğin sosyal olduğunu belirterek benlik kavramına sosyal bakış açısı ile ele almıştır. Bireyin birinci tekil şahıs zamiri ile; “ben”, “beni”, “bana”, “benimki” ve “kendim” kelimeleriyle ifade ettiği şeylerin benliği temsil ettiğini belirtir (Akt: Akın, 2017).

Köknel (1985), benliğin en önemli görevlerini şöyle sıralamıştır;

1. Gerçeğin tanınıp, denetlenmesi ve anlaşılması

2. Dürtülerden kaynaklanan güduları engellemek, denetlemek ve düzenlemek,
3. Gerçeğe uyum sağlanması,
4. Çevredeki nesne ve bireylerle bağ kurmak,
5. Çevreden gelen uyarımları sınırlamak, sıralamak ve zamanlamak,
6. Kavramları birleştirip, bütün hale getirmek
7. Bireyin karşılaşmış olduğu sorunlar ile baş edebilecek gücü toparlamak
8. Kişinin kaygıları ile başa çıkabilecek savunma sistemlerini kullanmak,
9. Gelecekle ilgili beklenti ve buna uygun amaçları belirlemek (Özdemir, 2016).

1.2.2. Benlik Saygısı

Literatür incelendiğinde benlik ve benlik saygısının benzer anlamlar taşıdığı çoğu çalışma da birbirlerinin yerine kullanıldığı görülmüştür. Benlik kişinin kendisini tanımlarken, tarif ederken dile getirdiği yorumları kapsar. Benlik saygısı, bireyin kendisi ile ilgili olumlu ya da olumsuz tanımlarını içerir. Benlik alana özgü ifadeleri, benlik saygısı genel benlik değerlendirmesini tarif etmektedir (Taştekin, 2016; Steinberg, 2003; Cobb, 2007).

“Benlik Saygısı, bireyin benlik imgesi ile ideal benliği arasında ki farkın değerlendirilmesidir” (Tözün, 2010). Bilgin (1996), benlik saygısını kişinin kendisine güven ve saygı duyarak kendini olumlu değerlendirmesi, kendi benlik kavramını onaylaması olarak ifade etmiştir. Benlik saygısı düşük olan kişilerin değersizlik düşüncelerinden dolayı depresyona girme oranlarının yüksek olduğu saptanmıştır. Depresyon kişide enerji azlığı, motive olmakta zorluk, yemek yiyememe yada aşırı yemek yeme, suçluluk ve yetersizlik düşünceleri, uykuda bozulma gibi belirtilerle ortaya çıkan ruhsal bir problemdir (Sel, 2016).

Bayat (2003), benlik saygısını “kişinin kendisi ile ilgili bilgi, düşünce, kanaat, algı ve inançlarının tümünün düzenlenmiş durumu” olarak ifade etmiştir.

Rosenberg, benlik saygısını kişinin kendisine karşı tutumunun şekli, kendisi hakkında düşüncelerinin olumlu olup olmaması, kendini ne derece değerli bulduğu gibi kavramlarla açıklamıştır. Kendini kabul etmek, kişinin vücudu ile ilgili yargılarının, kişilik özelliklerinin, yeteneklerinin farkında olup onları olduğu gibi kabul etmesi ve

kendisi ile barışık olması olarak tanımlanır. Benlik saygısı ise değişime ve değişime açık olma halidir (Sel, 2016).

Benlik saygısında kişi başarmak istediği davranış alanına belli bir arzu duyar. Bu duymuş olduğu arzu gerçekleşirse yüksek düzeyde benlik saygısı ortaya çıkar. Kişi arzularına ulaşamazsa bunun sonucunda zayıf olduğu algısı yerleşerek benlik saygısında düşüş meydana gelir. Kişinin benlik saygısı formüle edilirse beklentiler, arzular bölen başarı ise bölünendir;

$$\text{Benlik Saygısı} = \text{Başarı} / \text{Beklentiler}$$

Bu formüle dayanarak kişinin kendisini nasıl algıladığı ve nasıl olması gerektiği gibi iki davranış biçimi ortaya çıkar. Benlik saygısında hangi alanın kullanılacağını tespit etmek için bireyin kendi değerlerinin önemi üzerinde durmakta ve başarının, kişinin öznel tarifine dayanarak beklentileri ölçüsünde anlam kazanıldığı savunulmaktadır (Coopersmith, 1967; Akt:Koçak, 2016).

Coopersmith kişinin benliğinin yaşamın ilk yıllarından itibaren biçimlenmeye başladığını belirtmiştir. Coopersmith, benlik saygısını kişinin kendine özgü yapmış olduğu değerlendirme olarak tanımlamış ve benlik saygısını gerçek benlik saygısı ve savunucu benlik saygısı olarak ikiye ayırmıştır. Gerçek benlik saygısında birey kendisini değerli bulur önemini bilir, savunucu benlik saygısında birey kendisini değersiz bulur ancak bunu tehdit olarak algılamayabilir. Yüksek benlik saygısına sahip kişiler kendilerini yeterli bulurlar ve kendileri hakkındaki tutumlarından dolayı kendi görüşlerini kabul ederler ve davranışlarının sonuçlarına güvenli bir şekilde yaklaşırlar. (Gözüylmaz, 2011). Düşük benlik algısına sahip bireyler ise kendilerini ifade etme konusunda zorlanır ve karşılaşmış olduğu problemleri kendilerine dert edinirler. Düşük benlik saygısına sahip bireyler kendilerini değerli bulmazlar ve diğer bireylerden kaçma eğiliminde olurlar (Oğurlu, 2006).

Benlik saygısı, algılanan benlik ve ideal benlik ile daha iyi anlaşılacaktır. Algılanan benlik, kişinin yetenekleri, becerileri, nitelikleri ile ilgili objektif fikridir. İdeal benlik, kişinin olmak istediği, arzuladığı imajıdır. Algılanan benlik ve ideal benliğin birbirine yakın olması benlik saygısının yükselmesine yardımcı olur (Yavuzer, 2009; Akt:Akın, 2017).

Maslow kişilik gelişimini ihtiyaçlar hiyerarşisi ile açıklamıştır. Maslow' un ihtiyaçlar hiyerarşisinde benlik saygısı üst basamaklarında yer almaktadır. Maslow benlik sevgisinin çevreye uyum sağlamaya yardımcı olduğunu belirtmiştir. İhtiyaçlar hiyerarşisinin de benlik saygısından sonra son basamak da kendini gerçekleştirme yer almaktadır. İhtiyaçlar hiyerarşisinde ki benlik saygısı diğer bireyler tarafından tanınma sonucu gelişim gösterir. Ancak ihtiyaçlar hiyerarşisinde ki alt basamaklar gerçekleşmedikçe kişi de benlik saygısının gerçekleşmesi beklenemez (Oğuz, 2016).

Adler, kişinin hedefinin benlik saygısı ve benlik saygısını korumak olduğunu belirtmiştir. Kişinin doğduğu anda düşük bir yapıda olduğunu, kişilerin bu düşük durumdan kurtulmaya çalışırken aynı zaman benlik saygılarını geliştirmek için çabaladıklarını belirtmiştir (Oğuz, 2016).

Benlik saygısı çocukluk döneminden itibaren başlar ve kişinin kendisi ile ilgili olumlu düşünceleri ve memnuniyet düzeyini temsil eder. Sağlıklı benlik saygısının olabilmesi için bireyin kendisini değerli ve yeterli hissetmesi, sevilen birisi olduğunu düşünmesi, kendisini kabullenmesi ve değerli olduğu fikrine sahip olması gerekir (Sarıbaş, 2016). Benlik saygısının yüksek olması sonucunda problem çözme yeteneğini gelişip kişinin strese karşı toleransının arttığı, buna bağlı olarak yaşam kalitesinin yükseldiği belirtilmektedir. Yapılan çalışmalar da benlik saygısının düşük olması sonucunda kaygı seviyesi yükselip motivasyon da azalma, yeme problemleri, depresif belirtiler ve davranışsal bozukluklar meydana geldiği belirtilmektedir (Öz, Yılmaz ve Akçay, 2009, Sarıbaş, 2016).

Carl Gustav Jung, psikanalitik bakış açısına ilaveten kollektif yani ortak bir bilinçdışının varlığını öne sürmüştür. Kollektif bilinçdışı insanlığın sosyal geçmişine ait bilgilerin saklandığı yeri temsil etmektedir. Jung, kollektif bilinçdışında Freud' dan farklı olarak olumlu ve yaratıcı gizli güçlerimizin yer aldığını iddia etmiştir. Jung kişiliği parçalara ayırmış ve en önemli kişilik yapılarının dışadönüklük (dış dünya) ve içedönüklük (kişisel, iç dünya) olduğunu belirtmiştir. Jung, benliğin kişiliğin bütünü temsil ettiğini ve arketip olduğunu belirtmiştir. Benlik tüm sistemleri denge halinde tutmaya çalışırken, bilinç kolektif bilinçdışı ile karşı karşıya gelince bu yüzleşmenin bir takım problemler yaratabileceğini, zıtlıkların meydana gelebileceğini belirtmiştir. Bu zıtlıklar iki psişik sistemin (bilinç ve bilinçdışı) bir araya gelerek orta nokta kanalında

birleşmesini sağlayan arketipsel imaj, özbendir. Bu da bireyin kendisini gerçekleştirme yolunda son adımdır (Davison ve Neale, 2004; Akt: Akın, 2017).

1.2.3. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler

Benlik saygısı, yaşam içerisinde bir çok faktöre bağlı olarak değişkenlik gösterebilmektedir. Bu kadar değişkenlik gösteren benlik saygısı tüm yaşamı etkilemektedir. Benlik saygısını etkileyen faktörler araştırıldığında, benlik saygısı; kültür, toplum değerleri, ekonomi, eğitim, aile ve çevrenin eğitim düzeyi, aile yapısı, yaş, cinsiyet, beden imgesi, denetim, eş ile uyum, iletişim tarzı ve ilişki şekli, kişinin kardeş sayısı, kaçınıcı çocuk olduğu, kişinin psikolojik düzeyi, ruhsal problemleri, madde kullanımı, iş durumu, kronik ya da fiziksel hastalıklar, kendisine ne kadar zaman ayırdığı, diğer bireylerin vermiş olduğu değer, diğer bireylerle karşılaştırma, amaçların belirlenmesi, kendi kendine değerlendirme ve akademik başarısına bağlı olarak değişebilmektedir (İkizoğlu, 1993, Demirkol ve Doğan, 2003, Koçak, 2016)

Özkan 1994, “Benlik Saygısını Etkileyen Etkenler” isimli araştırmasında benlik saygısının yaş, cinsiyet, ailenin gelir düzeyi, eğitim durumu ve algıladığı sosyal desteğe bağlı değişkenlik gösterdiğini belirtmiştir (Sucu, 1998).

Kişilerin benlik saygılarının çocukluk döneminde yükseldiği ancak ergenlik döneminde azalmaların meydana geldiği özellikle erken ergenlik dönemi içerisinde düşmelerin zirve yaptığı, yetişkinlik döneminde yükselerek yaşlılık ile birlikte tekrar düşmeye başladığı yapılan araştırmalar ile ortaya konmuştur (Robins ve Trzesniewski, 2005; Steinberg, 2006; Taştekin, 2016). Literatür de benlik saygısının ergenlik döneminde azalmaya başladığını ortaya koyan çalışmaların yanı sıra, bazı çalışmaların yaşın benlik saygısı üzerinde önemli bir etken olmadığını ortaya koymuştur (Mendelson, White ve Mendelson, 1996; Taştekin, 2016).

Kişilerin benlik saygılarının gelişiminde ebeveynlerinin rolü oldukça yüksektir. Ebeveynlerin tutum ve davranışları kişinin benlik saygısı üzerinde oldukça etkilidir. Kişinin aile içerisinde sevgisini ifade edebilmesi, problemleri ile başa çıkmasına yardımcı olma gibi davranışlar benlik saygısının gelişiminde önemli bir yer tutmaktadır (Santrock, 2011). Smith (2007) ebeveyn tutumlarının benlik saygısı üzerinde ki etkisini

incelediği çalışmasında otoriter anne babalara sahip çocukların benlik saygılarında düşüş meydana geldiğini belirtmiştir (Akt:Koçak, 2016).

Coopersmith, benlik saygısının gelişimin de aile tutumlarının önemli bir role sahip olduğunu belirtmiştir (Arıcak, 1995).

- a. “Bireye gösterilen kabul, ilgi, sevgi, ve sıcaklık önemlidir;” Benlik saygısı gelişmiş kişilerin annelerinin çocukları ile yakın ilişkiler kurup daha fazla sevgi gösterdikleri ortaya konmuştur.
- b. “Bireye özgürlük tanıyıcı ve cezalandırıcı aile çocuk etkileşimi;” Benlik saygısı yüksek olan kişilerin aileleri tarafından temel özgürlüklerine saygı duyularak yetiştirildiği, sevgiyi koşula bağlamadan verdikleri ortaya konmuştur. Düşük benlik saygısına sahip bireylerin aileleri, çocuklarına daha az rehber olup, sevginin fazla gösterilmediği, ödülün ziyade cezayı daha çok kullanan aileler oldukları ortaya konmuştur.
- c. “Aile-çocuk etkileşiminde demokratik yaklaşım;” Benlik saygısı gelişmiş kişilerin aileleri tarafından geniş ve kapsamlı kurallar oluşturup bu kurallara uymak konusunda çaba gösterdikleri, aynı zamanda bireyin düşünce özgürlüğünü kabul edip baskı yapmayan yaklaşımda buldukları belirtilmiştir. Benlik saygısı düşük bireylerin kuralları netleşmemiş disiplin anlayışına sahip baskıcı ve tutarsız ailelerde yetiştikleri saptanmıştır (Arıcak, 1995; Akt: Akın, 2017).

1.2.4. Düşük ve Yüksek Benlik Saygısına Sahip Bireylerin Özellikleri

Düşük Benlik Saygısına Sahip Bireylerin Özellikleri;

- İnsanlardan sürekli bir eleştiri beklerler.
- Görünüşleri, yetenekleri ve davranışları olumsuzdur.
- İzledikleri zaman ki performansları kötüdür.
- Kendisine eleştirel yaklaşıldığı zaman savunma içerisine girip pasif davranırlar.
- Kendilerine iltifat edildiğinde bunu kabul etmekte zorlanırlar.
- Kendi performanslarını gerçekçi bir şekilde değerlendiremezler
- Buldukları konular da pasif ya da sınırlı hareket ederler
- Otorite olan kişilere karşı rahat hareket edemezler

- Hayatlarından memnun değillerdir
- Sosyal destek sistemleri zayıftır
- Dışarıdan yönlendirmeler ile kontrol edilirler (Özdemir 2004; Sel, 2016).

Düşük benlik saygısına sahip kişiler olumsuz tutum ve davranışlara maruz kaldıklarında daha hassas olurlar. Ayrıca kendilerine ve çevrelerine yönelik içsel geri bildirimleri olumsuz olmasından dolayı çevrelerinden gelen uyarılara karşı, kendilerine karşı negatiftirler ve kendi becerilerinin olumsuzluğuna atıfta bulunurlar (Davis ve Fedor, 1998; Akt: Kaya, 2017).

Çetinkaya vd. (2006), düşük benlik saygısına sahip kişilerin sorumluluk almaktan kaçındıklarını, kendilerine ait sorumlulukları reddettiklerini, eğerki sorumluluklarını rededemiyorlarsa bu durumun kendilerinde yoğun bir çatışmaya dönüştüğünü belirtmişlerdir.

Koçak (2016), düşük benlik saygısına sahip olan bireylerin sürekli başkalarının fikirlerine göre hareket ettiklerini, eleştirilere karşı duyarlı olduklarını, başkalarından sürekli olumlu bir desteğe ihtiyaç duyduklarını, kendilerinde duymuş oldukları yetersizlik duygusunu kapatmak için sürekli kendilerini övme isteği, kendi yeteneklerinin farkında olmadıklarını, fikir ve düşüncelerini ifade etmek de isteksiz olduklarını, mal ve eşyaların benlik saygısını arttıracacağı düşünerek bunlara sahip olma konusunda aşırı ilgi, farklı deneyimlere yaklaşmakta korku hissettikleri, özür dileme davranışını sık bir şekilde kullanma davranışlarının olduğunu belirtmiştir.

Yüksek Benlik Saygısına Sahip Bireylerin Özellikleri;

- Kendilerine saygı duyulmasını beklerler.
- Becerileri, davranışları ve görünüşleri olumludur.
- Performansları birilerinin kendisini izlemesine göre değişmez hep aynıdır.
- Eleştirildikleri zaman savunma durumuna geçmezler ve atılgandırırlar.
- Kendisine iltifat edildiğinde bunu kabul ederler.
- Kendi performanslarını gerçeğe uygun şekilde değerlendirirler.
- Buldukları konumlarında aktif olurlar.
- Otorite olan bireylere karşı rahat hareket ederler.

- Hayatlarından memnundurlar
- Sosyal destek sistemleri güçlüdür
- Kendi kontrollerini kendileri sağlarlar (Özdemir, 2004; Sel, 2016).

Baumeister vd. (2003), yüksek benlik saygısının iki önemli faydası olduğunu belirtmişlerdir. Yüksek benlik saygısı bazı durumlarda olumlu duyguların dışa vurumunu sağlayan önemli bir işleve sahip olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca kendilerini yetersiz hissettikleri durumlarda daha yapıcı ve toparlayıcı bir tutum sergiledikleri ortaya konmuştur. Ayrıca yüksek benlik saygısına sahip bireylerin depresyon yaşama ihtimalleri daha düşüktür ve daha mutludurlar. Ayrıca yaşamlarında başarısızlıkla karşılaştıklarında negatif duygu ve tepkiler yaşasalar bile alternatif davranışlar üretmeye çalışarak bu olumsuzluğu değiştirmeyi arzularlar (Akt: Kaya, 2017).

Cevher ve Buluş (2007), benlik saygısı üzerine yapmış oldukları çalışmalarında, benlik saygısı yüksek bireylerin kendilerini değerli bulup, faydalı ve önemli bireyler olarak görme eğiliminde olduklarını, kendilerine güvenip zorluklar ile dirençli bir şekilde başa çıkabildiklerini, başarıma arzularının yüksek, ileri düzey iletişim becerilerine sahip olduklarını belirtmiştir. Ayrıca yüksek benlik saygısına sahip bireylerin yaratıcı olup araştırmaya önem verdiklerini bu durumun toplum içinde aktif rollerde yer almalarını sağladığı ortaya konmuştur (Akın, 2017).

1.2.5. Benlik Saygısı ile İlgili Bazı Araştırmalar

Güloğlu ve Kararımak (2010), üniversite öğrencileri ile yapmış oldukları araştırma da yalnızlık, psikolojik sağlamlık ve benlik saygısı arasında negatif bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Psikolojik olarak problem yaşayan bireyler ile düşük benlik saygısına sahip olan bireylerin kendilerini daha yalnız hissettikleri ortaya konmuştur.

Tarhan (1995), lise öğrencilerinin bedenlerinden memnun olma düzeyine göre benlik saygısı ve akademik başarı ile ilişkisini incelediği çalışmada benlik saygısı ile beden imajı arasında anlamlı bir ilişki saptamamıştır. Ayrıca öğrencilerin ders haricinde sosyal etkinliklere katılma ve ailenin ekonomik durumunun benlik saygısı üzerinde etkili olduğunu belirtmiştir.

Eriş ve İkiz (2013), 300 ergen ile yapmış oldukları çalışmada katılımcıların benlik saygıları ve sosyal kaygıları arasında ki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma da benlik saygısının algılanan beden imajına göre farklılık gösterdiğini, okul başarısının benlik saygısı üzerinde etkisi olduğunu ve benlik saygısı yükseldikçe sosyal kaygıda azalma meydana geldiğini belirtmişlerdir.

Şahan ve Duy (2011), öğrenciler ile yapmış oldukları çalışmada düşük benlik saygısına sahip öğrencileri 3 gruba ayırmışlardır. Deney grubu, plasebo grubu ve kontrol grubu olmak üzere 27 üniversite öğrencisinden meydana gelmiştir. Deney grubunda ki öğrencilere 8 oturumluk Bilişsel Davranışçı tekniklere dayalı psiko-eğitim vermişlerdir ve deney grubundaki öğrencilerin bu eğitim sonucunda benlik saygılarının yükselerek akılcı olmayan inançlarının azaldığını tespit etmişlerdir.

İnan (2006), üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin benlik saygılarını incelediği araştırmasında ebeveyn tutumlarının benlik saygısı üzerinde etkisinin olduğunu, ebeveyn tutumları demokratik olanların daha yüksek benlik saygısına sahip olduklarını, otoriter tutum sergileyen ebeveynlerin çocuklarının daha düşük benlik saygısı olduğunu belirtmiştir.

Hatipoğlu (1996), ergenlik çağındaki öğrenciler ile yapmış olduğu araştırmasında anne baba tutumları ile benlik tasarımı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. İlgili ve şefkatli tutum sergilenen, tutarlı bir disiplin anlayışı içinde yetişen ergenlerin olumlu benlik yapısı sergilediklerini, duygusal olarak cezalandırılan ergenlerin daha düşük benlik tasarımına sahip olduklarını belirtmiştir.

Şahin (1994), yetiştirme yurdunda yaşayan gençleri benlik saygılarının incelediği araştırmasında Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanmış ve kolay arkadaş edinebilen gençlerin benlik saygılarının yüksek olduğunu, okulda başarılı olduğunu düşünen gençlerin başarısız olduğunu düşünenlere göre daha yüksek benlik saygısına sahip olduklarını belirtmiştir.

Dilek ve Aksoy (2013), ergenlerin benlik saygıları ile ebeveynlerinin benlik saygıları arasında ki ilişkiyi inceledikleri araştırmalarında ergenlerin annelerinin benlik saygılarından daha fazla etkilendiğini, annelerin benlik saygılarının yüksek olmasının ergenlerin benlik saygılarının yüksek olmasını sağladığını belirtmişlerdir.

Yılmaz ve Erözkan (2011), üniversite öğrencilerinin sosyal yetkinlik ve benlik saygısının inceledikleri araştırmasında 330 öğrenci yer almıştır. Araştırma bulgularına dayanarak, ailelerinin ekonomik düzeyi ile öğrencilerin sosyal yetkinlik ve benlik saygıları arasında fark olduğunu saptamışlardır.

1.3. Dürtüsellik

Dürtüsellik bazı psikiyatrik rahatsızlıkların temelini oluşturmaktadır ve birçok alanda değerlendirilmektedir. Bazı durumlarda rahatsızlıkların temelini oluştururken bazen de belirtisi olarak görülmektedir (Tamam, Güleç ve Karataş, 2013).

Dürtü kelime anlamı olarak bedensel ve ruhsal dengenin değişerek meydana gelen ve kişiyi bir takım tepkilere götüren, içten gelen gerilim şeklinde tanımlanmaktadır. Dürtüsellik, kişinin içinden gelen gerilimin kontrol edilememesi olarak açıklanmaktadır (Açar, 2016).

Dürtüsellik, içselliğin sonucunda meydana gelir. İç ya da dış uyaranlara karşı planlamadan reaksiyonlar göstermeye eğilim vardır ve uyaranlara karşı koyamama eğilimi yüksektir. Kişilik boyutunda ele alındığında, kişi kendisine veya başkalarına zarar verme arzusunu engel olmakta zorlanır (Güngör vd., 2014).

Moeller vd. (2001), dürtüsellik kavramını, içten veya dıştan gelen bir uyarıcıya, kişinin kendisi ya da başkaları için meydana gelebilecek olumsuz sonuçları önemsemeyen, hızlı ve planlamadan tepki verme eğilimi olarak ifade etmişlerdir. Dürtüsellik kavramında kişi, davranış olarak meydana gelebilecek olumsuz sonuçlara karşı duyarsızlık ve gelen uyarana karşı zihninde bilgiyi işlemeyen, uyarana hızlı ve planlamadan tepki verip davranışın uzun vadedeki sonuçlarının hesaplanmaması gerektiği bildirilmiştir (Bozkurt, 2012).

Psikodinamik bakış açısı dürtüsellik, içsel dürtülerin meydana gelmesiyle veya içsel dürtülere karşı azalmış olan benlik (ego) direnci nedeniyle, çoğalmış olan gerginliği azaltmak için ortaya çıkan eylem süreci olarak tanımlamıştır (Çalışkan, 2015). Fenichel, dürtüsel davranışın anksiyete, depresyon, suçluluk hissi gibi acı veren duygularla başa çıkma çabası olarak yorumlamıştır. Bu eylemler içsel tehlikelere karşı savunma niteliği taşımaktadır ve sonucunda olduğundan farklı anlamlar ifade eden

agresyon ya da cinsel doyum ortaya çıkar (Fenichel, 1945; Akt:Çalışkan, 2015). Kohut, dürtüsel davranışın kişinin kendilik duyumunun gelişmemesi ile ilgili olduğunu belirtmiştir. Bireyler, yaşamlarında önemli yere sahip olan kişi ve onlarla kurulan ilişkilerde aradıkları ve ihtiyaç duydukları onayı bulamazlarsa kendilik duyguları zedelenir. Bu zedelenmenin üstesinden gelebilmek için ve kendilik bütünlüğünü yeniden oluşturabilmek için bu kişiler kendilerine ya da çevrelerine karşı dürtüsel davranışlar ortaya koyarlar (Çalışkan, 2015).

Dürtüsellik, içinde bulunulan çevreye uygun olmayan, risk taşıyan, planlanmamış ve çoğu zaman istenmeyen sonuçlara yol açan bir takım davranış örüntülerini kapsar. Dikkatsizlik, sabırsızlık, yenilik arayışı, risk alma, heyecan ve zevk aramak ve dışa dönüklük gibi özellikler ile dürtüsellik davranışları meydana gelir (Güzel, Selvi ve Aydın, 2012)

Moeller, dürtüsellik ile ilgili literatür araştırmasında;

1. Belli bir davranış sonucunda ortaya çıkabilecek olumsuz sonuçlara duyarlılığın azalması,
2. Uyarı hakkında zihinsel işlemlerin tamamlanmamasından önce uyarana hızlı ve plansız bir şekilde tepki meydana gelir
3. Meydana gelen davranışın uzun dönem sonuçlarının göz ardı edilmesi olarak ifade etmiştir (Moeller vd., 2001; Akt: Yılmaz, 2013).

Kalenscher, Ohmann ve Güntürkün (2006), dürtüsellığı, büyük ve gecikmiş ödül yerine küçük ve hemen ulaşılabilecek ödülü tercih etmek olarak ifade etmişlerdir ve öz denetimin olmadığını, dürtüsellik ile öz denetimin zıt iki zihinsel süreç olduğunu belirtmişlerdir (Özver, 2010).

Literatür de dürtüsellik ile öz denetim kavramı aynı bilişsel sürecin iki farklı yönü olarak tanımlanmaktadır (Yılmaz, 2013).

Dickman (1990), dürtüsel olarak ortaya çıkan davranışın dezavantaja neden olmadığına dikkat çekmiştir. Literatüre işlevsel dürtüsellik ve işlevsel olmayan dürtüsellik olarak iki tanım kazandırmıştır. Dürtüsel kişinin, kendilerine verilen görevleri daha kısa kısa sürede tamamladıkları ancak dikkat gerektiren görevlerde aynı

başarıyı gösteremedikleri, dikkatin hızlı bir şekilde değişmesi gereken durumlarda daha başarılı olduklarını ortaya koymuştur (Çörekçioğlu, 2016). Bazı kaynaklarda dürtüselliğin olumlu yönlerinden bahsedilmiş olsa da genellikle suç, şiddet, fiziksel zarar verme, sosyal kurallara uyumsuzluk gibi davranışlarla ilişkisi olan işlevsel olmayan davranış kalıbını ifade eder (Garcia, Lawrence ve Clark, 2008).

1.3.1. Dürtüsellik Süreçleri

1.3.1.1. Tepki Ketleme/Yanıt Engelleme

Dürtüsellik sürecinde tepki ketleme/yanıt engelleme, uygunsuz bir zamanda erken tepkiler verme, verilmesi gereken cevabı erteleyememe olarak ifade edilmektedir. Davranış bilimleri, dürtü kontrolü olarak yiyecek, cinsellik veya arzulanan kazançlar için içsel ve dışsal olarak kişiyi harekete geçiren güçlü bir isteği ifade eden aktif bir inhibitör mekanizması şeklinde tanımlar. Bu inhibitör kontrol mekanizması ile hızlı yanıtlar ve refleksler baskılanıp daha yavaş bilişsel mekanizmalar davranışı yönlendirir (Winstanley, Eagle ve Robbins, 2006; Akt: Özver, 2010).

1.3.1.2. İnhibisyon Denetimi

İnhibisyon denetimi, açık ve örtük yanıtı bastırma ile ilgili bir kavramdır. Harekete geçme kontrolü, bilişsel ve davranışsal inhibisyon içeren “yürütücü inhibisyon” kavramı ile ifade edilmektedir (Enticott, Ogloff, Bradshaw, 2006; Akt: Özver, 2010).

1.3.1.3. Risk Alma

Risk almak, bireyin yaşamını devam ettirip, kendisini geliştirebilmesi için gereklidir. Yüksek risk davranışları ise olumsuz sonuçların meydana gelmesine neden olmaktadır. Risk alma davranışının değerlendirilmesi kendini-bildirim, öz denetim ölçekleri ile gerçekleştirilmektedir (Özver, 2010).

1.3.1.4. Karar Verme

Karar verme süreci, bir olay ve durum hakkında tercihte bulunma, eylemi seçme, düzenleyip uygulamaya geçirme ve sonuçlarını değerlendirme olarak tanımlanmaktadır. Nörogörüntüleme çalışmaları, duyguları işlemenin karar verme sürecinde etkili olduğu

ortaya çıkartmıştır. Belirsizliğin olduğu, riskin fazla olduğu anlarda karar vermenin çoklu prefrontal, parietal, limbik ve subkortikal bölgeleri içeren subkortikal-kortikal şebeke ile ilişkili olduğu ortaya konmuştur (Ernst ve Paulus, 2005; akt: Özver, 2010).

1.3.2. Dürtüsellik ve Bağımlılık

Dürtüsellik ile madde bağımlılığı arasındaki ilişkiyi açıklamak için üç hipotez öne sürülmüştür. Dürtüsellik düzeyinin yüksek olması madde kullanımına ve bağımlılığına yol açtığı, madde kullanımının dürtüsellığı arttırdığı ve dürtüsellığın madde bağımlılığının üçüncü bir faktörler ilişkisi olduğudur (Perry ve Carroll, 2008).

Kullanılan maddelerin akut ve kronik etkileri olduğu, bunun da dürtüsellığe neden olduğu veya mevcut dürtüsellik düzeyini arttırdığı öne sürülmektedir. Maddenin yaratmış olduğu etkiler ve ne kadar süredir kullanıldığına bağlı olarak uyum bozucu davranışlara neden olabilir. Meydana gelen akut etkiler sonucunda inhibisyon veya karar verme yetisi bozularak riskli cinsel davranışlar veya madde etkisindeyken araç kullanma gibi riskli davranışlar ortaya çıkabilir (Bozkurt, 2012).

Literatür incelendiğinde bağımlılık ile dürtüsellik arasında çift yönlü bir ilişki olduğunu öne süren araştırmalar da mevcuttur. Dürtüsellik seviyesi yüksek bireylerin bağımlılığa yatkın oldukları, madde kullanımı sonrasında dürtü kontrol mekanizmasında ki sorunları arttırıp bunun sonucunda kısır döngü meydana getirerek bağımlılığın pekişmesine neden olduğu belirtilmiştir. Bağımlılığın sınıflandırma sisteminde dürtüsellığın, tanı ve tedavi hedefi oluşturmak için alt belirteç olarak tespit edilmesi gerektiği öne sürülmektedir (Açar, 2016).

Kollins (2002), yapmış olduğu araştırma da dürtüsellik seviyesi yüksek bireylerin küçük yaşlardan itibaren alkol sigara ve esrar kullanmaya başladıklarını madde kullanım oranının arttığını belirtmiştir. Moeller vd. (2002), kokain kullanan kişiler de dürtüsellik seviyesinin yüksek olduğu ve dürtüsellik seviyesinin düşük olmasının kokaine başlama yaşının düşük olmasından kaynaklandığını ileri sürmüşlerdir.

Alkol ve madde kullanımının beyin üzerinde ketleyici bir etkisi vardır ve akut alkol kullanımının bazı araştırmalar da dürtüsellığı arttırdığı bazı araştırmalar da

değiştirmedığı bazı çalışmalar da ise azalttığı öne sürülmüştür (Richard, vd., 1999; McCarthy vd., 2012; Akt:Açar, 2016).

Dürtüselliğin madde bağımlılığı üzerinde etkisinin olmadığını öne süren araştırmalar da mevcuttur. Yaş, cinsiyet, hormonlar, maddeye bağlı olmayan ödüllere yanıt, çocuklukta yaşanan travmalar gibi genetik ve çevresel faktörlerin madde bağımlılığı üzerinde etkisinin olabileceği belirtilmiştir (Perry ve Carroll, 2008).

1.4. Araştırmanın Amacı

Sigara tüketimi günümüzün toplumlarının en büyük sağlık sorunlarından birisidir. Bireyler sigara içmeye devam etmeleri halinde ciddi rahatsızlıklara yakalanacaklarının farkında olmalarına rağmen sigarayı bırakmayı istememekte ya da bırakamamaktadırlar. Kişilerin sigarayı bırakmamak için sık sık kendilerini boşlukta hissedeceklerini, dikkatlerinin dağılacağını, duygu ve düşüncelerini ifade etmekte zorlanacaklarını belirtmektedirler (Zincir vd., 2012). Dürtüsellik düzeyinin yükselmesi sonucunda acil ödüllendirilme, riskli eylemler de bulunma, farklı duygu arayışları, belirli bir görevi sürdürme de zorluklar meydana gelmektedir. Sigara bağımlılığında nikotinin yaratmış olduğu uyarılmadan dolayı zevk değerinde artış meydana gelmektedir. Dürtüsel bireyler hemen ulaşılan küçük ödülleri, geç ulaşılan ödüllere tercih ederler. Burada nikotinin anlık olarak vermiş olduğu zevk dürtüsel bireylerin sigara içmeye daha yatkın olduklarını düşündürmektedir (Zincir vd., 2012).

Benlik, kişinin kim olduğuna ilişkin fikrini tanımlar. Benlik saygısı kişinin kabul edilme ya da reddedilme beklentisinin sonucunda ortaya çıkar. Benlik saygısı ile kişi kendisini ne kadar değerli bulduğunu, kendisi hakkında genel değerlendirmesini içerir (Karadağ, Güner ve Çuhadar, 2016). Sigara bağımlılığı ve benlik saygısı arasında ki ilişkiyi inceleyen araştırma da benlik saygısının azalması sonucunda kızlar da sigara kullanımının arttığı gözlenmiştir. Ayrıca yapılan farklı bir çalışma da sigara, alkol, uyuşturucu kullanımı, okuldan kaçma, cinsel aktivite gibi tutum ve davranışların düşük benlik saygısının göstergesi olduğu ortaya konmuştur (Zengin ve Altay, 2014).

Bu araştırma da sigara kullanımının dürtüsellik ve benlik saygısı üzerinde ki etkisinin incelenmesinin yanı sıra, benlik saygısı ve dürtüselliğin sigara kullanımını tetikleyip tetiklemediğini tespit etmeye çalışması bakımından önemlidir. Bütün bu

bilgilere bağılı kalarak bu çalışmada, sigara içen öğrencilerin benlik saygıları ve dürtüsellik düzeylerinin sigara içmeyen öğrenciler ile karşılaştırarak elde edilen veriler ile literatürde eksikliği gözlenen bu alana katkıda bulunulmaya çalışılmış diğer yandan araştırma bulgularına bağlı olarak, benlik saygısı düşük, drtselliği yüksek olan bireylerin sigara gibi bağımlılık yaratan maddelere yatkınlıkları konusuna dikkat çekerek ailelere, araştırmacılara, medyaya önerilerde bulunulması amalanıştır.

1.4.1. Problem Cümlesi

Sigara içen öğrenciler, benlik saygısı ve dürtüsellik düzeyleri bakımından, sigara içmeyen öğrencilerden farklılaşmakta mıdır?

1.4.2. Araştırmanın nemi

Ülkemiz de sigara kullanan öğrencilerin benlik saygılarını ve dürtüsellik düzeylerini birlikte inceleyen araştırmalara rastlanılmamıştır. Sigara içen bireylerin benlik saygılarını ve dürtüsellik düzeylerini tespit ederek madde bağımlılığının tedavisi ile ilgili araştırmalara, yurtiçi ve yurtdışı literatüre katkı sağlanacağı düşünülmektedir. Ayrıca ğrenciler de benlik saygısı ve dürtüselliğin hangi sosyodemografik değişkenlere göre farklılaştığını belirlemek amacıyla önemlidir. Araştırma, sigara kullanan bireylerde benlik saygısı ve dürtüsellik düzeyinde meydana gelebilecek problemlerin saptanması, sigara içmeye yatkınlığı tetikleyen faktörler hakkında topluma bilgi verebilir. Araştırma sonucunda benlik saygısı ve dürtüsellik düzeyine göre risk altındaki bireylerin tespit edilip sigara kullanımına başlamadan önce ya da sigarayı bırakma dönemlerinde yardımcı unsur olarak katkı sağlayabilir.

1.4.3. Araştırmanın Soruları

1. Araştırmaya dahil olan tüm öğrencilerin benlik saygıları ve dürtüsellik düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
2. Sigara içen öğrencilerin benlik saygıları ve dürtüsellik düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
3. Sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygıları ve dürtüsellik düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
4. Benlik saygısı, sigara içmeye bağlı olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

5. Dürtüsellik, sigara içmeye bağlı olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
6. Üniversite öğrencilerinin benlik saygıları yaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
7. Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin benlik saygıları yaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
8. Üniversite öğrencilerinin benlik saygıları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
9. Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin benlik saygıları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
10. Üniversite öğrencilerinin benlik saygıları medeni durum değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
11. Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin benlik saygıları medeni durum değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
12. Üniversite öğrencilerinin benlik saygıları eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
13. Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin benlik saygıları eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
14. Sigara içen öğrencilerin benlik saygıları kaç yıldır sigara içildiğine bağlı olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
15. Sigara içen öğrencilerin benlik saygıları günde kaç adet sigara içildiğine bağlı olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
16. Üniversite öğrencilerinin dürtüsellik düzeyleri yaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
17. Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin dürtüsellik düzeyleri yaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
18. Üniversite öğrencilerinin dürtüsellik düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
19. Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin dürtüsellik düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
20. Üniversite öğrencilerinin dürtüsellik düzeyleri medeni durum değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?

21. Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin dürtüsellik düzeyleri medeni durum değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
22. Üniversite öğrencilerinin dürtüsellik düzeyleri eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
23. Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin dürtüsellik düzeyleri eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
24. Sigara içen öğrencilerin dürtüsellik düzeyleri kaç yıldır sigara içildiğine bağlı olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
25. Sigara içen öğrencilerin dürtüsellik düzeyleri günde kaç adet sigara içildiğine bağlı olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?



BÖLÜM II

YÖNTEM

Yöntem bölümünde araştırmanın örnekleme, yöntemi, araştırma da kullanılan ölçekler ve yapılan istatistiksel işlemlere yer verilmiştir.

2.1. Örneklem ve Yöntem

Araştırmanın çalışma ve kontrol grubunu İstanbul ili Üsküdar ilçesinde bulunan Üsküdar Üniversitesi öğrencileri oluşturmuştur. Örneklem grubu, 2016-2017 eğitim öğretim yılında öğrenimini sürdüren lisans ve yüksek lisans öğrencilerinden oluşmaktadır. Çalışma grubunu oluşturan katılımcıların 107' si halen sigara kullanmaya devam eden öğrencilerden oluşmaktadır. Kontrol grubunu oluşturan 100 öğrenci ise geçmişlerinde hiç sigara kullanmadığını belirten kişilerden oluşmaktadır. Tüm katılımcılara araştırmanın içeriği ve ölçekler hakkında bilgi verilmiş onay veren kişiler ile çalışma yürütülmüştür.

Araştırmaya katılmayı kabul eden kişilere Sosyodemografik Veri Formu, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Barratt Dürtüsellik Ölçeği verilmiş ve katılımcılar ölçekleri kendileri doldurmuşlardır. Ölçeklerin doldurulması ortalama 15 dakika sürmüştür.

Araştırma esnasında 19 kişi çalışmayı yarıda kesmiş ya da ölçekleri eksik doldurmuştur. 19 katılımcının çalışmayı yarıda kesmesi ya da ölçekleri eksik doldurmasından dolayı çalışma dışında tutulmuştur.

2.2. Araştırmanın Sınırlılıkları

Çalışmaya Dahil Olma Kriterleri

- 18 yaşından büyük olmak
- Öğrenimini Üsküdar Üniversitesi' nde sürdürüyor olmak
- Sigara içiyor olmak
- Bilgilendirilmiş onam vermek

Kontrol Grubu Dahil Olma Kriterleri

- 18 yaşından büyük olmak
- Öğrenimini Üsküdar Üniversitesi'nde sürdürüyor olmak
- Hayatı boyunca hiç sigara kullanmamış olmak
- Bilgilendirilmiş onam vermek

Bu araştırmanın çalışma grubu; öğrenimini Üsküdar Üniversitesi'nde sürdüren 18 yaşından büyük sigara içen 107 öğrenci ile sınırlıdır. Araştırmanın kontrol grubu ise öğrenimini Üsküdar Üniversitesi'nde sürdüren ve sigara içmeyen 100 öğrenci ile sınırlıdır.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada sigara içen ve içmeyen öğrencilerin benlik saygılarını tespit etmek amacıyla "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği", dürtüsellik düzeylerini tespit etmek amacıyla "Barratt Dürtüsellik Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan bireylerin demografik verilerini saptamak amacıyla "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırma da demografik verileri tespit etmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmış 8 sorudan oluşan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Kişisel bilgi formunda yer alan bağımsız değişkenler;

1. Yaş
2. Cinsiyet
3. Medeni Durum
4. Eğitim Düzeyi
5. Eğitim Yılı
6. Okumaya Devam Ettiği Bölüm
7. Kaç Yıldır Sigara İçtiği
8. Günde Kaç Adet Sigara İçtiği sorularından oluşmaktadır.

2.3.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Benlik Saygısı Ölçeği 1963 yılında Moris Rosenberg tarafından geliştirilmiştir. Türkçe uyarlama çalışmaları Fusun Çuhadaroğlu (1986) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek 63 soru ve 11 alt ölçekten oluşmaktadır. Bu araştırma da benlik saygısı alt ölçeği kullanılmıştır ve bu ölçek 10 sorudan oluşup 5' i ters kodlanmıştır (Duman, 2016).

Benlik saygısı ölçeği 4' lü likert tipi bir ölçektir. Ölçeği uygulayan bireyler ölçekten 0-6 arasında puan alırlar. Ölçekte yüksek puanlar düşük benlik saygısına işaret etmektedir. 0-1 puan: yüksek düzeyde benlik saygısı, 2-4 puan: orta düzeyde benlik saygısı, 5-6 puan: düşük düzeyde benlik saygısına işaret etmektedir (Erman, Şahan ve Can; 2008). Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği 0.89, geçerliliği 0.71 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması Tuğrul (1994) tarafından gerçekleştirilmiştir (Deregözü, 2016).

2.3.3. Barratt Dürtüsellik Ölçeği

Barratt Dürtüsellik Ölçeği 30 maddeden oluşan 4' lü likert tipinde kendini değerlendirme ölçeğidir. Barratt Dürtüsellik Ölçeği 3 alt ölçekten meydana gelmektedir. Bunlar “dikkat” (dikkatsizlik ve zihinsel düzensizlik), “motor” (motor dürtüsellik, sabırsızlık), “plan yapmama” (tasarlanmamış dürtüsellik, bilişsel karışıklığa tahammülsüzlük) ve dürtüsellik toplam puanından oluşmaktadır (Erdoğan, 2016).

Motor Dürtüsellik; 7 maddeden oluşmaktadır. Bunlar 4., 6., 15.*, 16., 21., 22., ve 25. Maddeler,

Plan yapmama; 9 maddeden oluşmaktadır. Bunlar; 3., 7.*, 9.*, 10.*, 18., 23., 24., 26., ve 2. Maddeler,

Dikkat ile ilişkili dürtüsellik; 14 maddeden oluşmaktadır. Bunlar 1.* 2., 5., 8.*, 11., 12*., 13.*, 14., 17., 19., 20.*, 28., 29.* ve 30.* maddelerdir. (*) işaretli maddeler ters kodlanmıştır. Ölçeğin Türkçe' ye uyarlama, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Güleç ve arkadaşları (2008) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık Cronbach alfa kat sayısı öğrencilerde 0.78, hastalarda 0.81 olarak bulunmuştur. Ölçekten alınan puanların yüksekliği bireyin dürtüsellik düzeyinin yüksekliğini göstermektedir (Kuştepe, 2017)

Yapmış olduğumuz bu çalışmada Barratt Dürtüsellik Ölçeği iç tutarlılık Cronbach alfa katsayısı 0.82 olarak tespit edilerek Güleç ve arkadaşlarının saptamış oldukları güvenilirlik oranlarına benzer oran bulunmuştur.

2.4. Verilerin Analizi

Verinin istatistiksel analizi için SPSS 21.0 istatistik programı kullanılmıştır. Ölçeklerin güvenilirliklerini saptamak amacıyla Cronbach Alpha kullanılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkiyi saptamak için korelasyon uygulanmıştır. Verinin istatistiksel analizinde iki grup karşılaştırmalarında T-Testi (Independent T-Test), ikiden fazla gruba sahip olan değişkenler de Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA Test) uygulanmıştır. Anlamlı şekilde farklılık bulunan değişkenlerde, farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını hesaplamak için Tukey testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

BÖLÜM III

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amacı doğrultusunda araştırmanın problemlerine ilişkin verilerin istatistiksel işlemleri sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır.

Tablo 1. Araştırma Kapsamına Öğrencilerin Sosyo-Demografik Özellikleri

Değişkenler	Sigara İçenler (n=107)	Sigara İçmeyenler (n=100)
Yaş		
19 - 21 Yaş	38 (%35,5)	70 (%70,0)
22 - 24 Yaş	24 (%22,4)	10 (%10,0)
25 - 27 Yaş	10 (%9,3)	8 (%8,0)
28 - 30 Yaş	11 (%10,3)	4 (%4,0)
31 ve fazlası	24 (%22,4)	8 (%8,0)
Cinsiyet		
Erkek	69 (%64,5)	45 (%45,0)
Kadın	38 (%35,5)	55 (%55,0)
Medeni Durum		
Evli	34 (%31,8)	12 (%12,0)
Bekar	73 (%68,2)	88 (%88,0)
Eğitim Düzeyiniz		
Lisans	69 (%64,5)	87 (%87,0)
Yüksek Lisans	38 (%38,5)	13 (%13,0)
Bölümünüz?		
Felsefe	17 (%15,9)	15 (%15,0)
Klinik Psikoloji	35 (%32,7)	11 (%11,0)
Hemşirelik	7 (%6,5)	19 (%19,0)
Fizyoterapi	17 (%15,9)	8 (%8,0)
Sosyoloji	17 (%15,9)	22 (%22,0)
Psikoloji	14 (%13,1)	25 (%25,0)

Sigara içen üniversite öğrencileri ile sigara içmeyen üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özellikleri Tablo 1' de karşılaştırılmıştır.

Araştırma 207 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma grubu olan öğrencilerin 107' si sigara içmekte, 100 öğrenci ise sigara içmemektedir.

Sigara içen öğrencilerin yaş değişkenlerine göre dağılımı; 38' i (%35,5) 19-21 yaş aralığında, 24' ü (%22,4) 22-24 yaş aralığında, 10' u (%9,3) 25-27 yaş aralığında, 11' i (%10,3) 28-30 yaş aralığında, 24' ü (%22,4) 30 ve daha fazla yaş diliminde yer almaktadır.

Kontrol grubunu oluşturan sigara içmeyen öğrencilerin yaş değişkenine göre dağılımı; 70' i (%70,0) 19-21 yaş aralığında, 10' u (%10,0) 22-24 yaş aralığında, 8' i (%8) 25-27 yaş aralığında, 4' ü (%4,0) 28-30 yaş aralığında, 8' i (%8,0) 30 ve daha fazla yaş diliminde yer almaktadır.

Sigara içen öğrencilerin cinsiyet değişkenlerine göre dağılımı; 69' u (%64.5) erkek, 38' i (%35.5) kadındır.

Kontrol grubunu oluşturan sigara içmeyen öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre dağılımı; 45' i (%45.0) erkek, 55' i (%55.0) kadındır.

Sigara içen öğrencilerin medeni durum değişkenine göre dağılımı; 34' ü (%31.8) evli, 73' ü (%68.2) bekar öğrencilerden oluşmaktadır.

Kontrol grubunu oluşturan sigara içmeyen öğrencilerin medeni durum değişkenine göre dağılımı; 12' si (%12.0) evli, 88' i (%88) bekar öğrencilerden oluşmaktadır.

Sigara içen öğrencilerin eğitim düzeylerine göre dağılımı incelendiğinde; 69' u (%64.5) lisans, 38' i (%38.5) yüksek lisans da eğitimini sürdürmektedir.

Kontrol grubunu oluşturan sigara içmeyen öğrencilerin eğitim düzeylerine göre dağılımı incelendiğinde; 87' i (%87.0) lisans, 13' ü (%13.0) yüksek lisans da eğitimini sürdürmektedir.

Sigara içen öğrencilerin okudukları bölüm değişkenine göre dağılımı; 17' si (%15.9) Felsefe, 35' i (%32.7) Klinik Psikoloji, 7' si (%6.5) Hemşirelik, 17' si (%15.9) Fizyoterapi, 17' si (%15.9) Sosyoloji, 14' ü (%13.1) Psikoloji bölümünde eğitimini sürdürmektedir.

Kontrol grubunu oluşturan öğrencilerin okudukları bölüm değişkenine göre dağılımı; 15' i (%15.0) Felsefe, 11' i (%11.0) Klinik Psikoloji, 19' u (%19.0)

Hemşirelik, 8' i (%8.0) Fizyoterapi, 22' si (%22) Sosyoloji ve 25' i (%25.0) Psikoloji bölümünde eğitimini sürdürmektedir.

Tablo 2. Sigara İçen Öğrencilerin Kaç Yıldır Sigara İçtiklerine Göre Dağılımı

Kaç Yıldır	Frekans	Yüzde
1 – 4 Yıl	40	37,4
5 – 8 Yıl	38	35,5
9 – 12 Yıl	17	15,9
13+ Yıl	12	11,2

Tablo 2' de sigara içen öğrencilerin kaç yıldır sigara içtiklerine göre dağılımı incelendiğinde, öğrencilerin 40' ı (%37,4) 1-4 yıldır, 38' i (%35,5) 5-8 yıldır, 17' si (%15,9) 9-12 yıldır ve 12' si (%11,2) 13 ve daha fazla senedir sigara kullandıkları saptanmıştır.

Tablo 3. Sigara İçen Öğrencilerin Günde Kaç Adet Sigara İçtiklerine Göre Dağılımı

Günde Kaç Adet Sigara	Frekans	Yüzde
1 – 15 Adet	50	46,7
16 ve fazlası	57	53,3

Tablo 3' de sigara içen öğrencilerin günde kaç adet sigara içtiklerine göre dağılımı incelendiğinde, öğrencilerin 50' si (%46,7) 1-15 adet, 57' si (%53,3) 16 ve daha fazla adet sigara içtikleri saptanmıştır.

Tablo 4. Araştırmaya Katılan Tüm Öğrencilerin Dürtüsellik ve Benlik Saygısı Puanlarının Korelasyon İlişkisi

		Dürtüsellik Puanı	Benlik Saygısı Puanı
Dürtüsellik Puanı	Pearson Correlation	1	,390
	P		,000
	N	207	207
Benlik Saygısı Puanı	Pearson Correlation	,390	1
	P	,000	
	N	207	207

Tablo 4' de görüldüğü gibi araştırmaya katılan tüm öğrencilerin dürtüsellik ve benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup ($p=.000<0.05$),

aralarında pozitif ilişki olduğu saptanmıştır. Benlik Saygısı Ölçeğinde yüksek puanlar düşük benlik saygısını göstermektedir. Bu sonuca göre Barratt Dürtüsellik Ölçeği'nden yüksek puan alan bireylerin Dürtüsellik Ölçeği Puanlarının da yükseldiği ve buna bağlı olarak düşük benlik saygısı gösterdikleri saptanmıştır ($r=.390$).

Tablo 5. Sigara İçen Öğrencilerin Dürtüsellik ve Benlik Saygısı Puanlarının Korelasyon İlişkisi

		Dürtüsellik Puanı	Benlik Saygısı Puanı
Dürtüsellik Puanı	Pearson Correlation	1	,326
	P		,001
	N	107	107
Benlik Saygısı Puanı	Pearson Correlation	,326	1
	P	,001	
	N	107	107

Tablo 5' de görüldüğü gibi sigara içen öğrencilerin dürtüsellik ve benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup ($p=.001<0.05$), aralarında pozitif ilişki olduğu saptanmıştır ($r=.326$).

Tablo 6. Sigara İçmeyen Öğrencilerin Dürtüsellik ve Benlik Saygısı Puanlarının Korelasyon İlişkisi

		Dürtüsellik Puanı	Benlik Saygısı Puanı
Dürtüsellik Puanı	Pearson Correlation	1	,330
	P		,001
	N	100	100
Benlik Saygısı Puanı	Pearson Correlation	,330	1
	P	,001	
	N	100	100

Tablo 6' da görüldüğü gibi sigara içmeyen öğrencilerin dürtüsellik ve benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup ($p=.001<0.05$), aralarında pozitif ilişki olduğu saptanmıştır ($r=.330$).

Tablo 7. Sigara İçme Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanı

	Sigara İçme	N	\bar{X}	Ss	T	P
Benlik Saygısı	Sigara İçenler	107	1,36	1,273	3.712	.000
	Sigara İçmeyenler	100	0,78	0,924		

Tablo 7 incelendiğinde sigara içen ve içmeyen öğrencilerin benlik saygısı puanları karşılaştırıldığında; Sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.36, sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygısı puanları 0.78 olarak hesaplanmıştır. Araştırma kapsamına giren sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygıları sigara içen öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p=.000<0.05$)

Tablo 8. Sigara İçme Değişkenine Göre Dürtüsellik Puanı

	Sigara İçme	N	\bar{X}	Ss	T	P
Motor Dürtüsellik	Sigara İçenler	107	16,31	3,039	5,835	.000
	Sigara İçmeyenler	100	13,82	3,118		
Plan Yapmama	Sigara İçenler	107	22,68	3,785	4,719	.000
	Sigara İçmeyenler	100	20,30	3,453		
Dikkat İle İlişkili Dürtüsellik	Sigara İçenler	107	33,09	7,107	5,221	.000
	Sigara İçmeyenler	100	28,39	5,725		
Barratt Dürtüsellik Toplam Puanı	Sigara İçenler	107	72,09	11,642	6,331	.000
	Sigara İçmeyenler	100	62,51	10,005		

Tablo 8 incelendiğinde sigara içen ve sigara içmeyen öğrencilerin dürtüsellik alt ölçeği ve dürtüsellik toplam puanı incelendiğinde; Sigara içen öğrencilerin Motor Dürtüsellik puanları 16.31, sigara içmeyen öğrencilerin motor dürtüsellik puanları 13.82 olarak hesaplanmıştır. Araştırma kapsamına giren sigara içen öğrencilerin Motor Dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek

bulunmuştur ($p=.000<0.05$). Sigara içen öğrencilerin plan yapmama puanları 22.68, sigara içmeyen öğrencilerin plan yapmama puanları 20.30 olarak hesaplanmıştır. Araştırma kapsamına giren sigara içen öğrencilerin plan yapmama puanları sigara içmeyen öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p=.000<0.05$). Sigara içen öğrencilerin dikkat ile ilişkili dürtüsellik puanları 33.09, sigara içmeyen öğrencilerin dikkat ile ilişkili dürtüsellik puanları 28.39 olarak hesaplanmıştır. Araştırma kapsamına giren sigara içen öğrencilerin dikkat ile ilişkili dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p=.000<0.05$). Sigara içen öğrencilerin toplam dürtüsellik puanları 72.09, sigara içmeyen öğrencilerin toplam dürtüsellik puanları 62.51 olarak hesaplanmıştır. Araştırma kapsamına giren sigara içen öğrencilerin toplam dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p=.000<0.05$).

Tablo 9. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Yaş Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanları

	Yaş	N	\bar{X}	Ss	F	P
Benlik Saygısı	19 - 21 Yaş*	108	0,85	0,958	4.397	.002
	22 - 24 Yaş	34	0,93	1,103		
	25 - 27 Yaş	18	1,37	1,317		
	28 - 30 Yaş*	15	1,76	0,997		
	30 ve fazlası*	32	1,55	1,502		
	Toplam	207	1,08	1,152		

Tablo 9 incelendiğinde araştırma kapsamına giren öğrencilerin yaş değişkenine göre Benlik Saygısı Ölçeği puanları incelendiğinde; 19-21 yaş aralığında ki öğrencilerin benlik saygısı puanları 0.85, 22-24 yaş aralığında ki öğrencilerin benlik saygısı puanları 0.93 25-27 yaş aralığındaki öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.37, 28-30 yaş aralığında ki öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.76, 30 yaş ve üstü öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.55 olarak saptanmıştır. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda araştırma kapsamına giren öğrencilerin yaş değişkenine göre Benlik Saygısı Ölçeği puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır ($p=,002<0.05$). Farklılaşmanın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan Tukey Testi sonucuna göre 19-21 yaş aralığındaki öğrencilerin 28 yaş ve üstü öğrencilere göre daha fazla benlik saygısına sahip oldukları görülmektedir.

Tablo 10. Öğrencilerin Yaş Değişkeni ve Sigara İçme Durumuna Göre Benlik Saygısı Puanları

Yaş	Sigara İçme	Benlik Saygısı Ölçeğine Göre Benlik Saygısı Puanları			P
		N	Ort.	Std. Sapma	
19-21 Yaş	Evet	38	0,88	,921	.797
	Hayır	70	0,83	,983	
22-24 Yaş	Evet	24	1,04	1,216	.296
	Hayır	10	0,67	,758	
25-27 Yaş	Evet	10	2,15	1,188	.002
	Hayır	8	0,40	,680	
28-30 Yaş	Evet	11	1,96	1,019	.221
	Hayır	4	1,23	,810	
31 ve Üstü	Evet	24	1,84	1,566	.014
	Hayır	8	0,66	,858	

Tablo 10’ da sigara içme ve yaş değişkeni birlikte incelendiğinde; 19-21 yaş aralığındaki sigara içen öğrenciler ile sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p=.797>0.05$). 22-24 yaş aralığındaki sigara içen öğrenciler ile sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p=.296>0.05$). 25-27 yaş aralığındaki sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygısı puanları sigara içen öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur. ($p=.002<0.05$). 28-30 yaş aralığındaki sigara içen öğrenciler ile sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p=.221>0.05$). 31 yaş ve üstü sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygısı puanları sigara içen öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur. ($p=.014<0.05$).

Tablo 11. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanları

	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	T	P
Benlik Saygısı	Erkek	114	1,32	1,214	3.445	.001
	Kadın	93	0,79	1,002		

Tablo 11 incelendiğinde araştırma kapsamına giren öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre benlik saygısı puanları incelendiğinde; Erkeklerin benlik saygısı

puanları 1.32, kadınların benlik saygısı puanları 0.79 olarak hesaplanmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda araştırma kapsamına dahil olan kadınların benlik saygısı puanları erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır ($p=.001<0.05$).

Tablo 12. Öğrencilerin Cinsiyet Değişkeni ve Sigara İçme Durumuna Göre Benlik Saygısı Puanları

Cinsiyet	Sigara İçme	Benlik Saygısı Ölçeğine Göre Benlik Saygısı Puanları			P
		N	Ort.	Std. Sapma	
Erkek	Evet	69	1,64	1,322	.000
	Hayır	45	0,84	,828	
Kadın	Evet	38	0,86	1,013	.580
	Hayır	55	0,74	1,001	

Tablo 12’ de sigara içme ve cinsiyet değişkeni birlikte incelendiğinde; sigara içmeyen erkeklerin benlik saygısı puanları sigara içen erkeklere göre istatistiksel olarak yüksek olduğu saptanmıştır ($p=.000<0.05$). Sigara içen kadın öğrenciler ile sigara içmeyen kadın öğrencilerin benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p=.580>0.05$).

Tablo 13. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Medeni Durum Değişkenine Göre Benlik Saygısı Puanları

	Medeni Durum	N	\bar{X}	Ss	T	P
Benlik Saygısı	Evli	46	1,54	1,428	2.584	.012
	Bekar	161	0,95	1,029		

Tablo 13 incelendiğinde araştırma kapsamına giren öğrencilerin medeni durum değişkenine göre benlik saygısı puanları incelendiğinde; Evli öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.54, bekar öğrencilerin benlik saygısı puanları 0.95 olarak hesaplanmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda araştırma kapsamına dahil olan bekar öğrencilerin benlik saygısı puanları evli öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır ($p=.012<0.05$).

Tablo 14. Öğrencilerin Medeni Durum Değişkeni ve Sigara İçme Durumuna Göre Benlik Saygısı Puanları

Medeni Durum	Sigara İçme	Benlik Saygısı Ölçeğine Göre Benlik Saygısı Puanları			P
		N	Ort.	Std. Sapma	
Evli	Evet	34	1,83	1,483	.003
	Hayır	12	0,71	,860	
Bekar	Evet	73	1,14	1,107	.034
	Hayır	88	0,79	,937	

Tablo 14’ de sigara içme ve cinsiyet değişkeni birlikte incelendiğinde; sigara içmeyen evli öğrencilerin benlik saygısı puanları sigara içen evli öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek olduğu saptanmıştır ($p=.003<0.05$). Sigara içmeyen bekar öğrencilerin benlik saygısı puanları sigara içen bekar öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek olduğu saptanmıştır ($p=.034<0.05$).

Tablo 15. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Eğitim Düzeyine Göre Benlik Saygısı Puanları

	Eğitim Düzeyi	N	\bar{X}	Ss	T	P
Benlik Saygısı	Lisans	156	0,95	1,042	-2.572	.012
	Yüksek Lisans	51	1,49	1,370		

Tablo 15 incelendiğinde araştırma kapsamına giren öğrencilerin eğitim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı puanları incelendiğinde; Lisans düzeyin de öğrenimine devam eden öğrencilerin benlik saygısı puanları 0.95, yüksek lisans düzeyinde öğrenimine devam eden öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.49olarak hesaplanmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda araştırma kapsamına dahil olan lisans öğrencilerinin benlik saygısı puanları yüksek lisans öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır ($p=.012<0.05$).

Tablo 16. Öğrencilerin Eğitim Düzeyi ve Sigara İçme Durumuna Göre Benlik Saygısı Puanları

Eğitim Düzeyi	Sigara İçme	Benlik Saygısı Ölçeğine Göre Benlik Saygısı Puanları			P
		N	Ort.	Std. Sapma	
Lisans	Evet	69	1,12	1,139	.070
	Hayır	87	0,81	,943	
Yüksek Lisans	Evet	38	1,79	1,399	.001
	Hayır	13	0,60	,797	

Tablo 16’ da sigara içme ve eğitim düzeyi birlikte incelendiğinde; sigara içen lisans öğrencileri ile sigara içmeyen lisans öğrencilerin benlik saygısı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p=.070>0.05$). Sigara içmeyen yüksek lisans öğrencilerin benlik saygısı puanları sigara içen yüksek lisans öğrencilerine göre istatistiksel olarak yüksek olduğu saptanmıştır ($p=.001<0.05$).

Tablo 17. Sigara İçen Öğrencilerin Kaç Yıldır Sigara İçtiğine Göre Benlik Saygısı Puanları

	Sigara İçilen Yıl	N	\bar{X}	Ss	F	P
Benlik Saygısı	1-4 Yıl*	40	1,05	,971	3.486	.018
	5-8 Yıl	38	1,28	1,201		
	9- 12*	17	2,19	1,584		
	13 + Yıl	12	1,45	1,523		
	Toplam	107	1,36	1,273		

Tablo 17 incelendiğinde araştırma kapsamına giren öğrencilerin kaç yıldır sigara içtikleri değişkenine göre Benlik Saygısı Ölçeği puanları incelendiğinde; 1-4 yıl arasında sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.05, 5-8 yıl arasında sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.28, 9-12 yıl arasında sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 2.19, 13 ve daha fazla yıldır sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.45 olarak saptanmıştır. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda araştırma kapsamına giren öğrencilerin kaç yıldır sigara içtikleri değişkenine göre Benlik Saygısı Ölçeği puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır ($p=.018<0.05$). Farklılaşmanın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan Tukey Testi sonucuna göre 1-4 yıldır sigara içen öğrencilerin 9-12 yıldır sigara içen öğrencilere göre daha fazla benlik saygısına sahip oldukları görülmektedir.

Tablo 18. Sigara İçen Öğrencilerin Günde Kaç Adet Sigara İçtiğine Göre Benlik Saygısı Puanları

	Günde Kaç Adet Sigara	N	\bar{X}	Ss	T	P
Benlik Saygısı	1-15 Adet	50	0,88	,988	-3.955	.000
	16 ve Fazlası	57	1,78	1,352		

Tablo 18 incelendiğinde sigara içen öğrencilerin günde kaç adet sigara içtikleri değişkenine göre benlik saygısı puanları incelendiğinde; Günde 1-15 adet arasında sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 0.887, günde 16 ve daha fazla adet sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.78 olarak hesaplanmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda günde 1-15 adet aralığında sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları günde 16 ve daha fazla sigara tüketen öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır ($p=.000<0.05$).

Tablo 19. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Yaş Değişkenine Göre Toplam Dürtüsellik Puanları

	Yaş	N	\bar{X}	Ss	F	P
Dürtüsellik Toplam Puan	19 - 21 Yaş	108	66,44	11,212	1.518	.198
	22 - 24 Yaş	34	66,41	11,513		
	25 - 27 Yaş	18	66,61	16,371		
	28 - 30 Yaş	15	73,33	12,550		
	30 ve fazlası	32	69,75	10,761		
	Toplam	207	67,46	11,870		

Tablo 19 incelendiğinde araştırma kapsamına giren öğrencilerin yaş değişkenine göre Barratt Dürtüsellik Ölçeği puanları incelendiğinde; 19-21 yaş aralığında ki öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 66.44, 22-24 yaş aralığında ki öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 66.41, 25-27 yaş aralığındaki öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 66.61, 28-30 yaş aralığında ki öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 73.33, 30 yaş ve üstü öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 69.75 olarak saptanmıştır. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda araştırma kapsamına giren öğrencilerin yaş değişkenine göre Dürtüsellik Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p=,198>0.05$).

Tablo 20. Öğrencilerin Yaş Değişkeni ve Sigara İçme Durumuna Göre Toplam Dürtüsellik Puanları

Yaş	Sigara İçme	Barratt Dürtüsellik Ölçeğine Göre Dürtüsellik Puanları			P
		N	Ort.	Std. Sapma	
19-21 Yaş	Evet	38	71,23	11,915	.001
	Hayır	70	63,84	9,966	
22-24 Yaş	Evet	24	69,33	11,362	.019
	Hayır	10	59,40	8,871	
25-27 Yaş	Evet	10	75,20	14,875	.008
	Hayır	8	55,87	11,369	
28-30 Yaş	Evet	11	77,54	10,792	.025
	Hayır	4	61,75	10,144	
31 ve Üstü	Evet	24	72,41	10,112	.013
	Hayır	8	61,75	8,908	

Tablo 20’ de sigara içme ve yaş değişkeni birlikte incelendiğinde; 19-21 yaş aralığındaki sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur. ($p=.001<0.05$). 22-24 yaş aralığındaki sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur. ($p=.019<0.05$). 25-27 yaş aralığındaki sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur. ($p=.008<0.05$). 28-30 yaş aralığındaki sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur. ($p=.025<0.05$). 31 yaş ve üstü sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur. ($p=.013<0.05$).

Tablo 21. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre Toplam Dürtüsellik Puanları

	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	T	P
Dürtüsellik Toplam Puan	Erkek	114	71,27	11,713	5,456	.000
	Kadın	93	62,79	10,342		

Tablo 21 incelendiğinde araştırma kapsamına giren öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre Barratt Dürtüsellik Ölçeği puanları incelendiğinde; Erkeklerin dürtüsellik puanları 71.27, kadınların dürtüsellik puanları 62.79 olarak hesaplanmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda araştırma kapsamına dahil olan erkeklerin kadınlara göre daha yüksek düzeyde dürtüsel oldukları saptanmıştır.

Tablo 22. Öğrencilerin Cinsiyet Değişkeni ve Sigara İçme Durumuna Göre Toplam Dürtüsellik Puanları

Cinsiyet	Sigara İçme	Barratt Dürtüsellik Toplam Puanı			P
		N	Ort.	Std. Sapma	
Erkek	Evet	69	75,81	10,101	.000
	Hayır	45	64,31	10,621	
Kadın	Evet	38	65,34	11,321	.057
	Hayır	55	61,03	9,311	

Tablo 22’ de sigara içme ve cinsiyet değişkeni birlikte incelendiğinde; Sigara içen erkek öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen erkek öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur. ($p=.000<0.05$). Sigara içen kadın öğrenciler ile sigara içmeyen kadın öğrencilerin dürtüsellik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p=.057>0.05$).

Tablo 23. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Medeni Durum Değişkenine Göre Toplam Dürtüsellik Puanları

	Medeni Durum	N	\bar{X}	Ss	T	P
Dürtüsellik Toplam Puanı	Evli	46	69,19	11,601	1.123	.263
	Bekar	161	66,96	11,934		

Tablo 23 incelendiğinde araştırma kapsamına giren öğrencilerin medeni durum değişkenine göre Barratt Dürtüsellik Ölçeği puanları incelendiğinde; Evli öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 69.19, bekar öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 66.96 olarak saptanmıştır. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda araştırma kapsamına giren öğrencilerin medeni durum değişkenine göre Dürtüsellik Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p=.263>0.05$).

Tablo 24. Öğrencilerin Medeni Durum Değişkeni ve Sigara İçme Durumuna Göre Toplam Dürtüsellik Puanları

Medeni Durum	Sigara İçme	Barratt Dürtüsellik Toplam Puanı			P
		N	Ort.	Std. Sapma	
Evli	Evet	34	72,17	10,399	.002
	Hayır	12	60,75	10,996	
Bekar	Evet	73	72,05	12,246	.000
	Hayır	88	62,75	9,906	

Tablo 24’ de sigara içme ve medeni durum değişkeni birlikte incelendiğinde; Sigara içen evli öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen evli öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur. ($p=.002<0.05$). Sigara içen bekar öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen bekar öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur. ($p=.000<0.05$).

Tablo 25. Araştırma Kapsamına Giren Öğrencilerin Eğitim Düzeyine Göre Toplam Dürtüsellik Puanları

	Eğitim Düzeyi	N	\bar{X}	Ss	T	P
Dürtüsellik Toplam Puanı	Lisans	156	66,32	11,352	-2.439	.016
	Yüksek Lisans	51	70,94	12,830		

Tablo 25 incelendiğinde araştırma kapsamına giren öğrencilerin eğitim düzeyi değişkenine göre Barratt Dürtüsellik Ölçeği puanları incelendiğinde; Lisans öğrencilerinin dürtüsellik puanları 66.32, yüksek lisans öğrencilerinin dürtüsellik puanları 70.94 olarak hesaplanmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda araştırma kapsamına dahil olan yüksek lisans öğrencilerinin lisans öğrencilerine göre daha yüksek düzeyde dürtüsel oldukları saptanmıştır ($p=.012<0.05$).

Tablo 26. Öğrencilerin Eğitim Düzeyi ve Sigara İçme Durumuna Göre Toplam Dürtüsellik Puanları

Eğitim Düzeyi	Sigara İçme	Barratt Dürtüsellik Toplam Puanı			P
		N	Ort.	Std. Sapma	
Lisans	Evet	69	70,53	11,665	.000
	Hayır	87	62,98	9,959	
Yüksek Lisans	Evet	38	74,92	11,201	.000
	Hayır	13	59,30	10,110	

Tablo 26’ da sigara içme ve eğitim düzeyi değişkeni birlikte incelendiğinde; Sigara içen lisans öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen lisans öğrencilerine göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur ($p=.000<0.05$). Sigara içen yüksek lisans öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen yüksek lisans öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek bulunmuştur. ($p=.000<0.05$).

Tablo 27. Sigara İçen Öğrencilerin Kaç Yıldır Sigara İçtiğine Toplam Dürtüsellik Puanları

	Yaş	N	\bar{X}	Ss	F	P
Dürtüsellik Toplam Puan	1-4 Yıl	40	72,30	13,160	.368	.776
	5-8 Yıl	38	71,15	10,781		
	9- 12	17	74,52	11,440		
	13 + Yıl	12	70,91	9,839		
	Toplam	107	72.09	11.642		

Tablo 27 incelendiğinde araştırma kapsamına giren öğrencilerin kaç yıldır sigara içtikleri değişkenine göre Barratt Dürtüsellik Ölçeği puanları incelendiğinde; 1-4 yıl arasında sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları 72.30, 5-8 yıl arasında sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları 71.15, 9-12 yıl arasında sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları 74.52, 13 ve daha fazla yıldır sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları 70.91 saptanmıştır. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda araştırma kapsamına giren öğrencilerin kaç yıldır sigara içtikleri değişkenine göre Dürtüsellik Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p=.776>0.05$).

Tablo 28. Sigara İçen Öğrencilerin Günde Kaç Adet Sigara İçtiğine Göre Toplam Dürtüsellik Puanları

	Günde Kaç Adet Sigara	N	\bar{X}	Ss	T	P
Dürtüsellik Toplam Puan	1-15 Adet	50	66,34	11,840	-5.283	.000
	16 ve Fazlası	57	77,14	8,854		

Tablo 28 incelendiğinde sigara içen öğrencilerin günde kaç adet sigara içtikleri değişkenine göre Barratt Dürtüsellik Ölçeği puanları incelendiğinde; Günde 1-15 adet arasında sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları 66.34, günde 16 ve daha fazla adet sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları 77.14 olarak hesaplanmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda günde 16 ve daha fazla adet sigara içen öğrencilerin günde 1-15 adet sigara içen öğrencilere göre daha yüksek düzeyde dürtüsel oldukları saptanmıştır ($p=.000<0.05$).

BÖLÜM IV

TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı, sigara içen öğrencilerin benlik saygılarını ve dürtüsellik düzeylerini sigara içmeyen öğrenciler ile karşılaştırarak incelemektir. Bu amaca uygun olarak sigara içen öğrenciler ile sigara içmeyen öğrencilerin bazı sosyodemografik bilgilerine bağlı kalarak benlik saygılarını ve dürtüsellik düzeyleri karşılaştırılmıştır. Ayrıca sigara içen öğrencilerin günde kaç adet sigara içtikleri ve ne kadar süredir sigara kullandıkları değişkenleri de benlik saygısı ve dürtüsellik düzeylerine göre incelenmiştir.

Literatür incelendiğinde Türkiye’ de sigara içen öğrencilerin benlik saygıları ile dürtüsellik düzeylerini inceleyen sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Ülkemizde yapılan araştırmalar çoğunlukla madde kullanımı çerçevesinde gerçekleştirilmiştir.

Yapılan araştırmada sigara içen öğrencilerin yaş düzeyine göre dağılımı incelendiğinde; 38 öğrencinin 19-21 yaş aralığında, 24 öğrencinin 22-24 yaş aralığında, 10 öğrencinin 25-27 yaş aralığında, 11 öğrencinin 28-30 yaş aralığında ve 24 öğrencinin 30 ve daha üstü yaş diliminde yer aldıkları saptanmıştır. Araştırma da kontrol grubunu oluşturan sigara içmeyen öğrencilerin yaş düzeyine göre dağılımı incelendiğinde; 70 öğrencinin 19-21 yaş aralığında, 10 öğrencinin 22-24 yaş aralığında, 8 öğrencinin 25-27 yaş aralığında, 4 öğrencinin 28-30 yaş aralığında ve 8 öğrencinin 30 ve daha üstü yaş diliminde yer aldıkları saptanmıştır. Araştırmaya katılan tüm öğrencilerin yaş ortalamaları 23.96, sigara içen öğrencilerin yaş ortalamaları 25.67 ve sigara içmeyen öğrencilerin yaş ortalamaları 22.13 olarak bulunmuştur.

Araştırmaya katılan öğrencilerin 114’ ü erkek, 93’ ü kadındır. Sigara içen öğrencilerin 69’ u erkek, 38’ i kadındır. Kontrol grubunu oluşturan sigara içmeyen öğrencilerin 45’ i erkek, 55’ i kadındır. Araştırmamız da erkeklerin kadınlara göre daha fazla sigara kullandıkları bunda sigara içmenin güç göstergesi olabileceği, yeni arkadaşlar edinmede ve özenmenin bu durumun ortaya çıkartmasına yardımcı olduğu düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin 46' sı evli 161' i kardır. Sigara içen öğrencilerin 34' ü evli 73' ü bekindir. Kontrol grubunu oluşturan sigara içmeyen öğrencilerin 12' si evli, 88' i bekindir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin 156' sı öğrenimini lisans düzeyinde sürdürürken 51' i yüksek lisans da eğitimini sürdürmektedir. Sigara içen öğrencilerin 69' u lisans, 38' i yüksek lisans öğrencisidir. Kontrol grubunu oluşturan sigara içmeyen öğrencilerin 87' si lisans, 13' ü yüksek lisans öğrencisidir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin 32'si Felsefe, 46' sı Klinik Psikoloji, 26' sı Hemşirelik, 25' i Fizyoterapi, 39' u Sosyoloji ve 39' u Psikoloji bölümünde eğitimini sürdürmektedir. Sigara içen öğrencilerin 17' si Felsefe, 35' i Klinik Psikoloji, 7' si Hemşirelik, 17' si Fizyoterapi, 17' si Sosyoloji, 14' ü Psikoloji bölümünde eğitimini sürdürmektedir. Kontrol grubunu oluşturan sigara içmeyen öğrencilerin 15' i Felsefe, 11' i Klinik Psikoloji, 19' u Hemşirelik, 8' i Fizyoterapi, 22' si Sosyoloji ve 25' i Psikoloji bölümünde eğitimini sürdürmektedir.

Sigara içen öğrencilerin 40' ı 1-4 yıldır, 38' i 5-8 yıl arası, 17' si 9-12 yıl arasında ve 12' si 13 yıl ve üzerinde sigara içerken 50 öğrenci günde 1-15 adet arasında, 57 öğrenci ise günde 16 ve daha fazla adet sigara içmektedir.

Araştırma da öğrencilerin benlik saygısını tespit etmek amacıyla "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği" ve dürtüsellik düzeylerini tespit etmek amacıyla "Barratt Dürtüsellik Ölçeği" kullanılmıştır. Sigara içen öğrencilere uygulanan ölçekler arasında yapılan korelasyon çalışmasında pozitif yönlü ($r=.390$) ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p=.000<0.05$). Sigara içmeyen öğrencilere uygulanan ölçekler arasında yapılan korelasyon çalışmasında pozitif yönlü ($r=.330$) ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p=.001<0.05$).

Araştırma kapsamına giren sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.36, sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygısı puanları 0.78 olarak hesaplanmıştır ve sigara içen öğrencilerin benlik saygıları içmeyen öğrencilerden anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur. Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin benlik saygıları arasında ki ilişkiye yönelik literatür incelendiğinde; Zengin ve Altay' ın (2014), sınıf öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin madde kullanımlarına göre benlik saygılarını

incelediği araştırmasında herhangi madde kullanmayan öğrencilerin benlik saygılarının madde kullanan öğrencilerden, sigara içmeyen öğrencilerin sigara içen öğrencilerden daha yüksek benlik saygısına sahip olduklarını saptamışlardır (Zengin ve Altay, 2014). Araştırmamızın sonucuna benzer olarak ergenlerde ki riskli davranışlar üzerine yapılmış çalışma da sigara, alkol ve uyuşturucu kullanımı gibi durumların düşük benlik saygısının göstergesi olduğu saptanmıştır (Zengin ve Altay, 2014; Delikoyun, 2017). Araştırma bulgularına ve literatüre dayanarak, sigara, alkol, uyuşturucu gibi maddeleri kullanan bireylerde benlik saygısının düşük olduğu, benlik saygılarını giderici bir araç olarak madde kullanımının gerçekleştiği, benlik saygısının düşük olması madde kullanımına yol açtığı söylenebilir. Ayrıca, kendisini değersiz gören, kendisine güvenmeyen ve zayıf kişiliği olan gençlerin madde kullanımına yöneldikleri, benlik saygısı ve özgüveni düşük gençlerin yeni ortamlara kolay uyum sağlayamadıkları, çekingen, az konuşan, genelde yalnız kalmaktan hoşlanan, aşırı sessiz, hata yapmaktan korkan, çabuk hayal kırıklığı yaşayan, eleştiriye kapalı, kaygılı kişilik özellikleri gösterdikleri bildirilmektedir (Çağlayan, 2008). Olumsuz ve düşük benlik algısına sahip bireylerin kendilerini toplum dışında kalmış, değersiz insanlar gibi görme eğiliminde olduklarını ve kendileri gibi olduğunu düşündükleri toplum dışında kalmış, ahlak dışı tutum ve tavırlar sergileyenlerle kendilerini özdeşleştirip, benzer ahlaki tutumlar içine girebilirler. Böylelikle bağımlılardan daha çok etkilenerek, olumsuz alışkanlıklar edinebilecekleri söylenebilir. (Zengin ve Altay, 2014).

Araştırma kapsamına giren sigara içen öğrencilerin motor dürtüsellik puanları 16.31, sigara içmeyen öğrencilerin motor dürtüsellik puanları 13.82 olarak hesaplanmış ve sigara içen öğrencilerin motor dürtüselliklerinin sigara içmeyen öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Motor dürtüsellliği yüksek olan bireyler aceleci hareket ederler, hızlı tepki verirler ve çoğunlukla huzursuz bir yapıları vardır. Sigara içen öğrencilerin plan yapmama puanları 22.68, sigara içmeyen öğrencilerin plan yapmama puanları 20.30 olarak hesaplanmış ve sigara içen öğrencilerin plan yapmama puanları sigara içmeyen öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Plan yapmama puanı yüksek olan bireylerin plansız hareket ettikleri, geleceğe yönelik ilgilerinin olmadığı, uzun vade plan yapamadıkları söylenebilir. Sigara içen öğrencilerin dikkat ile ilişkili dürtüsellik puanları 33.09, sigara içmeyen öğrencilerin dikkat ile ilişkili dürtüsellik puanları 28.39 olarak hesaplanmış ve sigara içen öğrencilerin dikkat

ile ilişkili dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Dikkat ile ilgili dürtüsellik yüksek olan bireylerin dikkatlerini toparlayamadıkları, konsantrasyon güçlüğü çektikleri, hızlı ve yarışan düşünceleri olduğu, dikkat ile ilgili problemleri olduğu söylenebilir (Özden, 2013). Sigara içen öğrencilerin toplam dürtüsellik puanları 72.09, sigara içmeyen öğrencilerin toplam dürtüsellik puanları 62.51 olarak hesaplanmış ve sigara içen öğrencilerin dürtüselliklerinin sigara içmeyen öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin dürtüsellikleri arasında ki ilişkiye yönelik literatür incelendiğinde; Acton, madde kullanımında dürtüsellikğin önemli bir etken olduğunu belirtmiştir (Acton, 2003). Perry ve Carrol (2008), madde bağımlılarında dürtüsellikğini açıklamak için üç görüş öne sürmüşlerdir. Bunlar dürtüsellikğin yükselmesi ile madde kullanımının ve bağımlılığın arttığı; ikincisi madde kullanımının artması ile dürtüsellikğin arttığı; üçüncü olarak dürtüsellikğin ve madde bağımlılığının üçüncü bir faktörle ilişkili olduğudur (Yılmaz, 2013). Yılmaz (2013) alkol ve madde bağımlıları ile yapmış olduğu araştırmasında bağımlılık tedavisinden önce ve sonra kişilerin dürtüsellik düzeylerini incelemişler ve tedaviye başlamadan önce anlamlı bir fark bulunamazken, tedaviden sonra eroin kullanma isteği depresen bireyler de dürtüsellikğin artış gösterdiğini, özellikle “Dikkat Dürtüsellik”, “Plansızlık Dürtüsellikği” alt boyutlarının artışın meydana geldiğini saptamıştır (Yılmaz, 2013). Tuna (2015) üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmada riskli davranışlarda bulunan öğrencilerin (sigara, alkol, madde kullanımı) dürtüsellik puanlarının anlamlı düzeyde yükseldiği, dürtüsellik seviyesinin yükselmesi ile birlikte riskli davranışlar da bulunma eğiliminin arttığını belirtmiştir (Tuna, 2015). Zincir vd. (2012), yapmış oldukları çalışmada sigarayı bırakan ve bırakmayan kişilerin dürtüsellik ölçeği alt ölçek puanlarında anlamlı bir farklılık olmadığını saptamışlardır. Araştırma bulgularına ve literatüre dayanarak, sigara gibi bağımlılık yapıcı maddeleri kullanan bireylerin konsantrasyon güçlüğü çektikleri, aceleci hareket ederek plan yapmadıkları ve uzun vadeli kalıcı zevkler yerine kısa vadeli, hemen ulaşılacak zevklere yönelerek dürtüsel davrandıkları, madde kullanımının vermiş olduğu zevkin mevcut dürtüselliklerini beslediği, ancak madde kullanımının mı dürtüsellikğe yol açtığı yoksa dürtüsellikğin mi madde kullanımına yol açtığını saptayacak kapsamlı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Araştırma kapsamına giren tüm öğrencilerin yaş değişkenine göre benlik saygısı ve dürtüsellik puanları incelendiğinde; 19-21 yaş aralığında ki öğrencilerin benlik saygısı puanları 0.85, 22-24 yaş aralığında ki öğrencilerin benlik saygısı puanları 0.93 25-27 yaş aralığındaki öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.37, 28-30 yaş aralığında ki öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.76, 30 yaş ve üstü öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.55 olarak saptanmış ve aralarından anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca bağlı olarak 19-21 yaş aralığındaki öğrencilerin 28 yaş ve üstü öğrencilere göre daha fazla benlik saygısına sahip oldukları bulunmuştur. 19-21 yaş aralığında ki öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 66.44, 22-24 yaş aralığında ki öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 66.41, 25-27 yaş aralığındaki öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 66.61, 28-30 yaş aralığında ki öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 73.33, 30 yaş ve üstü öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 69.75 olarak saptanmış ve aralarında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin yaş değişkenine göre benlik saygısı puanları incelendiğinde; 19-21 yaş aralığındaki sigara içen öğrenciler ile sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygısı puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. 22-24 yaş aralığındaki sigara içen öğrenciler ile sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygısı puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. 25-27 yaş aralığındaki sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygıları sigara içen öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. 28-30 yaş aralığındaki sigara içen öğrenciler ile sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygısı puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. 31 yaş ve üstü sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygıları sigara içen öğrencilere göre yüksek bulunmuştur.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin yaş değişkenine göre dürtüsellik puanları incelendiğinde; 19-21 yaş aralığındaki sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. 22-24 yaş aralığındaki sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. 25-27 yaş aralığındaki sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. 28-30 yaş aralığındaki sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. 31 yaş ve üstü sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. Burç (2015), üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu araştırmasın

da dürtüsellik düzeyinin yaş değişkenine göre farklılaşmadığını ancak 20 yaş ve altında ki öğrencilerin dürtüsellik puanlarının yüksek olduğunu saptamıştır (Burç, 2015). Dürtüsellik gençlik döneminde en üst seviye de olması beklenir. Dopamin hormonu en yüksek değerine gençlik döneminde ulaşmaktadır ve bunun sonucunda dürtüsellik artmasına bağlı olarak riskli davranışlara (sigara, alkol, uyuşturucu kullanımı) daha yatkın olunmaktadır (Erel, 2013). Ancak bu araştırma da öğrencilerin yaş değişkenine göre dürtüsellik düzeylerinde farklılaşma saptanamamıştır. Araştırma bulgularına dayanarak, genç öğrencilerin benlik saygılarının yüksek olduğu, 30 yaş ve üzerinde ki öğrencilerin daha düşük benlik saygısına sahip oldukları özellikle sigara içen 30 yaş üzerinde ki öğrencilerin benlik saygılarının düşük olduğu, dürtüsellik yaşa bağlı olarak değişmediği ancak sigara içen her yaş grubundan öğrencinin sigara içmeyenlere göre daha dürtüsel oldukları söylenebilir. Ancak araştırmanın üniversite öğrencileri ile sınırlı kalması birbirine yakın yaş gruplarından oluşmasına neden olmuştur. Sigara içen bireylerin yaş değişkenine göre benlik saygısı ve dürtüsellik saptanabilmesi için daha geniş örneklemli çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Araştırma kapsamına giren tüm öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre benlik saygısı ve dürtüsellik puanları incelendiğinde; erkek öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.32, kadın öğrencilerin benlik saygısı puanları 0.79 olarak saptanmış ve aralarından anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca bağlı olarak kadın öğrencilerin benlik saygılarının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Erkek öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 71.27, kadın öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 62.79 olarak saptanmış ve aralarında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca bağlı olarak erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha dürtüsel davrandıkları, dürtüsellik düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir. Haspolat (2016), üniversite öğrencilerinin beden imajı ve benlik saygısı üzerine yapmış olduğu çalışma da öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre benlik saygısının farklılaşmadığını belirtmiştir. Erim (2001), ergenlerin benlik saygısı, depresyon ve yalnızlık düzeylerini sosyal destek açısından incelediği çalışmasında erkeklerin kızlara oranla daha fazla benlik saygısına sahip olduklarını belirtmiştir. Literatür incelendiğinde cinsiyetin benlik saygısı üzerinde bir etkisinin olmadığını gösteren çalışmalarda mevcuttur (İnanç, 1997; Yenidünya, 2005; Altunbaş, 2006; Haspolat, 2016). Eryılmaz (2012) üniversite öğrencileri ile yapmış

olduğu araştırmasında kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre benlik saygılarının yüksek olduğunu belirtmiştir.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre benlik saygısı puanları incelendiğinde; Sigara içmeyen erkek öğrencilerin benlik saygıları sigara içen erkek öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. Sigara içen kadın öğrenciler ile sigara içmeyen kadın öğrencilerin benlik saygısı puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre dürtüsellik puanları incelendiğinde; sigara içen erkek öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen erkek öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. Sigara içen kadın öğrenciler ile sigara içmeyen öğrencilerin dürtüsellik puanları arasında anlamlı bir farklılık saptanamamıştır. Zincir vd. (2012), sigara bağımlıları ile yapmış oldukları araştırmalarında sigara bağımlısı kadın ve erkeklerin dürtüsellik puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığını belirtmişlerdir. Burç (2015), üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu araştırma da dürtüsellik düzeyinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığını saptamıştır (Burç, 2015). Araştırma bulgularına dayanarak, kız öğrencilerin daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları ancak anlamlı bir ilişki saptanamasa da sigara içmeyen kız öğrencilerin daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları, erkek öğrencilerin daha dürtüsel davrandıkları özellikle sigara içen erkek öğrencilerin sigara içmeyen erkek öğrencilere göre dürtüsellik düzeylerinin yüksek olduğu gözlenmiştir. Literatür de ki bazı çalışmalar bu araştırmanın sonuçlarını desteklerken kimi çalışmalar bu araştırmanın sonuçları ile farklı bulgular ortaya koymuşlardır.

Araştırma kapsamına giren tüm öğrencilerin medeni durum değişkenine göre benlik saygısı ve dürtüsellik puanları incelendiğinde; evli öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.54, bekar öğrencilerin benlik saygısı puanları 0.95 olarak saptanmış ve aralarından anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca bağlı olarak bekar öğrencilerin benlik saygılarının evli öğrencilere göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Evli öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 69.19, bekar öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 66.96 olarak saptanmış ve aralarında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu sonuca bağlı olarak medeni durumun dürtüsellik üzerinde etkisinin olmadığı

söylenbilir. Burç (2015), üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu araştırmasın da dürtüsellik düzeyinin medeni durum değişkenine göre farklılaşmadığını ancak bekar öğrencilerin dürtüsellik puanlarının evli ve boşanmış bireylere göre daha yüksek olduğunu saptamıştır (Burç, 2015). Haspolat (2016), yapmış olduğu çalışma da flört ilişkisi olan öğrencilerin benlik saygılarının ilişkisi olmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğunu saptamıştır. Çevik, Büyükşahin ve Atıcı' nın (2009) yapmış oldukları çalışmada ilişkisi olan öğrencilerin olmayanlara göre daha yüksek düzeyde benlik saygısı gösterdiklerini belirtirken Eriş (2013) flört ilişkisi ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki saptayamamıştır. Bu araştırma da bekar öğrencilerin daha yüksek benlik saygısı göstermesi literatürü desteklememektedir. Yapılan araştırmalar da evli bireylerin algıladıkları destekten dolayı daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları saptanmıştır (Koç, Aslan ve Avşar, 2016). Bir diğer araştırma da sosyal desteğin kişinin psikolojik sorunları ile daha kolay başa çıkmasına yardımcı olduğu bu durumun benlik saygısı üzerinde önemli bir etken olduğunu ortaya koymuştur (Kaziasty, 2015). Ancak araştırmamız da bekar öğrencilerin benlik saygılarının evli öğrencilere daha yüksek olması, evli öğrencilerin aile içi ilişkileri, ekonomik düzeyler, sorumlu olunan kişilerin artmasından kaynaklı olarak bekarlarda yükselmiş olabileceği düşünülmektedir.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin medeni durum değişkenine göre benlik saygısı puanları incelendiğinde; Sigara içmeyen evli öğrencilerin benlik saygıları sigara içen evli öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. Sigara içmeyen bekar öğrencilerin benlik saygıları sigara içen bekar öğrencilere göre yüksek bulunmuştur.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin medeni durum değişkenine göre dürtüsellik puanları incelendiğinde; sigara içen evli öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen evli öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. Sigara içen bekar öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen bekar öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. Literatür incelendiğinde madde kullanan ve kullanmayan bireylerin medeni durum değişkenine göre benlik saygısı ve dürtüsellik düzeylerini inceleyen çalışmalara rastlanılmamıştır.

Araştırma kapsamına giren tüm öğrencilerin eğitim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı ve dürtüsellik puanları incelendiğinde; öğrenimini lisans düzeyinde sürdüren öğrencilerin benlik saygısı puanları 0.95, yüksek lisans öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.49 olarak saptanmış ve aralarından anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu

sonuca bağlı olarak lisans öğrencilerinin benlik saygılarının yüksek lisans öğrencilerine göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Öğrenimini lisans düzeyinde sürdüren öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 66.32, yüksek lisans öğrencilerin dürtüsellik ölçeği puanları 70.94 olarak saptanmış ve aralarında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca bağlı olarak yüksek lisans öğrencilerinin lisans öğrencilerine göre daha dürtüsel davrandıkları söylenebilir.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin eğitim düzeyi değişkenine göre benlik saygısı puanları incelendiğinde; Sigara içen lisans öğrencileri ile sigara içmeyen lisans öğrencilerinin benlik saygısı puanları arasında anlamlı bir farklılık saptanamamıştır. Sigara içmeyen yüksek lisans öğrencilerinin benlik saygıları sigara içen yüksek lisans öğrencilerine göre yüksek bulunmuştur.

Sigara içen ve içmeyen öğrencilerin eğitim düzeyi değişkenine göre dürtüsellik puanları incelendiğinde; sigara içen lisans öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen lisans öğrencilerine göre yüksek bulunmuştur. Sigara içen yüksek lisans öğrencilerin dürtüsellik puanları sigara içmeyen yüksek lisans öğrencilerine göre yüksek bulunmuştur. Literatür incelendiğinde madde kullanan eğitim seviyesi düşük bireylerin daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları, eğitim seviyesi arttıkça madde kullanımının zararları hakkında ki bilincin artması ile benlik saygılarında düşüş meydana geldiği görülmektedir (Koç, Aslan ve Avşar, 2016). Literatüre dayanarak araştırmamızda yüksek lisans öğrencilerinin daha dürtüsel olmaları ve benlik saygılarının düşük olması, sigaranın zararlarını yaşamaya başladıkları, sigaranın zararları konusunda daha bilinçli hale gelmelerinden kaynaklandığı söylenebilir.

Araştırma kapsamına giren sigara içen öğrencilerin günde kaç adet sigara içtikleri değişkenine göre benlik saygısı ve dürtüsellik puanları incelendiğinde; günde 1-15 adet arasında sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 0.88, günde 16 ve daha fazla sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.78 olarak saptanmış ve aralarından anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca bağlı olarak günde 1-15 adet arasında sigara içen öğrencilerin benlik saygılarının günde 16 ve daha fazla adet sigara içen öğrencilere göre yüksek olduğu söylenebilir. Gün de 1-15 adet arasında sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları 66.34, günde 16 ve daha fazla sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 77.14 olarak saptanmış ve aralarından anlamlı bir ilişki

bulunmuştur. Bu sonuca bağlı olarak günde 16 ve daha adet sigara içen öğrencilerin dürtüselliklerinin günde 1-15 arasında sigara içen öğrencilere daha yüksek olduğu söylenebilir. Koç, Aslan ve Avşar (2016), madde kullanan bireylerle yapmış olduğu araştırmasında, madde kullanım sıklığı arttıkça benlik saygısında azalma meydana geldiğini belirtmiştir. Nadir (2002), yapmış olduğu çalışmada ergenlerin problem çözme becerileri ile benlik imgesini incelemiş ve problem çözme becerisi yüksek olan bireylerin benlik imgelerinin yüksek olduğunu saptamıştır. D'zurilla, Chang ve Sanna (2003), yapmış oldukları çalışma da düşük benlik saygısına sahip bireylerin problemlere olumlu yaklaşmadıklarını, sorun çözme konusunda dikkatsiz ve dürtüsel davrandıklarını, problemden kaçındıklarını belirtmiştir. Bu bilgilere dayanarak, günde 16 adetten fazla sigara içen bireylerin sorunlarını ve problemlerini çözüme konusunda daha dürtüsel oldukları bunun sonucunda problemlerine çözüm bulamadıkları söylenebilir. Problemlerine çözüm bulamayan bireylerin sigara miktarını arttırdıkları ve bu çözümsüzlükten dolayı benlik saygılarında düşüş olduğu sonucuna varılabilir.

Araştırma kapsamına dahil olan sigara içen öğrencilerin kaç yıldır sigara içtikleri değişkenine göre benlik saygısı ve dürtüsellik puanları incelendiğinde; 1-4 yıl arasında sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.059, 5-8 yıl arasında sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.289, 9-12 yıl arasında sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 2.197, 13 ve daha fazla yıldır sigara içen öğrencilerin benlik saygısı puanları 1.452 olarak saptanmıştır. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda araştırma kapsamına giren öğrencilerin kaç yıldır sigara içtikleri değişkenine göre benlik saygılarının anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır. Bu sonuca göre 1-4 yıldır sigara içen öğrencilerin, 9-12 yıldır sigara içen öğrencilere göre daha fazla benlik saygısına sahip oldukları saptanmıştır. 1-4 yıl arasında sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları 72.30, 5-8 yıl arasında sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları 71.15, 9-12 yıl arasında sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları 74.52, 13 ve daha fazla yıldır sigara içen öğrencilerin dürtüsellik puanları 70.91 saptanmıştır. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda araştırma kapsamına giren öğrencilerin kaç yıldır sigara içtikleri değişkenine göre Dürtüsellik Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Literatürde uzun yıllar madde kullanımının bağımlılık bakımından risk faktörü olduğunu maddeyi bırakmayı zorlaştırdığını belirtilmiştir (Turan, ve Yargıç, 2012; Çalışkan, 2015). Araştırmamızda ki yaş ortalaması ve ne kadar süredir sigara

içtiği karşılaştırıldığında genç erişkinlik döneminden itibaren sigara içmeye başladıkları söylenebilir.

BÖLÜM V

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen verilere dayalı olarak sonuçlara ve önerilere yer verilmiştir.

5.1. Araştırma Sorularının Cevapları

1. Araştırmaya dahil edilen tüm öğrencilerin, benlik saygısı ve dürtüsellik düzeyleri arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur ($p=,000<0.05$)
2. Sigara içen öğrencilerin benlik saygısı ve dürtüsellik düzeyleri arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur ($p=,000<0.05$)
3. Sigara içmeyen öğrencilerin, benlik saygısı ve dürtüsellik düzeyleri arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur ($p=,000<0.05$)
4. Sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygılarının sigara içen öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür ($p=.000<0.05$)
5. Sigara içen öğrencilerin motor dürtüselliklerinin sigara içmeyen öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür ($p=.000<0.05$)
6. Sigara içen öğrencilerin plan yapmama düzeylerinin sigara içmeyen öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür ($p=.000<0.05$)
7. Sigara içen öğrencilerin dikkat ile ilişkili dürtüselliklerinin sigara içmeyen öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür ($p=.000<0.05$)
8. Sigara içen öğrencilerin sigara içmeyen öğrencilere göre daha dürtüsel davrandıkları görülmüştür ($p=.000<0.05$)
9. 19-21 yaş aralığındaki öğrencilerin 28 yaş ve üstü öğrencilere göre daha fazla benlik saygısına sahip oldukları görülmüştür ($p=.002<0.05$)
10. 25-27 yaş aralığındaki sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygısı puanları sigara içen öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek olduğu görülmüştür. ($p=.002<0.05$). 31 yaş ve üstü sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygısı puanları sigara içen öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek olduğu görülmüştür ($p=.014<0.05$). 19-21, 22-24, 28-30 yaş aralığındaki sigara içen

öğrenciler ile sigara içmeyen öğrencilerin benlik saygıları puanları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

11. Kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla benlik saygısına sahip oldukları görülmüştür ($p=.001<0.05$).
12. Sigara içmeyen erkek öğrencilerin benlik saygısı puanları sigara içen erkek öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek olduğu görülmüştür ($p=.000<0.05$). Sigara içen kadın öğrenciler ile sigara içmeyen kadın öğrencilerin benlik saygıları puanları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.
13. Bekar öğrencilerin evli öğrencilere göre daha fazla benlik saygısına sahip oldukları görülmüştür ($p=.012<0.05$).
14. Sigara içmeyen evli öğrencilerin benlik saygısı puanları sigara içen evli öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek olduğu görülmüştür ($p=.003<0.05$). Sigara içmeyen bekar öğrencilerin benlik saygısı puanları sigara içen bekar öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek olduğu görülmüştür ($p=.034<0.05$).
15. Lisans öğrencilerinin yüksek lisans öğrencilerine göre daha fazla benlik saygısına sahip oldukları görülmüştür ($p=.012<0.05$).
16. Sigara içmeyen yüksek lisans öğrencilerinin benlik saygıları sigara içen yüksek lisans öğrencilerine göre yüksek olduğu görülmüştür ($p=.001<0.05$). Sigara içen lisans öğrencileri ile sigara içmeyen lisans öğrencilerinin benlik saygıları puanları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.
17. 1-4 yıldır sigara içen öğrencilerin 9-12 yıldır sigara içen öğrencilere göre daha fazla benlik saygısına sahip oldukları görülmüştür ($p=.018<0.05$).
18. Günde 1-15 adet aralığında sigara içen öğrencilerin günde 16 ve daha fazla sigara içen öğrencilere göre daha fazla benlik saygısına sahip oldukları görülmüştür ($p=.000<0.05$).
19. Araştırma kapsamına giren tüm öğrencilerin dürtüselliklerinin yaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür ($p=.198>0.05$).

20. 19-21 yaş aralığındaki sigara içen öğrencilerin sigara içmeyen öğrencilere daha dürtüsel davrandıkları görülmüştür. ($p=.001<0.05$) 22-24 yaş aralığındaki sigara içen öğrencilerin sigara içmeyen öğrencilere daha dürtüsel davrandıkları görülmüştür ($p=.019<0.05$). 25-27 yaş aralığındaki sigara içen öğrencilerin sigara içmeyen öğrencilere daha dürtüsel davrandıkları görülmüştür ($p=.008<0.05$). 28-30 yaş aralığındaki sigara içen öğrencilerin sigara içmeyen öğrencilere daha dürtüsel davrandıkları görülmüştür. ($p=.025<0.05$). 31 yaş ve üstünde ki sigara içen öğrencilerin sigara içmeyen öğrencilere daha dürtüsel davrandıkları görülmüştür ($p=.013<0.05$).
21. Araştırma kapsamına giren erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha dürtüsel davrandıkları görülmüştür ($p=.000<0.05$).
22. Sigara içen erkek öğrencilerin sigara içmeyen erkek öğrencilere daha dürtüsel davrandıkları görülmüştür ($p=.013<0.05$). Sigara içen ve içmeyen kadın öğrencilerin dürtüselliklerinin anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür ($p=.057>0.05$).
23. Araştırma kapsamına giren tüm öğrencilerin dürtüselliklerinin medeni durum değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür ($p=.263>0.05$).
24. Sigara içen evli öğrencilerin sigara içmeyen evli öğrencilere daha dürtüsel davrandıkları görülmüştür. ($p=.002<0.05$). Sigara içen bekar öğrencilerin sigara içmeyen bekar öğrencilere daha dürtüsel davrandıkları görülmüştür ($p=.000<0.05$).
25. Araştırma kapsamına giren yüksek lisans öğrencilerinin lisans öğrencilerine göre daha dürtüsel davrandıkları görülmüştür ($p=.016<0.05$).
26. Sigara içen lisans öğrencilerinin sigara içmeyen lisans öğrencilerine göre daha dürtüsel davrandıkları görülmüştür ($p=.000<0.05$). Sigara içen yüksek lisans öğrencilerinin sigara içmeyen yüksek lisans öğrencilerine göre daha dürtüsel davrandıkları görülmüştür ($p=.000<0.05$).
27. Sigara içen öğrencilerin dürtüselliklerinin kaç yıldır sigara içtikleri değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür ($p=.776>0.05$).

28. Günde 16 ve daha fazla adet sigara içen öğrencilerin günde 1-15 adet arasında sigara içen öğrencilere göre dürtüsel davrandıkları görülmüştür ($p=.000<0.05$).

5.2. Araştırmanın Kısıtlılıkları ve Öneriler

Bu araştırma sadece üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Ayrıca örneklem içerisinde ki öğrenciler birbirine benzer yaş dilimleri içerisinde yer almaktadırlar. Bu nedenle sonuçlar toplumun tüm kesimine, farklı eğitim seviyesinde yer alan bireylere ve farklı yaş grubundaki kişilere genellenemez. Ayrıca yapılan çalışmalar göstermiştir ki, maddeye ulaşamama sonucunda bir takım yoksunluk belirtileri ortaya çıkmaktadır. Dürtüselliğin kısa vadeli ve hemen ulaşılmak istenen zevkten kaynaklandığı düşünülürse katılımcıların en son ne zaman sigara içtikleri, ne kadar süredir sigara içmedikleri gibi değişkenlerin de göz önünde bulundurulması gerekir. Ayrıca bireylerin benlik saygısı sadece madde kullanımına bağlı olarak değil içinde bulunulan kültür, sosyal çevre, ekonomik düzey, anne ve baba tutumları, kiminle nerede yaşadığı vb. birçok değişkenden etkilenebilmektedir. İleride yapılacak çalışmalarda daha geniş örneklem grubu ile daha kapsamlı çalışmaların yürütülmesi önerilir.

Literatür incelendiğinde algılanan sosyal destek arttıkça benlik saygısının yükseldiği görülmüştür. Özellikle ailelerin sosyal destek ve madde kullanımı konusunda bilinçlendirilmelerine yönelik çalışmaların başlatılması önerilmektedir. Ayrıca benlik saygısı ve dürtüselliğin madde kullanımı ile ilişkisini inceleyecek araştırmaların daha geniş örneklem grubu ile daha farklı ölçütlerle gerçekleştirilmesi önerilir.

Bu araştırma kesitsel bir çalışma olduğu için elde edilen bulguların belli bir nedene bağlı olarak açıklaması mümkün olmamaktadır. Sigara içen bireyler ile uzun süreli takip çalışmalarıyla benlik saygısı ve dürtüsellik düzeylerinin ilişkisi daha iyi açıklanabilir.

Bu çalışma, sigara bağımlılarını kontrol (sigara içmeyen) grubu ile benlik saygısı ve dürtüsellik seviyeleri bakımından karşılaştıran ilk çalışmadır.

KAYNAKÇA

Acton, G.S., 2003, "Measurement of İmpulsivity in a Hierarchical Model of Personality Traits: İmplications for Substance Use" *Subst Use Misuse*, 38:67-83.

Açar, M., 2016, "Alkol ve Kannabis Bağımlıları ile Sağlıklı Kontrollerin Dürtüsellik ile Mizaç ve Karakter Özellikleri Açısından Karşılaştırılması" *Uzmanlık Tezi*, İzmir Katip Çelebi Üniversitesi, İzmir.

Akın, R.F., 2017, "İletişim Fakültesi Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Değerlendirilmesi ve Devlet Üniversitesi ile Vakıf Üniversitesi Öğrencilerinin Bu Bağlamda Karşılaştırılması" *Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Altunbaş, Ç., 2006, "Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeyleri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" *Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü*, Sivas.

Arıca, T., 2009, "Üniversite Öğrencilerinde Saldırganlık, Benlik Saygısı ve Denetim Odağı İlişkisi" *Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Aydın, B., 1996, "Benlik kavramı ve ben şemaları" *M.Ü Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8:41-47.

Bal Ü., 2003, "Hastanede Çalışan Hemşire ve Diğer Bayan Sağlık Personelinin Benlik Saygıları ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi" *Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Bayat, B., 2003, "Bireylerin benlik algısı sistemi ve bu sistemin davranışlar üzerindeki rolü", *Kamu-İş Dergisi*, 7(2):1-10.

Bilgel, N., Türkiye'de Sigara İçme Yaygınlığı. Özyardımcı N., (ed). *Sigara ve Sağlık*, İnci Baskı. s:59-73. Bursa. 2002.

Bilgin, H., 1996, "Baş ve Boyun Kanseri Nedeni ile Ameliyat Olan Hastalarda Ameliyat Öncesi ve Sonrası Beden İmajı, Benlik saygısı, Depresyon Durumları İle Bakımda Hemşirelerin Karşılaştıkları Güçlüklerin Araştırılması" *Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Bozkurt, M., 2012, "Alkol ve Eroin Bağımlılığı Olan İki Ayrı Grupta Dürtüsellik ve Agresyonun Kişilik Özellikleri ile İlişkisi" *Uzmanlık Tezi*, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul.

Burç, B., 2015, “Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumları ile Dürtüsellik ve Aleksitimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Cevher, F. N. ve Buluş, M., 2007, “Benlik Kavramı ve Benlik Saygısı: Önemi ve Geliştirilmesi” Akademik Dizayn Dergisi, 2:52-64

Cobb, N.J., Adolescence:Continuity, Change and Diversity, McGraw-Hill, New York, 2007.

Çağlayan, Ç., Ergenlikte 33 Sorun 33 Çözüm, Mart Matbaacılık, İstanbul. 2008

Çalışkan, N., 2015, “Denetimli Serbestlik Tedbiri ile Tedavi Kararı Verilen Kannabis Kullanıcılarında Dürtüsellik ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Takip Sonuçları ile İlişkisi” Uzmanlık Tezi, Ankara Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ankara.

Çetin, A., 2011, “Psikiyatri Servisinde Yatan Şizofreni Hastalarının Sigara Kullanımının Değerlendirilmesi” Uzmanlık Tezi, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, İstanbul.

Çetinkaya, S., Arslan, S., Nur, N., Demir, Ö., Özdemir, D. ve Sümer, D., 2006 “Sivas İl Merkezinde Sosyoekonomik Düzeyi Farklı Üç İlköğretim Okulu Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeyi” Klinik Psikiyatri, 9:116–122

Çiftçi, S., 1997, “Sigara İçen ve İçmeyen Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık ve Uyum Düzeyleri” Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara

Çörekçioğlu, S., 2016, “Bipolar Bozuklukta Anksiyete Duyarlılığı, Dürtüsellik ve İlişkili Etmenler” Uzmanlık Tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul.

D’ Zurilla, T. J., Chang, E. C., Sanna, L. J., 2003, “Self-esteem and Social Problem Solving as Predictors of Aggression in College Students”, Journal of Social and Clinical Psychology, 22:424-440.

Davis, W. Ve Fedor, D.B., 1998, “The Role of Self-Esteem and Self-Efficacy in Detecting Responses to Feedback” Technical Report, 1–41.

Davison, C. G. ve Neale, J. M., Anormal Psikoloji, Çev. İhsan Dağ, Türk Psikoloji Derneği Yayınları, Ankara, 2004

Delikoyun, D., 2017, “Üniversite Öğrencilerinde Duygusal Zeka ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki” Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.

Demirkol Ö. ve Doğan S., 2003, “Benlik Kavramı-Beden İmgesi” Cumhuriyet Üniversitesi Yayınlanmamış Yüksek Lisans Ders Notları, Sivas

Deregözü, A., 2016, “Kamu ve Özel Sektörde Çalışan Öğretmenlerin İş Doyumu ve Benlik Saygısının İncelenmesi” Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul

Dilek, H. ve Aksoy, A., 2013, “Ergenlerin Benlik Saygısı ile Anne-Babalarının Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 14(3):95-109.

Duman, S., 2016, “Üniversite Öğrencilerinde Öznel İyi Oluş ve Benlik Saygısının Stresle Başa Çıkma Tarzlarıyla İlişkinin İncelenmesi” Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul

Enişte, K., 2004, “Alkol ve Madde Bağımlılığı” Bursa Sağlık Müdürlüğü (BSM) Dergisi, (2):47-48

Erdoğan, D., 2016, “Lise Öğrencilerinin Boyun Eğici Davranışlarında Depresyon ve Dürtüsellik Düzeylerinin İncelenmesi” Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul

Erel, Ö., 2013, “Üniversite Öğrencilerinde Dürtüsellik, Riskli Davranışlar ve İstismar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.

Erim, B., 2001, “Yetiştirme Yurtlarında ve Ailelerin Yanında Yaşayan Ergenlerin, Benlik Saygısı, Depresyon ve Yalnızlık Düzeyleri İle Sosyal Destek Sistemleri Açısından Karşılaştırılması” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi

Eriş, Y., 2013, “Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi” Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Eriş, Y. F. ve İkiz, E., 2013, “Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki ve Kişisel Değişkenlerin Etkileri”, Turkish Studies, (8)6: 179-193

Erman, K., Şahan, A. ve Can, S. 2008, “Sporcu Bayan ve Erkeklerin Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması” <http://www.bilalcoban.com/index>.

Eryılmaz, S., 2012, “Üniversite Öğrencilerinde Psikolojik Sağlamlığı Yordamada, Yaşam Doyumu, Benlik Saygısı, İyimserlik ve Kontrol Odağının İncelenmesi” Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.

Garcia A., Lawrence A.J. ve Clark, L., 2008, “Impulsivity as a Vulnerability Marker for Substance-use Disorders: Review of Findings From High-Risk Research, Problem Gamblers and Genetic Association Studies” *Neurosci Biobehav Rev.*32:777- 810.

Gözüyılmaz, A., 2011, "Evli Ergenlerde Beden İmgesi ve Benlik Saygısının Gebelik Durumuna Göre İncelenmesi" Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Güloğlu, B. ve Kararımak, Ö., 2010, "Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlamlık" Ege Eğitim Dergisi; (11)2:73-88.

Güngör, B. B., Aşkın, R., Taymur, İ. Ve Sarı, S., 2014, "Alkol Bağımlılığında Obsesif Kompulsif Bozukluk ve Dürtü Kontrol Bozukluğu Ek Tanısı ile Dürtüsellik, Kompulsivitenin Değerlendirilmesi" Düşünen Adam Dergisi, 27:233-241.

Güzel, Ö.P., Selvi, Y. ve Aydın, A., 2012 "Dürtüsellik ve Tedavisi" Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 4(3):293-314

Haspolat, N.K., 2016, "Üniversite Öğrencilerinde Beden İmajı Benlik Saygısı ve sosyal Fobinin İncelenmesi" Yüksek Lisans Tezi, Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzincan.

Hatipoğlu, T., 1996, "Ergenlik Çağındaki Öğrencilerin Benlik Tasarımı Düzeyleri İle Algılanan Anne Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

İkizoğlu M., 1993, "Demokratik ve Otoriter Ana-Baba Tutumlarının, Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Üzerine Etkisi" Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep

İnan, A., 2006, "OKS (LGS)ye Hazırlanan Öğrencilerin Sınav Kaygılarının İle Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara,

İnanç, N., 1997, "Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeyleri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" Yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.

Karaaslan A., 1993, "Öğrenci hemşirelerin benlik saygısı düzeyleri ve bunu etkileyen etmenlerin İncelenmesi" Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 9(22):21-30.

Karadağ, G., Güner, İ., Çuhadar, D. ve Uçan, Ö., 2008, "Gaziantep Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Öğrencilerinin Benlik Saygıları" Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 3(7).

Karkülah, K., Şengül, C. ve Şengül, C.B., 2014, "Sigara Bağımlılığının Genetiği" Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 6(3):284-293.

Kaya, A., 2017, “Otizmli Çocuğa Sahip Ebeveynlerde Benlik Saygısı Üzerine Bir İnceleme” Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Kaziasty K., 2005, “Social Support and Traumatic Stres” The National Center For Post Traumatic Stres Disorder Research Quarterly, 16:1-8.

Koç, F., Aslan, G. ve Avşar, G., 2016, “Madde Bağımlısı Hastalarda Sosyal Destek ve Benlik Saygısı” ACU Sağlık Bilim Dergisi, (1):44-49

Koçak, E., 2016, “Zihinsel Engelli Ergenlerde Sportif Rekreasyon Aktivitelerinin Benlik Saygısına Etkisi” Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Kollins, S.H., 2002, “Delay Discounting is Associated with Substance use in College Students” Addict Behav, 28:1167-1173

Kulaksızoğlu, A., Ergenlik Psikolojisi, Remzi Kitabevi, 9. Basım, s.236, İstanbul.

Kuştepe, A., 2017, “Madde Kullanım Bozukluğu Olan Bireylerde Dürtüsellik ve Karmaşık Dikkat İşlevlerinin İncelenmesi – Adıyaman İli Örneği” Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin

Mangan, M., Sigara ve Toplum, Yay Yayıncılık, İstanbul. 1998

McCarthy, D. M., Niculete, M. E., Treloar, H. R., Morris, D. H. and Bartholow, B. D., 2012,

“Acute Alcohol Effects on İmpulsivity: Associations with Drinking and Driving Behavior”

Addiction, 107(12):2109-2114.

Mendelson, B.K., White, D.R. ve Mendelson, M.J., 1996, “Self-esteem and body esteem: Effects of gender, age, and weight” Journal of Applied Developmental Psychology, 17(3):321-346.

Mitchell S.H., 1999, “Measures of İmpulsivity in Cigarette Smokers and Nonsmokers” Psychopharmacol, 146:455-64.

Moeller F. G., Barratt E. S., Dougherty D. M. ve Swann A. C., 2001, “Psychiatric Aspects of İmpulsivity” Am J Psychiatry” 158:1783-1793.

Moeller, F. G., Dougherty, D.M., Barratt, E.S., Oderinde, V, Mathias, C.W., Harper, R.A., 2002, “Increased İmpulsivity in Cocaine Dependent Subjects İndependent of Antisocial Personality Disorder and Aggression” Drug Alcohol Depend, 68:105- 111.

Nadir, B., 2002, “Ergenlerde Problem Çözme Becerisini Yordayıcı bir Değişken Olarak Benlik İmgesi” Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.

O'Doherty, J., Kringelbach, M.L., Rolls, E.T., Hornak, J. ve Andrews, C., 2001, "Abstract Reward and Punishment Representations in the Human Orbitofrontal Cortex" *Nat Neurosci*, 4:95-102.

Oğurlu U., 2006, "Düşünsel Duygulanımcı Davranış Terapisi (DDDT) Odaklı Grupla Psikolojik Danışmanın Ergenlerdeki Benlik Saygısı Düzeyine Etkisi" Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Oğuz, N., 2016, "Genç Yetişkinlerde Anne Baba Tutumu, Anksiyete ve Benlik Saygısı İlişkisi" Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Öner, N., Piers-Harris' in Çocuklarda Öz-Kavramı Ölçeği El Kitabı, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.

Öz F., Benlik Kavramı, Sağlık Alanında Temel Kavramlar, İmaj İç ve Dış Ticaret Aş., Ankara, 2004.

Öz, R., Yılmaz, H. B. ve Akçay, N., 2009, "Tip 1 diyabetli çocuklarda benlik saygısını etkileyen faktörler" *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*[Bağlantıda], 6:1. Erişim: <http://www.insanbilimleri.com>

Özdemir, N., 2004, "Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Fobi ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki ve Etkileyen Faktörler" Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Gaziantep

Özdemir, B.A., 2016, "Lise Öğrencilerinde Benlik Saygısı ile Psikolojik Yardım Alma Tutumu ve Problem Çözme davranışı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Özden, Ş., 2013, "Ergenlerdeki İntihar Davranışının Dürtüsellik, Öfke İfadesi ve Aile Özellikleri Açısından Değerlendirilmesi" Uzmanlık Tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul.

Özver, İ., 2010, "Genç Erişkinlerde İntihar Davranışı ile Problem Çözme, Dürtüsellik ve Atılganlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" Uzmanlık Tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul.

Özyurt, L., 2006, "Hekimlerin Sigara İçme Davranışlarının Bazı Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi (Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Örneği)" Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Perry J.L. ve Carroll M.E., 2008 "The Role of İmpulsive Behavior in Drug Abuse" *Psychopharmacolog*, 200:1-26

Pontieri, F. E., Tanda, G., Orzi, F. ve Di Chiara, G., 1996 “Effects of Nicotine on the Nucleus Accumbens and Similarity to Those of Addictive Drugs” *Nature*, 382(6588):255-7

Richards, J. B., Zhang, L., Mitchell, S. H. and Wit, H., 1999, “Delay or Probability Discounting in a Model of Impulsive Behavior: Effect of Alcohol” *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 71(2):121-143.

Robins, R.W. ve Trzesniewski, K.H., 2005, “Self-esteem development across the lifespan” *Current Directions in Psychological Science*, 14(3):158-162.

Santrock, W. J., *Child development* (13th ed), New York, 2011

Sarıbaşı, Ç.Ç., 2016, “15-17 Elit ve Amatör Futbolcuların Yeme Tutumu, Benlik Saygısı ve Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi” Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep

Sel, Ş., 2016, “Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyeti Düzeyleri ile Benlik Saygısı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi” Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Sergici, M., 2013, “Sigara İçen Üniversite Öğrencilerinde Kontrol Odağı ile Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi” Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Sigara Alarmı, 1992, “Sigara (Tütün) Kullanımı Prevelans Araştırmalarında Temel Tanımlar ve İlgili Sorular, Sayı:2.

Sucu, N., 1998, “Abdominal Stomalı Hastaların Bireysel Özellikleri ile Benlik Saygıları Arasındaki İlişki” Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Steinberg, L., *Adolescence*, McGraw-Hill, New York, 2003

Stuart, K., Borland, R. ve McMurray, N., 1994, “Self-Efficacy, Health Locus of Control and Smoking Cessation” *Add Beh*, 19:1-12.

Şahan, B., Duy, B., 2011, “Bilişsel Davranışçı Yaklaşım Dayalı Psikoeğitim Programının Kız Öğrencilerin Benlik Saygısı, Kontrol Odağı ve Akılcı Olmayan İnançları Üzerine Etkisi” XI. Ulusal Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Kongresi’nde bildiri olarak sunuldu, Ege Üniversitesi, İzmir.

Şahin, F., 1994, "Yetiştirme Yurtlarında Kalan Gençlerin Benlik Saygıları Üzerine Bir İnceleme" Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Tamam, L., Güleç, H. ve Karataş, G., 2013, "Barratt Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu (BIS-11-KF) Türkçe Uyarlama Çalışması, Nöropsikiyatri Arşivi, 50: 130-134

Tarhan S., 1995 "Lise Öğrencilerinin Bedenlerinden Hoşnut Olma Düzeylerinin Özsaygıları ve Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi" Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Taştekin, E., 2016, "Ergenlerin Arkadaşlık İlişkileri ve Benlik Saygısı ile Siber Zorbalık ve Siber Mağduriyet Arasındaki İlişkiler" Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Tözün, M., 2010, "Benlik Saygısı", Actual Medicine, Temmuz:52-57.

Tuna, Z. S., 2015, "Üniversite Öğrencilerinde Riskli Davranışların Dürtüsellik ve Üstbilişsel İnançlar ile İlişkisi" Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Turgut, S., 2008, "Gecekonuda Yaşayan Kadınların Sigara İçme Davranışlarına Etki Eden Sosyo-Ekonomik Faktörler" Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.

Yavuzer, H., Ana – Baba ve Çocuk, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2009

Yenidünya, A., 2005, "Lise Öğrencilerinde Rekabetçi Tutum, Benlik Saygısı ve Akademik Başarı İlişkisi" Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Yılmaz, A., 2013, "Erkek Alkol ve Eroin Bağımlılarında Dürtüsellik ve Agresyonun Depreşme Üzerine Etkisi" Uzmanlık Tezi, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul

Yılmaz, B. ve Erözkan, A., 2011, "Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Yetkinlik ve Benlik

Saygısının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi" XI. Ulusal Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Kongresi' nde bildiri olarak sunuldu. Ege Üniversitesi, İzmir

Yorgancıoğlu, A. ve Esen, A., 2000, "Sigara Bağımlılığı ve Hekimler" Toraks Dergisi. 1:90-5

Zengin, S. ve Altay, B., 2014, "Sınıf Öğretmenliği Bölümünde Öğrenim Gören Öğrencilerin Madde Kullanım Durumlarına Göre Benlik Saygısının İncelenmesi" Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 3:3

Zincir, S., Zincir N., Sünbül, E. ve Kaymak, E., 2012, “Sigara Bağımlılığında Mizaç ve Karakter Özelliklerinin Bağımlılık Düzeyleri ile İlişkisi” Journal of Mood Disorders, 2(4):160-6





BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU ÖRNEĞİ (BGOF)

ÇALIŞMANIN ADI: Üsküdar Üniversitesi lisans ve yüksek lisans öğrencilerinde sigara bağımlılığında dürtüsellik ve benlik saygısı ilişkisinin incelenmesi

Aşağıda bilgileri yer almakta olan bir araştırma çalışmasına katılmanız istenmektedir. Çalışmaya katılıp katılmama kararı tamamen size aittir. Katılmak isteyip istemediğinize karar vermeden önce araştırmanın neden yapıldığını, bilgilerinizin nasıl kullanılacağını, çalışmanın neleri içerdiğini, olası yararları ve risklerini ya da rahatsızlık verebilecek yönlerini anlamanız önemlidir. Lütfen aşağıdaki bilgileri dikkatlice okumak için zaman ayırınız. Eğer çalışmaya katılma kararı verirseniz, **Çalışmaya Katılma Onayı Formu**'nu imzalayınız. Çalışmadan herhangi bir zamanda ayrılmakta özgürsünüz. Çalışmaya katıldığınız için size herhangi bir ödeme yapılmayacak ya da sizden herhangi bir maddi katkı/malzeme katkısı istenmeyecektir./ Araştırmada kullanılacak tüm malzemeler ve yapılabilecek tüm harcamalar araştırmacı tarafından karşılanacaktır (iki cümleden biri olabilir)

ÇALIŞMANIN KONUSU VE AMACI:

Çalışmanın Konusu: Üsküdar Üniversitesi lisans ve yüksek lisans öğrencilerinde sigara bağımlılığında dürtüsellik ve benlik saygısı ilişkisinin incelenmesi

Çalışmanın Amacı: Sigara içme alışkanlığı günümüzde en önemli sağlık sorunlarından biridir. Bu çalışma sigara bağımlılığı olan üniversite öğrencilerinde dürtüsellik ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin araştırılmasını amaçlamaktadır.



ÇALIŞMA İŞLEMLERİ:

Anket uygulaması şeklinde yapılacak olan bu araştırmada 2015-2016 eğitim öğretim yılında Üsküdar Üniversitesi lisans ve yüksek lisans öğrencileri evren olarak alınacaktır. Çalışmanın örneklemini yaşları 18-45 arasında değişen öğrenciler oluşturacaktır. Araştırmada veri toplama aracı olarak öğrencilerin benlik saygısı düzeylerini ölçmek amacıyla "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği" kullanılacaktır. Bu ölçeğin sadece benlik saygısı alt ölçeği kullanılacaktır. Dürtüsellik yapısının değerlendirilmesinde "Barratt Dürtüsellik Ölçeği" kullanılacaktır. Sosyo- demografik bilgilerini toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilecek "Kişisel Bilgi Formu" kullanılacaktır.

ÇALIŞMAYA KATILMAMIN OLASI YARARLARI NELERDİR?

Çalışma daha çok araştırma amaçlıdır. Bu araştırmadan çıkan sonuçlar sigara bağımlılığında dürtüsellik ve benlik saygısının etkisini görmemize yarayacak dolayısıyla da başka sigara bağımlılığı olan hastaların yararı için kullanılabilir. Benzer konuda yapılmış olan araştırmalar içerisinde araştırmanın üniversite öğrencilerine yapılması, sigara bağımlılığı ile dürtüsellik ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi ele almasından dolayı önemli bir yer teşkil edeceği düşünülmektedir.

KİŞİSEL BİLGİLERİM NASIL KULLANILACAK?

Çalışmada verilecek olan tüm bilgiler, araştırmayı ve istatistiksel analizleri yürütmek için kullanılacaktır. Bilgiler çalışma boyunca gizli tutulacaktır. Herkesin doldurduğu form ve ölçekler birleştirilip, toplu olarak değerlendirileceği için size özel sonuçlar elde etmek ve paylaşmak söz konusu değildir.

SORU VE PROBLEMLER İÇİN BAŞVURULACAK KİŞİLER:

1. Psikolog Ecem Yeşilova

ecem.yesilova@bahcesehir.k12.tr
0534 064 58 32



Çalışmaya Katılma Onayı

Yukarıdaki bilgileri ilgili araştırmacı ile ayrıntılı olarak tartıştım ve kendisi bütün sorularımı cevapladı. Bu bilgilendirilmiş olur belgesini okudum ve anladım. Bu araştırmaya katılmayı kabul ediyor ve bu onay belgesini kendi hür irademle imzalıyorum. Bu onay, ilgili hiçbir kanun ve yönetmeliği geğersiz kılmaz. Araştırmacı, saklamam için bu belgenin bir kopyasını çalışma sırasında dikkat edeceğim noktaları da içerecek şekilde bana teslim etmiştir.

<i>Gönüllü Adı Soyadı:</i>		<i>Tarih ve İmza:</i>
<i>Telefon:</i>		

<i>Vasi (var ise) Adı Soyadı:</i>		<i>Tarih ve İmza:</i>
<i>Telefon:</i>		

<i>Arařtırmacı² Adı Soyadı:</i>		<i>Tarih ve İmza:</i>
<i>Adres ve Telefon:</i>		

1: Gönüllünün bilgilendirilme işlemine başından sonuna dek tanıklık eden kişi

2:Gönüllüyü araştırma hakkında bilgilendiren kişi

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1.Yaşınız:

2.Cinsiyet

a)Erkek b)Kadın

3.Medeni Durumunuz

- a) evli
- b) bekâr
- c) boşanmış
- d) eşinden ayrı yaşıyor
- e) dul

4.Eğitim Düzeyiniz:

a)Lisans() b)Yüksek lisans()

5.Eğitim Yılıınız:

6. Bölümünüz / Mesleğiniz:

7.Kaç yıldır sigara içiyorsunuz:

8.Günde kaç tane sigara içiyorsunuz:

ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

D – 1

MADDE 1

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 2

4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar birşeyler yapabilirim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
5. Kendimde gurur duyacak fazla birşey bulamıyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 3

6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 4

7. Genel olarak kendimden memnunum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 5

8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

MADDE 6

9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığımı düşünüyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.
a. ÇOK DOĞRU b. DOĞRU c. YANLIŞ d. ÇOK YANLIŞ

Barratt Dürtüsellik Ölçeği -11

Açıklamalar: İnsanlar farklı durumlarda gösterdiği düşünce ve davranışları ile birbirlerinden ayrılırlar. Bu test bazı durumlarda nasıl düşündüğünüzü ve davrandığınızı ölçen bir testtir.

Lütfen her cümleyi okuyunuz ve bu sayfanın sağındaki, size en uygun daire içine X koyunuz.

Cevaplamak için çok zaman ayırmayınız. Hızlı ve dürüstçe cevap veriniz.

	Nadiren/ Hiçbir zaman	Bazen	Sıklıkla	Hemen her zaman/ Her zaman
1. İşlerimi dikkatle planlarım	-	-	-	-
2. Düşünmeden iş yaparım	-	-	-	-
3. Hızla karar veririm	-	-	-	-
4. Hiç bir şeyi dert etmem	-	-	-	-
5. Dikkat etmem	-	-	-	-
6. Uçuşan düşüncelerim var	-	-	-	-
7. Seyahatlerimi çok önceden planlarım	-	-	-	-
8. Kendimi kontrol edebilirim.	-	-	-	-
9. Kolayca konsantre olurum	-	-	-	-
10. Düzenli para biriktirim	-	-	-	-
11. Derslerde veya oyunlarda yerimde duramam	-	-	-	-
12. Dikkatli düşünen birisiyim	-	-	-	-
13. İş güvenliğine dikkat ederim	-	-	-	-
14. Düşünmeden bir şeyler söylerim	-	-	-	-
15. Karmaşık problemler üzerine düşünmeyi severim.	-	-	-	-
16. Sık sık iş değiştiririm	-	-	-	-
17. Düşünmeden hareket ederim	-	-	-	-
18. Zor problemler çözmem gerektiğinde kolayca sıkılırım.	-	-	-	-
19. Aklıma estiği gibi hareket ederim	-	-	-	-
20. Düşünerek hareket ederim	-	-	-	-
21. Sıklıkla evimi değiştiririm	-	-	-	-
22. Düşünmeden alışveriş yaparım	-	-	-	-
23. Aynı anda sadece bir tek şey düşünebilirim.	-	-	-	-
24. Hobilerimi değiştiririm	-	-	-	-
25. Kazandığımdan daha fazla harcarım.	-	-	-	-
26. Düşünürken sıklıkla zihnimde konuyla ilgisiz düşünceler oluşur.	-	-	-	-
27. Şu an ile gelecekte daha fazla ilgilenirim.	-	-	-	-
28. Derslerde veya sinemada rahat oturamam.	-	-	-	-
29. Yap-boz/puzzle çözmeyi severim	-	-	-	-
30. Geleceğini düşünen birisiyim	-	-	-	-



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN ARAŞTIRMALAR
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

SAYI: B.08.6.YÖK.2.ÜS.0.05.0.06 /2016 /150

15.08.2016

Sayın Prof. Dr. Sermin Kesebir
(Ecem Yeşilova)

Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'nun 10 Ağustos 2016 tarihinde, 09 No.lu toplantısında değerlendirmeye almış olduğu "*Üsküdar Üniversitesi Lisans ve Yüksek Lisans Öğrencilerinde Sigara Bağımlılığında Dürtüsellik ve Benlik Saygısı İlişkisinin İncelenmesi*" adlı araştırma projenizin etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiştir.

Bilgilerinizi rica ederim.

Doç. Dr. Cumhuriyet TAŞ
Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik
Kurulu Başkanı

Adı Soyadı: Ecem YEŞİLOVA

GENEL BİLGİLER

Eğitim: Yüksek Lisans

Doğum Tarihi: 26.10.1990

Doğum Yeri: Mersin

Medeni Durum: Bekâr

Uyruk: T.C.

EĞİTİM BİLGİLERİ

- | | |
|------------|--|
| *2014-2017 | Üsküdar Üniversitesi/ Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans |
| *2014-2015 | İstanbul Aydın Üniversitesi/ Pedagojik Formasyon (Rehberlik) |
| *2010-2014 | İstanbul Bilim Üniversitesi / Psikoloji Bölümü |
| *2008-2009 | Doğu Akdeniz Üniversitesi/ Türk Dili ve Edebiyatı Öğretmenliği |
| *2003-2006 | Mersin Gazi Anadolu Lisesi |
| *1995-2003 | Mersin Çankaya İlköğretim Okulu |

İŞ DENEYİMLERİ

***Mersin Bahçeşehir Koleji/ 5. ve 6. Sınıf Rehber Öğretmeni**

(Ağustos 2016- Temmuz 2017)

***İstanbul Halkalı Bahçeşehir Koleji/ 7. ve 8. Sınıf Rehber Öğretmeni**

(Ağustos 2015- Haziran 2016)

***NPİSTANBUL Nöropsikiyatri Hastanesi/ Stajyer Psikolog**

(Haziran 2016-Temmuz 2016)

***Ahmet Yesevi İlkokulu/ Stajyer Psikolog**

(Mart 2015- Haziran 2015)

***Memorial Hizmet Hastanesi/ Stajyer Psikolog**

(Şubat 2013- Mayıs 2013)

***Kuvayı Milliye İlköğretim Okulu / Stajyer Psikolog**

(Ekim 2012- Ocak 2013)

EĞİTİM VE SEMİNERLER

*Mesleğe Hazırlık Bilgilendirme Toplantısı, Bilgelik Enstitüsü, 2014, İstanbul

*Aşkın Nöral Temelleri, Prof. Dr. Öget ÖKTEM

*Sinema Psikanalize Nasıl Bakıyor? Öğr. Gör. Fuat ERMAN

*Eğitimde Doğru Bildiğimiz Yanlışlar, Özgür BOLAT

*Oyunla Eğitim, Bülent SEZGİN

*Teog Stresi Yönetimi, Yrd. Doç. Dr. Yunus Emre AYNA

*Özgül Öğrenme Güçlüğü, Prof. Dr. Özgür ÖNER

TEZ

*Ergenlerde Problem Çözme Becerisi ve İntihar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi