

T.C.
YALOVA ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**SİĞARA KULLANAN SURİYELİ SİĞINMACILARIN ÖZ-ETKİLİLİK
ALGISININ SİĞARA İÇME BEKLENTİLERİYLE İLİŞKİSİ:
ADANA ÖRNEĞİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Cansu BERK

Enstitüsü Anabilim Dalı: SOSYAL HİZMET
Enstitü Bilim Dalı: SOSYAL HİZMET

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Fethi GÜNGÖR

OCAK-2022

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS İNTİHAL YAZILIM RAPORU
BEYAN BELGESİ

SİGARA KULLANAN SURİYELİ SIĞINMACILARIN ÖZ-ETKİLİLİK ALGISININ
SİGARA İÇME BEKLENTİLERİYLE İLİŞKİSİ: ADANA ÖRNEĞİ

Yukarıda başlığı belirtilen tez çalışmamın toplam 59 sayfalık kısmına ilişkin aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan ve 31.12.2021 tarihinde aşağıda ismi yazılı araştırma görevlisi tarafından şahsıma iletilen Turnitin intihal tespit programı raporuna göre tezimin benzerlik oranı %18’dir.

Uygulanan filtrelemeler:

1. Kaynakça hariç,
2. Alıntılar dâhil,
3. 5 kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç.

Bu bilgiler doğrultusunda tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespiti halinde doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

İmza

Adı Soyadı : Cansu BERK

Öğrenci Numarası : 197203004

Ana Bilim Dalı : Sosyal Hizmet

Programı : Sosyal Hizmet

Türü : () Proje (X) Yüksek Lisans Tezi () Doktora Tezi

31/12/2021

Danışman
Prof. Dr. Fethi GÜNGÖR

ÖNSÖZ

Lisans eğitimimden bugüne kadar bilgi ve tecrübesini benden esirgemeyen, bu çalışma konusunun belirlenmesinden tamamlanmasına kadar her aşamada beni ilgiyle yönlendiren, destekleyen ve her daim çalışma motivasyonumu artıran değerli tez danışmanım Prof. Dr. Fethi GÜNGÖR'e, tez savunma jürimde bulunan ve fikirleriyle tezimin son halini almasına katkıda bulunan Doç. Dr. Yeliz OKAY ve Doç. Dr. A. Muhsin YILMAZÇOBAN'a çok teşekkür ederim.

Hayatım boyunca maddi manevi destekleri ile yanımda olan ve bulunduğum noktaya gelmemde katkıları bulunan annem Nurdan BERK'e ve babam Alpaslan BERK'e, benden küçük olmalarına karşın çalışmalarım ve hayatımın her aşamasında yanımda olan kardeşlerim Dr. Nuh Mehmet BERK ve Damla BERK'e, akademik bilgisi ve donanımı ile bu çalışma sürecinde beni destekleyen ve zorlandığım anlarda işlerimi kolaylaştıran amcam Dr. Ali BERK'e teşekkür ederim.

Son olarak; hayatın diğer alanlarında olduğu gibi tez çalışma sürecimde de sorularımı hiçbir zaman yanıtsız bırakmayan, akademik bilgileri ile tez çalışmamı zenginleştiren ve yolumu aydınlatan sevgili arkadaşlarım Öğr. Gör. Hesna KESEN'e, Öğr. Gör. Osman YANIK'a, Öğr. Gör. Emine SARAÇ'a, Öğr. Gör. Oğuzhan ÇAVUŞOĞLU'na ve Arş. Gör. Bilgesu ÇÜM'e teşekkür ederim.

Cansu BERK

31/12/2021

İÇİNDEKİLER

BEYAN.....	i
ÖNSÖZ.....	ii
KISALTMALAR LİSTESİ.....	v
TABLolar LİSTESİ.....	vi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	vii
ÖZET.....	viii
SUMMARY.....	ix
GİRİŞ	1
Araştırmanın Tanımı ve Önemi.....	2
Araştırmanın Amacı	5
Araştırmanın Yöntemi.....	5
Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	5
Araştırmanın Kapsamı ve Sınırlılıkları	6
Araştırmanın Varsayımları.....	6
Veri Toplama Araçları.....	7
Veri Toplama Araçlarının Geçerlilik ve Güvenilirliği.....	7
Veri Toplama Süreci	10
Verilerin Analizi	10
BÖLÜM 1: GÖÇ VE MÜLTECİLİK OLGUSU.....	13
1.1. Göç ve Göçle İlgili Tanımlar	13
1.2. Göç Türleri.....	18
1.2.1. İç göç	18
1.2.2. Dış göç (uluslararası göç).....	19
1.2.3. Gönüllü göç	20
1.2.4. Zorunlu göç	21
1.3. Göçün Sebepleri.....	21
1.3.1. Ekonomik etkenler.....	22
1.3.2. Sosyokültürel etkenler	23
1.3.3. Savaş ve terör kaynaklı etkenler	24
1.4. Dünyada Mülteci İstatistikleri	24
1.5. Türkiye’de Yaşayan Suriyeli Sığınmacıların Sorunları	25
BÖLÜM 2: SİGARA BAĞIMLILIĞI VE ÖZ-ETKİLİLİK.....	33
2.1. Sigara Bağımlılığı	33
2.1.1. Sigaranın tarihçesi	33
2.1.2. Nikotin bağımlılığı	33
2.1.3. Yoksunluk	35

2.1.4. Sigara kullanmaya başlama sebepleri	35
2.1.5. Sigaranın sağlığa etkileri.....	36
2.1.6. Pasif sigara içimi.....	38
2.1.7. Sigara kullanımının önlenmesi.....	39
2.2. Öz-Etkililik	40
2.2.1. Öz-Etkililik tanımı	40
2.2.2. Öz-Etkililik ve sigara kullanımından beklentiler	42
2.2.3. Sigara bırakma tedavisi.....	43
BÖLÜM 3: ADANADA YAŞAYAN VE SİGARA KULLANAN SURİYELİ SİĞİNMACILARIN ÖZ-ETKİLİLİK ALGISININ SİGARA İÇME BEKLENTİLERİYLE İLİŞKİSİNE YÖNELİK ALAN ARAŞTIRMASI	47
3.1. Araştırmaya Ait Metodolojik Bilgiler	47
3.2. Sosyo-Demografik Özellikler	47
3.3. Sigara Kullanım Durumları.....	48
3.4. Öz-etkililik Ölçeği ile Sigaradan Beklentiler Ölçeği Arasındaki İlişki	50
3.5. Bazı Değişkenler Arasından Öz-Etkililik ve Sigaradan Beklentiler Ölçeğine İlişkin Bulgular	54
3.5.1. Cinsiyete göre öz-etkililik ve sigaradan beklentiler	54
3.5.2. Sigara kullanım süresine göre öz etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeği arasındaki ilişki.....	56
3.5.3. Günlük sigara kullanım miktarına göre öz-etkililik ve sigaradan beklentiler	57
3.5.4. Sigarayı bırakma girişimine göre öz-etkililik ve sigaradan beklentiler	58
SONUÇ	61
ÖNERİLER	65
KAYNAKÇA	67
EKLER	79
EK-1: Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu	79
EK-2: Kişisel Bilgi Formu	80
EK-3: Öz-Etkililik-Yeterlik Ölçeği.....	81
EK-4: Sigaradan Beklentiler Ölçeği – Yetişkin Formu (SBÖ – Y)	82
EK-5: Yalova Üniversitesi Etik Kurul Kararı	86
ÖZGEÇMİŞ.....	87

KISALTMALAR LİSTESİ

AB	: Avrupa Birliği
ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
AFAD	: Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı
BMMYK	: Birleşmiş Milletler Mülteci Yüksek Komiserliği
DSM-III	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 3 th Edition (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı)
DSM-V	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5 th Edition (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı)
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
GİGM	: Göç İdaresi Genel Müdürlüğü
GKY	: Geçici Koruma Yönetmeliği
IOM	: Uluslararası Göç Örgütü
KAH	: Koroner Arter Hastalığı
KOAH	: Kronik Obstruktif Akciğer Hastalığı
NRT	: Nikotin Replasman Tedavisi
SSCB	: Sovyet Sosyalist Cumhuriyetler Birliği
TBMM	: Türkiye Büyük Millet Meclisi
TDK	: Türk Dil Kurumu
UNESCO	: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü)
UNHCR	: United Nations High Commissioner for Refugees
WHO	: World Health Organization
YUKK	: Yabancılar ve Uluslararası Koruma Kanunu

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Öz-Etkililik Ölçeği Faktör Analizi.....	8
Tablo 2. Sigaradan Beklentiler Ölçeği Faktör Analizi.....	9
Tablo 3. Katılımcıların Cinsiyet Dağılımı.....	47
Tablo 4. Katılımcıların Yaş Dağılımı.....	47
Tablo 5. Katılımcıların Gelir Düzeyi	48
Tablo 6. Katılımcıların Sigara Kullanım Süresi.....	48
Tablo 7. Katılımcıların Günlük Sigara Kullanım Miktarı.....	49
Tablo 8. Katılımcıların Sigara kullanımına başlama nedenleri.....	49
Tablo 9. Katılımcıların Ailesinde Sigara Kullanımı	49
Tablo 10. Katılımcıların Yakın Arkadaşlarında Sigara Kullanımı	49
Tablo 11. Katılımcıların Sigara Kullanım Nedenleri	50
Tablo 12. Katılımcıların Sigara Kullanımını Bırakma Durumu	50
Tablo 13. Öz Etkililik Ölçeği Tanımlayıcı İstatistikler.....	50
Tablo 14. Sigaradan Beklentiler Ölçeği Tanımlayıcı İstatistikler.....	52
Tablo 15. Öz-Etkililik ve Sigaradan Beklentiler Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	53
Tablo 16. Öz-Etkililik ve Sigaradan Beklentiler Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki Korelasyona İlişkin Bulgular	53
Tablo 17. Cinsiyete Göre Öz-Etkililik ve Sigaradan Beklentiler Ölçeği Arasındaki İlişki	54
Tablo 18. Cinsiyete Göre Öz Etkililik ve Sigaradan Beklentiler Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişki.....	55
Tablo 19. Sigara Kullanım Süresine Göre Öz-Etkililik ve Sigaradan Beklentiler Ölçeği Arasındaki İlişki.....	56
Tablo 20. Sigara Kullanım Süresine Göre Öz Etkililik ve SigaradanBeklentiler	56
Tablo 21. Günlük sigara kullanım miktarına göre Öz-etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeği arasındaki ilişki	57
Tablo 22. Günlük sigara kullanım miktarına göre öz-etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeği alt boyutları arasındaki ilişki	57
Tablo 23. Sigarayı bırakma girişimine göre öz-etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeği arasındaki ilişki	58
Tablo 24. Sigarayı bırakma girişimine göre öz-etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeği alt boyutları arasındaki ilişki.....	59

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Menşe Ülkesinden Ayrılan Bireylerin Alabilecekleri Hukuki Statüler	18
Şekil 2: Geçici Koruma Kapsamındaki Suriyelilerin Yıllara Göre Sayısı	26
Şekil 3: Geçici Koruma Altındaki Suriyelilerin İllere Göre Dağılımı	27
Şekil 4: Tütün Kullanımından Kaynaklı Ölümler	37
Şekil 5: Sigarayı Bırakmada Olguların Evrelendirilmesi.....	45



ÖZET

Tezin Başlığı: Sigara Kullanan Suriyeli Sığınmacıların Öz-Etkililik Algısının Sigara İçme Beklentileriyle İlişkisi: Adana Örneği

Tezin Yazarı: Cansu BERK

Danışman: Prof. Dr. Fethi GÜNGÖR

Kabul Tarihi: 21.01.2022

Sayfa Sayısı: xi (ön kısım) + 87 (tez+ekler) = 98

Anabilim Dalı: Sosyal Hizmet

Bilim Dalı: Sosyal Hizmet

Bu çalışmanın amacı, Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik algısı ile sigara kullanımından beklentileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu doğrultuda araştırma sürecinde en çok kullanılan tarama modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma evrenini Adana ilinde yaşayan ve sigara kullanan Suriyeli yetişkinler oluşturmaktadır. Örneklem ise; günde en az bir sigara içtiğini belirten ve araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen 413 yetişkinden oluşmaktadır. Araştırma verileri, Adana ilinde, Kişisel Bilgi Formu Öz-etkililik Ölçeği ve Sigaradan Beklentiler Ölçeği- Yetişkin Formu kullanılarak toplanmıştır.

Araştırma bulgularına göre; sigara kullanımına başlamada temel sebep %63.2 oranıyla arkadaş etkisidir. Sigara kullanımında en çok belirtilen sebep ise %30.5 oranıyla psikolojik olarak rahatlatması ve %28.2 oranıyla sıkıntıları unutturmasıdır. Araştırmaya katılan bireylerin %55.7'sinin aile üyelerinden biri sigara kullanmakta iken, katılımcıların %76.0'sı ise yakın arkadaşlarının sigara kullandığını belirtmiştir. Araştırma sonuçlarına göre öz-etkililik algısı arttıkça sigara kullanımından beklentiler de artmaktadır. Son olarak Suriyeli sığınmacıların, olumsuz duyguları azaltma, kilo kontrolü ve sosyalleşme, tat alma gibi sigaradan beklentilerine bağlı olarak sigara kullanımlarının arttığı söylenebilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Suriyeli Sığınmacılar, Sigara Kullanımı, Bağımlılık, Öz-Etkililik

SUMMARY

Thesis Title: The Relationship Between the Perception of Self-Efficacy of Syrian Refugees and Their Expectations of Smoking: Adana Sample

Thesis Author: Cansu BERK

Advisor: Prof. Dr. Fethi GÜNGÖR

Date of Acceptance: 21.01.2022

Total Number of Pages: xi (pretext)+87 (main body+appendices) = 98

Department: Social Work

Field of Study: Social Work

The aim of this study is to examine the relationship between the self-efficacy perception of Syrian refugees and their expectations from cigarette use. In this direction, the relational scanning model, which is one of the most used scanning models in there search process, was used. The population of there search consists of Syrian adults living in Adana and smoking cigarettes. The sample is; It consists of 413 adults who stated that they smoke at least one cigarette a day and who wanted to participate in there search voluntarily. Research data were collected using the Personal Information Form Self-Efficacy Scale and the Smoking Expectations Scale-Adult Form in Adana.

According to the research findings; The main reason for starting smoking is the friend effect with a rate of %63.2. The most cited reason for smoking is psychological relief with %30.5 and for getting troubles with %28.2. While one of the family members of %55.7 of the individuals participating in the study was smoking, %76.0 of the participants stated that their close friends smoked. According to there results of there search, as the perception of self-efficacy increases, the expectations from smoking also increase. Finally, it can be said that the use of cigarettes has increased due to the expectations of Syrian refugees from cigarettes such as reducing negative emotions, weight control and socialization and taste.

Keywords: Syrian Refugees, Smoking, Addiction, Self-Efficacy

GİRİŞ

Sigara kullanımı, geçmişten bugüne dünyanın birçok yerinde yaygın olan ve binlerce insanın hayatını olumsuz etkileyen temel halk sağlığı sorunlarından birini oluşturmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO), bireylerin gün içerisinde en az 1 tane sigara içmesini bağımlılık olarak tanımlamakta olup, sigara kullanımının hem biyolojik hem psikolojik açıdan kişide bağımlılık oluşturduğunu belirtmektedir. Bağımlılık yapıcı diğer maddelerin kullanım aşamasında ilk basamak olarak görülen sigara, kalp hastalıkları ve akciğer kanseri gibi birçok hastalığa sebep olurken bunlara bağlı olarak yılda yaklaşık 6 milyon kişinin ölümüne sebep olmaktadır (Özcan vd., 2013: 154).

Sigara içme davranışı ve dumanına maruz kalma durumu zaman içerisinde kişide bağımlılık oluşturur. Yapılan farmakolojik araştırmalar sigara kullanımında asıl bağımlılık yapan maddenin nikotin olduğunu ortaya koymuştur. Psikoaktif bir madde olan nikotin keyif verici etkisine bağlı olarak sigara rağbet görmekte ve gün geçtikçe kullanımı artmaktadır (Yorgancıoğlu ve Esen, 2000: 90-91). Sigaradan alınan keyif ve mutluluk fizyolojik bir gereksinimin giderilmesinden alınan keyif ve mutluluk ile aynı değildir ve bu bir şartlanma olarak görülebilir (Özcan vd., 201: 164).

Ulaşılabilirliği kolay olan sigara, dünyanın birçok yerinde yaygın olarak kullanılmaktadır. Her ülkenin toplumsal yapısı ve kültürüne bağlı olarak sigara kullanım nedenleri değişmektedir. Yapılan araştırmalar, gelişmekte olan ülkelerde gençler arasında sigara kullanımının oldukça yaygın olduğunu ortaya koymaktadır. Merak, arkadaş etkisi, aile etkisi, kişilerin yaşadıkları sorunlara bağlı olarak stres ve kaygı durumlarının artması gibi sebepler sigara kullanımını artırmakta ve sigara kullanım yaşı giderek düşmektedir (Buğdaycı, 2008: 1).

Yapılan araştırmaların çoğu, sigara kullanımının en sık 25-34 yaş aralığında olduğunu göstermektedir. Bu araştırma sonucuna bağlı olarak; bireylerin daha erken yaşlarda sigara kullanımına başlamasının önlenmesi ve halihazırda sigara kullanan bireylerin sigarayı bırakmasına yönelik çalışmalar yapılması oldukça önemlidir (Çalışkan, 2015: 23).

Dünya Sağlık Örgütü 2015 yılında yayınladığı Sigara Kullanım Yaygınlığı Raporu'nda dünya çapında 15 yaş üzeri sigara kullanan kişi sayısını yaklaşık olarak %21,2 olarak belirtmiştir (WHO, 2015).

Sağlık Bakanlığı tarafından 2019 yılında yayınlanan Sağlık İstatistikleri Yıllığı Raporu verilerine göre ise ülkemizde 15 yaş üzerindeki bireylerin %28'i her gün düzenli olarak sigara kullanmaktadır (Sağlık Bakanlığı, 2019).

Sigara kullanan bireylerin sigara içmeye başlama sebebi, sigara içme davranışına devam etme ve sigarayı bırakma durumlarını anlamak için sigaradan beklentilerini bilmek oldukça önemlidir.

Bireysel ve toplumsal faktörler, sanayileşme, kentleşme, göç bireylerin sigara ve diğer maddeleri kullanım sıklığını etkilemektedir (Koca, 2011: 27). Buna bağlı olarak menşei ülkeden çeşitli sebepler ile ayrılmak zorunda kalan ve Türkiye'ye gelen sığınmacıların göç sürecinde yaşadıkları sorunlar ve Türkiye'ye alışma sürecinde karşılaştıkları zorluklar sigara kullanım durumlarını etkileyebilmektedir.

Özellikle bireylerin sigara kullanımına başlama ve bu davranışı sürdürme sebebini tam olarak anlamak, sigarayı bırakma sürecinde kişiye uygun bir bırakma modeli belirlenmesine yardımcı olacaktır. Sigara kullanımına başlama sürecinde etkili olan toplumsal yapı ve kültürel farklılıklar sigarayı bırakma sürecinde de göz ardı edilmemelidir ve sigara kullanan kişilere ait oldukları kültüre uygun bir bırakma modeli geliştirilmelidir. Bu noktada sigara kullanan Suriyeli sığınmacıların sigara kullanım durumları ve sigaradan beklentileri bilinmelidir.

Sigara kullanımı bireysel bir davranış gibi görünse de bireyin çevresini ve toplumun genelini etkileyen bir halk sağlığı sorunudur. Her ne kadar sigara kullanımına başlama sürecinde bireyin kişiliği ve bireysel kararı etkili olsa da toplumda yaşanan zorluklar, bu durumun bireyde oluşturduğu stres ve kaygı gibi faktörler sigara bağımlılığına sebep olmaktadır. Dolayısıyla sigara bağımlılığının tedavi aşamasında kalıcı çözümler için bireyi tek başına ele almak yerine bireyi sosyal çevresiyle değerlendirmek ve bu duruma uygun tedavi metodu geliştirmek oldukça önemlidir.

Sosyal çevre, bireylerin birbirinden etkilenip madde kullanımına yatkın hale gelmesine aracı olurken maddeye erişimi de kolaylaştırarak madde kullanım davranışının sürdürülmesine sebep olmaktadır (Tosun, 2008: 208).

Nitekim mikro, makro ve mezzo düzeyde çalışmalar yapan ve çevresi içinde birey algısı ile hareket eden ve çalışmalar yapan Sosyal Hizmet mesleği birey-aile-grup-topluluk ekseninde aktif yer alarak sigara bağımlılığı tedavisine katkı sağlamaktadır (Polat, 2014: 143-144).

Sigara bağımlılığı tedavisinde yer alan Sosyal Hizmet Uzmanı, sigara kullanan bireylerin aile yaşantısını, toplumsal algılarını ve kültürel etmenleri göz önünde bulundurarak uygun tedavi modelini geliştirmelidir. Sigara kullanan bireylere bilgilendirme ve farkındalık çalışmaları yapmanın yanı sıra güçlendirme yaklaşımı ile de bireyin öz-etkililiğini artırmak sosyal hizmet uzmanının müdahale yöntemlerindendir.

Araştırmanın Tanımı ve Önemi

En eski çağlardan günümüze kadar psikoaktif maddeler, her kültürde keyif verici, sakinleştirici, uyuşturucu ve tedavi edici amaç ile kullanılmıştır (Alpay vd., 1995: 16).

Dünya genelinde ve Türkiye’de psikoaktif madde kullanımı ve buna bağlı olarak madde bağımlılığı birçok soruna neden olmaktadır. Psikoaktif madde, beyin fonksiyonlarını etkileyerek kişide fiziksel, bilişsel ve davranışsal değişimlere yol açmaktadır. Aynı zamanda keyif verici özelliği ile bağımlılık yapan bu maddeler, kişinin duygu, algı ve bilinç durumlarına etki etmektedir (Coşkunol, 2000: 56).

Psikoaktif maddelerin zararları bilinmesine rağmen kafein, alkol ve sigara gibi maddeler kendilerini daha iyi hissetmek ve rahatlamak amacıyla bireyler arasında yaygın olarak kullanılmaktadır. Yetişkinlerin sigara kullanım davranışları, gerek biyolojik açıdan gerek rol-model olarak çok küçük yaşlardan itibaren çocuklara aktarılmakta ve bu durum onları olumsuz etkilemektedir (Alıkaşifoğlu ve Ercan, 2002: 66).

Dünyada en çok kullanılan psikoaktif uyarı madde kafeindir ve ardından sigara gelmektedir. Sigaranın içerisinde bulunan ve bağımlılık yapıcı madde olan nikotin, bireylerde aföri etkisi meydana getirir ve kişinin uyarıcı maddeye karşı bağımlı olmasına sebep olmaktadır ve sigara en hızlı bağımlılık yapan maddelerdendir (Batem, 2016; akt. Boz, 2019: 3). Bireyler arasında oldukça yaygın kullanımı bulunan sigaranın zararları ve sebep olduğu hastalıklar açık olarak bilinmesine rağmen kullanımına devam edilmektedir.

Kendine güveni yetersiz, günlük hayatta karşılaşılan zorluklarla baş etmekte zorlanan ve rekabet etme gücüne sahip olmayan, duygulanım durumlarında kararsız olan ve başarısızlık duygusuna karşı yenik düşen kırılgan bireyler, kullandıkları maddeye bağımlı olmaya yatkın kişiliğe sahiptirler. Ayrıca sigara diğer bağımlılık yapıcı maddelere göre daha fazla alışkanlık yapan ve kişiye daha az zevk veren madde olarak kabul edilmektedir (Tosun, 2008: 205). Avrupa Uyuşturucu Raporu'na göre; sigara gibi maddelerin kullanımı gelişmekte olan ülkelerde giderek artmaktadır (Avrupa Uyuşturucu ve Uyuşturucu Bağımlılığını İzleme Merkezi, 2018).

Çeşitli yaş grupları arasında yaygın olarak kullanılan sigara için en riskli grubun 15-24 yaş aralığındaki çocuklar ve gençler olduğu görülmektedir (Evren, Ögel ve Uluğ, 2012: 57). Gelişimsel farklılıkların ve risklerin fazla olduğu ve kimlik oluşturma aşaması olan ergenlik döneminde gençlerin yaşadığı içsel çatışma onları riskli davranışlara sevk edebilmekte ve onları sigara kullanım davranışına yönelebilmektedir (Cimete, 2000: 4).

Yapılan bir araştırmaya göre anne veya babası sigara içen gençlerin hayranlık ve özdeşleştirme sonucu sigara kullanım alışkanlığı edinmesi, içmeyenlere kıyasla daha fazladır. Bu durum sigara kullanım davranışında ailenin etkisini ortaya koymaktadır (Yılmaz ve ark., 2010: 16-18). Aile içerisinde anne-baba-kardeşin sigara içmesi, gençlerin model alma ve sosyal öğrenme davranışına bağlı olarak sigaraya başlama ve sigaraya karşı bağımlılık geliştirmelerinde önemli rol oynamaktadır (Özcebe, 2008).

Kaşıkçı (2014) ise araştırmasında kişinin arkadaşları ve arkadaş ortamının daha fazla etkisinde kaldığını ve buna bağlı olarak sigara içme davranışı geliştirdiğini belirtmektedir. Araştırmalar, gençlerin akran zorbalığı, sosyalleşme ihtiyacı, merak duygusu, kendini kanıtlama arzusu, özgüven ihtiyacı, kilo verme isteği ve karşılaşılan zorluklarla mücadele etme sürecinde çaresizlik yaşaması ile sigaraya başladıklarını ortaya koymaktadır (Ögel ve Tamar, 1997). Türkiye'de yapılan başka bir araştırma da sosyal öğrenmeyle bağlantılı olarak gençlerin özentisi, anne-babayı model alma ve arkadaş etkisi ile birlikte sigaraya yöneldiklerini vurgulamaktadır (Ersoy, 2015).

Üniversite öğrencilerinin sigaraya başlama yaşına bakıldığında genellikle lise yıllarında sigara ile tanıştıkları hatta ilk sigara deneyiminin ilköğretim çağına kadar düştüğü görülmektedir (Sağar, 2018: 746). Literatürdeki diğer çalışmalara bakıldığında ise; Atak (2011), araştırmasına katılan bireylerin beşte birinin sigarayı ilkokulda denedikleri sonucuna varmıştır. Korkmaz ve arkadaşları (2013), ise yaptıkları çalışmada sigara kullanımına başlama yaşının 10 yaşın altında olduğunu ortaya koymuştur.

ABD Madde Bağımlılığı ve Akıl Sağlığı Hizmetleri İdaresi raporunda her gün 4000 gencin ilk olarak sigara içmeyi denediklerini, bu gençlerden 1000 tanesinin ise her gün

sigara içmeye devam ettiğini ve bu davranışı sürdürdüğünü belirtmiştir (Kahyaoğlu vd., 2018: 22). Sağlık İstatistikleri Yıllığı Raporu'na göre ise; 15 yaş üzeri erkeklerin %34,4'ü ve kadınların %29,9'u sigara kullanmaktadır (Sağlık Bakanlığı, 2019).

Sigaranın yasal olarak satılması, arkadaş ortamında sosyalleşme aracı olarak görülüp paylaşılması ve kolaylıkla erişilebilmesi sebepleriyle sigara kullanımı gün geçtikçe artmaktadır.

1990'lı yıllarda sigara bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırmalarda kişilerin sigara kullanımları sosyal bilişsel model ile ilişkilendirilerek incelenmiştir ve sigara gibi bağımlılık yapan maddelerin kullanımı ile kişilerin bu maddelerden beklentileri arasında ilişki olduğu vurgulanmıştır (Maisto, Carey ve Bradizza, 1999: 106-163; akt. Boz, 2019: 4). Yani kişilerin sigaraya yükledikleri anlam ve sigaradan beklentileri bağımlılık sürecini ve şiddetini etkilemektedir.

Olumlu davranışların edinilmesi ve pekiştirilmesi ile olumsuz davranışların kontrol edilmesinde, kişinin öz-etkililik algısı etkili olmaktadır. Yüksek öz-etkililik algısına sahip bireyler, kontrol odaklı olmaları ve otokontrollerini kaybetmemeleri ve istemedikleri bir davranışa hayır diyebilme becerisini kullanabilmeleri sebepleriyle daha çok olumlu davranışlarda bulunmaktadır (Bandura, 1989: 729).

Literatür incelendiğinde sigara bağımlılığı ile sigara kullanımını etkileyen bilişsel faktörlerin ilişkisini ortaya koyan çalışmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Sigara kullanma alışkanlığının önlenmesi ve sigara bağımlılığı tedavisinden etkili sonuç alınabilmesi için kişilerin sigaradan beklentilerini bilmek önemlidir.

Çok küçük yaşlarda edinilen alışkanlık kişilerin hayatını uzun yıllar etkilemekte ve onlara tıbbi, ekonomik ve sosyal açıdan zarar vermektedir. Bireylerin sağlığı aynı zamanda toplumun sağlığını da oluşturmaktadır ve her geçen gün artan sigara tüketiminin önlenmesi ve sağlıklı bireylerin sayısının artırılması halk sağlığı açısından da önem arz etmektedir.

Alan taramasında Türkiye'de sigara bağımlılığıyla ilgili olarak genellikle hemşireler, doktorlar, öğretmenler ve faklı bölümlerde okuyan öğrenciler üzerinde araştırma yapıldığı görülmüştür. Literatür incelendiğinde Suriyeli sığınmacıların sigara kullanımı ve sigaradan beklentileri ile ilgili bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Sigara kullanımının dünya genelinde yaygın olması, sigara kullanım yaşının düşük olması ve sigara kullanımını etkileyen çeşitli faktörler bulunmasına bağlı olarak Suriyeli sığınmacıların sigara kullanım sıklığını, sigaradan beklentilerini bilmek beraber yaşadığımız toplumda onları daha iyi anlamamızı sağlamak açısından önem arz etmektedir.

Küresel bir halk sağlığı sorunu olan sigara bağımlılığının önlenmesi ve gelişmekte olan ülkemizde sigara tüketiminin her geçen gün artmasına bağlı olarak ülkemizde yaşayan milyonlarca mültecinin sigara kullanım durumu ve sigaradan beklentisine ilişkin yeterli çalışmanın olmaması, literatürde konuya ilişkin bilgilerin yetersiz olması araştırmanın temel problemidir.

Bu araştırma ele alınan konu özelinde öncü çalışmalardan biri olma özelliği taşımaktadır. Araştırmayı önemli kılacak diğer bir nokta ise alan araştırması ile literatüre katkı sağlayacak bilgilerin elde edilecek olmasıdır.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, sigara kullanan Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik algısı ile sigara içme beklentileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu amaç doğrultusunda Adana ilindeki sigara kullanan ve araştırmaya gönüllü olarak katılan Suriyeli sığınmacılara Kişisel Bilgi Formu, Öz-Etkililik Ölçeği ve Sigaradan Beklentiler Ölçeği- Yetişkin Formu (Brief Smoking Consequences Questionnaire- Adult/ BSCQ-A) uygulanmıştır. Araştırmanın amacı kapsamında Öz-Etkililik Ölçeği'nin alt boyutları ile Sigaradan Beklentiler Ölçeği-Yetişkin Formu'nun alt boyutları arasındaki ilişki incelenmiştir.

Araştırmanın Yöntemi

Bu çalışmanın amacı sigara kullanan Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik algısı ile sigara kullanımından beklentileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu amaç doğrultusunda çalışma, tarama modellerinden ilişkisel tarama modeline uygun olacak şekilde yapılmıştır.

Tarama modeli, geçmişte yaşanmış bir durumu veya günümüzde halen var olan bir durumu ortaya koyan ve kişide öğrenmenin tamamlanması ile istenen davranışların oluşması için uygulanan süreçlerdir. Tarama modelinin bir türü olan genel tarama modelinde, geniş bir evrende evren hakkında genel bir yargıya varmak için evrenin tümü veya evrende yer alan bir grup örneklem ile tarama yapılmaktadır. Diğer tarama modeli olan ilişkisel tarama modelinde ise; iki ya da daha çok sayıda değişken arasındaki değişimin varlığını ortaya koyma amacı bulunmaktadır. Bu tarama modelinde değişkenlerin birlikte değişip değişmediğine ve değişim varsa bu değişimin nasıl olduğuna bakılmaktadır. İlişkisel tarama modeli; korelasyon türü ilişki ve karşılaştırmayla elde edilen ilişki olarak iki şekilde yapılabilmektedir. Korelasyon türü ilişki araştırmalarında üç çeşit ilişki durumu ortaya çıkabilmekte iken karşılaştırmayla elde edilen ilişki araştırmalarında bağımlı ve bağımsız değişken arasında fark olup olmadığına bakılmaktadır (Karasar, 2011).

Bu çalışmada ise sigara kullanan Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik algısı ile sigaradan beklentileri arasındaki ilişkinin saptanması amacıyla korelasyon türü ilişki tarama modeli kullanılmıştır.

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Adana ilinde yaşayan ve sigara kullanan Suriyeli yetişkinler oluşturmaktadır. Örneklem ise; günde en az bir sigara içtiğini belirten ve araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen yetişkinlerden oluşmaktadır.

Araştırmacının Adana ilinde ikamet etmesi, araştırmada zaman sınırlamasının olması ve örnekleme ulaşımının nispeten daha kolay olması sebepleriyle çalışma evreni, Adana ilinde ikamet eden ve günde en az bir sigara içtiğini belirten kişilerle sınırlandırılmıştır. Buna bağlı olarak araştırma örneklemi günde en az bir sigara kullanan ve araştırmaya gönüllü

olarak katılan 413 yetişkinnden oluşmaktadır. Bu yetişkinlerin %67.3'ü erkeklerden, %32.7'si ise kadınlardan oluşmaktadır.

Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde sigara kullanımında cinsiyetin önemli bir faktör olduğu ve sigara kullanımının kadınlara kıyasla erkeklerde daha yaygın olduğu görölmektedir. Sigara içme oranlarının yüksek olduğu Türkiye'de, Küresel Yetişkin Tütün Araştırması'na göre 15 yaşın üzerindeki yetişkin kadınların %15.2'si sigara kullanırken, yetişkin erkeklerin %47.9'u sigara kullanmaktadır.

Araştırmanın Kapsamı ve Sınırlılıkları

Araştırmanın çalışma evreni Adana ilinde yaşayan ve sigara kullanan Suriyeli yetişkinlerden oluşturmaktadır. Araştırma kapsamı, Adana ilinde yaşayan Suriyeli yetişkinler ile sınırlandırılmış ve diğer illerde yaşayan Suriyeli yetişkinler araştırma kapsamına dahil edilmemiştir. Araştırma Adana ilinde yaşayan ve her gün en az bir sigara kullanan Suriyeli yetişkinler ile sınırlıdır. Bu yetişkinlerin %67.3'ü erkeklerden, %32.7'si ise kadınlardan oluşmaktadır.

Araştırmanın Varsayımları

Bu çalışmanın amacı, sigara kullanan Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik algısı ile sigara içme beklentileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmaya çalışılmıştır:

- Suriyeli sığınmacıların cinsiyetleri ile öz-etkililik algıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Suriyeli sığınmacıların cinsiyetleri ile sigaradan beklentileri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Suriyeli sığınmacıların sigara kullanım süresi ile öz-etkililik algıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Suriyeli sığınmacıların sigara kullanım süresi ile sigaradan beklentileri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Suriyeli sığınmacıların günlük sigara kullanım miktarı ile öz-etkililik algıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Suriyeli sığınmacıların günlük sigara kullanım miktarı ile sigaradan beklentileri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Suriyeli sığınmacıların sigara bırakma girişimi ile öz-etkililik algıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Suriyeli sığınmacıların sigara bırakma girişimi ile sigaradan beklentileri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik algıları ile sigaradan beklentileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik ölçeği alt boyutları ile sigaradan beklentiler ölçeği alt boyutları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki var mıdır?

Veri Toplama Araçları

Araştırma kapsamında yer alan öz-etkililik algısı ve sigaradan beklentiler, çalışmanın veri toplama aracı olan Öz-Etkililik Ölçeği ve Sigaradan Beklentiler Ölçeği- Yetişkin Formu (BSCQ-A) ölçeklerinin maddeleri ile sınırlıdır.

Kişisel bilgi formunda, demografik özellikler ve sigara kullanımını tanımlamaya yönelik 10 soru yer almaktadır. Formda yer alan 1-3. sorular, araştırmaya katılan bireylerin cinsiyet, yaş, ailenin toplam geliri gibi kişisel özelliklerin tespit edilmesine yöneliktir. 4-10. sorular, bireylerin sigara içme süresi, sigara içme miktarı, sigara içme sebepleri, ailede sigara kullanımı, arkadaş çevresinde sigara kullanımı, sigarayı bırakma girişiminin değerlendirilmesine yönelik sorulardan oluşmaktadır.

Öz-Etkililik Ölçeği, 1982 yılında Sherer ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş ve 1999 yılında Gözüm ve Aksayan tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Bu ölçek, 5’li likert tipi bir öz değerlendirme ölçeğidir. Ölçeğin, Türkçe formunun güvenirlik ve geçerliliği Cronbach Alfa iç tutarlılık kat sayısı 0,81 ve test- tekrar test güvenirliliği 0,92 olarak bulunmuştur. Ölçek 23 maddeden oluşmak olup her bir madde için 5’li likert tipi kullanılmıştır.

(1-beni hiç tanımlamıyor, 2-beni biraz tanımlıyor, 3- kararsızım, 4- beni iyi tanımlıyor, 5- beni çok iyi tanımlıyor).

Ölçekten en az 23, en fazla 115 puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması, bireyin öz-etkililik algısının iyi düzeyde olduğunu yansıtmaktadır (Gözüm ve Aksayan,1999). Ölçeğin Türkçe çevirisi Gözüm ve Aksayan tarafından Öz-Etkililik-Yeterlilik Ölçeği olarak adlandırılmıştır, bu araştırmada ise ölçeğin adı Öz-Etkililik Ölçeği olarak kullanılmıştır.

Sigaradan Beklentiler Ölçeği- Yetişkin Formu (BSCQ-A),1991 yılında Brandon ve Baker tarafından geliştirilmiş ve 1995 yılında Copeland ve arkadaşları tarafından daha çok kişiye uygulanabilmesi için yetişkinlere uyarlanmıştır. Süsen tarafından 2017 yılında Türkçeye çevrilen form, 10 alt ölçekten ve 0 ile 9 puan arasında değişen 25 maddeden oluşmaktadır (Boz, 2019: 40). Bu form, Türkiye’de sigara kullanımından beklentilerin saptanması ve açıklanması konusundaki eksikliği gidermesi sebebiyle özgün bir nitelik taşımaktadır. Ölçekte; olumsuz duyguyu azaltma, uyarım/durum geliştirme, sağlık riskleri, tat/ duyusal motor manipülasyonu, sosyal kolaylaştırma, kilo kontrolü, arzu/bağımlılık, olumsuz fiziksel duygu, can sıkıntısı ve olumsuz sosyal izlenim olarak 10 alt boyut yer almaktadır (Süsen, 2017).

Veri Toplama Araçlarının Geçerlilik ve Güvenilirliği

Araştırmada kullanılan bir ölçeğin geçerliliği ölçmek istediği olguyu ne kadar iyi ölçtüğü ile ilişkilidir. Literatürde en sık karşılaşılan geçerlilik türünün yapısal geçerlilik olduğu söylenilebilir. Yapısal geçerlilik, ölçeğin hangi kavram veya hangi özellikleri ölçtüğünün saptanmasını incelemektedir (Coşkun vd., 2015: 23). Bu araştırmada ölçeğin yapısal geçerliliği ile ilgili değerlendirmelerin yapılabilmesi için faktör analizi kullanılmıştır. Faktör analizi, karmaşık bir olgunun daha az sayıda değişken ile açıklanabilmesi için kullanılmaktadır (Coşkun vd., 2015: 264).

Öz-Etkililik Ölçeği için yapılan faktör analizi neticesinde ölçeğin altı faktörlü bir yapıda olduğu görülmüştür. Elde edilen bu faktörler, ölçeğin orijinal yapısıyla uyumludur. Bu faktörler; olumsuz duygu artırma, kararlılık, kaçınma, motivasyon, özgüven ve çekingenlik olarak adlandırılmıştır. KMO örneklem yeterliliği sonucu elde edilen 0,84'lük değer, ölçeğin faktör analizi için yeterli sayıda örnekleme sahip olduğunu göstermektedir. Barlett's Küresellik testi anlamlı çıkmış olup ($\chi^2=2904,787$, $p<.000$) bu sonuç, ölçeği oluşturan ifadeler arasında anlamlı ilişkilerin olduğunu ve faktör analizi yapılabileceğini göstermektedir. Olumsuz duygu azaltma faktörü, toplam varyansın yaklaşık %25,9'unu, kararlılık faktörü toplam varyansın yaklaşık %9,8'ini, kaçınma faktörü toplam varyansın yaklaşık %7,1'ini, motivasyon faktörü toplam varyansın %5,7'sini, özgüven faktörü toplam varyansın %5,4'ünü ve çekingenlik faktörü toplam varyansın %4,5'ini açıklamaktadır. Altı faktör, toplam varyansın yaklaşık %58,5'ini açıklamaktadır. İçsel tutarlılık bakımından ölçeğin güvenilir bir ölçek olduğunu söylemek mümkündür.

Tablo 1.Öz-Etkililik Ölçeği Faktör Analizi

Ölçek İfadeleri	Faktör Yükleri
Olumsuz duygu artırma (Açıkladığı varyans: %25,9)	
İşleri yapıp sonuçlandırmadan yapmaktan vazgeçerim	,587
Kendim için önemli hedefler koyduğumda nadiren başarırım	,568
Kolaylıkla vazgeçerim	,617
Yeni bir şeyler öğrenmeye çalıştığımda, başlangıçta başarılı olamazsam hemen vazgeçerim.	,569
Yapmam gereken işe girişememe gibi bir problemim vardır	,522
Arkadaşlık kurulması güç, ilginç biriyle tanışırsam, o kişiyle arkadaş olmaktan hemen vazgeçerim	,564
Kararlılık (Açıkladığı varyans: %9,8)	
Bir şeyi yapmaya karar verdiğimde onun üzerinde çalışmaya devam ederim.	,628
Hoşlanmadığım ancak yapmam gereken işler varsa bitirinceye kadar devam ederim	,667
Bir işi bir seferde yapamıyorsam yapıncaya kadar devam ederim	,528
Yaptığım planları gerçekleştireceğime eminim	,493
Kaçınma (Açıkladığı varyans: %7,0)	
Bazı işler çok karışık görünüyorsa yapmak için sıkıntıya girmem	,650
Beklenmedik problemler çıktığında üzerinde fazla durmam	,524
Zorluklarla karşılaşmaktan kaçınırım	,601
Benim için çok zor gördüklerinde, yeni şeyler öğrenmek için çaba göstermekten kaçınırım	,578
Bir şeyleri yapabilme konusunda kendime fazla güvenmem	,681
Motivasyon (Açıkladığı varyans: %5,7)	
Ben kendime güvenen bir insanım	,642
Arkadaşlarımı, arkadaş edinmede kişisel yeteneklerimle kazanırım	,563
Başarısızlık beni daha çok teşvik eder	,507
Hayatta ortaya çıkan problemlerin üstesinden gelme yeteneğini kendimde bulamam	,487
Özgüven (Açıkladığı varyans: %5,4)	
Tanışmak istediğim birisini görürsem, onun bana gelmesini beklemek yerine ben giderim	,706
Bana ilgi göstermeyen birisiyle arkadaş olmaya çalıştığımda kolaylıkla vazgeçmem	,542
Çekingenlik (Açıkladığı varyans: %4,5)	
Sosyal toplantılarda kendimi rahat hissetmem	,523
Yeni arkadaş edinmek benim için zordur	,716

KMO: 0,84; Barlett's Küresellik testi: 2904,787, $p<0.000$;

Toplam Açıklanan Varyans: 0.58

Sigaradan Beklentiler Ölçeği için yapılan faktör analizi sonucunda Sigaradan Beklentiler ölçeği altı faktörlü bir yapı ortaya koymuştur. Elde edilen faktörler, ölçeğin orijinal yapısıyla gayet uyumludur. Elde edilen 6 faktör; olumsuz duygu azaltma, kilo kontrolü, tat alma, uyarılım, olumsuz sosyal izlenim ve olumsuz fiziksel etki şeklinde isimlendirilmiştir. KMO örneklem yeterliliği testi sonucu elde edilen 0,83'lük değer ölçeğin faktör analizi için yeterli sayıda örnekleme sahip olduğunu yansıtmaktadır. Barlett's Küresellik testi anlamlı çıkmış ($\chi^2=3461,743$, $p<.000$) ve bu durum ölçeği oluşturan ifadeler arasında anlamlı ilişkiler olduğunu yani faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir. Olumsuz duygu azaltma faktörü toplam varyansın yaklaşık %23,7'ini, kilo kontrolü faktörü toplam varyansın yaklaşık %10,3'ünü, tat alma faktörü toplam varyansın yaklaşık %8,7'sini, uyarılım faktörü toplam varyansın %7,0'ını, olumsuz sosyal izlenim faktörü toplam varyansın %4,9'unu ve olumsuz fiziksel etki faktörü toplam varyansın %4,1'ini açıklamaktadır. Söz konusu altı faktör toplam varyansın yaklaşık %59,0'ını açıklamaktadır. İçsel tutarlılık bakımından ölçeğin güvenilir bir ölçek olduğunu söylemek mümkündür.

Tablo 2. Sigaradan Beklentiler Ölçeği Faktör Analizi

Ölçek İfadeleri	Faktör Yükleri
Olumsuz duygu azaltma (Açıkladığı varyans: %23,7)	
Öfkeli olduğumda, bir sigara, zaman geçirmemde bana yardımcı olur	,599
Sinirli hissettiğimde sigara içmek beni sakinleştirir	,573
Sigara içmek, nikotin açlığını giderir	,523
Yapacak hiçbir şeyim yoksa sigara içmek zaman öldürmeme yardımcı olur	,536
Huzursuz hissettiğimde, bir sigara rahatlamama yardımcı olur	,581
Yalnız olduğumda, bir sigara, zaman geçirmemde bana yardımcı olur	,457
Sigara içmek nikotin krizlerini yatıştırır	,532
Ne kadar çok sigara içersem sağlığımı o kadar çok riske atarım	,677
Sigara içerek kalp hastalığına ve akciğer kanserine yakalanma riskini almış olurum	,450
Kilo kontrolü ve sosyalleşme (Açıkladığı varyans: %10,3)	
Sigara içmek kilomu kontrol etmemde bana yardımcı olur	,614
Sigara, yemem gerekenden daha fazla yememe engel olur.	,582
Sigara içmek kilomu düşük tutar	,604
İnsanlar sigara içtiğimi görürlerse benimle ilgili olumsuz düşünürler	,611
Sigara içen insanlarla beraber olduğumda, kendimi bir grubun parçasıymış gibi hissederim	,608
Elimde sigara varsa, insanlara karşı daha rahat hissederim	,505
Tat alma (Açıkladığı varyans: %8,7)	
Sigara içtiğimdeki tat hoştur	,741
Sigaranın kokusundan ve tadından hoşlanırım	,659
Sigara içerken aldığım tadı severim	,572
Sigara içmek insanlarla geçirdiğim vakitten, daha fazla keyif almama yardımcı olur	,353
Uyarılım (Açıkladığı varyans: %7,0)	
Bir sigara içmek beni enerjik yapar	,745
Sıkıldığımda ve yorgun olduğumda sigara içmek bana enerji verir	,677
Olumsuz sosyal izlenim (Açıkladığı varyans: %4,9)	
Sigara içmek daha az çekici görünmeme yol açar	,593
Sigara içmek ağzımda ve boğazımda tahrişe neden olur	,627
Sigara içerken gülünç görünürüm	,601
Olumsuz fiziksel etki (Açıkladığı varyans: %4,1)	
Sigara içtikten sonra boğazım yanar	,731

KMO: 0,83; Barlett's Küresellik testi: 34,61,743, $p<0.000$;

Toplam Açıklanan Varyans: 0.59

Veri Toplama Süreci

Veri toplama araçlarının uygulanması için Yalova Üniversitesi Etik Kurulu'nca verilen izin doğrultusunda araştırma evrenini oluşturan Adana ilinde yaşayan ve sigara kullanan Suriyeli yetişkinlerin araştırmaya dahil olabilmesi amacıyla Adana İl Göç İdaresi ile görüşülerek araştırma kapsamında veri toplamak için müsaadeleri alınmıştır.

Gerekli izinlerin ardından 25.03.2021/ 25.09.2021 tarihleri arasında Adana Göç İdaresi personeli ile kurumda bulunan Suriyeli sığınmacılara araştırma hakkında bilgi verilmiş anketlerin yalnızca sigara kullanan kişiler tarafından doldurulması gerektiği belirtilmiştir. Yapılan bilgilendirme neticesinde araştırmaya katılmaya istekli olup, araştırmacı tarafından hazırlanan bilgilendirilmiş gönüllü onam formunu imzalayan kişilere anket uygulaması yapılmıştır. Pandemi sebebiyle kalabalık alanların olmamasına bağlı olarak anketin sigara kullanan diğer Suriyeli bireylere ulaştırılması için Surveey Online Anket Sistemi kullanılmış olup sisteme tanımlanan anketlerin linki paylaşılarak kişilerin erişimi sağlanmıştır.

Araştırmaya katılan bireylere, anketler neticesinde elde edilecek bilgilerin çalışmanın amacı doğrultusunda bilimsel araştırma kapsamında kullanılacağı ve sonuçların gizli kalacağı açıklanmış olmasına rağmen bireylerin sigara kullandıklarını ifade etme sürecinde çekingen bir tutum sergiledikleri ve anket sorularını işaretleme konusunda tereddüt yaşadıkları gözlemlenmiştir. Etiketleme kaygısı yaşayan bireylere veri toplama araçlarına isimlerini yazma zorunluluğunun olmadığı açıklandıktan sonra ise daha rahat bir tutum sergiledikleri ve araştırmaya katılımında artış olduğu görülmüştür. Araştırmada yer alan anketlerin tamamı, Surveey Online Anket Sisteminde yer almaktadır.

Araştırma kapsamında seçilen uygun örneklem yöntemine göre yapılan hesaplamalarda uygun örneklem büyüklüğü 413 kişi olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin analizi için IBM SPSS programı kullanılmıştır. Elde edilen verilerin betimlenmesinde kullanılan frekans dağılımı tablolarına ve betimsel istatistiklere yer verilmiştir. Araştırma neticesinde elde edilen bulgular, %95 güven aralığında ve %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

Araştırma sürecinde ilk olarak frekans analizi ve betimleyici istatistikler ortaya koyulmuştur. Buna bağlı olarak kişisel bilgi formunda yer alan; cinsiyet, yaş, ailenin toplam geliri, sigar içme süresi, sigara içme miktarı, sigara içme sebepleri, ailede ve arkadaş ortamında sigara kullanımı, sigarayı bırakma girişimi değişkenlerinin sıklığı incelenmiştir.

Verilerin normal dağılım özelliği sergilemesi ile parametrik analiz tekniklerinin uygulanmasında bir sakınca görülmemiştir. Sonraki aşamada öz-etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeğinin geçerliliği ve güvenilirliği analiz edilmiştir. Ölçeklerin geçerliliğine ilişkin değerlendirmeler faktör analizi aracılığıyla yapılmıştır. Bu analizler doğrultusunda ölçeklerin yapısal geçerliliği ile ilgili bulgulara ulaşılmıştır. Daha sonra, geliştirilen hipotezleri sınamak amacıyla; öz-etkililik ve sigaradan beklentiler arasındaki ilişki için korelasyon analizi; cinsiyet grupları ve ölçeklere ilişkin veriler için T testi yapılmıştır.

Sigara kullanım süresi, günlük sigara kullanım miktarı ve sigarayı bırakma girişiminin öz-etkililik ölçeği ile sigaradan beklentiler ölçeği arasındaki ilişki için de korelasyon analizi yapılarak hipotezlerin kabul ve ret durumlarıyla ilgili değerlendirmeler yapılmıştır. Sigara içme süresi ve günlük sigara kullanım miktarı soru formunda kategorik bir sınıflandırma ile yer almaktadır. Bu kategoriler sigara içme süresi için “6 ay, 1 yıl, 2 yıl, 3 yıl ile 4 yıl ve üzeri”; günlük sigara kullanım miktarı içinse, “1-5 adet, 6-10 adet, 11-20 adet ve 1 paketten fazla” şeklinde oluşturulmuştur. Analizler açısından kolaylık sağlaması için bu kategoriler sırasıyla 1, 2, 3 ve 4 şeklinde numaralandırılmıştır.





BÖLÜM 1: GÖÇ VE MÜLTECİLİK OLGUSU

1.1. Göç ve Göçle İlgili Tanımlar

Göç, coğrafi, sosyolojik ve birçok açıdan tanımlanabilen ve yelpazesi çok geniş olan bir kavramdır. Uluslararası Göç Örgütü, Göç Terimleri Sözlüğünde göçü “Bir kişi veya grubun süresi, yapısı ve nedeni fark etmeksizin bir devlet içerisinde veya uluslararası bir sınırı geçerek yer değiştirmesi” olarak tanımlar (Göç Terimleri Sözlüğü, 2009: 35). Bu yer değiştirme sürecinde çocuk, yaşlı, genç, kadın, erkek her gruptan birey yer almaktadır.

Türk Dil Kurumu göçü “ekonomik, toplumsal, siyasi nedenlerle bireylerin veya toplulukların bir ülkeden başka bir ülkeye, bir yerleşim yerinden başka bir yerleşim yerine gitme işi, taşınma, hicret” olarak tanımlamıştır (2020, TDK).

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization göç terimini: “Ulusal veya uluslararası alanlar içerisinde sosyal, kültürel, güvenlik veya ekonomik gibi sebeplerle bireysel veya kitlesel olarak yapılan nüfus hareketleri” şeklinde tanımlamıştır. (www.unesco.org, 2020).

Bireysel ve kitlesel farklılık ile yapılan nüfus hareketleri iltica edilen ülke yetkilileri tarafından farklı kategorilerde değerlendirilmektedir. Örneğin; Türkiye’ye çeşitli uyruklardan bireysel nedenlerden ötürü sığınma talebinde bulunan bireyler Uluslararası Koruma statüsünde değerlendirilirken; kitlesel bir şekilde ülkemize gelen Suriye uyruklu sığınmacılar Geçici Koruma statüsünde değerlendirilmektedir.

Göç kavramını, doğulan yere aile içerisindeki bireylerin bir kısmının bazı durumlarda geri dönüşlerini de kapsayan ve içinde bireylerin göç süreçlerini gösteren kültürel ağların ve bağların bulunduğu oldukça karmaşık bir sistem şeklinde ifade etmenin daha doğru bir tanımlama olacağı ifade edilmektedir (Skeldon, 1998: 35; akt. Gemicici ve Çatal, 2019: 53).

İnsan var olduğundan bu yana bireysel veya kitlesel olarak yaşanılan yerden başka bir yere gitme amaçlı hareketlilik hep yaşanmıştır. İlk zamanlar bu hareketlilik coğrafi, açlık, savaş, çatışma, kıtlık ve mevsim şartları gibi nedenlerden kaynaklanırken günümüzde bu sebepler yerini iktisadi, siyasi, kültürel ve kişisel sebeplere bırakmıştır (Akıncı vd., 2015: 60-61).

Castles ve Miller göçü, toplumları ve kültürleri şekillendiren bir etmen olarak tanımlarken; yaşadığımız dönemi ise ‘göçler çağı’ olarak tanımlamıştır (2008). Bu çağda küreselleşmeyle beraber göç ve göçmen ilişkisi girift, kompleks ve kavranması zor bir ilişki haline gelmiştir (Çağlayan, 2006: 68).

Küreselleşmeyle beraber kıtalar arası haberleşme hız kazanmış, bireyler daha uzaktaki daha iyi şartlardan haberdar olmuş ve daha iyi şartlarda hayat sürmek amacıyla göç yoluna çıkmışlardır.

Günümüzde göç, bireylerde daha konforlu ve daha iyi hayat isteği uyardığı için bireysel nitelik taşıyan ve göçmenlerin içinde bulunduğu toplumdaki siyasal, ekonomik ve sosyal imkanlar bakımından belirgin farklar içermesi sebebiyle daha gelişmiş ülkelere doğru gerçekleştirilen hareket niteliğindedir (Günay vd., 2017: 38).

Göç, son yıllarda daha fazla gündeme gelen ve bütün ülkeleri doğrudan veya dolaylı olarak etkileyen güncel bir sorundur (Önal ve Keklik, 2016: 133). Kendi ülkesinde çeşitli sorunlar yaşayan bireyler menşe ülke yetkilileri ile çatışabilmekte, hedef ülkeye gitmek için yola çıktığında başka ülkelerin sınırlarından geçmek zorunda kalmakta ve hedef ülkeye varana kadar doğrudan veya dolaylı olarak çeşitli ülke sınırlarında bulunmaktadır. Bu durum birçok ülkeyi doğrudan veya dolaylı olarak etkilemektedir.

Günümüzde hemen her ülke küreselleşmeden etkilenmekte ve ülkeler arası etkileşimin de artması ile bireyler diğer ülkelerin hayat standartları bilgisine kolaylıkla ulaşabilmekte ve etkilenebilmektedir (Lecaj, 2019: 49).

Göç ekonomik, toplumsal, siyasi sebeplerle bireylerin veya toplulukların bir ülkeden başka bir ülkeye varması, coğrafi olarak yer değiştirme olayını kapsayan sosyal bir değişim sürecidir (Solgun ve Durat, 2017: 138).

Kofman'ın göç kavramını, insanlık tarihinin başlamasıyla ortaya çıkan, kişilerin yalnızca yaşadıkları yerin değişmesini değil aynı zamanda kültürel değişimleri içeren, uzun ya da kısa süreli yer değiştirme olarak tanımlamaktadır (Kofman, 2000: 1; akt. Barın, 2015: 12).

Göç, tek ve basit bir şekilde tanımlanamayan oldukça geniş bir kavramdır. Göç olgusunun, kabul edilmiş tek bir tanımı da yoktur. Bütün tanımların ortak noktası; bireylerin yaşadığı yerden başka bir yere çeşitli nedenlerle gitmesi ve orada hayatına devam etmesidir.

Göç, geçmiş anıların yanında bugünü de sorgulamaya çalışan, ulusal, bölgesel ve küresel etkileri olan bir nüfus hareketidir. Fiziki mekân değişikliğine ek olarak sosyo-ekonomik ve kültürel sistem değişikliğini de içeren göç, insan hareketliliğinin en yaygın tanımıdır. TBMM İnsan Hakları İnceleme Komisyonu'na (2010) göre yelpazesi geniş bir kavram olan göç; iç-dış göç, serbest-zorunlu göç, düzenli-düzensiz göç, yasa dışı-kayıt dışı göç, transit göç, küresel göç, işçi ithali ve iltica, sığınmacı, mülteci, göçmen ve kaynak ülke, transit ülke gibi farklı kavramları içerisinde barındırmaktadır (Altıntaş, 2014: 253-254).

Bu kavramlara bakacak olursak; 1951 tarihli Birleşmiş Milletler Mülteciler Yüksek Komiserliği (BMMYK) **mülteci** kavramını; ırkı, dili, milliyeti, siyasi görüşü ya da mevcut toplumsal bağ gibi sebeplerden dolayı ölüm riski taşıyan ya da kötü davranışlara maruz kalabilme ihtimaline karşın ülkesinden ayrılmak zorunda kalan kişi olarak tanımlamaktadır (BMMYK, 1998: 64).

Cenevre Sözleşmesi'ne göre, bir kişinin mülteci sayılabilmesi için beş ölçüte bakılmaktadır. Irk, din, tabiiyet ve siyasi düşünceleriyle belli bir toplumsal gruba mensup olma; zulme uğrayacağından haklı gerekçelerle korkma; menşei ülkenin dışında bulunma; ülkesinin korumasından yararlanamama veya korku nedeniyle yararlanmak istememe;

vatansız olma ve yaşadığı ikamet ülkesine dönememe veya korku nedeniyle dönmek istememedir (Buz, 2008: 120).

Türkiye, 1951 yılında ilk imzalayıcılarından olduğu Cenevre Sözleşmesine 1961 yılında coğrafi çekince koymuş ve ayrımcılık, zulüm, işkence vb. sebeplerle Türkiye'ye yalnızca Avrupa ülkelerinden gelen kişilerin mülteci statüsünde değerlendirileceğini belirtmiştir.

6458 sayılı Yabancılar ve Uluslararası Koruma Kanunu'nun 61'inci maddesinde tanımlanan "mülteci" tanımına Avrupa Konseyi Üyesi ülkelerden gelerek, ülkemizden uluslararası koruma talep eden yabancılar girebilmektedir (Göç İdaresi Genel Müdürlüğü, 2020).

2011 yılında Suriye de meydana gelen krizi ile gerek medyada gerek halk içerisinde göçmen ve mülteci kavramları aynı anlama gelecek şekilde kullanılmaktadır. Bu iki sözcüğün birbiriyle eş tutulması yanlıştır, *göçmen* ve *mülteci* kavramları farklı anlamları ifade etmektedir (Çakran ve Eren, 2017: 2-5).

Cenevre Sözleşmesi ve YUKK'da belirtildiği üzere ülkemize sığınma talebinde bulunan bireylerin hukuki statülerinin değerlendirmesinde menşe ülkesi dikkate alınmıştır. Buna rağmen halk arasında veya medyada bireylerin uyruğuna ve menşe ülkesine bakılmaksızın aynı kavram ile nitelendirildikleri görülmektedir.

Göçmen, mülteci tanımındaki sebeplerin dışında ve genellikle ekonomik nedenlerle, ülkesinden gönüllü olarak ayrılıp başka bir ülkeye giden ve o ülke yetkililerinin bilgi ve izni ile oraya yerleşen kişidir (Bağımsız İletişim Ağı, 2020). Yani sığınma talebinden farklı olarak bireyin gönüllü bir şekilde kendi isteği ve daha iyi ekonomik şartlarda hayatını sürdürme arzusuyla yer değiştirmesidir.

Şartlı mülteci kavramı, 6458 Sayılı Yabancılar ve Uluslararası Koruma Kanunun 62'nci maddesine göre şu şekilde tanımlanmaktadır:

“Avrupa ülkeleri dışında meydana gelen olaylar sebebiyle; ırkı, dini, tabiiyeti, belli bir toplumsal gruba mensubiyeti veya siyasi düşüncelerinden dolayı zulme uğrayacağından haklı sebeplerle korktuğu için vatandaşı olduğu ülkenin dışında bulunan ve bu ülkenin korumasından yararlanamayan, ya da söz konusu korku nedeniyle yararlanmak istemeyen yabancıya veya bu tür olaylar sonucu önceden yaşadığı ikamet ülkesinin dışında bulunan, oraya dönemeyen veya söz konusu korku nedeniyle dönmek istemeyen vatansız kişiye statü belirleme işlemleri sonrasında şartlı mülteci statüsü verilir. Üçüncü ülkeye yerleştirilinceye kadar, şartlı mültecinin Türkiye’de kalmasına izin verilir.”

Şartlı mülteci statüsünde Türkiye’de kalan bireyler, hak ve hizmetlerden faydalanabilmekte ve statü değişikliği süreci için ikamet ettikleri ildeki Göç İdaresi Müdürlüğü ile görüşmeler yapmaktadır.

Sığınmacı, savaş, doğal afet, dinsel olay veya iç çatışmalardan dolayı ülkesinden zorunlu olarak ayrılmak zorunda kalan kişidir (Buz, 2004: 25-30). BMMYK'ya göre ise sığınmacı; mülteci statüsüne başvuru yapmış ama başvurusu sonuçlanmamış ve hakkında işlem yapılmamış kişinin geçici statüsü olarak tanımlanmaktadır (2001).

Son yıllarda sığınmacıların sayısında büyük artışlar meydana gelmiştir. Bunun sonucu olarak; sığınma ve sığınmacılar konusu temel insan hakları sorunu olarak uluslararası hukukun konularından biri haline gelmiştir. Dolayısıyla sığınmacıların sığındıkları ülkelerde, o ülkenin yasalarına uyma yükümlüklerine ek olarak kendi dinlerini yaşayabilmeleri hakkı, çalışma ve sosyal güvenlik hakkı, mülkiyet edinme hakkı, eğitim-sağlık hakkı gibi hem ülke hukuklarında hem de uluslararası sözleşmelerde düzenlemeler yapılmıştır. Başvurusu kabul edilmeyen kişiler sınır dışı edilebilir veya başvuru sürecinin sonuçlanmasının uzun sürmesinden kaynaklı olarak sığındıkları ülkede sığınmacı statüsünde hayatını sürdürebilir. Bu sebeple her mülteci sığınmacıdır ama her sığınmacı mülteci değildir (Ziya, 2011: 19-20). Yani sığınmacılar, mülteci statüsünün vermiş olduğu bütün haklardan yararlanamazlar.

Bireysel koruma başvurularının yanı sıra 2011 yılında meydana gelen Suriye krizinden sonra ülkemize kitlesel bir şekilde göç olmuştur.

6458 sayılı Yabancılar ve Uluslararası Koruma Kanunu'nun **Geçici Koruma** başlıklı 91. maddesinde:

“(1) Ülkesinden ayrılmaya zorlanmış, ayrıldığı ülkeye geri dönemeyen, acil ve geçici koruma bulmak amacıyla kitlesel olarak sınırlarımıza gelen veya sınırlarımızı geçen yabancılara geçici koruma sağlanabilir. (2) Bu kişilerin Türkiye’ye kabulü, Türkiye’de kalışı, hak ve yükümlülükleri, Türkiye’den çıkışlarında yapılacak işlemler, kitlesel hareketlere karşı alınacak tedbirlerle ulusal ve uluslararası kurum ve kuruluşlar arasındaki iş birliği ve koordinasyon, merkez ve taşrada görev alacak kurum ve kuruluşların görev ve yetkilerinin belirlenmesi, Bakanlar Kurulu tarafından çıkarılacak yönetmelikle düzenlenir” (www.goc.gov.tr, 2020).

Yani kişilerin geçici koruma statüsünde değerlendirilmeleri için; vatandaşı olduğu ülkeden kitlesel olarak zorla çıkartılmaları, o ülkeye geri dönmelerinin mümkün olmaması ve menşei ülkede meydana gelen olaylardan dolayı korunmaya ihtiyaç duymaları gerekmektedir.

YUKK’un Geçici Koruma başlıklı 91. maddesine göre hazırlanması gereken bir yasal düzenleme olan Geçici Koruma Yönetmeliği (GKY) ise 22 Ekim 2014 tarihinde Resmî Gazetede yayımlanarak yürürlüğe girmiştir. Bu yönetmelik ile Türkiye’ye kitlesel olarak göç edenler geldiği ülkeye bakılmaksızın geçici koruma statüsünde değerlendirilecektir. 2011 yılından itibaren Türkiye’ye gelen Suriyelilerin yasal bir statü alabilmeleri açısından bu yönetmelik oldukça önemlidir (Bozbeyoğlu, 2015: 71).

Türkiye’de yaşayan Suriyeliler, yasal olarak geçici koruma statüsünde değerlendirilmelerine karşın gerek yetkililer gerek toplum tarafından misafir olarak lanse edilmektedir (Erdoğan, 2015: 183).

Geçici koruma yönetmeliğinden en çok faydalanan Suriyeli uyruklu bireylerin, mülteci olmadıkları için iltica etme veya üçüncü bir ülkeye sığınma başvurusunda bulunma hakları yoktur. Çünkü geçici koruma statüsü, savaşın bitmesiyle Suriyeli savaş mağdurlarının evlerine döneceğini varsaymaktadır (Ercoşkun, 2015: 32).

Misafir kavramı halk arasında Suriye uyruklu bireylerin ülkemizden bir gün gidecekleri yönünde bir düşünceye sebep olmaktadır. Geçici Koruma Yönetmeliğinde Suriyeli sığınmacıların savaşın bitmesiyle ülkelerine döneceği varsayılsa da bu kişilerin Türkiye’de kalabileceği minimum veya maksimum olarak belirlenmiş bir süre bulunmamaktadır.

Bireylerin göç etme gerekçesine bağlı olarak aldıkları statü nasıl farklıysa göç etme sürecindeki değişiklikler de yasadışı göç, transit göç, mekik göç, uluslararası göç gibi farklı kavramları ortaya çıkarmıştır.

Yasadışı göç, menşe ülkeden ayrılan bireylerin, iltica edilen ülkeye ülke yetkililerinin onayı ve bilgisi olmadan, vize-pasaport vs. işlemi yapılmadan ulaşmasıdır.

Transit göç, Birleşmiş Milletler’e göre; bireylerin gitmeyi hedeflediği ülkeye gidebilmek için göç güzergâhı üzerindeki başka bir ülkede geçici olarak bulunmasıdır (UNECE, 2012). Transit ülke ise coğrafi olarak kaynak ve hedef ülkeler arasında yer alan, herhangi bir zamanda yasal veya yasa dışı yerleşik nüfusa dönüşme olasılığı bulunan, nüfusu geçici olarak idare etmesi gereken ülkedir (De Tapia, 2004: 112; akt. Tepealtı, 2019: 126).

Mekik göç, insanların bulundukları yerden başka bir ülkeye belirli bir süre için göç ederek, daha sonra kendi topraklarına geri dönmesi ile gerçekleşen göç şeklidir (Yılmaz, 2014: 1687).

Uluslararası göç, bireylerin kendi ülkelerinden veya geçici olarak yaşadıkları ülkeden ayrılarak, başka ülkeye kalıcı veya belirli bir süre hayatını sürdürmek amacıyla gitmesidir (Aktel ve Kaygısız, 2018: 583).

Diğer yandan herhangi bir göçün söz konusu göç çeşitlerinden hangisine girdiği, tanımı yapanın bulunduğu konuma veya kim olduğuna göre değişmektedir. Örneğin Türkiye’de transit göçmen olarak nitelendirilen göçmenler, Avrupa’da iltica talebinde bulunduklarında Avrupalılar tarafından sığınmacı olarak nitelendirilmektedir (Yılmaz, 2014: 1689).

sınırları içerisinde yer deşiştirmesinde istihdamın azlığı, terör olayları, sosyal güvence arayışı ve refah düzeyini artırma amacı gibi unsurlar etkili olmaktadır (Balcıoğlu, 2007: 17).

İç göçe sebep olan başlıca sorunlardan biri istihdamdır. Özellikle kırsal alanlarda tarım alanlarının daraltılması ve makineleşmesinin artması ile birlikte insan gücüne duyulan ihtiyaç azalmakta ve bu durum insanların kırsal alanlardan başka yerlere zorunlu olarak iç göç etmesini tetiklemektedir. Bir başka sorun ise; terör olaylarıdır. Terörün kırsal alanda yarattığı büyük tahribat sonucu insanlar hayatlarını sağlıklı bir şekilde sürdürememekte, can güvenliğini koruyabilmek için başka şehirlere göç ederek çözüm bulmak istemektedir (Keser, 2011: 17-18).

Kırsal alandaki miras paylaşımından kaynaklı sorunlar, arazilerin bölünmesiyle beraber verimin düşmesi, kan davaları gibi birçok etken bireylerin iş seçeneğinin daha çok olduğu ve istihdam imkânlarının zengin olduğu yerleşim yerlerine yönelmesine sebep olmaktadır.

İç göçler, çoğunlukla sosyal, kültürel ve ekonomik açıdan daha gelişmiş olan ve insanlara cazip gelen yerlere doğru gerçekleşmektedir. İç göç oluşumu itibariyle kırdan kente, kentten kente olabileceği gibi kırdan kıra veya kentten kıra yapılan göçler olarak şekillenebilmektedir (Yalçın, 2004: 19).

Günümüzde sağlık, eğitim, sosyal imkânlarının çeşitliliği gibi değişik sebeplerden dolayı kısa mesafeli olarak gerçekleştirilen nüfus hareketlilikleri de iç göç olarak değerlendirilmektedir.

Özetle bir ülke içinde hane fertlerinin yaşadığı bir yerleşim biriminden ülke sınırları içinde farklı bir yerleşim yerine gitmelerine iç göç denilir. İç göç, kimi zaman tek başına yapılırken kimi zaman da gruplar halinde yapılmaktadır. İç göç ülke içinde göçmen tarafından birçok kez farklı şehirlere göç ederek de yapılmaktadır (Altuntaş, 2020: 12).

1.2.2. Dış göç (uluslararası göç)

Uluslararası göç, bireylerin çeşitli sebeplerden dolayı menşei ülkelerinden ya da o an yaşadıkları ülkeden geçici veya sürekli olacak şekilde başka bir ülkeye yerleşmek amacıyla ayrılmalarıdır (Çiçekli, 2009: 49). Gitmek istenen ülkede akrabaların bulunması, kendi milletinden insanların o ülkede yeterince çok olması veya menşei ülkeye coğrafi olarak yakınlık bulunması gibi sebepler göç edilen ülkeyi belirlemede etkili faktörlerdendir.

Göç, ekonomik, sosyal, kültürel, psikolojik yönleri bulunan çok boyutlu bir olgu olmakla beraber, sebep, süreç ve sonuçları ile bir bütünü ifade etmektedir. İlk aşamada, bu bütünün unsurlarını incelemek gerekmektedir. Uluslararası göçün iyi bir şekilde tanımlanabilmesi için beş temel özelliğinden bahsedilmelidir (Somuncu, 2006: 3-8):

- **Ülke Sınırlarının Dışına Çıkma:** Uluslararası göçün en temel unsurudur. Göçün uluslararası bir nitelik kazanabilmesi için menşei ülkeye ek olarak başka bir ülkenin daha olması gerekmektedir. Göç eyleminde bulunan kişinin ayrılmak istediği ülkeye *kaynak ülke*, gitmek istenilen ülkeye de *hedef ülke* denilmektedir. Eğer kaynak ülkeden hedef

ülkeye hareket sürecinde belirli bir süre başka üçüncü bir ülkede kaldıysa da bu ülkeye *transit ülke* denilmektedir.

- **Geçici veya Kalıcı Olma:** Uluslararası göç, belirli bir süreliğine olabileceği gibi, bireyin hayatının geri kalanını orada sürdürmek istemesi amacıyla süresiz olacak şekilde de gerçekleştirilebilmektedir. Bu bireyin göç etme sebebinin zorunlu olması veya gönüllülük esasına dayanmasına, ekonomik amaçlar varsa para biriktirip dönmesine, göç edilen ülkede göçmenlere uygulanan politikalara ve sosyal hizmetlere göre değişkenlik gösterebilmektedir.

- **Gönüllü veya Zorunlu Olması:** Zorunlu göçlerde bireyin bulunduğu ülkedeki durum, iç savaş, terör, doğal afet gibi sebepler etkili olmaktadır; gönüllü göçlerde ise göç edilmek istenen ülkenin cazip gelebilecek yanları etkili olmakta ve birey iradesi ile hareket etmektedir.

- **Birey, Grup veya Kitleler Tarafından Yapılması:** Göçün sebebine bağlı olarak kişiler bireysel, grup halinde veya kitleler halinde göç edebilmektedir. Göçe sebep olan etken ne kadar büyükse göç eden bireylerin kapsamı da o kadar geniştir. Son zamanlarda göç hareketleri; birey ve grup büyüklüğünden ziyade kitleler halinde gerçekleşen eyleme dönüşmüştür.

- **Yasal veya Yasadışı Olması:** Göçün en belirgin yanı yasal sürecidir. Göç edilen ülkeye ülke yetkililerinin bilgisi dâhilinde belirli prosedürleri gerçekleştirerek yerleşilmesi veya ülkenin sınırlarından kaçak yolla belgesiz şekilde giriş yapılması ve kolluk kuvvetlerden gizlenerek yaşanmasıdır. Yasal sürece uygun davranan göçmenler göç edilen ülkede hukuki olarak korunup çeşitli hizmetlerden faydalanabilirken; yasadışı göçmenler kayıtsız olmaları sebebiyle temel hizmetlerden dahi faydalanamamakta ve kolluk kuvvetler tarafından teşhis edilmeden hayatlarını sürdürme çabasında bulunmaktadır.

Uluslararası alanda Türkiye, kimi zaman bireyin menşe ülkesinden kaçarak ulaşmak istediği hedef ülke olurken kimi zaman da jeopolitik konumundan dolayı Avrupa ülkelerine gitmek isteyen bireylerin göç güzergâhında belirli süre konakladıkları transit ülke olmaktadır.

Uluslararası arenada başka bir ülkeye göç etmenin zorlu aşamaları vardır. Özellikle deniz aşırı ülkelere göç etmek isteyen insanlar, transit geçiş yaptıkları ülkelerde ve deniz yoluna ulaşma sürecinde çok büyük sorunlar yaşamakta ve ölümü dahi göze almaktadırlar. Son yıllarda yasadışı şekilde deniz yolunu kullanarak göç etmek isteyen insanların yaşadıkları, hatta hayatlarını kaybetmeleri medyaya da yansımaktadır. Suriye’de devam eden savaştan kaçmak, kendisine yeni bir hayat kurmak isteyen binlerce kişi daha yolun başındayken kaçış yolunda hayatlarından olmaktadır (Ekici ve Tuncel, 2015).

1.2.3. Gönüllü göç

Gönüllü göç, kişinin bireysel istekleri doğrultusunda kendi iradesiyle yapmış olduğu iç veya dış göçtür. Bireyler, iş bulabilmek, var olan işinde kendini geliştirmek, daha iyi ücret ile çalışmak veya farklı kültürler tanımak, dil öğrenmek, kendini geliştirmek amacıyla gönüllü olarak göç edebilmektedir (Petersan, 1958: 261).

Bireyler, ülke içindeki altyapı, hayat şartları ve aldığı sosyal hizmetler doğrultusunda da imkânların daha iyi olduğu yerlere gönüllü olarak göç edebilmektedir (Tekeli, 2008: 22). Bu göçün temelinde gönüllülük yer aldığı için birey göç ettiği yerde kalma süresini de kendisi belirlemekte ve istediği zaman menşe ülkesine dönebilmektedir.

1.2.4. Zorunlu göç

Göçün birçok sınıflandırması olsa da bireyin kendi isteği ile gerçekleştirdiği göç ile isteği dışında göç etmeye zorlanması sonucu oluşan göç arasındaki fark en temel ayrımdır. Bu ayrımın oluşmasındaki temel nokta ise fiziki anlamda kişiye göçe yönelik bir zorlamanın olup olmadığıdır (Faist, 2003: 48).

Gönüllü göç genellikle ekonomik fırsatlar temelinde şekillenmekte, ekonomik olarak çekici ve itici faktörler tarafından motive edilmektedir. Zorunlu göç, aksine fiziksel refahlarını herhangi bir tehdit unsurundan korumak için evlerinden kaçan insanların fiziksel güvenliklerini korumak ve hayatta kalabilmek için hareket etmelerini ifade eder (Van Hear, 1998; akt. Assida, 2016: 12).

Bireylerin yaşadığı yerde can güvenliklerinin tehlikede olması, çeşitli tehditler almaları, haneye zorla girilmesi gibi durumlar zorunlu göçe sebep olmaktadır.

Birçok değişkeni ve olguyu içeren göç hareketliliğinde, hayatın sürekliliği esasına dayanan zorunlu göç; menşei ülkesinin korunmasından yararlanamayan kişileri vurgulamaktadır. Zorunlu göçün en belirgin özelliği; egemen devletlerin şiddet mekanizmalarının gölgesinde, hayatta kalmak için aidiyetinde bulunduğu ulus-devletten ayrılma kararının alınmasıdır (Altıntaş, 2014: 253-254).

Zorunlu göçü harekete geçiren belirli dinamikler söz konusu olabilmektedir. Ekonomik dalgalanmalar, etnik kökenden kaynaklı çatışmalar, uluslararası siyasetteki söylemler ve bunların sonucunda ortaya çıkan çevresel faktörlerin zorunlu göçün tetiklenmesinde belirleyici olduğu düşünülmektedir (Hazan, 2012: 185-194).

Türkiye'deki Suriyelilerin göçü kategorize edilmek istendiğinde ise farklı kategorilere girebilmektedir. Ama göçün temelinde ülke içerisindeki savaş olması sebebiyle Suriyelilerin göçünün zorunlu göç olduğu düşünülmektedir. Türkiye tarihine bakıldığında, insan hareketliliğinin yoğun olduğu coğrafyalardan biri olduğu ve geçmişten bugüne kadar hem birçok yerden göç almış hem de birçok yere göç verdiği bilinmektedir. Son yirmi yıla bakıldığında ise Türkiye çoğunlukla doğusundaki ülkelerden daha çok göç alan ülke durumundadır (Kirişçi ve Karaca, 2015: 297).

Türkiye'nin doğusundaki ülkelerde yaşanan iç savaş, toplumsal ve dini hoşgöründen yoksun tutumlar ve politik belirsizlikler bireyleri zorunlu olarak kendilerini daha güvende hissedebileceklerine inandıkları Türkiye veya daha Batı'daki ülkelere yöneltmektedir.

1.3. Göçün Sebepleri

Göç ne negatif ne de pozitif bir olgudur, sadece modern çağın ekonomik gelişmelerine, ulaşım ve haberleşme sistemlerine, politik baskılarına ve bireysel dürtülere karşı gösterilen bir tepkidir. Hangi amaçla yapılırsa yapılsın göç, herhangi bir şekilde bağlı

olduğu toplumda sosyal, ekonomik ve politik etkiler bırakmaktadır (Kane, 1995:2; akt. Yılmaz, 2014: 1692).

Bireyin göç etmesi aynı toplumdaki diğer bireyleri de etkilemekte ve menşe ülkede toplumsal bir sorun haline gelmektedir. Göç eden bireylerin sayısının artması ise menşe ülkede işgücünün sekteye uğraması, belirlenen işlerin sonlandırılmaması gibi ekonomik sorunlar oluştururken; ülkeyi yönetenlere karşı olumsuz algıların oluşması, çatışmaların artması gibi politik etkiler de oluşturmaktadır.

Göç, göçmenler ve göç edilen yeri birçok açıdan etkileyen politik, sosyal ve toplumsal etkiler bırakan, dinamik ve çok yönlü bir kavramdır. Terk edilen ve yerleşilen yer ile göçenler ve göçülen yerdeki farklılıkların yanı sıra göç nedeni, kapsamı ve işleyiş sürecinde farklılıklar her göçü bir diğerinden farklı kılmaktadır (Yılmaz, 2014: 1692). Bu farklılıklar her bir göçün birey, toplum ve mekâna yönelik etkisinin ve yansımalarının değişmesine sebep olmuştur. Her bir göç hikayesi kendine ait spesifik özellikler taşısa da sebep, etki ve süreç açısından göç konusunda bazı genellemeler yapılabilmektedir (Ekici ve Tuncel, 2015: 10).

Göç eden bireyler vardıkları ülkedeki bireyleri ve toplumu da kendi kültürleri ile etkilemektedir.

Coğrafi olarak menşei ülkede yaşanan sıkıntılar, toplumların iç çatışması, daha iyi bir hayat için hedef ülkeye gitme isteği ve daha birçok sebep, kişileri kimi zaman bireysel kimi zaman kitlesel olarak etkilemektedir. Göç sürecinin başından sonuna kadar her bir bireyin göç deneyimi farklı olsa da göçün genel olarak kabullenilmiş bazı sebepleri bulunmaktadır.

Çalışmanın bu kısmında göçe sebep olan; ekonomik, sosyo-kültürel ve savaş-terör kaynaklı nedenler üzerinde durulacaktır.

1.3.1. Ekonomik etkenler

Rasyonel bir davranış biçimi olan göç, üzerinde düşünülmüş, artıları eksileri çıkarılmış ve bu sürecin sonucunda karar verilmiş bir olgudur (Yılmaz, 2014: 1691).

Bireylerin yaşadığı ülkeyi terk ederek, başka bir ülkeye yerleşmek amacıyla göç etmesinde yaşadığı ülkede var olan zulümden kaçma, hayatta kalabilme gibi sebepler etkili olabildiği gibi göç ekonomik sebeplere de bağlı olabilmektedir (Başak, 2011: 4). Çünkü insanoğlu daima daha iyinin, hayatını daha rahat şartlarda sürdürebileceği imkânların arayışı içerisinde olmuştur (Ağır ve Sezik, 2015: 97). Daha iyi şartlarda bir hayata kavuşma arzusundan dolayı, insanın bulunduğu mekânı terk etmesine karşılık gelen iradi göçte ekonomik etkenlerin belirleyiciliği söz konusudur (Ekici ve Tuncel, 2015: 14).

Bireyin hayatını ikame ettirmesi için paraya ihtiyacı vardır ve ekonomik yeterlilik ile ihtiyaçların karşılanması doğru orantılıdır. Bu sebeple ekonomik durum bireylerin hayat tarzını, sahip olduğu imkânları belirlerken, arzulanan hayatın yaşanması için bireyi yönlendiren büyük bir güç olmaktadır.

Düşük ücretler, yüksek vergi oranları, ekonomideki belirsizlik, gelir dağılımındaki eşitsizlik, kötü çalışma şartları, işsizlik oranlarındaki artış, bireylerin kendi eğitim aldıkları alan dışındaki meslek gruplarında istihdam edilmesi ve buna bağlı olarak tatminsizlik yaşaması, bireyin eğitiminin göz ardı edilmesi gibi göçe sebep olan birçok ekonomik sebep bulunmaktadır (Bayraklı, 2007: 42).

Dijital nesil ya da Z kuşağı olarak adlandırılan dönemin bireyleri, 2000 yılı sonrasının getirmiş olduğu kolaylıklar neticesinde dünyanın farklı bir ülkesiyle etkileşimi geçebilmekte ve bunun sonucunda iş başvurusu yaparak kabul edilmesi halinde ekonomik sebepler ile o ülkeye göç etmektedir. Özellikle son 20 yılda hızla gelişen teknoloji ile insanların farklı ülkelere gitmeleri kolaylaşmıştır. Göç edeceği ülkeye internet aracılığıyla başvuru yapabilen insanlar, vizelerini kendi ülkelerinde alıp gidecekleri ülkeye rahatlıkla göç edebilmektedir (Somyürek, 2016: 66; akt. Altuntaş, 2020: 22).

Ekonomik sebepler uluslararası göç sürecinde etkili olduğu kadar ülke içerisinde gerçekleşen iç göçte de başlıca sebepler arasında yer almaktadır. Özellikle ülke içerisinde gelişmişlik seviyesi açısından farklılık bulunan şehirler arasında sıklıkla göç yaşanmaktadır. Örneğin; Türkiye’de gelişmişlik ve istihdam imkânlarının fazla olması sebebiyle Batı’ya yönelik bir göç akışı bulunmaktadır.

1.3.2. Sosyokültürel etkenler

Daha iyi imkânlar, yüksek ücretler ve iyi bir refah imkânının yanı sıra bireyin bulunduğu bölgede ayrımcılık, siyasi istikrarsızlık, rejim değişiklikleri, vatandaş mübadele politikaları vb. sosyo-kültürel ve siyasi etkenlerde göç hareketlerine neden olmaktadır. Bu hem aynı ülke içerisinde hem de ülkeler arası göçe sebep olabilmektedir (Aksoy, 2012: 294).

Göç olgusu, antropolojik nitelikli asimilasyon ve çokkültürcülük, etnisite, kültürlenme, kültürel değişme vb. kavramlar ile ilişkilidir. Bu kavramlara bağlı olarak bireyler, aynı mahalle içinde, kasabada-kentte ve aynı bölgede yakın mesafeli olabileceği gibi kentler, bölgeler arasında iç göç biçiminde; ülkeler, kıtalar arasında uzun mesafeli dış göç biçiminde de olabilir (Çakır, 2011: 131-135).

Artan küreselleşme ve kitle iletişim araçlarının yaygınlaşması ile asimilasyoncu yaklaşım yerini çok kültürlülüğe bırakmıştır. Ulus devlet bilincinin azalması, birey ve grupların kendi kimliklerini tanıması ve bu kimlik ile toplumda var olmak istemesinden kaynaklı olarak farklı etnik, dini ve kültürel grupların çatışma yaşamasına bağlı olarak bireyler farklı bölgelere göç etmek durumunda kalmıştır (Doytcheva, 2009; akt. Şeker vd., 2015: 2).

Yapılan çalışmalar göç sebepleri, göç sürecine katılım, bu süreçteki hayat deneyimleri ve göçün etkileri, göç eden bireylerin tutumları ve tepkileri açısından kadınlar ve erkekler arasında önemli ve belirgin farklılıklar olduğuna işaret etmektedir. Bu farklılıkların temelinde kadın-erkek arasındaki aile içi iş bölümü ve buna paralel olarak gelenekler ve görenekler tarafından tanımlanan toplumsal kadın-erkek rolleri yatmaktadır. Bu nedenle toplumdaki cinsiyet farklılığı da göçü etkilemektedir (İldan Çalım, 2011: 14).

Bireyler ataerkil yapıdan kaynaklı olarak hizmetlere eşit erişim olanağı bulamadıklarında, toplumsal cinsiyete dayalı ayrımcılığa maruz kalıp baskılandıklarında, kan davası, başlık parası, zorla evlendirme, çocuk yaşta evlilik gibi durumlarla karşı karşıya kaldıklarında ve aile veya toplum içerisinde geleneklerden kaynaklı çatışmalar yaşadıklarında bulundukları bölgeden başka bir bölgeye göç etmek istemektedir.

Sosyokültürel farklılıklara bağlı olarak bugün baskı, zulüm ve sosyal haklarının yok sayılması ve ellerinden bütün sosyal imkânları alınmış bireylerin göç etmesi bir zorunluluk haline gelmiştir. Bugün sadece Suriye, Irak, Afganistan, Pakistan ve Doğu Türkistan gibi sorunlu bölgeler incelendiğinde, göç konusunda sosyal sorunların ne kadar önemli bir yer tuttuğu daha iyi fark edilebilir (Sever, 2012: 53).

1.3.3. Savaş ve terör kaynaklı etkenler

Zorunlu göçlerin başında; savaş, askeri darbeler, etnik/ırkçı siyaset ve dini vecibeleri yüzünden ayrımcılığa maruz kalan insanların başka yerlere göç etmeleri gelir. Savaşın getirmiş olduğu büyük yıkımlar, insanların başka ülkelere göç etmelerini tetiklemiştir. İç savaş veya ülkeler arası savaşa bağlı olarak kitlesel göçler tarih boyunca gerçekleşmiştir (Oberg, 1994: 380-382).

İnsanlar, menşei ülkedeki terör tehditleri ve savaş ortamından kurtulabilmek ve yalnızca hayatta kalabilmek amacıyla menşei ülkeden ayrılmakta ve bir bilinmezliğe doğru yol almaktadır. Hayatlarını kaybetme ihtimaline karşın deniz aşırı ülkelere kaçabilme umuduyla oldukça riskli yollara girebilmektedir.

1.4. Dünyada Mülteci İstatistikleri

Mültecilerin, korunma taleplerinin karşılanması, haklarının korunması ve ihtiyaçlarının giderilmesi amacıyla uluslararası toplum için çalışmalar Birleşmiş Milletler Mülteciler Yüksek Komiserliği (BMMYK) tarafından yürütülmektedir (Uzun, 2016: 62).

BMMYK'nın Küresel Eğilimler Raporunda yer alan verilere göre, evlerini terk etmek durumunda kalan kişilerin sayısı bir önceki yıla göre 9 milyon kişi arttı ve dünya üzerinde sığınma talebi bulunan kişilerin sayısı 79,5 milyona ulaştı. Bunların arasındaki 18 yaş altında olan yaklaşık 26 milyon mülteci bulunmaktadır. (Küresel Eğilimler Raporu, 2019). Yılsonu tablosu henüz netleşmemekle birlikte BMMYK, 2020 ortası itibarıyla tüm dünyada yerinden edilen kişilerin sayısının 80 milyonu aştığını öngörmektedir.

Dünya üzerinde ağırlıklı olarak göçmenler doğu ve güney bölgelerde yoğunlaşmıştır ve daha gelişmiş kuzey ve batı ülkelerine doğru göç etme eğilimindedirler (İçduygu, 2007: 147).

Göç, gelişmemiş veya gelişmekte olan ülkelere gelişmiş ve refah seviyesi yüksek ülkelere doğru yapılırken bu ülkelere coğrafi yakınlığından dolayı göç güzergâhı üzerinde bulunan Türkiye gibi ülkeler de göçten etkilenmektedir.

AB'nin kendi ülkelerine yönelik düzensiz göç hareketini sınırlandırması ve sığınmacıların ülkeye alınmasında seçici davranmasından kaynaklanan gelişmeler ile kriz bölgelerinin sayısının artması, göç akımlarının güzergâhı üzerinde yer alan ülkelere biri olan

Türkiye'nin, göçmenlerin yasal, toplumsal, ekonomik boyutları ile karşı karşıya gelmesine sebep olmaktadır (Kartal ve Başçı, 2014: 279).

Anadolu, Osmanlı Devleti'nin çekildiği bölgelerden gelen göçmenler için yaklaşık 225 yıldır tam bir sığınak durumundadır 1980'lerden itibaren Türkiye, İskân Yasası'nda tarif edilenler dışında farklı göçmen türleri ile karşılaşmaya başlamıştır. İran Devrimi, İran-İrak Savaşı, Afganistan'ın Sovyetler Birliği tarafından işgali, Körfez Savaşı, Amerika'nın Irak'ı işgali gibi birbiri ardına gelişen bölgesel savaşlar milyonlarca kişiyi yerinden ederek mülteci durumuna düşürmüştür. Türkiye'nin hemen yakınında meydana gelen bu savaşlar, sığınacak güvenli bir yer arayan bireyleri Türkiye'ye yönlendirmiştir (Adıgüzel, 2017: 37-39).

Türkiye, tarih boyunca hem göç alan hem göç veren bir ülke konumunda olmuştur. Bu göçlerin belirleyici etkileri ülkenin tam anlamıyla bir göçler ülkesi olmasına yol açmıştır. Türkiye, son 20 yılda dış göç alan bir ülke konumundadır (Körükmez ve Südaş, 2015; akt. Akşit vd., 2015: 94).

Yakın çevresindeki sosyo-politik gelişmeler ile çatışma ve siyasi çalkantılar Türkiye açısından dış göçlere yön veren temel unsurlardandır. Örneğin; SSCB'nin Afganistan'ı işgali, İran'daki rejim değişikliği, İran-İrak Savaşı, 2010 yılından itibaren "Arap Baharı" olarak isimlendirilen halk hareketlerinin ortaya çıkması ve son olarak 2011 yılında başlayan ve bugün hala devam eden Suriye iç savaşı bu meselenin önemli bir boyutunu oluşturmaktadır (Şişman ve Balun, 2020: 63).

Tarih boyunca çeşitli sebeplerle göç almış olan Türkiye, birçok uyruktan gelen sığınmacıya ev sahipliği yapmaktadır. Son yıllarda ülkemize gelen sığınmacıların çoğunu ise kitlesel şekilde göç eden Suriye uyruklu bireyler oluşturmakta ve gün geçtikçe sayıları artmaktadır.

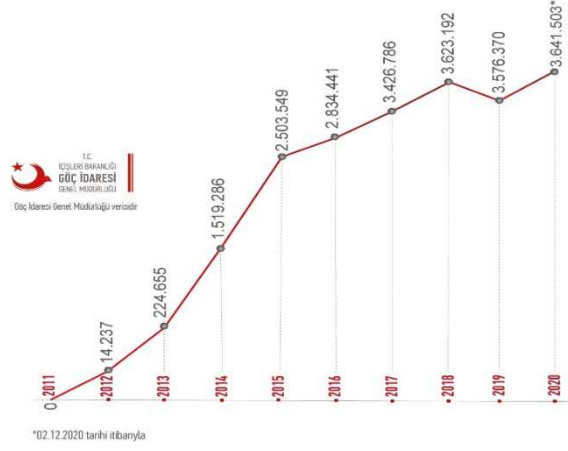
1.5. Türkiye'de Yaşayan Suriyeli Sığınmacıların Sorunları

UNHCR'in verilerine göre; Türkiye yüzde 92'si Suriyeli olmak üzere toplam 3,9 milyon yerinden edilmiş insana ev sahipliği yaparak, bu alanda dünya sıralamasındaki birinciliğini sürdürmektedir (Küresel Eğilimler Raporu, 2019).

GİGM'in verilerine göre Türkiye'de kayıt altında olan ve geçici koruma statüsünde bulunan 3.641.503 Suriyeli bulunmaktadır ve ülkemizdeki Suriyeli sığınmacıların sayısında her geçen gün artış olduğu görülmektedir.

Şekil 2: Geçici Koruma Kapsamındaki Suriyelilerin Yıllara Göre Sayısı

YILLARA GÖRE GEÇİCİ KORUMA KAPSAMINDAKİ SURİYELİLER



Kaynak: <https://www.goc.gov.tr/gecici-koruma5638>, (Erişim Tarihi: 13.12.2020).

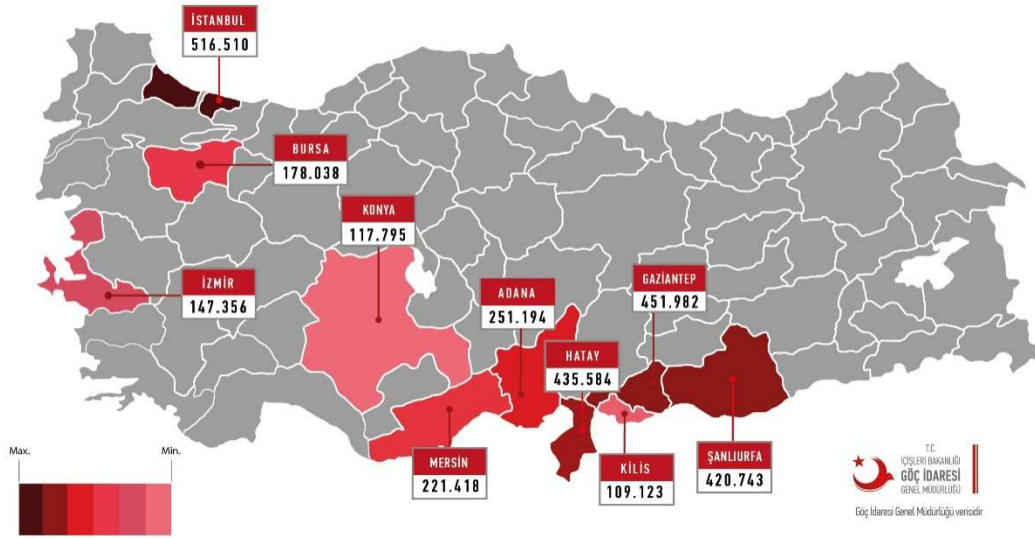
Türkiye'nin, Suriye krizinden en fazla etkilenen ülkelerden biri olmasında coğrafi yakınlık ve uzun kara sınırının bulunması ayrıca kriz öncesi ülkeler arasındaki antlaşmalar ve vizesiz sınır geçiş izinlerinin bulunması etkili olmaktadır. Ülkelerde yaşayan insanların kültürel ve dini inanışları açısından benzerlikleri de duruma başka bir etkindir (Yanık, 2019: 30).

Göç sürecinde bireylerin dini ve toplumsal hassasiyetleri ve bilinmeyen ülkeye yönelik endişeleri olmaktadır. Bu durum onları kendi kültürlerine ve inanışlarına daha yakın hissettikleri ülkeye yöneltmektedir.

Yine GİGM'in verilerine göre; Suriyelilerin yaşadıkları şehirlere bakıldığında zaman en fazla Suriyeli nüfusa sahip ilk beş ilin sırasıyla İstanbul, Gaziantep, Şanlıurfa, Hatay ve Adana olduğu görülmektedir.

Şekil 3: Geçici Koruma Altındaki Suriyelilerin İllere Göre Dağılımı

GEÇİCİ KORUMA KAPSAMINDA BULUNAN SURİYELİLERİN İLK 10 İLE GÖRE DAĞILIMI



Kaynak: <https://www.goc.gov.tr/gecici-koruma5638>, (Erişim Tarihi: 13.12.2020).

GKY'nin 26. Maddesinde ise “bu yönetmelik kapsamındaki yabancılara; sağlık, eğitim, iş piyasasına erişim, sosyal hizmetler ve yardımlar ile tercümanlık ve benzeri hizmetler sağlanabilir.” İbaresini yer almaktadır. Bu yönetmelik ile Cenevre Sözleşmesinde yer alan temel hizmetlere erişim Geçici Koruma Kanunu altında bulunan Suriyeliler için de uygulanmaya başlanmıştır. Ancak yönetmelikte, “haklar” yerine sunulacak “hizmetler”den bahsedilmesi, bu hizmetlerin zorunlu olarak düzenlenip uygulanmadığını göstermektedir (Kaya ve Yılmaz Eren, 2015). Bu sebeple Suriyeli sığınmacılar yasal statüleri gereği birçok hizmete erişim aşamasında sıkıntı yaşamaktadır.

Hayata Destek Derneği'nin 2016 yılında İstanbul'da yapmış olduğu saha araştırmasında Geçici Koruma Altındaki Suriyelilere günlük hayatlarında karşılaştıkları sorunların neler olduğu sorulduğunda görüşme yapılanların; %30,4'ünün işsizlikten şikâyet ettiği görülmüştür. %17,4'ünün Türkçe bilmeme, %13'ünün yoksulluk, %12,2'sinin istismar ve %11,3'ünün ayrımcılık ve %7,8'sinin sosyal hizmetlere erişimlerinin sınırlı olmasından kaynaklı sorunlar yaşadığı görülmüştür (Kaya ve Kırac, 2016: 23).

Sığınmacıların karşılaştıkları sorunların başında ekonomik etmenler yani “istihdam” gelmektedir. Menşei ülkeden ayrılırken birikimleri ile gelseler bile göç süreci ve hedef ülkeye geldikten sonra ülke yetkililerince hukuki koruma altına alınmasına kadar geçen sürede bu birikimi tüketmektedir. Yasal statüsüne kavuşamayan ve henüz çalışma izni alamamış bu kişiler iş piyasasına girememekte ya da kötü şartlar altında çalıştırılmaktadır (Akılotu ve Altundere, 2018: 119). Dolayısıyla bu kişiler menşei ülkelerinde almış oldukları eğitim ve yapmış oldukları mesleğin dışındaki işlerde çalışmak zorunda kalmaktadır. Ayrıca çalışma izni olmadan kaçak bir şekilde çalışan bu kişiler, kendi güvenliğini sağlayamamakta, düşük ücretlerde çalışmakta ve olası bir iş kazası durumunda haklarını yerel halkla eşit haklara sahip olamamaktadır (Buz, 2002: 143).

Bu durum bireyi ekonomik olarak olumsuz etkilerken, psikolojik olarak da yıpratmaktadır. Menşe ülkesinde aldığı eğitimle alaka iş bulamayan ve bulduğu her işi yapmaya hazır bulunan bireyler bilmedikleri işi yaparken zorlandıkları gibi maddi olarak karşılığını alamadıkları da olmaktadır. Bireyler çoğunlukla kaçak şekilde çalıştırıldıkları için yasal yollarla haklarını aramaları da çok mümkün olmamaktadır.

2003 tarihli 4817 Sayılı Yabancıların Çalışma İzinleri Hakkında Kanun gereğince, sığınmacı bireyin bir yerde işçi olarak çalışabilmesi veya kendi adına bir iş yeri açabilmesi için önceden çalışma izni ve ikamet izni alması gerekmektedir (Koyuncu, 2014: 61).

İkamet izni için bireylerin sağlaması gereken bazı şartlar varken, çalışma izni için ise kişinin en az 6 ay geçici koruma kapsamında Türkiye’de kalması gerekmektedir. Ayrıca çalışma izni başvurusunun işveren tarafından yapılması gerekmektedir fakat çoğu zaman işveren, sigortasız ve kaçak işçi çalıştırmayı tercih etmekte ve çalışma izni başvuru sürecine girmemektedir. Bu durumda sığınmacılar olumsuz şartlarda çalışmaya devam etmektedir.

Bu durumda gelir seviyesi düşük sığınmacılar buldukları işte nitelik gözetmeksizin çalışmaktayken gelir seviyesi daha yüksek olan kişiler ise daha iyi şartlarda hayatını sürdürmek için üçüncü bir ülkeye gitmek istemektedir (Lordoğlu ve Aslan, 2016: 792).

En önemli sorunları; fiziksel ihtiyaçlarını gidermek olan sığınmacıların, bir diğer önemli sorunu ise bulundukları toplumun dilini öğrenip uyum sağlamaktır. Çünkü dil, insanlar arasında anlaşmayı sağlayan en etkili ve önemli iletişim aracıdır. Aynı zamanda dil, kültür ile iç içe geçmiş ayrılması zor bir halka gibidir. Suriyeli sığınmacıların da yaşadıkları topluma uyum sağlayıp hayat şartlarını iyileştirmeleri için Türkçe öğrenmeleri psikolojik bir zorunluluk haline gelmiştir (Buz, 2002: 135-136).

Dil sorunu demografik farklılıklara bakılmaksızın sığınmacıları olumsuz etkilemekte ve diğer sorunları da tetiklemektedir. Örneğin; sığınmacı çocuklar eğitime devam edebilmek için okula gitmekte, Türkçe bilmedikleri için menşe ülkedeki eğitim seviyesinin gerisinden gidebilmekte ve akran zorbalığı ile karşı karşıya kalabilmektedir. Dil bilmeyen yetişkinler iş arama sürecinde zorlanmakta, başta sağlık hizmetleri olmak üzere birçok hizmete erişememekte, hukuki süreçlerini takip etmekte zorlanmakta ve çoğu zaman mağdur olmaktadır.

Sığınmacı ve mülteciler, dil sorunu, maddi durum, baskı, zor hayat şartları, barınma, beslenme ile ilgili sorunlar, sağlık hizmetlerine ve sosyal hizmetlere ulaşımında güçlükler, korku, şiddet vb. pek çok nedenle sağlık açısından en savunmasız gruplar arasındadır. (Helsinki Yurttaşlar Derneği, 2007). Sığınmacıların çoğu bulundukları ülkenin resmi dilini konuşamamakta ve karşılaştıkları sorunlarda nereye gideceklerini ve nasıl başvuracaklarını bilmemektedir. Dil sorunu sosyal uyumu ve günlük hayattaki ilişkileri güçleştirdiği gibi kamu hizmetlerine erişimi de kısıtlamaktadır (MAZLUMDER, 2014).

AFAD’ın (2017: 101-108) yapmış olduğu saha çalışmasında kamplarda yaşayan bireylerin %97.20’si sağlık hizmetlerinden yararlandığını beyan ederken, kamp dışında yaşayan Suriyeli sığınmacıların ise %62.90’ı Türkiye’de sunulan sağlık hizmeti

haklarından yararlandığını beyan edilmiştir. Kampta yaşayan Suriyeli sığınmacılar için bu hizmetlere erişim kolaydır. Kamp dışında yaşayan Suriyelilerin sağlık hizmetlerini kullanımının düşük olmasının sebepleri arasında; kişilerin geçici koruma statüsü veya ikamet izninin bulunmaması, sağlık hizmetleri hakkında yeterli bilgilerinin bulunmaması ve dil bariyerinden bahsedilebilir. Kimi zamanda ekonomik yetersizlik sebebiyle tercüman bulanamadığı için sorunlar yaşanmaktadır.

Göç öncesi menşei ülkede yaşananlar, göç sırası ve göç sonrasında yaşananlar sığınmacıları, fiziksel olarak etkilediği kadar ruhsal olarak da etkilemektedir. Norveç'te göçmenlerle yapılan bir çalışmada düşük gelir, işsizlik, zayıf sosyal destek ve negatif hayat olaylarının psikolojik sorunların görülme sıklığını arttırdığı görülmüştür (Dalgard, 2010: 128; akt. Güneş Aslan, 2018: 29). Göç edilen ülkede, yasal statüyü alamamak, yeni kültüre uyum çabası, dışlayıcı söylemler ve davranışlar, iş bulmada yaşanan sorunlar bireylerin ruhsal sağlıklarını olumsuz olarak etkileyebilmektedir. Ayrıca göç öncesinde ve göç sırasında yaşanan travma, göç sonrasında psikososyal destek alınmaması anksiyete, depresyon veya travma sonrası stres bozukluğunun yeniden ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir (Kirmayer ve ark., 2011; akt. Yanık, 2019: 43).

Sığınmacıların yaşadığı en önemli sorunlardan biri de eğitimidir. Eğitimde en temel sorun Suriyelilerin ana dilinin Türkçe olmamasıdır (Ünal vd., 2018: 136). Eğitime erişim sürecinde sorunlara neden olan bir diğer etken ise; ulaşım. Maddi durumu yetersiz aileler, okula ulaşım için kaynak ayıramamakta ve çocuklar eğitime devam edememektedir (Coşkun ve Emin, 2016b: 36-37).

Eğitime erişimin önündeki diğer bariyerler, yerinden edilmiş çocuk, ailesinin geçim kaynağını kaybetmesi, özgür bir hareket ortamının olmaması ve geleceğe yönelik belirsizliğin artması sonucunda göç edilen yerde eğitime katılma sürecini olumsuz etkilemektedir. Aileler hedef ülkeye uyum sağlayamama ve menşei ülkeye geri dönme ihtimali veya daha iyi bir hayat için üçüncü bir ülkeye gitme hayali kurma düşüncelerinde olduğu zaman çocuğu eğitime göndermeyebilmektedir. Ayrıca ekonomik yetersizlik sebebiyle daha kırsalda yaşayan sığınmacıların çocukları da eğitim imkânlarına erişmeyebilmektedir. Eğitime katılan çocuklar ise iyi bir uyum sürecinden geçirilmedikleri zaman ders içeriğine yabancı olma, müfredat farklılığı, sınıftaki yabancı öğrenci statüsünde olma, Türkçe konuşamama ve derslere katılım gösterememe gibi sorunlara bağlı olarak akran zorbalığı ve dışlanmaya maruz kalabilmektedir (Dryden-Peterson, 2011: 2-4; akt. Yanık, 2019: 44). Okul ortamında çocuğun yaşadığı bu durum diğer aile üyelerini de olumsuz etkilemekte ve yeni kültüre uyum sağlama sürecini zorlaştırmaktadır.

“Sosyal uyum” sürecinin ertelenmesine sebep olan diğer bir sebep ise; Suriyeli sığınmacıların, yasal statülerine çok sonradan hak kazanmaları ve statünün getirmiş olduğu haklardan uzun bir süre faydalanamamalarıdır. Dolayısıyla mevcut kültüre uyum sağlayamayan Suriyeli sığınmacıların varlığına yönelik olumsuz tutumlar ve daha sonradan bu tutumların eylemlere yansıtılması, yerel toplumun “biz” duygusunu artırırken Suriyelilerin “öteki” olarak konumlandırılmasına neden olmaktadır (Çetin, 2016: 201).

Öteki olarak nitelendirilen sığınmacılara sözlü ve fiili tepkiler oluşmakta ve sığınmacılar için “güvenlik” sorunu meydana gelmektedir. Güvenlik odaklı bakıldığında en ciddi risk, birçok şehirde Suriyelilere karşı tepkinin çoğalması ve bu tepkinin, provokasyon neticesinde şiddet içeren kitlesel tepkiye dönüşmesidir (Kaypak, 2015: 26).

Sığınmacılar, ayrımcılığa bağlı olarak istenmiyorlar ve okul, hastane, işyeri, mahalle gibi pek çok yerde bu açıkça belirtiliyor. “Sizin yüzünüzden kiralar yükseldi, işimizi elimizden aldınız, ücretleri düşürdünüz, hastanelerde kuyruklar uzadı, hırsızlık, dilencilik arttı, siz çok gürültü yapıyorsunuz” gibi nedenlerle pek çok yerde hor görülmektedirler. Bu da sığınmacıların entegrasyon sürecini yavaşlatmaktadır (Türk Tabipler Birliği, 2016).

Ülkemizde de, şu ana kadar sayısı milyonları aşan sığınmacı ve mültecinin bulunduğu ve birçoğunun sınır illere ve yakın şehirlere göç ettiği bilinmektedir. Gelmeye devam eden sığınmacılar, göç ettikleri şehirlerde uyum sorunu yaşamaktadır (Kaypak ve Bimay, 2016: 85).

Türkiye’de her 100 kişiden 4’ünün Suriyeli olduğu yeni bir nüfus yapısı bulunmakta ve Suriyelilerin yüzde 92’si kamplarda değil, şehirlerde hayatını sürdürmektedir. Çoğumuzun Suriyeli komşuları ve çocuklarımızın Suriyeli okul arkadaşları var. Her ne kadar ilk yıllarda onlara “misafir” denildiyse de artık uzayan misafirlik yeni bir statüye dönüşmek zorundadır (Adıgüzel, 2017: 40). Suriyelilerin bulundukları şehirlerdeki yoğunlukları kimi zaman yerel halkın sayısını aşmış, Suriyelilerin yerleşimi günlük hayattaki söylemlerde ve sosyal medyada önemli bir toplumsal mesela haline gelmiştir (Güneş Aslan ve Güngör, 2019: 1604). Belki de toplumdaki bu misafir algısı, sığınmacıların nasıl olsa bir gün gideceğini düşündürmekte ve onlarla kaynaşma, onların topluma entegre olma sürecine destek olma gibi durumlara ket vurmaktadır. Aynı zamanda Suriyeli sığınmacıları stigmaya dayalı bir dille karşı karşıya bırakmaktadır.

Göç sürecinde dezavantajlı durumda bulunan kadınlar da birçok sorun ile karşılaşmaktadır. Göçün meydana getirdiği şartlar kadınların ruhsal ve psikolojik anlamda zarar görmelerine de neden olur (Tuzcu ve Ilgaz, 2015). Bunlar arasında kadınların dilencilik yapmak zorunda kalması, çocuk evliliği, çok eşlilik, istenmeyen gebelikler, genç kızların satılması nedeniyle artan huzursuzluk çeşitli sorunlara sebep olmuştur (Türk Tabipler Birliği Suriyeli Sığınmacılar ve Sağlık Hizmetleri Raporu, 2014). Kültürel olarak evlilik yaşının ülkeler arası farklı olmasına bağlı olarak çocuk yaşta gebelik gibi sorunlarla da karşılaşmaktadır. Çocuk yaşta gebe olan Suriyeli sığınmacılar, yasal süreçte yetişkin olarak değerlendirilemedikleri için sağlık hizmetlerinden faydalanma sürecinde hukuki süreçlere takılabilmektedir.

Kadınlar, şiddete maruz kalma açısından risk taşımaları, toplumsal kabullerle daha fazla karşılaşmaları, sosyal ağlarını yeterince genişletememeleri ve istihdam imkânlarına sahip olmamalarına bağlı olarak birçok sorun ile karşılaşmaktadır. Sığınmacı kadınlar; faillerden, kendi ailelerinden veya toplumsal cinsiyet temelli tepkilerden korkmakta, yetkililerin kendilerine adil davranacağına dair güvensizlik duymaktadır. Bu sebeple yaşadıklarından dolayı utanma, yaşanılanları gizleme eğiliminde ve damgalanma korkusu içerisinde hayatını sürdürmektedir (Granville-Chapman, 2004: 201; akt. Barın, 2015: 17).

Özetle çeşitli nedenlerle gerçekleşen göç, farklı kültürlerin karşılaşmasına ve buna bağlı olarak o kültürdeki insanların birlikte hayat sürdürme aşamasında uyumsuzluk ve çatışmalar yaşamasına bağlı olarak ortaya çeşitli sorunlar çıkarmaktadır. Bu sorunlar kültürler arası iletişime de engel olmaktadır (Tunç, 2015: 35).





BÖLÜM 2: SİGARA BAĞIMLILIĞI VE ÖZ-ETKİLİLİK

Bu bölümde araştırmanın kuramsal çerçevesi bağlamında; sigaranın tarihçesi, dünyada ve Türkiye’de sigara kullanımı, sigara kullanımına başlama ve sigara kullanma davranışını devam ettirme sebepleri, sigara bağımlılığı, yoksunluk, sigaranın sağlığa etkileri, pasif sigara içimi, sigara kullanımının önlenmesine yönelik dünyada ve Türkiye’de yapılan önleyici çalışmalar yer almaktadır. Bölümün ikinci kısmında ise öz-etkililik kavramının tanımı ve özellikleri, öz-etkililik ve sigara kullanımından beklentiler ve sigara bırakma tedavisi ele alınmıştır.

2.1. Sigara Bağımlılığı

2.1.1. Sigaranın tarihçesi

Tütün, Amerika’nın keşfedilmesi ile orada yaşayan yerlilerden öğrenilmiş ve sonrasında bu alışkanlık tütünün kâğıda sarılmasıyla devam etmiştir. Tütün anavatanı olan Amerika’dan Avrupa’ya, oradan da 17. yüzyılda Anadolu’ya gelmiştir ve tüm dünyaya yayılmıştır. Osmanlıda da ilgi gören tütün, içerisindeki nikotin uyarıcı ve sakinleştirici etkisi sebebiyle tıp alanında kullanılırken sonraki süreçte keyif alınan bir madde haline gelmiştir. 1880 yılında tütün, sigara şeklinde üretilmeye başlanmış ve 1861 yılından itibaren de yerli tütün tüketilmeye başlanmıştır (Aşut, 1993: 46).

Tütün ve tütün ürünlerinin kullanım amacı ve kullanım biçimi coğrafi bölgelere, yaşanan sosyo-ekonomik ve politik olaylara ve tarihsel sürece göre değişim göstermiştir. Örneğin; Avrupa’da sigara üretilmeden önce tütün, enfiye olarak burna çekilerek veya puro olarak tüketilmekteydi (Polat, 2003: 364-368).

Türkiye’de 1923 yılı itibarıyla 558 sayılı yasa ile tütün üretimi, tüketimi ve satışı yasal hale getirilerek Tekel isimli kuruluşa verilmiştir. Tütünün tıpta kullanılan ve keyif veren yanlarından sonra kötü kokusu ve yangınlara sebep olması sebepleriyle yönetici ve din adamlarından tepkiler almıştır. Hatta Osmanlıda IV. Murat tarafından tütün içiminden kaynaklanan yangınlara sebep olan kişilere ölüm cezasına kadar varan ağır cezalar verilmiştir. Nikotin zararları ise bilimsel olarak 1856 yılında kanıtlanmıştır (Özyurt, 2006: 53). Sonraki yıllarda sigaranın sağlığa zararları üzerine bilimsel araştırmalar yapılmıştır. 1970 yılında Dünya Sağlık Örgütü (WHO) sigara kullanımına tepki göstermiş ve 1979 yılında Amerikan Psikiyatri Derneği yayınladığı Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabında (DSM-III) sigara kullanımını hastalık olarak nitelendirmiştir (Ergün, 1998: 161).

Sonraki süreçte sigara kullanımının alışkanlık değil bağımlılık olduğu düşüncesi benimsenmiş ve sigara aleyhinde söylemler artmıştır. 1996 yılında ilk tütün karşıtı kanun yürürlüğe girmiş ve bu kanun ile tütün tüketimi kısıtlanmış, tütün ürünlerinin tanıtım ve reklamları yasaklanmıştır (Tanımlı, 2020: 4).

2.1.2. Nikotin bağımlılığı

Tütün, Fransızların Portekiz elçisi Jean Nicot aracılığıyla Fransa’ya götürülerek, krala takdim edilmiş, sarayın bahçesine dikilmiş, kraliçenin baş ağrısını geçirmiş ve sonraki süreçte bu elçi aracılığıyla ülkede popüler hale getirilmiştir. 19. yüzyılda bilim adamları

tütünün ilaç olarak etkili olduğunu belirtmiş ve Jean Nicot'un ismine ithafen ürüne nikotin adını vermişlerdir (Cunningham,1996; akt. Aslan, 2005: 19).

Nikotin tütünün temel bileşenidir ve hem biyolojik hem davranışsal açıdan tedavi gerektiren tütün bağımlılığında aktif rol oynamaktadır (Karşıdağ ve ark., 2005: 14). Nikotin, sigarada bulunan 4000 kimyasal maddeden beyne etkisi belirgin olan ve beyindeki reseptörleri uyaran bağımlılık yapıcı bir özelliğe sahiptir (WHO, 2003).

Koyu renkli, acı ve renksiz bir sıvı olan nikotin, bir zehirdir fakat nikotin duman yoluyla kullanıldığında zehirlenme olmamaktadır. Ağız ve damar yoluyla alınması sonucu zehirlenmeye sebep olabilmektedir. Bir adet sigara 5 mg nikotin içermektedir. Beyindeki reseptörleri uyaran nikotine 90 dk. ara verildiğinde sinir sisteminin nikotine duyarlılığı artar. Kişilerin uyandıklarında sigara içme isteği duymasının sebebi budur (Ögel, 2000). Nikotin, ilk kullanımdan sonra bağımlılık yapmaya başlayan maddelerdendir.

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) madde bağımlılığını “kullanılan bir psikoaktif maddeye bireyin geçmişte değer verdiği diğer uğraşlardan ve objelerden belirgin olarak daha yüksek bir öncelik tanıma davranışı” olarak ifade etmektedir. Tütünde asıl bağımlılık yapan madde nikotindir. Sigara, alışkanlık yapma olasılığı yüksel, zevk verme özelliği az olan bir bağımlılık türü olarak kabul edilmektedir. Dünya Sağlık Örgütü, sigara bağımlılığını “Dünyada en hızlı yayılan hastalık” olarak nitelendirmektedir (<https://www.psikiyatri.org.tr>). Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre dünyada 1.1 milyar kişi sigara içmektedir ve bu kişilerin %80'i düşük ve orta gelirli ülkelerde hayatını sürdürmektedir (WHO, 2020).

Sigara kullanımı her gün düzenli olarak tekrarlanan bir eylemdir ve bu kullanıma bağlı olarak nikotin, insan beynine etki ederek ödül şeklinde algılanan davranış farklılıklarına neden olmaktadır. Nikotinin beyindeki pekiştirici etkisi sebebi ve yoksunluk belirtilerinin meydana gelmemesi amacıyla nikotin alma süreci devam etmektedir (Doksat ve Aydın, 2000: 95).

Amerikan Psikiyatri Derneği yayınladığı Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı DSM-5'e göre tütün bağımlılığının tanı kriterleri şu şekilde ifade edilmektedir:

- Kişinin hedeflediğinden daha fazla ve daha uzun süre tütün tüketmesi,
- Tütün kullanımını kontrol altına alma isteğinin başarısız olması ve sürekli tütün kullanma isteğinin bulunması,
- Tütünün temin edilmesi ve kullanılmasına çok zaman harcanması,
- Tütün tüketimine yönelik güçlü bir istek duyulması,
- İş, okul veya aile gibi ortamlarda sorumlulukları aksatacak düzeyde tütün kullanımının olması,
- Tütün kullanımına bağlı olarak kişiler arasında sorun yaşanmasına rağmen tütün kullanımına devam edilmesi,
- Tütün kullanımına bağlı olarak önemli aktivitelerin yapılmaması,
- Riskli olabilecek ortamlarda tütün kullanılması,
- Tütün kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan fiziksel ve ruhsal sorunlara rağmen tütün kullanımına devam edilmesi.

- Tütün kullanımı, son 12 aylık süreç içerisinde klinik bozulma ve sorunlara sebep olduysa, yukarıda belirtilen en az iki durumun oluşumu, tanı koymak için yeterlidir (Sağlam, 2017: 82).

2.1.3. Yoksunluk

Madde bağımlılığı kavramında var olan yoksunluk ölçütleri nikotin sebebiyle sigara bağımlılığında da bulunmaktadır. Her gün sigara tüketen bir kişide, nikotin alımının bırakılmasıyla meydana gelen ve başka bir tıbbi duruma bağlanamayan depresif duygu durumu, sinirlenme, mutsuzluk ve odaklanma sorunu gibi belirtiler nikotin yoksunluğu olarak adlandırılır (Uysal, 2005: 142).

İrade gücüyle direnerek sigarayı bırakan bireylerde, ilk bir hafta içinde oldukça yoğun yoksunluk belirtileri yaşanır. Birey, daha çok sıkıldığında ya da bir stres durumuyla karşılaştığında, çözüm olarak gördüğü sigarayı daha çok istemeye başlar. En çok gözlemlenen yoksunluk belirtileri; baş ağrısı, kaygı, huzursuzluk, gerginlik, uykusuzluk/uyku bozukluğu, depresif duygu durumu, odaklanma zorluğu ve kalp hızında artıştır (Yeşildal ve ark., 2014: 77).

Amerikan Psikiyatri Derneği yayınladığı Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı DSM-5'e göre tütün yoksunluğu tanı kriterleri şu şekilde ifade edilmektedir (APA, 2013: 281).

- Birkaç hafta boyunca her gün tütün kullanılması,
- Tütün kullanımını bıraktıktan 24 saat sonra; uykusuzluk, huzursuzluk, sinirlenme, öfke gibi belirtilerin ortaya çıkması,
- Mesleki veya toplumsal alanlarda işlevselliğin azalması,
- Var olan belirtilerin başka bir sağlık sorunuyla ilişkilendirilememesi.

Bireyler, kimi zaman yoksunluk belirtilerine karşı mücadele edip sigarayı bırakma düşüncesinde kararlı bir tutum gösterebiliyorken kimi zaman da yoksunluk belirtilerine yenik düşüp tekrar tütün kullanımına devam etmektedir.

2.1.4. Sigara kullanmaya başlama sebepleri

Sigara bağımlılığı hakkında yapılan araştırmalara göre bu alışkanlık %40 oranında 15-19 yaş aralığında başlamaktadır (Çapık ve Özbıçakcı, 2007: 1). Genel olarak madde kullanımı, ergenlik aşamasında arkadaş ortamında başlamakta olup bireysel, sosyal ve kültürel faktörler de bu noktada önemli olmaktadır. Sigara, kolay ulaşılır olması, bağımlılık yapıcı diğer maddelere kıyasla yasal olması ve o maddelere geçiş maddesi olarak kullanılması gibi sebeplerle en çok tercih edilen madde olmaktadır (Alaçam ve ark., 2015: 83).

Sigara kullanmaya en sık başlama nedenleri; merak, arkadaş ortamı ve bulunulan ortama uyma isteğidir. Özellikle ergenlik dönemindeki kişiler dışlanma veya o ortama kabul edilmeme düşüncelerine karşın sigaraya başlayabilmektedir (Çivi ve Şahin, 1991: 51).

Çocukların sigaraya başlama sebeplerinden birisi de ebeveynlerinin sigara kullanmasıdır. Ebeveynleri taklit etmek, onlar gibi bağımsız ve yetişkin hissetmek, onlara karşı koyabilmek gibi sebepler de sigaraya başlama gerekçelerindendir (Gümüş Doğan ve

Ulukol, 2010: 183). Çünkü çocukların kendilerine rol model aldığı ilk kişiler aile üyeleridir.

Çocukların aile ortamından sonra en çok bulundukları yer okuldur ve okul ortamında öğretmenlerin sigaraya tutumu veya öğrencilerin görebileceği alanlarda sigara içmeleri, çocukların sigaraya yönelmesine sebep olabilmektedir.

Bireylerin sigara kullanımını etkileyen en önemli unsurlardan biri de karakter özellikleridir. Özenme, farklı görünme isteği, yaşanan sorunlara çözüm üretme sürecinde yetersizlik hissi, haz alma isteği, yasakların cezbedeci olduğunun düşünülmesi gibi sebepler bireyleri sigaraya yönlendirebilmektedir. Ayrıca çevresel faktörler de bireyin sigara kullanımını etkileyebilmektedir (Aykut, 1988; akt. Köknel, 1998).

Özgüveni düşük bireylerin diğer kişilerin beğenisini alabilmek için sigaraya başladığı görülürken, yaşadığı sorunların çözümü için kendisini yetersiz hisseden bireylerin de sorunları gidermek için sigaraya yöneldikleri görülmektedir. Bireylerin sigara kullanma sebepleriyle ilgili dört teori yer almaktadır:

1. Sigara kullanımının temelinde alışkanlık olduğu düşünülür. Yani sigara kullanımının sonradan öğrenilmiş bir davranış olduğu ifade edilir.
2. Bireyin çocukluk dönemindeki yaşantısına odaklanılır. Sigara kullanımının bilinçaltındaki düşünce ve yaşamışlıklara dayandığı düşünülür.
3. Kişinin kendisine yönelik algısının düşük olmasıyla sigara kullanımı ilişkilendirilir. Benlik algısı düşük bireylerin farklılık arayarak yeni davranış edindiği şeklinde yorumlanır.
4. Bireylerin bilinçli olarak sigara kullanmayı tercih ettikleri, bu davranışın sonucunda yarar ve zarar gözetilerek sigara kullanımına devam etme isteğinde karar verildiği öne sürülür. (Benowitz, 1992: 597-613; akt. Köroğlu, 1994: 45).

Toplumda yer alan ve göz önünde bulunan kişilerin sigara kullanımı da sigaraya başlamayı etkilemektedir. Sosyoekonomik ve sosyokültürel farklılıklar, bireylerin eğitim düzeyleri, sosyal ilişkilerinin kalitesi, ülkede meydana gelen doğal afetler, politik olaylar veya savaş durumu da bireyleri sigaraya yöneltebilmektedir (Aşut, 1993). Nitekim ülkesindeki savaş ortamında çeşitli sorunlar yaşayan ve göç yoluna düşen Suriyeli sığınmacılar arasında da sigara, nargile gibi tütün ürünlerinin kullanımının oldukça yaygın olduğu gözlemlenmektedir.

2.1.5. Sigaranın sağlığa etkileri

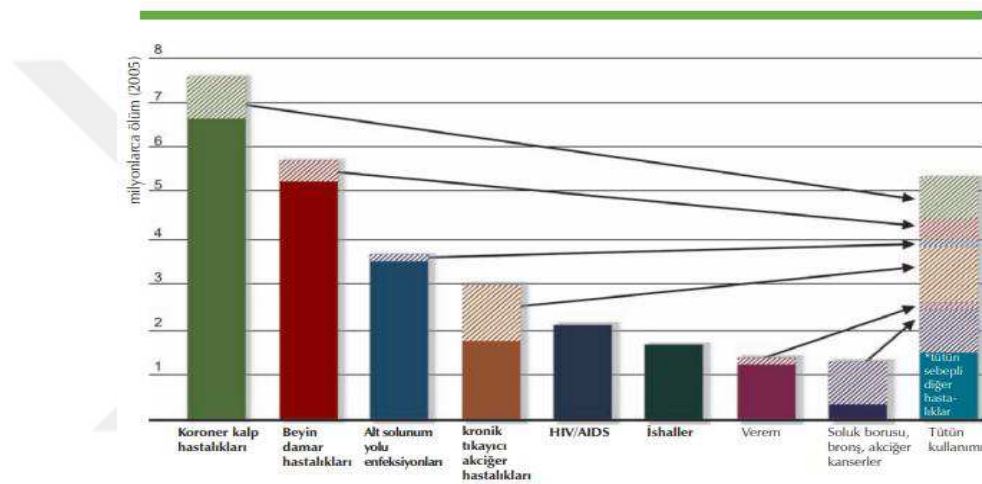
Sigaranın insan sağlığını tehdit eden en önemli etkenlerden birisi olduğu bilimsel araştırmalarla ortaya koyulmuştur. Ayrıca sigara, üreticisinin tavsiye ettiği oranda kullanıldığında dahi kişinin sağlığına zarar veren ve hatta ölüme sebep olabilen buna rağmen yasal olarak satılabilen tek üründür (Çalışkan, 2015: 24).

Dünyanın her yerinde olduğu gibi ülkemizde de sigara kullanımı ciddi bir halk sağlığı sorunudur. Akciğer kanseri ve kronik bronşit gibi sağlık sorunlarının görülme sıklığının artmasının sebebi de sigara ile ilişkilendirilmektedir (Boyacı ve ark., 2003: 170) Ayrıca sigara yaklaşık 50 kronik hastalık ve 20 mortal hastalıkla da bağlantılıdır. Akciğer kanseri

vakaların %90'ının sebebinin sigara olduğu ve sigara içenlerin içmeyenlere kıyasla hayat sürelerinin 20-25 yıl daha kısa olduğu bilinmektedir (Karlıkaya ve ark., 2006: 58).

Tütüne bağlı olarak her 6 saniyede bir kişi can vermektedir. Günümüz dünyasının en büyük katili olan tütünden dolayı 20.yüzyılda 100 milyon kişi vefat etmiştir ve her yıl 5.4 milyon kişi hayatını kaybetmektedir. 21.yüzyılda ise tütünden kaynaklı ölüm sayısının 1 milyar olacağı tahmin edilmektedir (WHO, 2008). Ülkemizde ise her yıl 100.000 kişi sigaraya bağlı olarak hayatını kaybetmektedir ve bu şekilde devam ederse önümüzdeki 20 yılda bu sayı 250.000'e çıkacaktır. Sigaranın sebep olduğu ölümler trafik kazası, terör olayları, iş kazaları gibi tüm ölümlerin toplamından 5 kat daha fazladır. Bu sebeple Dünya Sağlık Örgütü dünyadaki en büyük sağlık sorununun sigara olduğunu belirtmiştir (Kutlu ve ark., 2005: 30).

Şekil 4: Tütün Kullanımından Kaynaklı Ölümler



Kaynak: (Mathers ve Loncar, 2006).

Epidemiyolojik çalışmalar, sigaranın mide, mesane gibi birçok kanser türüyle ilişkili olduğunu göstermektedir ve kanserin sebep olduğu ölümlerin 1/3'ünün sigaradan kaynaklı olduğu bilinmektedir (Boz, 2019: 19). Bunlara ek olarak sigara; kalp ve damar hastalıkları, damarlarda tıkanma ve felç, cilt kanseri, KAH, KOAH ve mide kanseri gibi hastalıklara sebep olmakta, dişlerin sararması ve kırışmasına yol açmaktadır. Sigara içenlerde kalp krizi riski 1-4 kat, mesane ve prostat kanseri riski 2 kat, kalp krizi riski 3 kat, bronşit riski 10 kat, rahim ağzı kanseri riski 16 kat ve akciğer kanseri olma riski 22 kat daha fazladır (www.yesilay.org.tr).

Major depresyon ve şizofreni ile sigara içimi ve serotonin işlevi arasında da yakın bir ilişki vardır. Depresyon tedavisi gören kişi, tedavisi başarılı giderken sigaranın yoksunluğuna bağlı olarak yeni bir depresyon atağı geçirebilmektedir (Malone ve ark., 2003: 773). Sigara içenlerde psikiyatrik bozukluklar yaygın olarak görülmektedir ve sigarayı bırakmak isteyen hastaların yaklaşık %30'unun depresyon öyküsü bulunabilmektedir (www.pskiyatri.org.tr).

Sigara kullanımı, uyku kalitesini de olumsuz etkilemektedir ve nikotin bağımlılığı ile uyku kalitesi ters orantılıdır (Arslan, 2020: 51). Uykusuzluğa bağlı olarak kişiler

odaklanma güçlüğü yaşayabilmekte ve iş verimleri düşmektedir. Bu da sosyal hayatlarında çeşitli sorunlar yaşamalarına sebep olmaktadır.

Omurilikteki disklere az oksijen gitmesine sebep olan sigara, bel ve sırt ağrılarına da neden olmaktadır (Doğan, 1998: 5). Uzun süre sigara kullanımı gastrik asidi arttırdığı için sindirim sistemine de zarar vermektedir (Ergün, 1998; 155).

Sigara kullanan kadınlarda regl dönemi ağrılı ve düzensiz olabilmekte, kısırlık riski ise fazla olmaktadır. Menopoz 5-10 yıl daha erken görülebilen, kemiklerde erime gibi sağlık sorunları da oluşabilmektedir (Beck ve ark., 1981: 153). Ayrıca sigara kadınların cildinde erken yaşta kırışıklıklar oluştururken erkeklerde de seksüel işlev bozukluğuna sebep olmaktadır (Kadunce vd., 1991: 842).

Çiftlerden birinin sigara kullanması, gebeliğin gerçekleşme ihtimalini, 3 kat azaltmaktadır. Hamilelik sırasında sigara kullanılması ise erken doğum riskini artırmakta ve bebeğin daha zayıf doğmasıyla sonuçlanmaktadır. Sigara kullanan gebelerin ölü doğum yapma riski de oldukça yüksektir (US, 2001: 6-10).

Sağlık sorunlarına ek olarak sigaranın bir de ekonomik boyutu vardır. Sigara kullanan birisi sigaraya önemli bir bütçe ayırmaktadır. Aile üyeleri bu sebepten rahatsız olabilmekte ve bu durum aile ilişkilerine de zarar verebilmektedir. Sigara kullanımı sonrası oluşan hastalık dolayısıyla yapılan ödemeler, sağlık hizmetlerine ayrılan maddi birikimin kullanılması, sağlık sorununa bağlı olarak iş veriminin düşmesi veya işin kaybedilmesi gibi sosyal ve ekonomik giderler de ortaya çıkmaktadır (Edis ve Karlıkaya, 2007: 54).

Sonuç olarak sigara bağımlılığı, oldukça karmaşık bir süreci kapsar. İçilen sigara miktarına bağlı olarak bağımlılık düzeyi artmakta, bireyler sigaranın zararlarını bilse dahi içme arzusuyla hareket etmektedir (Hezer ve Karalezli, 2019: 707). Dünya Sağlık Örgütü sigaraya yönelik acil şekilde önlem alınmaz ise 2030 yılına gelindiğinde her yıl 8 milyondan fazla ölüm olacağını ve 21.yüzyıl boyunca bir milyar kişinin ölebileceğini tahmin etmektedir (www.who.int/tobacco/mpower/en/).

2.1.6. Pasif sigara içimi

Kendisi sigara içmemesine rağmen ev, işyeri, lokanta gibi kapalı alanlarda veya park, bahçe gibi açık alanlarda sigara kullanan bireylerin dumanına maruz kalma ve bu dumandaki bütün zararlı maddeleri solumak zorunda kalma durumu pasif içicilik olarak tanımlanmaktadır (Boztaş vd., 2006: 77).

Verilere göre dünyadaki çocukların %40, sigara kullanmayan kadınların %35 ve sigara kullanmayan erkeklerin %33 oranında sigara dumanından etkilendikleri ve bu etkilenmeye bağlı olarak çocuk ölümlerinin %28'inin, kadın ölümlerinin %47'sinin ve erkek ölümlerinin %26'sının pasif içicilikle ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur (Elbek vd., 2014: 143-144).

Pasif içiciliğin bir sınırı yoktur ve sigara içilen ortamda bulunan bireyler yüksek oranda karbon monoksit içeren kirli havaya maruz kalmaktadır (Erçim ve Baydaş, 2017: 2). Bu kirli hava pasif içicilere, sigara kullananlar kadar zarar verebilmekte ve bu dumana maruz

kalma sonucu kalbe daha az oksijen taşınmakta, buna bağlı olarak ölümcül kardiyak hastalığına yakalanma ihtimali artmaktadır (Azkan, 2002: 19). Ayrıca pasif içicilerde akciğer kanseri riski %20-30 artarken, koroner arter hastalığı riski de %25 oranında artmaktadır (Levin,2009).

Sigara dumanına maruz kalan bireylerde baş ağrısı, gözlerde yanma ve kızarma, öksürük görülmektedir. Sigara kullanmayan kişilerde görülen akciğer kanserinin %17'si ise erken yaşlarda maruz kalınan sigara dumanıyla bağlantılıdır (Yıldız ve Kılıç, 2000: 309). Dünyadaki çocukların %50'si sigara dumanına maruz kalmaktadır. Üstelik çocuklar, yetişkinlere kıyasla daha fazla ventilasyon yapmaları sebebiyle çevresel sigara dumanından daha çok etkilenmektedirler (Bilir vd., 2005). Bu çocuklarda bronşit, larenjit, trakeit, pnömoni gibi solunum yolu hastalıkları görülmektedir (Gomzi, 1999: 4083).

Sigara dumanına maruz kalan hamileler ise düşük, bebeğin zayıf doğması, bebeğin sık hastalanması veya doğduktan sonra ölmesi gibi durumlarla karşı karşıya kalabilmektedir. Ayrıca bebeklerde ilerleyen süreçte öğrenme güçlüğü gibi durumlar da yaşanabilmektedir (Kubilay vd., 2008: 13). Yani aktif sigara kullanmayan bütün bireyler pasif içiciliği olarak sigara dumanından olumsuz etkilenmekte ve buna bağlı olarak çeşitli sağlık sorunları yaşamaktadır.

2.1.7.Sigara kullanımının önlenmesi

Son yıllarda sigaranın bireyler üzerindeki zararlı etkisi artmakta, toplumlar bu durumdan etkilenerek tepkisel hareketle beraber kapsamlı çalışmalar yapmaktadır. Halkın bilinçlendirilmesi ve sigaraya karşı bir tutum sergilenmesi yönünde çalışmalar yapılmaktadır (Wakefield, 2010: 1265).

Sigara tüketiminin önüne geçebilmek ve pasif sigara içiciliğini ortadan kaldıracı olarak amacıyla yapılan önleme çalışmaları ve geliştirilen stratejiler tütün kontrolü olarak adlandırılmaktadır (Çalışkan, 2015; 25).

ABD gibi gelişmiş ülkeler, tütün kontrolü çalışmalarına önem vermiş, konferans ve toplantılar düzenlemiştir.1967 yılında New York'ta Dünya Tütün ve Sağlık Konferansı düzenlenmiş, 1970 yılında ise Dünya Sağlık Örgütü tarafından tütün zararlarına yönelik bir bildiri yayınlanmıştır. Daha sonra Dünya Sağlık Örgütü'nün oluşturduğu Tütün Kontrolü Çerçeve Sözleşmesi ile tütün kontrolü küresel bir anlam kazanmıştır (Peto vd., 2000: 310-321).

Gelişmiş ülkelerin tütün kontrolüne yönelik yasal düzenlemeler yaparak sigara içme oranlarını düşürmeye başlaması üzerine sigara üreticisi firmalar yönünü geliştirmekte olan ülkelere çevirmiştir. Ve bu ülkelerde tütüne yönelik yasal düzenleme olmadığı için reklam çalışmalarıyla birçok insanı sigara özendirerek sigara bağımlısı kişilerin sayısının artmasına sebep olmuştur (Boyacı ve ark., 2003: 170).

Türkiye ise tütün kullanımını kontrol etmeye yönelik yasal süreci 1996 da başlatmıştır. Çıkarılan yasa ile bazı mekânlarda sigara içilmesine yönelik kısıtlamalara gidilmiş ve medya kuruluşlarında sigaranın zararlarına yönelik yayın yapma zorunluluğu getirmiştir. 2004 yılında ise Tütün Kontrolü Çerçeve Sözleşmesi imzalanmıştır ve 2006 yılında bu sözleşmeyle Ulusal Tütün kontrol Programı hazırlanmıştır. Dünya Sağlık Örgütü'nün

(WHO) hazırladığı MPOWER paketinin getirdiklerini uygulayan ilk ülke Türkiye olmuştur. 2008 yılında ise MPOWER paket stratejileri kapsamında toplumu dumandan korumak amacıyla dumansız hava sahası çalışmaları başlamış ve bu kapsamda tütünden alınan vergi artırılmış, kapalı alanlarda sigara içme yasağı uygulanmıştır. Tütün kullanımı ve önleme çalışmaları takip edilmiş, tütün ürünlerinin reklam ve tanıtımları yasaklanmıştır (Yeşilay, 2014). Ulusal Tütün Kontrol Programı kapsamında sigaranın zararları üzerine farkındalık çalışmaları yapılarak sigara kullanımının azaltılması hedeflenmiştir. Bu amaca yönelik olarak sigara paketlerinin üzerine caydırıcı yazı ve fotoğraflar eklenmiştir (Resmî Gazete, 2006).

Uluslararası bir niteliği olan Tütün Kontrolü Çerçeve Sözleşmesinde önem verilen bazı başlıklar şunlardır:

- Çocuk Hakları Sözleşmesinde kabul edildiği gibi 18 yaşından küçükler bu kapsamda değerlendirilmiştir.
- Sigara kullanımıyla ilişkili sorunlar halk sağlığı sorunu olarak kabul edilmiştir.
- Sigara kullanımının sosyal ve ekonomik etkilerinin yoksul kesim üzerinde daha fazla olduğuna dikkat çekmiştir.
- Kadınların geçmişe kıyasla daha çok sigara içtiği üzerinde durulmuş ve cinsiyete özgü kontrol mekanizmalarının önemine değinilmiştir.
- Sigara bağımlılığının küresel anlamda hastalık olarak nitelendirildiğini vurgulamıştır.
- Tütün ve tütün ürünlerinin dumanına maruz kalan bireylerinde korunması gerektiğine dikkat çekilmiştir.
- Tütün endüstrisi ile kapsamlı mücadelenin gerekliliği üzerinde durulmuştur.
- Tütün sponsorluğunun önlenmesi gerektiği vurgulanmıştır.
- Tütün kontrolünde kültürel, yerel ve yasal açıdan farklılıkların göz önünde bulundurulması gerektiği belirtilmiştir.
- Tütün kontrolü için sektörler arası işbirliğinin önemli olduğuna değinilmiştir (Aslan, 2005: 21).

Tütün Kontrolü Çerçeve Sözleşmesinde de belirtildiği üzere; sigaranın zararlarına karşı topyekûn bir mücadele gerekmekte ve bu mücadelede birçok kurum ve kuruluş görev düşmektedir, kurumlar arası işbirliği de oldukça önemlidir.

2.2. Öz-Etkililik

2.2.1. Öz-Etkililik tanımı

Öz-etkililik kavramı 1977 yılında Bilişsel Davranış Değişimi kapsamında Albert Bandura tarafından yapılmıştır (Yiğitbaş ve Yetkin, 2003: 6-13). Bandura, öz-etkililik algısını; bireylerin belli bir performansa erişmelerine yardımcı olacak eylemleri örgütleme ve sergileme yetenekleri ile ilgili yargıları olarak tanımlamaktadır (1997: 16). Bir başka tanıma göre de öz-etkililik, bir işi yapmaya yarayan özel bilgi, işini yapma gücü ve ehliyetidir (TDK, 2005).

Öz-etkililik kavramı 1998 yılında Senemoğlu tarafından öz-yeterlik olarak ifade edilmiş ve kendi kendini etkileme, kendine fayda sağlama olarak anlamlandırılmıştır. Bireyleri, sağlığına zarar veren davranışlardan korumak ve yerine olumlu davranışlar geliştirebilmek için bireylerin davranışsal sürecini izleyebilecek bilişsel ve algısal unsurlara ilişkin bilginin olması oldukça önemlidir (Gözüm ve Aksayan, 1999: 21).

Bandura tarafından öz-etkililik algısının kişiler üzerindeki algısı şu şekilde belirtilmiştir (Barut, 2008: 165).

- Bireylerin karşılaştıkları sorunlara karşı sergiledikleri tutum,
- Bireylerin sonuçlanan hedeflerindeki başarı durumları,
- Bireylerin hedefleri doğrultusunda gösterdikleri emek,
- Bireylerin çevreden gelen talepler doğrultusunda hissettiği depresyon ve stres oranları.

Bireylerin belli bir görevi yerine getirme sürecindeki inancını kapsayan öz-etkililik, bir davranışın sürdürülmesi aşamasında önemlidir ve bu sürece yetenek, bilgi gibi değişkenler de eklenebilir. Dolayısıyla öz-etkililik yeni bir beceri kazanılmasında önemli rol oynar (Multon, Brown ve Lent: 199: 30-38). Öz-etkililik algısının davranış değişikliğini başlatmadaki etkisini değerlendirebilmek amacıyla öz-etkililik algısının ölçüldüğü başa çıkma, problem çözme, kendi kendini muayene etme, ağrı kontrolü gibi çalışmalar yapılmıştır. Bireyin davranış değişim sürecinin başlaması ve sürdürülebilir olmasında sosyal desteğin de önemi bulunmaktadır (Aksayan ve Gözüm, 1998: 35-43). Öz-etkililik algısı yüksek olan bireylerin daha girişken ve değişime istekli oldukları düşünüldüğünde bu bireylerin sosyal açıdan desteklenmeleri onlara daha da katkı sağlayacaktır (Çetinkaya vd., 2014: 1054).

Sosyal desteğe ek olarak, öz-etkililik algısı ve performans arasında da bir ilişki vardır. Beceri kazanmak istenen yeni eyleme başlandığında, öz-etkililik algısı yüksek olan bireyler hedefe ulaşmak için çok daha fazla mücadele etmektedir (Bandura, 1994: 75).

Psikologlar öz-etkililiğin birçok sağlık davranışı üzerinde de önemli bir etken olduğunu belirtmişlerdir. Schwarzer tarafından geliştirilen sağlık davranışı değişim modeli olan Sağlık Eylem Süreci Yaklaşımında öz-etkililiğin davranışı kabullenme ve sürdürme aşamasında çok önemli bir etken olduğu belirtmiştir. Bireylerin sağlık konusundaki davranışlarını açıklayan Sağlıklı İnanç Modeli de davranışlar üzerinde öz-etkililik algısının majör bir belirleyici olduğuna dikkat çekmektedir (Schwarzer ve Fuchs, 1995; akt. Gözüm ve Aksayan, 1999: 22).

Akademik ve bireysel başarıların yanı sıra kişilerin kendi sağlıklarını yönetme sürecinde bağımsız olabilmeleri için birçok değişken vardır. Bilgi, yetenek, sağlık, sosyal destek gibi davranış değişikliklerini etkileyen unsurların biri de öz-etkililiktir (Erdemir, 1998: 61).

Sağlık davranışlarını dahi önemli ölçüde etkileyen öz-etkililik algısı bütün bireylerde aynı düzeyde değildir ve şartlara göre değişkenlik göstermektedir. Aynı şekilde bireylerin yaşadıkları bireysel duygular da öz-etkililik algısının düzeyini etkilemektedir. Kişilerin öz-etkililik düzeylerini etkileyen faktörler şunlardır:

- Bireyin kendisine bağlı tecrübeleri ve inançları,
- Dış çevreden kaynaklı deneyimler, dış motivasyon,
- Heyecan, korku, stres gibi duygusal reaksiyonlar (Sandra ve Donald, 2013: 3-7).

Bireylerin geçmiş deneyimleri, dayanışma veya çatışma gibi çevresel etkenler onlar üzerinde bir algı oluşturabilmekte ve gelecek davranışlarını da etkilemektedir.

Stres, bireyleri ruhsal, fiziksel ve sosyal açıdan etkilerken stressiz bir ortamda ise bireyin motivasyonunu artıran etkenler olmaması bireyi olumsuz etkileyebilmektedir (Zengin, 2007: 55).

Düşük öz-etkililik algısına sahip bireyler, karşılaştıkları sorunların daha zor, karmaşık ve çözülemez olduğunu düşünürken, yük öz-etkililik algısına sahip olanlar ise karşılaştıkları sorunlara karşı stres seviyelerini koruyup pozitif yaklaşmaktadır (Pepi, Faria ve Alesi, 2006: 616).

Güçlü bir öz-etkililik inancı, sorun çözme sürecinde daha başarılı olunmasını, olayları daha hızlı kavramayı, analitik düşünmeyi ve akademik başarıyı artırır. Bu inancı güçlü bireyler, daha sağlıklı, daha başarılı, daha mutlu ve çevreyle bütünleşmeye daha yatkındır. Bu duygu durum da bireylerin meslek seçimi, kariyer süreci, aile bağları gibi birbirinden farklı alanları etkilemektedir (Bandura, 1982).

Sarpkaya'nın yaptığı araştırmayla bir veya birden fazla hobi ile ilgilenenlerin hiç hobisi olmayanlara göre daha yüksek öz-etkililik algısına sahip olduğu ortaya koyulmuştur. Aynı araştırmada demokratik bir aile ortamında karar alma sürecine rahat katılabilen bireylerin öz-etkililik algısının, otoriter aile ortamında karar alma sürecinde yer almayanlara kıyasla daha yüksek olduğu, gelir düzeyi yüksek olan bireylerin düşük veya orta gelire sahip bireylere göre öz-etkililik algısının daha yüksek olduğu görülmüştür (2019: 41).

2.2.2. Öz-Etkililik ve sigara kullanımından beklentiler

Bireylerin sağlığa yönelik davranışlarını değiştirip aynı zamanda sağlığa yönelik geliştirici davranışlar benimsemeleri amacıyla yapılan araştırmalar, öz-etkililik kavramını öne çıkarmıştır (Holloway ve Watson, 2002: 106-112).

Araştırmalar, sağlıklı hayat ile öz-etkililik arasında pozitif bir ilişki olduğunu ve öz-etkililik algısı yüksek bireylerin daha sağlıklı bir hayat biçimini benimsediklerini ortaya koymuştur. Hatta öz-etkililik algısı düşük bireylerin sigara kullanımına daha olumlu baktıkları, sigara kullanma alışkanlıkları olduğu ve sigara kullanmamak için çok büyük bir irade gerektiğine inandıkları belirtilmiştir (Fritz vd., 2003: 338). Bireyin sigara kullanımı ile kendini içselleştirmesi, sigara kullanımını destekleme ve kabullenmede etkilidir (Freeman, Hennessy ve Marzullo, 2001: 424).

Sigara kullanımına olumlu anlamlar yükleyen bireyler, sigara içince rahatladıklarını, sakinleştiklerini, daha iyi düşünebildiklerini, sorunlarla daha iyi mücadele edebildiklerini belirtmiştir (Yazıcı ve Şahin, 2005: 463). Dolayısıyla öz-etkililik algısı yüksek ve güçlü olan bireylerin sağlığına daha hassas yaklaştıkları ve sigara kullanma oranlarının düşük olduğu, öz-etkililik algısı düşük olan bireylerin ise sigaraya olumlu anlam yükledikleri ve

sigara kullanma oranlarının yüksek olduğu söylenebilmektedir. Yani öz-etkililik algısı ile sigara içme davranışının ters orantılı olduğu söylenebilmektedir.

Öz-etkililik inancı, kişilerin karar verme sürecinde ve yapmış oldukları seçimlerde önemli rol oynamaktadır (Eskici, 2013). Öz-etkililik algısı yüksek kişilerin sigaraya başlama oranları düşükken, öz-etkililik algısı düşük olan kişilerin sigaraya başlama oranları yüksektir. Öz-etkililiğin düşük olması, yoğun sigara kullanımı ve sigarayı bırakma olasılığının düşük olmasıyla bağlantılıdır (Camenga ve Klein, 2004: 370). Sigaraya başlama davranışı kadar sigarayı bırakma ve sorunları çözmeye yönelik geliştirilen davranışlar da öz-etkililik algısı ile ilişkilidir.

Kişilerin sigara kullanımından beklentileri, sigara kullanma davranışlarını etkileyen en önemli etkidir. Bireyler yaşları ilerledikçe çevreye duyarlılıkları artmakta ve sigaraya dair daha fazla bilgi edinmektedir. Çevresel etmenlerle erken yaşta öğrendikleri bilgileri sonucunda sigaraya yönelik düşünceleri oluşmaya başlar (McMurrin, 1994: 188). Yani bireyin sigaradan beklentisine dair gözlemlediği sonuçlar, sigarayı kullanıp kullanmayacağı yönündeki kararını etkilemektedir.

Yapılan araştırmalar, bireyin madde kullanımına yönelik olumlu-olumsuz sonuç beklentilerinin madde kullanıp kullanmayacağı yönündeki kararını etkilediğini göstermektedir. Madde kullanımına ilişkin olumsuz beklentilerin madde kullanımını engellediği, olumlu beklentilerin ise madde kullanım isteğini artırdığı ortaya koyulmuştur (Rash ve Copeland, 2008: 1636).

Gençlerle yapılan bir çalışmada ise kişilerin sigara içme beklentisiyle ilişkili 6 etken belirlenmiştir, bunlar:

- Olumsuz fiziksel/sosyal etki,
- Olumlu akran ilişkileri,
- Olumsuz akran ilişkileri,
- Alışkanlık,
- Sağlık,
- Zevk.

Özellikle sigara kullanımı ile zevk faktörünün ilişkili olduğu belirlenmiştir (Bauman ve Chenoweth, 1984; akt. Boz, 2019: 29). Sigara kullanan bireylere sigara içme sebepleri sorulduğunda da çoğu zaman sigarayı keyfine içtikleri, tek keyiflerinin sigara içmek olduğu yönünde cevaplar alınabilmektedir. Hatta günün belirli saatinde veya yemek sonrası içilen sigaranın keyif sigarası olarak adlandırılması da sigara ile zevk algısı arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır.

2.2.3. Sigara bırakma tedavisi

Dünya Sağlık Örgütü, sigara bağımlılığını kronik bir hastalık olarak değerlendirmektedir. Sigarayla mücadele sürecinde koruyucu-önleyici çalışmalara odaklanılmış olsa da, sigara içen bireylerin %70'inin sigarayı bırakmak amacıyla en az bir kere sağlık kurumlarına gittiği bilinmektedir (WHO, 2014: 12). Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre; 2007 yılında 11 ülkeden yaklaşık 500 milyon kişi sigara bırakma sürecinde yer alırken, 2016 yılında 26

ülkeden yaklaşık 2.4 milyar kişi sigara bırakma sürecinde yer almıştır (Çalışkan ve Metintaş, 2018: 36). Sigara içen bireylerin yarısından fazlasının bırakma isteğiyle harekete geçtiği ve bu sayının zamanla arttığı görülmektedir.

Sigara kullanan biriyle karşılaşıldığında ilk olarak sigara kullanım düzeyi öğrenilmeli ve sigarayı bırakma motivasyonunu artırıcı müdahale yapılmalıdır. Sonrasında bireye sigara bırakma sürecindeki tedavi yöntemlerinden bahsedilmeli ve bu hizmeti sunan birimlere yönlendirme yapılmalıdır. Bu şekilde gerçekleşen yaklaşım, bireyin sigarayı bırakma tedavi sürecini olumlu etkilemektedir (Anderson vd., 2002: 936).

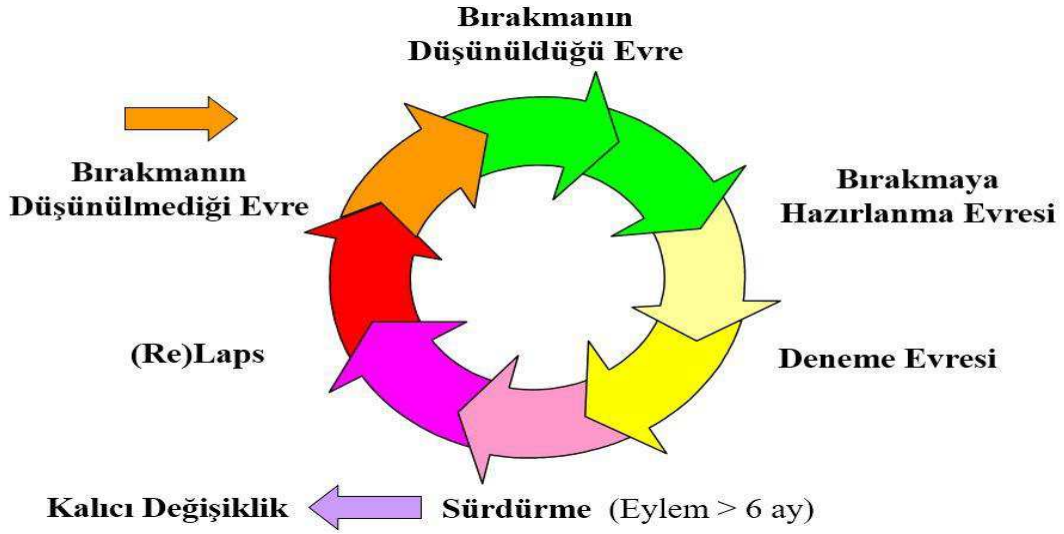
Sigarayı bırakmak isteyen çoğu insan ilk girişimini profesyonel destek almadan, kendi iradesini kullanarak yapma eğilimindedir. Tıbbi tedavi olmaksızın sigarayı bırakmaya çalışanların sadece %3 ile %5 arası sigarayı bırakabilmektedir (Hughes vd., 2004: 321).

Sigarayı bırakmak kısa sürede sonuçlanan bir davranış değildir ve çeşitli dönemleri vardır.

- 1. Dönem: Birey sigaranın risklerinin, zararlarının farkında değildir ve sigaranın zararına rağmen kullanmaya devam etmektedir, sigarayı bırakma düşüncesi yoktur.
- 2. Dönem: Birey, sigaranın zararlarını bilir fakat kendi üzerindeki etkilerinin farkında değildir. Sigarayı bırakmaya niyetlidirler fakat irade zayıflığı düşüncesi, kilo alma endişesi, sigaranın yoksunluğuna dayanamayacağı hissi gibi duygular yaşarlar.
- 3. Dönem: Birey, sigaranın zararları ve kendi üzerindeki etkisinin farkındadır. Sigarayı bıraktınca olumsuz etkilerin azalacağını farkında olup, bir ay içinde bırakmayı düşünür ve buna yönelik planlama yaparlar.
- 4. Dönem: Birey, çeşitli yöntemlerle sigarayı bırakmış ve 6 ay kullanmamıştır. Bu kişilere bilimsel yöntemler önerilmelidir.
- 5. Dönem: Birey, en az 6 aydır sigara kullanmamaktadır. Bu bireyler için en büyük risk; sigaraya tekrar başlamaktır.

Birey, 4. veya 5. Dönem içerisindeyken tek bir kez bile sigara kullanmamalıdır. Bir kez bile kullanırsa bunu hata olarak değerlendirmeli ve tekrar yapmamalıdır (www.psikiyatri.org.tr).

Şekil 5: Sigarayı Bırakmada Olguların Evrelendirilmesi



Kaynak: (Türk Toraks Derneği Tütün Kontrolü Çalışma Grubu, 2014).

Sigarayı bırakma isteğine bağlı olan dönemlere bakıldığında; öncelikle bireyin sigaranın zararlarının farkında olması, sonrasında sigaranın kendisine verdiği zararları fark etmesi, sigarayı bıraktıktan sonra oluşabilecek olumsuz yargılardan kurtulması ve bilimsel yöntemler ışığında sigara bırakma tedavisi görmesi gerekmektedir.

Erken dönemde içilen bir sigara dahi, uzun dönemdeki sigara bırakma başarısını düşürmektedir (Demir vd., 2004: 67).

Sigara bırakma sürecinde; sigara bırakma klinikleri, hipnoz, davranışçı yöntemler, akupunktur, tıbbi ilaç tedavisi, nikotin replasman tedavisi ve nikotin transdermal terapötik sistem yaklaşımı kullanılabilmektedir (Yorgancıoğlu ve Esen, 2000: 92).

Bu etkili yöntemlerden an az birinin kullanılabilmesi için öncelikle sigara kullanan bireylere motivasyon artırıcı yaklaşım sergilenmelidir. Bireye sorunlarla başa çıkma becerisi kazandırılmalı, tedavinin parçası olan sosyal destek mekanizmaları harekete geçirilmeli ve tedavi dışında sosyal destek ağı oluşturulmalıdır. Bunlara ek olarak farmakoterapiden de faydalanılmaktadır. Bant, sakız ve nazal spreyin yanı sıra nikotin replasman tedavisinin etkinliği de uzun süreli sigara kullanımını bırakma da ortaya koyulmuştur (Fiore, 2000: 1200-1235).

Sigara içerisindeki nikotinden dolayı fiziksel bağımlılık yapar ve sigara bırakma tedavisinde nikotin yoksunluğunu önlemek amaçlanır. Bu bağlamda nikotin içeren replasman tedavisi ve nikotin içermeyen farmakoterapiler kullanılmaktadır (West, McNeill ve Raw, 2000: 989).

Nikotin replasman tedavisinde (NRT), nikotin kullanılarak kişinin yaşadığı yoksunluk seviyesinin azaltılması amaçlanır. Fiziksel yoksunluk belirtileri yaşanmadığında psikolojik ve davranışsal boyut daha iyi yönetilebilir. Bu tedavide en sık kullanılan nikotin formları; nikotin sakızı ve nikotin bantlarıdır (Tütün Kontrolü Çalışma Grubu, 2014). Nikotin sakızının günde 24 taneyi geçmeyecek şekilde kullanılması önerilmektedir ve nikotin bandı ise 24 saatte bir kullanılmakta ve tedavinin 8 haftada bitmesi şeklinde

planlanmaktadır. Tedavi sürecinde bireyin sigara içmemesi gerekmektedir (Edis ve Çağlar, 2006: 99).

Nikotin içermeyen farmakoterapide ise yoksunluk belirtilerinin azaltılmasına yönelik bupropion isimli antidepresan ilaç kullanılmaktadır. 6 haftaya kadar kullanılabilen bu ilacın, uzun süreli yoksunluklarda 2 kat başarı sağladığı yapılan araştırmalarla ortaya koyulmuştur. Bu ilaca sigara kullanımı bırakılmadan başlanır ve 14 gün içerisinde sigarayı bırakma günü belirlenir, birey tedavi sürecinde sigarayı bırakmaktadır (Prochaska, 2000: 173).

Sigara bırakma tedavi sürecinde ilaçla beraber psiko-sosyal desteğin de etkili olduğu ve tedavi sürecine yüksek oranda katkı sağladığı görülmüştür (Aslan vd., 2010: 61). Tıbbi desteğe ek olarak Türkiye’de sigara kullanmayı bırakmak isteyen bireylere destek vermek amacıyla 2010 yılında Alo 171 Sigara Bırakma Danışma Hattı uygulamasına geçilmiştir. Danışma hattı, sigarayı bırakmak isteyen bireylere rehberlik etme ve onları Sigara Bırakma Polikliniği gibi birimlere yönlendirme hizmetinde bulunur (Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, 2019).

Yeşilay Danışmanlık Merkezleri de bünyesindeki psikolog ve sosyal hizmet uzmanları ile sigarayı bırakmak isteyen bireylere tütün bırakma danışmanlığı vermekte ve psiko-sosyal destek sunmaktadır.

BÖLÜM 3: ADANADA YAŞAYAN VE SİGARA KULLANAN SURİYELİ SİĞINMACILARIN ÖZ-ETKİLİLİK ALGISININ SİGARA İÇME BEKLENTİLERİYLE İLİŞKİSİNE YÖNELİK ALAN ARAŞTIRMASI

Bu bölümde araştırmanın metodolojik bilgileri ve bulguları yer almaktadır. Sosyo-demografik özellikler başlığında katılımcıların cinsiyet, yaş ve gelir düzeylerine yönelik bilgiler, sigara kullanım durumları başlığında katılımcıların günlük sigara kullanım miktarı, sigara kullanımına başlama sebepleri, ailelerinde ve yakın arkadaşlarında sigara kullanım durumu, sigara kullanımına devam etme sebepleri ve sigara kullanımını bırakma durumlarına ilişkin bilgiler yer almaktadır. Öz-etkililik ölçeği ile sigaradan beklentiler ölçeği arasındaki ilişki başlığında araştırma hipotezleri sınanmıştır.

3.1. Araştırmaya Ait Metodolojik Bilgiler

Araştırmaya katılan kişilerden elde edilen bulgular, bu bölümde incelenmiştir. Sosyo-demografik özellikler başlığı altında; araştırmaya katılan bireylerin cinsiyet, yaş ve gelir dağılımına ilişkin bilgilere yer verilmiştir. Sigara kullanım durumları başlığında; Suriye uyruklu bireylerin sigara kullanımına başlama süresi, gün içerisindeki sigara kullanım sayısı, sigara kullanmaya başlama sebepleri, sigarayı kullanma sebepleri, yakın çevrede ve aile içerisinde sigara kullanım durumu ve sigarayı bırakma durumlarına dair bilgilere yer verilmiştir. Öz-etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeği arasındaki ilişki başlığında ise; araştırma hipotezi değerlendirilmiştir.

3.2. Sosyo-Demografik Özellikler

Bu bölümde, araştırmaya katılan Suriye uyruklu bireylerin cinsiyet, yaş, gelir düzeyi gibi sosyo-demografik özelliklerine dair bilgiler bulunmaktadır.

Tablo 3. Katılımcıların Cinsiyet Dağılımı

Cinsiyet	Sayı	Yüzde (%)
Kadın	135	32,7
Erkek	278	67,3
Toplam	413	100,0

Araştırmaya katılanların %67,3'ünü, %32,7'sini kadınlar oluşturmaktadır. Araştırma örnekleminin çoğunlukla erkeklerden oluşması; Suriye uyruklu bireylerin aile hayatlarında ve kültürlerinde erkeklerin daha çok ev dışında zaman geçirmesi, çalışma hayatında daha fazla yer almaları ve kadınların daha çok evde çocuklar ile ilgilenmelerine bağlı olarak erkeklerin daha kolay ulaşılabilir olması ile açıklanabilmektedir.

Tablo 4. Katılımcıların Yaş Dağılımı

Yaş	Sayı	Yüzde (%)
18-29	158	38,3
30-41	154	37,3
42-53	57	13,8
54-65	31	7,5
65+	13	3,1
Toplam	413	100,0

Katılımcıların yaş dağılımına bakıldığında; %38,3'ünün 18-29, % 37,3'ünün 30-41 yaş, %13,8'inin 42-53 ve % 7,5'inin 54-65 yaş aralığında olduğu görülmektedir. 65 yaş üstü katılımcılar ise %3,1 ile en az sayıdaki yaş grubudur. Araştırmaya katılanların büyük çoğunluğunun 18-41 yaş aralığında olması; iş hayatında ve sosyal hayatta gençlerin daha aktif yer alması ile açıklanabilmektedir.

Tablo 5. Katılımcıların Gelir Düzeyi

Gelir Düzeyi	Sayı	Yüzde (%)
2000 ve altı	98	23,7
2001-3000	147	35,6
3001-4000	92	22,3
4001-5000	42	10,2
5001 ve üzeri	34	8,2
Toplam	413	100,0

Yukarıdaki tabloya göre katılımcıların %23,7'si 2000 ve altı, %35,6'sı 2001-3000, %22,3'ü 3001-4000, %10,2'si 4001-5000, %8,2'si 5001 ve üzeri gelir durumuna sahiptir. Katılımcıların çoğunlukla 2001-3000 gelir düzeyine sahip olduğu görülmektedir. Tabloya bakıldığında katılımcıların çoğunluğunun asgari ücret karşılığı düşünülmektedir. Asgari ücretin altında ve üstünde ücret alanların sayısının ise yakın olduğu görülmektedir.

3.3. Sigara Kullanım Durumları

Araştırma içerisinde Suriye uyruklu bireylerin; sigara kullanım süreleri, sigara kullanım miktarları, sigara kullanmaya başlama sebepleri, sigarayı kullanımına devam etme sebepleri, yakın çevrede ve aile içerisinde sigara kullanım durumu ve sigarayı bırakma durumlarına dair bilgilere yer verilmiştir.

Tablo 6. Katılımcıların Sigara Kullanım Süresi

Sigara Kullanım Süresi	Sayı	Yüzde (%)
6 aydır	26	6,3
1 yıldır	44	10,7
2 yıldır	59	14,3
3 yıldır	103	24,9
4 yıl ve üzeri	181	43,8
Toplam	413	100,0

Katılımcıların %43,8'inin 4 yıl ve daha uzun süredir, %24,9'unun 3 yıldır sigara kullandığı görülmektedir ve katılımcıların sadece %6,3'ü 6 aydır sigara kullanmaktadır. Araştırma sonucu katılımcıların çoğunluğunun 4 yıl ve üzeri sigara kullandığını, az sayıda katılımcının ise 6 aydır sigara kullandığını göstermektedir. Bu durum; 2011 yılında başlayan göç dalgasının etkisiyle bireylerin menşei ülkeden ayrılma ve Türkiye'ye geldikleri ilk yıllarda yaşadıkları durumlara bağlı olarak sigara kullanımının uzun yıllardır devam etmesi ile açıklanabilmektedir.

Tablo 7. Katılımcıların Günlük Sigara Kullanım Miktarı

Günlük sigara kullanımı	Sayı	Yüzde (%)
4 ve daha az	34	8,2
5-10 adet	71	17,2
11-20 adet	78	18,9
21-30 adet	102	24,7
31 ve daha fazla	128	31,0
Toplam	413	100,0

Katılımcıların %31,0'ünün günde 31 ve daha fazla, %24,7'sinin 21-30 adet, %18,9'unun 11-20 adet, %17,2'sinin 5-10 adet sigara kullandığı görülmektedir. %8,2'si ise 4 ve daha az sayıda sigara kullanmaktadır. Araştırmaya katılan bireylerin çoğunluğunun gün içerisinde 31 ve daha fazla adet sigara kullanması, bireylerin çoğunluğunun 4 yıl ve üzeri süredir sigara kullanması ile açıklanabilmektedir.

Tablo 8. Katılımcıların Sigara Kullanımına Başlama Nedenleri

Sigara kullanımına başlama sebepleri	Sayı	Yüzde (%)
Arkadaş çevresi	261	63,2
Aile	56	13,6
Okul ortamı	68	16,5
Diğer	28	6,8
Toplam	413	100,0

Araştırmaya katılanların %63,2'si arkadaş çevresinin etkisiyle, %16,5'i okul ortamının etkisiyle, %13,6'sı ailesinin etkisiyle ve %6,8'i diğer etkilerle sigaraya başladıklarını belirtmiştir. Tabloya bakıldığında arkadaş çevresinin sigara kullanımına başlama üzerinde çok ciddi bir etkisinin olduğu görülmektedir.

Tablo 9. Katılımcıların Ailesinde Sigara Kullanımı

Ailede sigara kullanımı	Sayı	Yüzde (%)
Var	230	55,7
Yok	183	44,3
Toplam	413	100,0

Katılımcıların %55,7'sinin ailesinde sigara kullanımı mevcuttur ve %44,3'ünde ise sigara kullanımı bulunmamaktadır. Bu durum; aile içerisindeki sigara içen bireylerin diğer bireyleri de etkilemesi ile açıklanabilmektedir.

Tablo 10. Katılımcıların Yakın Arkadaşlarında Sigara Kullanımı

Yakın arkadaşlarda sigara kullanımı	Sayı	Yüzde (%)
Evet	314	76,0
Hayır	99	24,0
Toplam	413	100,0

Tabloya bakıldığında katılımcıların %76'sının yakın arkadaşının sigara kullandığı görülmektedir. Sigara kullanımına başlama sebeplerinde arkadaş çevresinin ilk sırada yer alması göz önünde bulundurulursa; sigara içen bireylerin arkadaşlarını da etkilediği sonucu ortaya çıkmaktadır.

Tablo 11. Katılımcıların Sigara Kullanım Nedenleri

Sigara kullanım nedenleri	Sayı	Yüzde (%)
Keyif veriyor	112	14,2
Sıkıntılarımı unutturuyor	223	28,2
Alışkanlık	196	24,8
Psikolojik olarak rahatlatıyor	241	30,5
Diğer	18	2,3
Toplam	790	100,0

*Çoklu cevap verilmiştir.

Katılımcıların %30,5'inin sigarayı psikolojik olarak rahatlatması, %28,2'sinin sıkıntılarını unutturması, %24,8'inin alışkanlık ve %14,2'sinin keyif vermesi nedeniyle kullandığı görülmektedir. Bu durum; menşei ülkeden göç eden Suriyeli bireylerin menşei ülkeden ayrılma sürecinde yaşadıkları sorunlar ve Türkiye'ye geldiklerinde alışma sürecinde yaşadıkları zorluklar, psikolojik açıdan yıpranmalarına bağlı olarak sigarayı, sıkıntılarını hafifleten bir rahatlama aracı olarak görmeleri ile açıklanabilmektedir.

Tablo 12. Katılımcıların Sigara Kullanımını Bırakma Durumu

Bırakma Durumu	Sayı	Yüzde (%)
Evet	92	22,3
Hayır	321	77,7
Toplam	413	100,0

Tablo 12'ye bakıldığında katılımcıların yalnızca %22,3'ünün daha önce sigarayı bırakma girişiminde bulunduğu, %77,7'sinin ise sigarayı bırakma girişiminde bulunmadığı görülmektedir. Bu durum; katılımcıların sigarayı, psikolojik olarak rahatlatan ve sıkıntılarını unutturan bir araç olarak görüp sigara kullanım davranışına devam etmeleri ile açıklanabilmektedir.

3.4. Öz-etkililik Ölçeği ile Sigaradan Beklentiler Ölçeği Arasındaki İlişki

Araştırmanın bu kısmında korelasyon analizi ve T-testi gibi istatistiki teknikler ile hipotez sınanacaktır.

Betimleyici İstatistikler

Tablo 13. Öz Etkililik Ölçeği Tanımlayıcı İstatistikler

İfade	N	Ortalama	Standart Sapma
1.Yaptığım planları gerçekleştireceğime eminim	413	3,13	1,12
2. Yapmam gereken işe girişememe gibi bir problemim vardır*	413	3,43	1,17
3.Bir işi bir seferde yapamıyorsam yapıncaya kadar devam ederim	413	3,39	1,19
4.Kendim için önemli hedefler koyduğumda nadiren başarırım	413	3,10	1,08
5. İşleri yapıp sonuçlandırmadan yapmaktan vazgeçerim*	413	2,98	1,20
6.Zorluklarla karşılaşmaktan kaçınırım*	413	3,32	1,20
7.Bazı işler çok karışık görünüyorsa yapmak için sıkıntıya girmem*	413	3,31	1,21

Tablo 13'ün devamıdır.

8.Hoşlanmadığım ancak yapmam gereken işler varsa bitirinceye kadar devam ederim.	413	3,47	1,16
9.Bir şeyi yapmaya karar verdiğimde onun üzerinde çalışmaya devam ederim.	413	3,51	1,08
10.Yeni bir şeyler öğrenmeye çalıştığımda, başlangıçta başarılı olamazsam hemen vazgeçerim.	413	3,00	1,22
11.Beklenmedik problemler çıktığında üzerinde fazla durmam*	413	3,49	1,10
12. Benim için çok zor göründüklerinde, yeni şeyler öğrenmek için çaba göstermekten kaçınırım*	413	2,85	1,17
13. Başarısızlık beni daha çok teşvik eder	413	2,53	1,26
14.Bir şeyleri yapabilme konusunda kendime fazla güvenmem*	412	3,14	1,22
15.Ben kendime güvenen bir insanım	413	3,25	1,14
16.Kolaylıkla vazgeçerim*	413	3,06	1,21
17.Hayatta ortaya çıkan problemlerin üstesinden gelme yeteneğini kendimde bulamam*	413	3,13	1,13
18.Yeni arkadaş edinmek benim için zordur	413	2,74	1,17
19.Tanışmak istediğim birisini görürsem, onun bana gelmesini beklemek yerine ben giderim	413	2,73	1,17
20.Arkadaşlık kurulması güç, ilginç biriyle tanışırsam, o kişiyle arkadaş olmaktan hemen vazgeçerim	413	2,92	1,07
21.Bana ilgi göstermeyen birisiyle arkadaş olmaya çalıştığımda kolaylıkla vazgeçmem*	413	2,73	1,06
22.Sosyal toplantılarda kendimi rahat hissetmem	413	2,92	1,15
23.Arkadaşlarımı, arkadaş edinmede kişisel yeteneklerimle kazanırım	413	3,51	1,03

* Bu ifadeler ters kodlanmıştır.

Tablo 13'te öz-etkililik ölçeği ifadelerinin ortalama ve standart sapmaları yer almaktadır. Ölçekteki ifadeler "1- Bana hiç benzemiyor... 5- Bana çok benziyor" şeklinde sayısallaştırılmıştır. Ama yıldızlı ifadeler ters kodlandığı için 1'den 5'e doğru giden artış, tam tersi olarak; bana çok benziyor seçeneğinden bana hiç benzemiyor seçeneğine doğru giden bir şekilde yorumlanmalıdır. "Bir şeyi yapmaya karar verdiğimde onun üzerinde çalışmaya devam ederim" ifadesi (ort=3.51, ss=1,08) ve "Arkadaşlarımı arkadaş edinmede kendi yeteneklerim ile kazanırım" ifadesi (ort=3.51, ss=1,03) en yüksek ortalamaya sahipken, "Başarısızlık beni daha çok teşvik eder" ifadesi (ort=2,53, ss=1,26) en düşük ortalamaya sahip ifade olarak ön plana çıkmıştır.

Tablo 14. Sigaradan Beklentiler Ölçeği Tanımlayıcı İstatistikler

İfade	N	Ortalama	Standart Sapma
1. Sigara içtikten sonra boğazım yanar	413	4,40	1,93
2. Sigara içmek nikotin krizlerini yatıştırır	413	5,94	1,83
4. Öfkeli olduğumda, bir sigara, zaman geçirmemde bana yardımcı olur	413	6,30	1,99
4. Yalnız olduğumda, bir sigara, zaman geçirmemde bana yardımcı olur	413	6,38	1,85
5. Bir sigara içmek beni enerjik yapar	413	4,33	2,00
6. Sinirli hissettiğimde sigara içmek beni sakinleştirir	413	6,38	1,84
7. Sıkıldığımda ve yorgun olduğumda sigara içmek bana enerji verir	413	5,07	2,00
8. Sigaranın kokusundan ve tadından hoşlanırım	413	4,92	2,06
9. Yapacak hiçbir şeyim yoksa sigara içmek zaman öldürmeme yardımcı olur	412	6,35	1,78
10. Sigara içmek, nikotin açlığımı giderir	413	6,46	1,86
11. Sigara içen insanlarla beraber olduğumda, kendimi bir grubun parçasıymış gibi hissedirim	413	6,25	2,13
12. Sigara içmek daha az çekici görünmeme yol açar	413	3,87	2,28
13. Sigara içerek kalp hastalığına ve akciğer kanserine yakalanma riskini almış olurum	413	6,51	2,02
14. Sigara içmek insanlarla geçirdiğim vakitten, daha fazla keyif almama yardımcı olur	413	5,84	1,65
15. İnsanlar sigara içtiğimi görürlerse benimle ilgili olumsuz düşünürler	413	4,76	2,17
16. Huzursuz hissettiğimde, bir sigara rahatlamama yardımcı olur	413	6,50	1,82
17. Sigara içmek ağızımda ve boğazımda tahrişe neden olur	413	4,76	1,74
18. Sigara içmek kilomu kontrol etmemde bana yardımcı olur	413	5,94	2,23
19. Ne kadar çok sigara içersem sağlığımı o kadar çok riske atarım	413	6,46	1,99
20. Sigara, yemem gerekenden daha fazla yememe engel olur.	413	5,84	2,25
21. Sigara içerken gülünç görünürüm	413	2,69	2,45
22. Sigara içmek kilomu düşük tutar	413	5,70	2,25
23. Sigara içtiğimdeki tat hoştur	413	4,96	1,85
24. Sigara içerken aldığım tadı severim	413	5,20	1,70
25. Elimde sigara varsa, insanlara karşı daha rahat hissedirim	413	5,96	2,23

Tablo 14'te sigaradan beklentiler ölçeği ifadelerinin ortalamaları ve standart sapmaları yer almaktadır. Ölçekteki ifadeler “0- Hiç uygun değil.. 5- Tamamen uygun” şeklinde sayısallaştırılmıştır ve ölçekte ters kodlanmış bir ifade bulunmamaktadır. “Sigara içerek kalp hastalığına ve akciğer kanserine yakalanma riskini almış olurum” ifadesi (ort=6,51, ss=2,02) en yüksek ortalamaya sahipken, “Sigara içerken gülünç görünürüm” ifadesi (ort=2,69, ss=2,45) en düşük ortalamaya sahip ifade olarak ön plana çıkmıştır.

Tablo 15. Öz-Etkililik ve Sigaradan Beklentiler Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

	Öz Etkililik	Sigaradan Beklentiler	Anlamlılık Değeri (p)
Öz Etkililik	1		
Sigaradan Beklentiler	,330	1	,000

* $p < 0,01$

Tablo 15'e göre; öz-etkililik ve sigaradan beklentiler arasında pozitif yönlü ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($r = .330$, $p < 0,01$). Bu bulgudan yola çıkarak; öz-etkililik algısı arttıkça sigaradan beklentilerin de arttığı söylenebilmektedir. Bunda; araştırma evreninde yer alan Suriyeli sığınmacıların göç etmek zorunda kalma sebepleri, göç sürecinde karşılaştıkları zorluklar, Türkiye'ye geldikten sonra yaşadıkları sosyo-ekonomik sorunlar ve entegrasyon sürecinde zorlanmalarının rol oynadığı söylenebilir.

Tablo 16. Öz-Etkililik ve Sigaradan Beklentiler Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki Korelasyona İlişkin Bulgular

	Olumsuz duygu artırma	Kilo kontrolü ve sosyalleşme	Tat alma	Uyarılım	Olumsuz Sosyal İzlenim	Olumsuz Fiziksel Etki
Olumsuz duygu artırma	r ,071	,334**	,202**	,130**	,094	,055
	p ,148	,000	,000	,009	,058	,280
Kararlılık	r ,223**	-,169**	-,051	-,159**	,183**	-,124*
	p ,000	,001	,305	,001	,000	,012
Kaçınma	r ,198**	,112*	,016	-,107*	-,030	,057
	p ,000	,023	,749	,030	,547	,246
Motivasyon	r ,035	-,220**	,019	,167**	,057	-,078
	p ,485	,000	,703	,001	,248	,114
Özgüven	r -,108*	-,020	,032	-,101*	,106*	-,100*
	p ,028	,685	,523	,040	,031	,043
Çekingenlik	r -,195**	,059	,095	,081	,067	,063
	p ,000	,231	,054	,102	,176	,205

* $p < .05$, ** $p < .01$

Tablo 16'ya göre; öz-etkililiğin alt boyutları ile sigaradan beklentiler değişkeninin alt boyutları arasında bir takım anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Olumsuz duygu artırma ile tat alma arasında pozitif yönlü, istatistiksel açıdan anlamlı zayıf bir ilişki bulunmuştur ($r = .202$, $p = .000 < .05$). Bu bulgudan hareketle Suriyeli sığınmacıların olumsuz duygu artırma ile sigaradan tat alma beklentileri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Yani kişilerdeki olumsuz duygular arttıkça sigaradan tat alma beklentileri de artmaktadır.

Tablo 16'ya göre; olumsuz duygu artırma ile kilo kontrolü ve sosyalleşme arasında pozitif yönlü, olumlu ve istatistiksel açıdan anlamlı zayıf bir ilişki bulunmuştur ($r = .334$, $p = .000 < .05$). Bu bulgudan hareketle Suriyeli sığınmacıların olumsuz duygu artırma ile kilo kontrolü ve sosyalleşme beklentileri arasında pozitif yönlü istatistiksel açıdan anlamlı bir

ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre; kişilerin olumsuz duyguları arttıkça kilolarını kontrol etme ve sosyalleşme beklentileri de artmaktadır.

Tablo 16'ya göre; kararlılık ile uyarılım arasında negatif yönlü, istatistiksel açıdan anlamlı zayıf bir ilişki olduğu söylenebilir ($r=-,159$, $p=,001 < .05$). Buna bağlı olarak, Suriyeli sığınmacıların, kararlılık düzeyi arttıkça sigaradan uyarılım beklentisi azalmaktadır.

Tablo 16'ya göre; kaçınma ile olumsuz duygu azaltma arasında pozitif yönlü, istatistiksel açıdan anlamlı ve zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($r=,198$, $p=,000 < .05$). Bu bulgudan hareketle Suriyeli sığınmacıların kaçınma algısı arttıkça sigaraya yönelik olumsuz duygu azaltma beklentisi de artmaktadır.

Tablo 16'ya göre; motivasyon ile kilo kontrolü ve sosyalleşme arasında negatif yönlü, istatistiksel açıdan anlamlı ve zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($r=-,220$, $p=,000 < .05$). Bu bulgudan hareketle Suriyeli sığınmacıların motivasyon algısı arttıkça sigaraya yönelik kilo kontrolü ve sosyalleşme beklentisi azalmaktadır. Bu bulgudan hareketle motivasyonu düşük Suriyeli bireylerin sigarayı sosyalleşme aracı olarak gördükleri ve kilo kontrolünü sağlama amacıyla da sigaraya anlam yükledikleri söylenebilir.

Tablo 16'ya göre; özgüven ile olumsuz duygu azaltma arasında negatif yönlü, istatistiksel açıdan anlamlı ve zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($r=-,108$, $p=,028 < .05$). Bu bulgudan hareketle Suriyeli sığınmacıların özgüveni arttıkça sigaraya yönelik olumsuz duygu azaltma beklentisi azalmaktadır. Bu bulgudan hareketle özgüveni düşük Suriyeli bireylerin sigarayı olumsuz duyguları azaltma beklentisiyle kullandıkları ve özellikle uyum sürecinde sorunlarla karşılaşmaları süreçte sigaraya yöneldikleri söylenebilir.

Tablo 16'ya göre; özgüven ile uyarılım arasında negatif yönlü, istatistiksel açıdan anlamlı ve zayıf bir ilişki bulunmaktadır ($r=-,101$, $p=,040 < .05$). Bu bulgudan hareketle Suriyeli sığınmacıların özgüveni arttıkça sigaraya yönelik uyarılım beklentisi azalmaktadır. Bu bulgudan hareketle özgüveni düşük Suriyeli bireylerin enerjik olma gibi uyarılım beklentisi için sigaraya yöneldikleri söylenebilir.

3.5. Bazı Değişkenler Arasından Öz-Etkililik ve Sigaradan Beklentiler Ölçeğine İlişkin Bulgular

3.5.1. Cinsiyete göre öz-etkililik ve sigaradan beklentiler

Tablo 17. Cinsiyete Göre Öz-Etkililik ve Sigaradan Beklentiler Ölçeği Arasındaki İlişki

Değişken	Grup	N	Ort.	Std. Sap.	T	Sig.
Öz-etkililik	Kadın	135	3,06	,45	- 1,985	,048
	Erkek	278	3,14	,34		
Sigaradan beklentiler	Kadın	135	5,20	,87	- 5,323	,000
	Erkek	278	5,66	,80		

Tablo 17'ye göre; cinsiyet grupları açısından öz-etkililik anlamlı bir farklılık göstermektedir ($t= -1,985$, $p= ,048 < .05$). Bu bulgudan yola çıkarak; Suriyeli sığınmacıların cinsiyetleri ile öz-etkililik algıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.

Tablo 17'ye göre; Cinsiyet grupları açısından sigaradan beklentiler anlamlı bir farklılık göstermektedir ($t = -5,323$, $p = ,000 < .05$). Bu bulgudan hareketle; Suriyeli sığınmacıların cinsiyetleri ile sigaradan beklentileri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır.

Tablo 18. Cinsiyete Göre Öz Etkililik ve Sigaradan Beklentiler Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişki

Değişken	Grup	N	Ort.	Std. Sap.	T	Sig.
Öz Etkililik Alt Boyutları						
Olumsuz Duygu Artırma	Kadın	135	- 0,03	0,97	-,463	,644
	Erkek	277	0,02	1,02		
Kararlılık	Kadın	135	- 0,15	0,90	-2,117	,035*
	Erkek	277	0,07	1,04		
Kaçınma	Kadın	135	- 0,22	0,98	-3,198	,001*
	Erkek	277	0,11	0,99		
Motivasyon	Kadın	135	0,04	0,92	,573	,567
	Erkek	277	- 0,02	1,04		
Özgüven	Kadın	135	0,07	0,96	1,030	,304
	Erkek	277	- 0,04	1,02		
Çekingenlik	Kadın	135	0,06	1,06	,891	,374
	Erkek	277	- 0,03	0,97		
Sigaradan Beklentiler Ölçeği Alt Boyutları						
Olumsuz Duygu Azaltma	Kadın	135	- 0,41	1,07	-6,008	,000**
	Erkek	277	0,20	0,90		
Kilo Kontrolü ve Sosyalleşme	Kadın	135	- 0,09	0,83	-1,341	,181
	Erkek	277	0,05	1,07		
Tat Alma	Kadın	135	- 0,22	0,98	-3,086	,002*
	Erkek	277	0,11	0,99		
Uyarılım	Kadın	135	0,06	0,98	,808	,419
	Erkek	277	- 0,03	1,01		
Olumsuz Sosyal İzlenim	Kadın	135	0,07	0,99	1,008	,314
	Erkek	277	- 0,03	1,00		
Olumsuz Fiziksel Etki	Kadın	135	0,05	1,08	,647	,518
	Erkek	277	- 0,02	0,96		

* $p < .05$, ** $p < .01$

Cinsiyet ile öz etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiler incelenerek elde edilen bulgular Tablo 18 de verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre cinsiyet grupları ile sigaradan beklentiler ölçeği alt boyutları olan olumsuz duygu azaltma ve tat alma; öz etkililik alt boyutları olan kararlılık ve kaçınma değişkenleri (4 değişken) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunurken, diğer değişkenler (8 değişken) ile arasında anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Bu bağlamda da cinsiyet grupları ile öz etkililik ölçeğinin kararlılık ($t = -2,117$; $p = 0,035 < 0,05$) ve kaçınma ($t = -3,198$; $p = 0,001 < 0,05$) öz etkililik alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunurken, söz konusu bu bulguya göre; “Suriyeli sığınmacıların cinsiyetleri ile öz-etkililik ölçeğinin alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık yoktur.” Buna göre erkeklerin öz etkililik alt boyutu olan kararlılık (ort=0,07, ss=1.04) ve kaçınma (ort=0.11, ss=0.99) ile ilgili beklentilerinin; kadınların kararlılık (ort=-0,15, ss=0.90) ve kaçınma (ort=-0.22, ss=0.98) ile ilgili beklentilerinden daha yüksek olduğu söylenebilir.

Diğer yanda Tablo 18'e göre sadece cinsiyet grupları ile sigaradan beklentilerin alt boyutu olan olumsuz duygu azaltma ($t = -6,008$, $p = 0,000 < 0,05$) ile tat alma ($t = -3,086$,

$p=0,002<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermekte olup, diğer alt boyutlar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Elde edilen bulgulara göre erkeklerin sigaradan olumsuz duygu azaltma ile ilgili beklentileri (ort=0.20, ss=0.90) kadınların beklentilerine göre (ort= -0.41, ss= 1.07) daha yüksektir. Bununla birlikte de erkeklerin sigaradan tat alma ile ilgili beklentileri (ort=0.11, ss=0.99) kadınların beklentilerine göre (ort= -0.22, ss= 0.98) daha yüksektir. Bu bulgulardan hareketle, “Suriyeli sığınmacıların cinsiyetleri ile sigaradan beklentiler ölçeğinin alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık vardır” söylenebilir.

3.5.2. Sigara kullanım süresine göre öz etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeği arasındaki ilişki

Bu bölümde Kişisel Bilgi formunda yer alan; sigara kullanım süresi, sigara kullanım miktarı, sigara bırakma girişimi değişkenlerle, öz-etkililik ve sigaradan beklentiler arasındaki ilişkiye ait bulgular yer almaktadır.

Tablo 19. Sigara Kullanım Süresine Göre Öz-Etkililik ve Sigaradan Beklentiler Ölçeği Arasındaki İlişki

Değişken		Öz etkililik	Sigaradan beklentiler
Sigara İçme Süresi	r	,131**	,252**
	p	,008	,000

* $p<.05$, ** $p<.01$

Tablo 19’aa göre; sigara kullanım süresi ile öz-etkililik arasında istatistiksel açıdan anlamlı pozitif yönlü bir ilişki vardır ($r= ,131$, $p= ,008.< 0,05$). Bu bulguya bakılarak Suriyeli sığınmacıların sigara kullanım süresi ile öz-etkililik algıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır. Yani sigara kullanım süresi arttıkça, öz-etkililikte artmaktadır.

Tablo 19’a göre; sigara kullanım süresi ile sigaradan beklentiler arasında istatistiksel açıdan anlamlı pozitif yönlü bir ilişki vardır ($r= ,252$, $p= ,000.< 0,05$). Bu bulguya bakılarak Suriyeli sığınmacıların sigara kullanım süresi ile sigaradan beklentileri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır. Yani sigara kullanım süresi arttıkça, sigaradan beklentiler de artmaktadır.

Tablo 20. Sigara Kullanım Süresine Göre Öz Etkililik ve Sigaradan Beklentiler

	gsk	Od art.	Kar.	Kaç.	Mot.	Özg.	Çek.	Od. Azl.	kks.	Ta.	Uy.	Osi.	Ofe.
ss	,512	,040	,128**	,207**	-,071	-,046	-,082	,377**	,040	,057	-,075	-,111**	,011
p	,000	,416	,009	,000	,149	,325	,096	,000	,417	,251	,127	,024	,820

* $p<.05$, ** $p<.01$

Ss: sigara kullanım süresi, gsk: günlük sigara kullanım süresi, od art: olumsuz duygu artırma, kar: kararlılık, kaç: kaçınma, mot: motivasyon, özg: özgüven, çek: çekingenlik, od azl: olumsuz duygu azaltma, kks: kilo kontrolü ve sosyalleşme, ta: tat alma, uy: uyarılım, osi: olumsuz sosyal izlenim, ofe: olumsuz fiziksel etki.

Tablo 20’ye göre; sigara kullanım süresi ile günlük sigara kullanım süresi arasında pozitif yönlü ve olumlu bir ilişki vardır ($r=,343$, $p= ,000<.01$). Sigara kullanım süresi ile öz-

etkililik ölçeğinin kararlılık ve kaçınma alt boyutları arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır. Bu bulgudan hareketle; Suriyeli sığınmacıların kararlılık tutumlarının sigara kullanım süresini artırdığı ve kaçınma davranışının sigara kullanım süresini artırdığı söylenebilir. Kaçınma alt boyutuna bakıldığında, Suriyeli sığınmacıların karşılaştıkları zorluklardan kaçınma ve sorunlara yönelik sıkıntıya girmeme sürecinde sigara kullanım sürelerinin arttığı söylenebilir.

Tablo 20'ye göre; sigara kullanım süresi ile sigaradan beklentiler ölçeği alt boyutları olan olumsuz duygu azaltma ile pozitif yönlü ($r=,377$, $p=,000<.01$) ve olumsuz sosyal izlenim ($r= -,111$, $p=,024<.01$) ile negatif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Olumsuz duygu azaltma alt boyutuna bakıldığında Suriyeli sığınmacıların yaşadıkları sorunlar ve entegrasyon sürecinde karşılaştıkları zorluklarda sigarayı olumsuz duyguları azaltan bir araç olarak gördükleri ve buna bağlı olarak sigara kullanım sürelerinin arttığı söylenebilir. Buna göre sigara kullanım süresi arttıkça sigaradan olumsuz duygu azaltma beklentisi de atmaktadır. Olumsuz sosyal izlenim alt boyutuna bakıldığında ise Suriyeli sığınmacıların toplumdaki diğer insanların sigaraya yönelik olumsuz bakış açısından etkilenmedikleri ve bu bakış açısının sigara kullanım sürelerini etkilemediği söylenebilir.

3.5.3. Günlük sigara kullanım miktarına göre öz-etkililik ve sigaradan beklentiler

Tablo 21. Günlük sigara kullanım miktarına göre Öz-etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeği arasındaki ilişki

Değişken		Öz-etkililik	Sigaradan beklentiler
Günlük sigara kullanım miktarı	r	,174**	,303**
	p	,000	,000

* $p<.05$, ** $p<.01$

Tablo 21'e göre; günlük sigara kullanımı ile öz-etkililik arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır ($r=,174$, $p=,000<.01$). Bu bulgudan hareketle; Suriyeli sığınmacıların günlük sigara kullanım miktarı ile öz-etkililik algıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır. Buna göre Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik algıları arttıkça günlük sigara kullanım miktarı da artmaktadır.

Tablo 21'e göre; günlük sigara kullanımı ile sigaradan beklentiler arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır ($r=,303$, $p=,000<.01$). Bu bulgudan hareketle; Suriyeli sığınmacıların günlük sigara kullanım miktarı ile sigaradan beklentileri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır. Buna göre; Suriyeli sığınmacıların sigaradan beklentileri arttıkça günlük sigara kullanım miktarı da artmaktadır.

Tablo 22. Günlük sigara kullanım miktarına göre öz-etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeği alt boyutları arasındaki ilişki

	od art	kar	kaç	mot	özg	çek	odazl	kks	ta	uy	osi	ofe
gsk	,148**	,022	,211**	-,249**	-,003	-,091	,293**	,223**	,149**	-,131**	-,179**	,038
p	,003	,652	,000	,000	,952	,066	,000	,000	,002	,008	,000	,437

* $p<.05$, ** $p<.01$ gsk: günlük sigara kullanım miktarı, od art: olumsuz duygu artırma, kar: kararlılık, kaç: kaçınma, mot: motivasyon, özg: özgüven, çek: çekingenlik, od azl: olumsuz duygu azaltma, kks: kilo kontrolü ve sosyalleşme, ta: tat alma, uy: uyarılım, osi: olumsuz sosyal izlenim, ofe: olumsuz fiziksel etki.

Tablo 22'ye göre; günlük sigara kullanım miktarı ile öz-etkililik alt boyutları olan olumsuz duygu artırma ($r = ,148$, $p = ,003 < .01$) ve kaçınma ($r = ,211$, $p = ,000 < .01$) arasında pozitif yönlü olumlu bir ilişki varken, motivasyon ($r = -,249$, $p = ,000 < .01$) alt boyutu arasında negatif yönlü olumlu bir ilişki vardır. Buna göre; Suriyeli sığınmacıların olumsuz duygu artırma ve kaçınma davranışları arttıkça günlük sigara kullanım miktarı da artmaktadır. Ayrıca Suriyeli sığınmacıların motivasyonu arttıkça günlük sigara kullanım miktarı azalmaktadır. Bu noktada Suriyeli sığınmacıların hayat motivasyonlarının artmasıyla sigaraya daha az yöneldikleri söylenebilir.

Tablo 22'ye göre; günlük sigara kullanım miktarı ile sigaradan beklentiler alt boyutları olan olumsuz duygu azaltma ($r = ,293$, $p = ,000 < .01$), kilo kontrolü ve sosyalleşme ($r = ,223$, $p = ,000 < .01$) ve tat alma ($r = ,149$, $p = ,002 < .01$) arasında pozitif yönlü, olumlu ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır. Buna göre; Suriyeli sığınmacıların günlük sigara kullanım miktarı arttıkça sigaradan tat alma, olumsuz duygu azaltma ve kilo kontrolü ve sosyalleşmeye yönelik beklentileri de artmaktadır. Bu noktada Suriyeli sığınmacıların sigarayı sakınleştirici, sosyalleştirici, stres giderici, tadı güzel ve kilolarını kontrol ederek sosyalleşebilecekleri bir araç olarak görmelerine bağlı olarak günlük sigara kullanım miktarlarının arttığı söylenebilir. Günlük sigara kullanım miktarı ile sigaradan beklentiler alt boyutları olan uyarılım ($r = -,131$, $p = ,008 < .01$) ve olumsuz sosyal izlenim ($r = -,170$, $p = ,000 < .01$) arasında negatif yönlü, olumlu ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır. Buna göre; Suriyeli sığınmacıların günlük sigara kullanım miktarları arttıkça sigaradan uyarılım ve olumsuz sosyal izlenim beklentisinin azaldığı söylenebilir. Bu noktada Suriyeli sığınmacıların günlük sigara kullanım miktarları arttıkça, diğer insanların sigaraya yönelik olumsuz duygularının sigara içme davranışını etkilemediği söylenebilir.

3.5.4. Sigarayı bırakma girişimine göre öz-etkililik ve sigaradan beklentiler

Tablo 23. Sigarayı bırakma girişimine göre öz-etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeği arasındaki ilişki

Değişken	Grup	N	Ort.	Std. Sap.	T	Sig
Öz-etkililik	Evet	92	2,96	0,43	-4,597	,000
	Hayır	321	3,16	0,35		
Sigaradan beklentiler	Evet	92	5,09	0,79	-5,519	,000
	Hayır	321	5,63	0,83		

* $p < .05$,

Tablo 23'e göre; sigara bırakma girişiminin olup olmama durumu ile öz-etkililik algısı anlamlı bir farklılık vardır ($t = -4,597$, $p = ,000 < .05$). Bu bulguya göre; Suriyeli sığınmacıların sigarayı bırakma girişimi ile öz-etkililik algıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır.

Tablo 23'e göre; sigara bırakma girişiminin olup olmama durumu ile sigaradan beklentiler anlamlı bir farklılık vardır ($t = -5,519$, $p = ,000 < .05$). Bu bulguya göre; Suriyeli sığınmacıların sigarayı bırakma girişimi ile sigaradan beklentileri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır.

Tablo 24. Sigarayı bırakma girişimine göre öz-etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeği alt boyutları arasındaki ilişki

Değişken	Grup	N	Ort.	Std. Sap.	T	Sig.
Olumsuz Duygu Artırma	Evet	92	- 0,26	1,14	-2,888	,004*
	Hayır	321	0,08	0,94		
Kararlılık	Evet	92	- 0,16	1,14	-1,766	,078
	Hayır	321	0,05	0,95		
Kaçınma	Evet	92	- 0,33	0,98	-3,683	,000*
	Hayır	321	0,10	0,99		
Motivasyon	Evet	92	- 0,12	1,02	-1,343	,180
	Hayır	321	0,04	0,99		
Özgüven	Evet	92	0,01	0,95	0,146	,884
	Hayır	321	- 0,00	1,02		
Çekingenlik	Evet	92	- 0,07	1,03	-0,726	,468
	Hayır	321	0,02	0,99		
Olumsuz Duygu Azaltma	Evet	92	- 0,24	1,12	-2,651	,008*
	Hayır	321	0,07	0,95		
Kilo Kontrolü ve Sosyalleşme	Evet	92	- 0,34	1,07	-3,781	,000*
	Hayır	321	0,10	0,96		
Tat Alma	Evet	92	- 0,32	1,07	-3,534	,000*
	Hayır	321	0,09	0,96		
Uyarılım	Evet	92	- 0,07	0,92	-0,784	,433
	Hayır	321	0,02	1,02		
Olumsuz Sosyal İzlenim	Evet	92	0,03	1,11	0,281	,779
	Hayır	321	- 0,01	0,97		
Olumsuz Fiziksel Etki	Evet	92	- 0,13	1,11	-1,379	,169
	Hayır	321	0,04	0,97		

* $p < 0.05$

Tablo 24'e bakıldığında; sigarayı bırakma girişimi ile öz-etkililik ölçeğinin olumsuz duygu artırma ve kaçınma alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu bulguya göre; Suriyeli sığınmacıların sigarayı bırakma girişimi ile olumsuz duygu artırma ve kaçınma arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır.

Tablo 24'e bakıldığında; sigarayı bırakma girişimi ile sigaradan beklentiler ölçeğinin olumsuz duygu azaltma, kilo kontrolü ve sosyalleşme ve tat alma alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu bulguya göre; Suriyeli sığınmacıların sigarayı bırakma girişimi ile olumsuz duygu azaltma, kilo kontrolü ve sosyalleşme ve tat alma arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır.



SONUÇ

Sigaraya başlama yaşının oldukça düşük olduğu ve her geçen gün sigara kullanan birey sayısının arttığı günümüz dünyasında sigara kullanımının önlenmesi ve buna yönelik çalışmaların yapılabilmesine ilişkin Suriyeli sığınmacıların sigara kullanımına yönelik algı ve beklentileri bu çalışmayı etkileyebilmektedir. Literatür incelendiğinde ülkemizde sigara kullanımı hakkında yapılan araştırmaların daha çok hekimler, hemşireler ve öğretmenler ile yapıldığı görülmektedir. Literatürde Suriyeli sığınmacıların sigara kullanımına ilişkin yapılan bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Göç alan ve bünyesinde milyonlarca mülteciyi barındıran ülkemizde sayıca çoğunlukta bulunan Suriyeli sığınmacıların sigaraya yönelik algı ve beklentilerinin öğrenilmesi, onların entegrasyon sürecini daha iyi anlamak açısından oldukça önemlidir. Bu araştırma neticesinde elde edilen bulguların bu konuda yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Ülkemizde sigara kullanımıyla ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında sigara kullanımı ile bilişsel faktörlerin ilişkisini ele alan araştırmaların oldukça kısıtlı olduğu görülmüştür. Süsen yaptığı çalışmada sigaradan beklentiler ile öz-etkililik kavramı arasında ilişki olduğunu öngörmüş ve sigaradan beklentiler ölçeğinin Türkçe uyarlamasını yapmıştır (Süsen, 2017: 89).

Bu araştırmada sigara kullanan Suriyeli sığınmacıların bazı sosyo-demografik özellikleri, öz-etkililik algıları ve sigaradan beklentileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın amacı Suriyeli sığınmacıların sigara kullanımından beklentilerini öz-etkililik ekseninde ele almaktır. Araştırma her gün en az bir adet sigara kullanan 413 yetişkin ile yapılmıştır.

Araştırmada yer alan Suriyeli sığınmacıların sosyo-demografik özelliklerine bakıldığında erkek katılımcı sayısının kadın katılımcı sayısından belirgin bir şekilde daha fazla olduğu görülmektedir. Bu durum, Suriyeli ailelerde erkeklerin iş hayatında ve sosyal ortamlarda daha aktif yer alması ve kadınların genelde ev işleriyle ilgilenmesi ile açıklanabilmektedir. Araştırmaya katılan bireylerin yarısından fazlasının 18-41 yaş aralığında olduğu görülmektedir. Katılımcıların gelir durumuna bakıldığında ise gelir durumlarının birbirine yakın olduğu ve çoğunluğun asgari ücret aralığında gelir elde ettiği söylenebilmektedir.

Araştırmaya katılan Suriyeli sığınmacıların sigara kullanım düzeyleri ile kullanım sebepleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur. Buna bağlı olarak; Suriyeli sığınmacıların yarısına yakınının (%43,8) 4 yıldan uzun süredir sigara kullandığı ve sigaraya başlama sebeplerinin başında arkadaş çevresinin (%63,2) geldiği görülmektedir. Sigara kullanma sebeplerine bakıldığında ise en başta psikolojik olarak rahatlatması (%30,5) ve sıkıntılarını unutturması (%28,2) gelmektedir.

Araştırmanın sonuçlarından biri de ailede ve arkadaş ortamında sigara kullanan kişilerin Suriyeli sığınmacıların sigara kullanımını etkilemesidir. Araştırmaya katılan Suriyeli sığınmacıların yarısından fazlasının (%55,7) ailesinde sigara kullanımı olduğu görülmektedir. Yakın arkadaş çevresine bakıldığında ise Suriyeli sığınmacıların yakın arkadaşlarının %77,7'sinin sigara kullandığı görülmektedir. Bu sonuca bakılarak sigara

kullanımında arkadaş etkisinin aile üyelerinin etkisinden daha çok olduğu söylenebilmektedir.

Araştırmaya katılan Suriyeli sığınmacıların sigarayı bırakma girişimlerine bakıldığında %77,7'sinin sigarayı bırakma girişiminde bulunmadığı ve sigarayı bırakmak istemediği sonucu görülmektedir.

Araştırmanın sonuçlarından biri de öz-etkililik ölçeği ile sigaradan beklentiler ölçeğinin hangi değişkenlerinin istatistiksel açıdan anlamlı olduğuna yöneliktir. Bu noktada en önemli bulgu; öz-etkililik algısı yüksek olan Suriyeli sığınmacıların sigara kullanımından beklentilerinin de yüksek olduğu sonucudur. Literatürde bireylerin öz-etkililik algısı ile sigara kullanımı arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu ortaya koyulmuşsa da bu araştırma da bunun tersi bir sonuç ortaya çıkmıştır. Bunda; araştırmada yer alan Suriyeli sığınmacıların kültüründeki sigara algısının Türkiye'dekinden farklı olması, onların kültüründe sigaranın güç göstergesi ve kabullenme belirtisi olarak algılanması, özellikle erkek çocuklarda sigaranın cinsiyet kimliği ile ilişkilendirilmesi ve bunlara bağlı olarak küçük yaştan itibaren sigara kullanımının yaygın olması etkili olabilir. Ayrıca Suriyeli sığınmacıların göç etmek zorunda kalma nedenleri, göç sürecinde ve Türkiye'ye geldikten sonra yaşadıkları sosyo-ekonomik sorunlar ve karşılaştıkları zorlukların da etkisinin olabileceği söylenebilir.

Öz-etkililik ve sigaradan beklentiler ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiye bakıldığında ise olumsuz duygu artırma algısı yüksek olan Suriyeli sığınmacıların sigaranın tadından daha fazla haz aldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Yine olumsuz duygu artırma algısı yüksek olan Suriyeli sığınmacıların sigarayı kilo kontrolünü sağlayan bir sosyalleşme aracı olarak gördükleri sonucuna ulaşılmıştır. Olumsuz duyguları yüksek olan Suriyeli sığınmacılar, sigara kullanımı ile kilolarını kontrol etme ve sosyal ortamlarda daha rahat hareket edebilme düşüncesindedirler.

Motivasyon ve kilo kontrolü ve sosyalleşme alt boyutları arasındaki ilişkiye göre; motivasyonu düşük olan Suriyeli sığınmacıların kilo kontrolü ve sosyalleşme maksadıyla sigara kullanımından beklentiye girdikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Kararlılık ve uyarılım arasındaki ilişkiye bakıldığında; Suriyeli sığınmacıların kararlılık tutumlarının yüksek olması durumunda sigara kullanımından uyarılım beklentisinin düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Suriyeli sığınmacılar, öz-etkililik bağlamında kararlı olduklarında sigara kullanımının enerji vermesi gibi beklentilere girmemektedir.

Kaçınma ve olumsuz duygu azaltma alt boyutları arasındaki ilişkiye bakıldığında ise kaçınma davranışı yüksek olan Suriyeli sığınmacıların sigarayı olumsuz duygularını azaltan bir araç olarak gördüğü sonucuna ulaşılmıştır. Suriyeli sığınmacıların içerisinde bulundukları olay ve durumlardan kaçınma arzusu ve buna bağlı olarak hissettikleri olumsuz duyguların azaltılması beklentisiyle sigara kullanımına yöneldikleri görülmektedir.

Özgüven ve olumsuz duyguları azaltma arasındaki ilişkiye bakıldığında ise; özgüveni yüksek olan Suriyeli sığınmacıların sigarayı olumsuz duyguları azaltan bir araç olarak

görme beklentileri azalmaktadır. Özgüveni düşük olan Suriyeli sığınmacıların, olumsuz duyguları azaltma beklentisi içine girerek sigara kullanımına yöneldikleri görülmektedir.

Özgüven ile uyarılım arasındaki ilişkiye bakıldığında ise; özgüveni yüksek olan Suriyeli sığınmacıların sigaranın enerji vermesi gibi sigaradan uyarılım beklentileri azalmaktadır. Bu bulgudan yola çıkarak; Suriyeli sığınmacıların özgüveninin artması ile uyarılım açısından sigara kullanımından beklentilerinin azaldığı görülmektedir.

Araştırmaya katılan Suriyeli sığınmacıların cinsiyetleri bakımından öz-etkililik algıları ve sigaradan beklentileri arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Bu bulguya göre; erkeklerin öz-etkililik alt boyutu olan kararlılık ve kaçınma ile ilgili beklentileri, kadınların kararlılık ve kaçınma ile ilgili beklentilerinden daha yüksektir. Ayrıca erkeklerin sigaradan beklentiler alt boyutları olan olumsuz duygu azaltma ve sigaradan tat alma ile ilgili beklentileri, kadınların olumsuz duygu azaltma ve tat alma beklentilerinden daha yüksektir.

Suriyeli sığınmacıların sigara kullanım süresinin, öz-etkililik ölçeği alt boyutları olan kararlılık ve kaçınma ile ilişkili olduğu görülmüştür. Bu bulguya göre Suriyeli sığınmacılar, karşılaştıkları olay ve durumlardan kaçınma davranışı göstermeleriyle sigara yönelmekte ve kararlılık tutumları sigara kullanım süresini artırmaktadır.

Suriyeli sığınmacıların sigara kullanım süresinin, sigaradan beklentiler ölçeği alt boyutları olan olumsuz duygu azaltma ve olumsuz sosyal izlenim ile ilişkili olduğu görülmüştür. Bu bulguya göre Suriyeli sığınmacıların sigara kullanım süresi uzadıkça sigara kullanımından olumsuz duyguları azaltma beklentisi de artmaktadır. Olumsuz sosyal izlenim alt boyutuna bakıldığında ise; olumsuz sosyal izlenimin Suriyeli sığınmacıların sigara kullanım süresini etkilemediği görülmektedir.

Araştırmaya katılan Suriyeli sığınmacıların günlük sigara kullanım miktarı ile öz-etkililik ve sigaradan beklentileri arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir. Öz-etkililik alt boyutlarına bakıldığında Suriyeli sığınmacıların olumsuz duygu artırma ve kaçınma davranışlarının artması ile günlük sigara kullanımının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Motivasyon alt boyutuna bakıldığında ise Suriyeli sığınmacıların motivasyonlarının yüksek olması durumunda günlük sigara kullanımının azaldığı söylenebilmektedir.

Günlük sigara kullanım miktarı ile sigaradan beklentiler alt boyutlarına bakıldığında; Suriyeli sığınmacıların olumsuz duygu azaltma, tat alma ve kilo kontrolü ve sosyalleşme beklentileri arttıkça günlük sigara kullanım miktarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre; Suriyeli sığınmacıların kendilerini sakinleştirip rahatlamaya yardımcı olan, yemek yeme eylemini kontrol edip kilo kontrolü sağlayan bir sosyalleşme aracı olarak sigaradan beklentilerinin olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan Suriyeli sığınmacıların sigara içme süreleri ve günlük sigara kullanım miktarlarının artmasıyla sigarayı bırakma girişimlerinin aynı oranda artmadığı görülmektedir. Suriyeli sığınmacıların olumsuz duygularının ve kaçınma davranışının artmasına bağlı olarak sigara bırakma girişiminin artmadığı söylenebilmektedir. Ayrıca Suriyeli sığınmacıların sigaradan olumsuz duygu azaltma, kilo kontrolü ve sosyalleşme

ve tat almaya yönelik yüksek beklentilerinin bulunması da sigara bırakma girişimini negatif yönde etkilemektedir.



ÖNERİLER

Sigara kullanan Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik algısının sigara içme beklentileriyle ilişkisini incelemek için yapılan araştırmanın sonuçları, araştırma grubunu oluşturan Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik algıları, sigaradan beklentileri ve sigara kullanım sebeplerini etkileyen etmenler neticesinde, sigara kullanımının önlenmesine yönelik bazı çıktılar ortaya koymaktadır.

Sigara kullanan Suriyeli sığınmacıların sigara kullanma alışkanlıklarının azaltılması veya sigarayı bırakma yönünde adım atılabilmesi için bireylerin ihtiyaçlarına odaklanılmalı ve var olan ihtiyaçlar tespit edilmeli, yaşanan sorunlar ve toplumda karşılaştıkları zorluklar detaylı şekilde ele alınmalıdır.

Sigara kullanan Suriyeli sığınmacıların kendi ülkelerinde sigaraya başlamış olmaları durumunda önleme çalışması yapmak mümkün olmasa da Türkiye’de bulundukları süreçte aile içerisinde yer alan diğer bireylerin, özellikle çocukların sigaraya başlamasının önlenmesi önem arz etmektedir. Araştırma sonuçlarında sigara kullanan Suriyeli sığınmacıların ailesinde ve yakın arkadaş çevresinde sigara kullanımının yoğun olması bu noktada destekleyici niteliktedir. Sigara kullanımının önlenmesine yönelik ailedeki tüm bireyleri kapsayan, ebeveyn-çocuk ilişkisini merkez alan ve sigaranın sağlığa zararlarına değinen önleyici çalışmalar planlanmalıdır. Aile içerisinde yer alan çocukların sigara kullanma alışkanlığı kazanmamaları amacıyla ev dışında zaman geçirdikleri okul ortamında da akran eğitim modeli sağlık ekseninde sigaranın zararları çocuklara aktarılmalı ve küçük yaşta sigaraya yönelik öz-etkililik algıları güçlendirilmelidir.

Dünyada sigara kullanma yaşının oldukça düşük olduğu göz önünde bulundurularak; ortaokul, lise ve üniversitelerde sigaraya yönelik koruyucu-önleyici programların uygulanması için politikalar geliştirilmelidir. Suriyeli sığınmacılar göz önünde bulundurulduğunda uygulanacak bu programların gerek yazılı gerek görsel anlamda dil bariyerine takılmadan, bireylere ana dilde aktarılması oldukça önemlidir. Bu noktada okul sosyal hizmetinin hayata geçirilmesi ve okullarda sosyal hizmet uzmanı istihdam edilmesi önerilmektedir.

Sigara kullanan Suriyeli sığınmacılara sık bulundukları ortamlarda ve resmi işlerini yapmak için gittikleri kurumlarda sigaranın zararları hakkında bilgilendirme çalışmaları yapılmalıdır. Bu noktada İl Göç İdareleri, Sağlık Bakanlığı ve Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı’nın sigara kullanımına yönelik koruyucu-önleyici çalışmalarının artması önem arz etmektedir. Bu kurumların çalışmalarının planlanması ve uygulanması aşamasında Yeşilay gibi kuruluşlarla işbirliği yapılmalı ve multidisipliner bir model geliştirilerek bireylere profesyonel bir hizmet sunulmalıdır.

Sigara kullanan bireylere, sigara bırakma tedavi süreci hakkında bilgilendirme faaliyetleri yapılmalı ve buna bağlı olarak bireylere sağlık danışmanlığı sunulmalıdır. Bu noktada “iyileşme danışmanlığı” kullanılarak bireylere sigara bırakma sürecinde destek olunabilir.

Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik algıları ve sigaradan beklentileri birçok değişkene bağlıdır. Buna bakılarak; yapılacak çalışmaların öz-etkililik ekseninde yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik düzeylerinin yükseltilmesine yönelik çalışmalar yapılmalı, bu çalışmalar farkındalık artırıcı çalışmalar ile de desteklenmelidir.

Suriyeli sığınmacıların sigara kullanımında sigaradan beklentilerinin oldukça fazla olduğu araştırma sonuçlarında görülmektedir. Bu noktada bireylerin sigara kullanımına ilişkin olumlu beklentilerinin azaltılması, olumsuz düşüncelerin ise artırılması hedeflenmelidir.

Gerek göç sürecinde gerek göç edilen ülkede karşılaşılan zorluklar, yaşanan sorunlar, bireylerin temel ihtiyaçları, sosyo-ekonomik etkenler ve entegrasyon süreci göz önünde bulundurularak bireylere stresle baş etme ve problem çözme becerisi kazandırılması, özsaygı ve özşefkat farkındalıklarının artırılması ve öz-etkililik algılarının artırılmasına yönelik çalışmalar yapılması önem arz etmektedir. Bu noktada sosyal hizmet mesleğinde yer alan ve sıkça kullanılan güçlendirme yaklaşımının sigara kullanımıyla mücadele sürecinde kullanılmasının işlevsel olacağı düşünülmektedir.

Ev dışında zaman geçiren ve çalışma hayatında daha fazla yer alan bireylerin yaşadıkları stres durumuna göre sigaraya yönelebildikleri ve stresin sigara içmeyi tetikleyen bir unsur olduğu düşünüldüğünde; işyerlerinde stres azaltma veya stres ile baş edebilme becerilerinin kazandırılmasına yönelik çalışmalar yapılabilir. Güçlendirme yaklaşımı ile bireylerin iş ortamında güçlü noktaları vurgulanarak, sosyal aktiviteler zenginleştirilip bireylerin daha kaliteli zaman geçirmesi sağlanabilir. Bu durum aynı zamanda bireylerin topluma uyum sürecini hızlandırarak kaygı düzeylerini de azaltabilir.

Suriyeli sığınmacıların sigarayı bırakmaya teşvik edilmeleri amacıyla kendi aralarında önderlik yapabilecek birinin seçilmesiyle bir topluluk oluşturulabilir ve bu topluluk içerisinde daha önce sigara kullanımı olup halihazırda sigara kullanımını bırakmış bireylerin, diğer bireylerin sigara bırakma motivasyonunu artırabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Adıgüzel, Y. (2017). Göç ve Göç Sonrası Türkiye’deki Mevcut Durum. M. Baloğlu, E. Göv ve T. Bağrıaçık (Ed.), *Geçici Koruma Statüsündeki Bireylere Yönelik Rehberlik Hizmetleri Kılavuz Kitabı* içinde (26-43). Ankara: Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü.
- AFAD, (2017). *Türkiye’deki Suriyelilerin Demografik Görünümü, Yaşam Koşulları ve Gelecek Beklentilerine Yönelik Saha Araştırması*. Ankara: Başbakanlık Afet ve Acil Durum Yönetimi Başkanlığı.
- Ağır, O. ve Sezik M. (2015). Suriye’den Türkiye’ye Yaşanan Göç Dalgasından Kaynaklanan Güvenlik Sorunları. *Birey ve Toplum Dergisi*. Cilt: 5. Sayı: 9. Sayfa: 95-123.
- Akılolu, N. ve Altundere, E. (2018). Mülteci ve Sığınmacı Kadınların İş ve Sosyal Yaşamda Karşılaştıkları Özgün Sorunlar Üzerine Bir Değerlendirme. S. Erdoğan, A. Gedikli ve D.Ç. Yıldırım (Ed.), *Uluslararası Yönetim, Ekonomi ve Politika Kongresi 2018 Bahar Tam Metin Bildiriler Kitabı* içinde (116-126). İstanbul: Pazıl Yayıncılık.
- Akıncı, B., Nergiz A. ve Gedik E. (2015), “Uyum Süreci Üzerine Bir Değerlendirme: Göç ve Toplumsal Kabul”, *Göç Araştırmaları Dergisi*, C.1, S.2, ss.58-83
- Aksayan, S. ve Gözümlü, S. (1998). Olumlu Sağlık Davranışlarının Başlatılması ve Sürdürülmesinde Öz Etkililik (Kendini Etkileme) Algısının Önemi. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 2(1):35-43.
- Aksoy, Z. (2012). Uluslararası Göç ve Kültürlerarası İletişim. *Journal of International Social Research*, 5(20).
- Akşit, G., Bozok, M., ve Bozok, N. (2016). Zorunlu göç, sorunlu karşılaşmalar: Hisar köyü, Nevşehir’deki Suriyeli Göçmenler Örneği.
- Aktel, M. Ve Kaygısız, Ü. (2018). Türkiye’de Göç Yönetimi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi*, 23(2), 579-604.
- Alaçam, H., Korkmaz, A., Efe, M., Şengül, C. B. ve Şengül, C. (2015). Pamukkale Üniversitesi öğrencilerinde alkol ve sigara bağımlılığı taraması. *Pamukkale Tıp Dergisi*, (2), 82-87.
- Alikaşifoğlu, M. ve Ercan, O. (2002). Ergenlerde Madde Kullanımı. *Türk Pediatri Arşivi*, 37: 66-73.
- Alpay, N., Karamustafaoğlu, N. ve Kükürt, R. (1995). Madde Bağımlılarında Suç. *Düşünen Adam*, 8(2).16-17.
- Altuntaş, S. (2014). Davetsiz Misafirler: Türkiye’deki Mültecilerin Maduniyet Görünümleri. *İdeal Kent-Kent Araştırmaları Dergisi*, 14, 252-276.
- Altuntaş, M. (2020). *Geçici Koruma Altındaki Suriyelilerin Entegrasyon Süreci Boyunca Karşılaştığı Sorunlar: Kocaeli Örneği*. Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Y. Lisans Tezi. Yalova.
- American Cancer Society. The Tobacco Atlas, 3rd edition. Bookhouse Group Inc.: Barr Levin, 2009.
- American Psychiatric Association APA. DSM-5 Tanı Ölçütleri. (Ed.: E. Köroğlu). 2013. 280-283.

- Anderson Je, Jorenby De, Scott Wj, FioreMc. Treating Tobacco Use And Dependence: An Evidence-Based Clinical Practice Guideline For Tobacco Cessation. Chest. 2002; 121(3): 932-941.
- Arslan, Ö. (2020). Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Nikotin Bağımlılığı ve Uyku Kalitesinin Değerlendirilmesi. Tıpta Uzmanlık Tezi. Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Çanakkale.
- Aslan, D. (2005). Dünyada ve Türkiye'de tütün kontrolünde yeni bir dönem başladı: Tütün Kontrolü Çerçeve Sözleşmesi. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 14(1), 19-21.
- Aslan, D., Bilir, N., Dilbaz, N. ve Kılınç, O. (2010). Tütün Bağımlılığı ile Mücadele El Kitabı (Hekimler İçin). Anıl Matbaa. Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü.
- Assida, O.M.A. (2016), *The Economic and Social Impacts of Forced Migration: A Case Study of Syrian and Iraqi Forced Migrants in Samsun*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Aşut, Ö. (1993). *Hekim ve Sigara*. Ankara: Türk Tabipleri Birliği.
- Atak, H. (2011). Yetişkinliğe Geçiş Yıllarında Sigara İçme Davranışının Psikososyal Belirleyicileri ve Sigara İçmenin Yaşam Doyumu ve Öznel İyi Oluşla İlişkisi. *Klinik Psikiyatri*: 14:29-43
- Avrupa Uyuşturucu ve Uyuşturucu Bağımlılığını İzleme Merkezi. (2018). *Avrupa Uyuşturucu Raporu*. Lüksemburg: Avrupa Toplulukları Resmi Yayınlar Bürosu.
- Azkan, N. (2002). Tütün. N. Özyardımcı (Ed.). *Sigara ve Sağlık*, Bursa: Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi, 3-21.
- Balcıoğlu, İ. (2007). *Sosyal ve Psikolojik Açısından Göç*. İstanbul: Elit Kültür Yayınları.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy Mechanizm in Human Agency American Psychologist, 37(2),140.
- Bandura, A. (1989). Regulation Of Cognitive Processes Through Perceived Selfefficacy. *Devopmental Psychology*,25:729-735.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy in V.S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of Human Behavior*, New York: Academic Press,71-81.
- Bandura, A. (1997). Self-Efficacy in Changing Societies. in Bandura, A. (Ed.), *Exercise of Personaland Collective Efficacy in Changing Societies*, New York: Cambridge University Press, 1-45.
- Barın, H. (2015). Türkiye'deki Suriyeli Kadınların Toplumsal Bağlamda Yaşadıkları Sorunlar ve Çözüm Önerileri. *Göç Araştırmaları Dergisi*,1(2),10-56.
- Barut, E. (2008). Sınıf Öğretmenlerinin Öz-Yeterlilik İnanç Düzeyleri Üzerine Bir Araştırma. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*,7 (1), 162-178.
- Başak, C. (2011), *Mülteciler, Sığınmacılar ve Yasa Dışı Göçmenler*, Ankara: T.C. İçişleri Bakanlığı Yayını, Yayın No: 686.
- Bayraklı, C. (2007). *Dış Göçün Sosyo-Ekonomik Etkileri: Görece Göçmen Konutları'nda (İzmir) Yaşayan Bulgaristan Göçmenleri Örneği*. (Yayımlanmamış doktora tezi, Adnan Menderes Üniversitesi).

- Beck, G.J., Doyle, C.A., Schachter, E.N. (1981). Smoking and Lung Function. *American Review of Respiratory Disease*, 123(2), 149-155
- Bilir, N. ve Telatar, T.G. ve Yıldız A.N. (2005). Sigarasız İşyerleri.
- BMMYK, (1998). *Mülteci Statüsünün Belirlenmesinde Uygulanacak Ölçütler ve Usuller Hakkında El-kitabı*. Ankara.
- Boyacı, H., Çorapçıoğlu, A., Ilgazlı, A., Başıyigit, İ. ve Yıldız, F. (2003). Kocaeli Üniversitesi Öğrencilerinin Sigara İçme Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi. *Solunum Hastalıkları*, 14(3), 169-175.
- Boz, A. (2019). Sigara Kullanan Sosyal Hizmet Öğrencilerinin Öz-Etkililik Algısının Sigara İçme Beklentileriyle İlişkisi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.
- Bozbeyoğlu, E. (2015). Mülteciler ve İnsan Hakları. *Hacettepe Üniversitesi İletişim Fakültesi Kültürel Çalışmalar Dergisi*. 2(1), ss.60-80.
- Boztaş, G., Aslan, D. ve Bilir, N. (2006). Çevresel sigara. Dumanından Etkilenim ve Çocuklar. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 15, 75-78.
- Buğdaycı, G. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Sigara, Alkol ve Madde Kullanımı ve Madde Kullanımını Etkileyen Sosyal Kültürel ve Ekonomik Süreçler: Sakarya Üniversitesi Örneği. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Buz, S. (2002). Türkiye'deki Sığınmacıların Üçüncü Bir Ülkeye Gidiş İçin Bekleme Sürecinde Karşılaştıkları Sorunlar. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Buz, S. (2004). *Zorunlu Çıkış Zorlu Kabul Mültecilik*. Sığınmacılar ve Göçmenlerle Dayanışma Derneği Yayınları. N: 5. Ankara.
- Buz, S. (2008). Türkiye Sığınma Sisteminin Sosyal Boyutu. *TBB Dergisi*, (76), 120-130.
- Camenga, D. R. & Klein, J. D. (2004). Adolescent Smoking Cessation. *Current Opinion in Pediatrics*, 16(4), 368-372.
- Castles, S. ve Miller, J. M. (2008). Göçler Çağı: Modern Dünyada Uluslararası Göç Hareketleri. İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Cimete G. (2000). Adölesanlarda Madde Kullanımı. *Hemşirelik Forumu*, 5(1). 2-9.
- Coşkun, R., Altunışık, R., Nayraktaroğlu, S. ve Yıldırım, E. (2015). Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. Sakarya: Sakarya Yayıncılık.
- Coşkunol, H. (2000). *Şizofreni ve Madde Kullanım Bozuklukları*. Ankara: Çizgi Tıp Yayınevi.
- Çağlayan, S. (2006). Göç Kuramları, Göç ve Göçmen İlişkisi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (17), 67-91.
- Çakır, S. (2011). Geleneksel Türk Kültüründe Göç ve Toplumsal Değişme. *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2011(24), 129-142.
- Çalışkan, Ş. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Sigara Kullanımını Etkileyen Faktörler (Ekonometrik Bir Yaklaşım). *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(2): 23-48.
- Çapık, C. ve Özbiçaklı, Ş. (2007). Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinin Sigara Bağımlılık Düzeyleri ve Etkileyen Etmenler. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 4(2), 1-12.

- Çetin, İ. (2016). Türkiye'deki Suriyeli Sığınmacıların Sosyal ve Kültürel Entegrasyonu. *Sosyoloji Dergisi*, 34, 197-222.
- Çetinkaya, A., Özmen, D. ve Fadiloğlu, Ç. (2014). Geleceğin Sağlık Profesyonellerinin Öz-Etkililik-Yeterlik Düzeyleri ile Sosyal Destek Algıları Arasındaki İlişki. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(4), 1045-1055.
- Çiçekli, B. (2009). *Göç Terimleri Sözlüğü*. Cenevre: Uluslararası Göç Örgütü Yayınları.
- Çoşkun, İ. ve Emin, N. M. (2016b). *Türkiye'deki Suriyelilerin Eğitiminde Yol Haritası Fırsat ve Zorluklar*. İstanbul: Seta Yayınları.
- Demir, T., Tutluoğlu, B., Koç, N. ve Bilgin, L. (2004). Sigara bırakma Polikliniğimiz Bir Yıllık İzlem Sonuçları. *Tüberküloz ve Toraks Dergisi*, 52(1), 63-68.
- Doğan, Y.B. (1998). Bağımlılık Kavram ve Anlayışı. Dilbaz N. (Ed.), *Alkol ve Alkol Dışı Madde Bağımlılığı*, Ankara: 2-7.
- Doksat, M. K. ve Aydın, S. (2000). Sigara Kullanımının Psikiyatrik Yönü ve Tedavisi, *3P Dergisi*, 8(2): 93-99.
- Edis, E. Ç. ve Çağlar, T. (2006). Tütün Bağımlılığı Tedavisinde Yeni Gelişmeler. *Akciğer Arşivi*, 7, 99-103.
- Edis, E. Ç. ve Karlıkaya, C. (2007). The Ecost of Lung Cancer in Turkey. *Tüberküloz ve Toraks Dergisi*, 55(1), 51-58.
- Ekici, S., ve Tuncel, G. (2015). Göç ve İnsan. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(1), 9-22.
- Elbek, O., Kılınç, O., Aytemur, Z. A., Akyıldız, L., Küçük, Ç. U., Özge, C. ve Dağlı, E. (2014). Türkiye'de Tütün Kontrolü. *Türk Toraks Dergisi*, 16, 141-150.
- Erçim, R. E. ve Baydaş, B. (2017). Genç Yetişkinlerde Pasif Sigara Maruziyetinin Diyet Kalitesine, Oksidatif Stres İndeksine ve Beslenme Durumuna Etkisi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 31(1), 01-10.
- Erçoşkun, B. (2015). *Suriyeli Mültecilerin Türkiye'ye Sosyokültürel ve Sosyoekonomik Etkileri*. İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Y. Lisans Tezi. İstanbul.
- Erdemir, F. (1998). Hemşirenin Rol ve İşlevleri ve Hemşirelik Eğitiminin Felsefesi. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 2(1): 59-63.
- Erdoğan, M. (2015). *Türkiye'deki Suriyeliler: Toplumsal Kabul ve Uyum*. İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Eren, V. ve Çakran, Ş. (2017). Mülteci Politikası: Avrupa Birliği ve Türkiye Karşılaştırması. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. C:14. S:39. ss:1-30.
- Ergün, A. (1998). Sigara ve Sistemik Etkileri. *Türkiye Klinikleri Journal of Medical*
- Ersoy, Ö. (2015). Kahramanmaraş İl Merkezindeki Lise Son Sınıf Öğrencilerinde Madde Bağımlılığı ve Etkileyen Faktörler. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı.
- Eskici, M. (2013). İlköğretim Öğretmenlerinin Yapılandırmacı Yaklaşımına İlişkin Öz-Yeterlik Algıları ile Tutumları. Doktora tezi, *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, Bolu.

- Evren, B., Ögel, K. ve Uluğ, B. (2012). *Alkol Madde Bağımlılığı Tanı ve El Kitabı*. Ankara: Türk Psikiyatri Derneği.
- Faist, T. (2003). *Uluslararası Göç ve Ulusaşırı Toplumsal Alanlar*. Çev. Gündoğan, A. Z. ve Nacar, C. Ankara: Bağlam Yayıncılık.
- Fiore, M.C. (2000). US Public Health Service Clinical Practice Guideline: Treating Tobacco Use and Dependence. *Respiratory Care*, 45(10), 1200-1262.
- Freeman, M. A., Hennessy, E. V., & Marzullo, D. M. (2001). Defensive Evaluation of Antismoking Messages Among College-Age Smokers: The Role Of Possible Selves. *Health Psychology*, 20(6):424.
- Fritz, D., Tischler, M. A., & Kallus, K. W. (2003). Formal Papers. Review Process, 3(2):195.
- Gemici, E., ve Çatal, S. (2019). Göç ve Çokkültürlülük. *Anadolu Strateji Dergisi*, 1(1), 51-60.
- Gomzi, M. (1999). Indoor air and Respiratory Health In preadolescent Children. *Atmospheric Environment*. 33, 4081-4086.
- Gözüm, S. ve Aksayan, S. (1999). Öz-etkililik-yeterlik Ölçeği'nin Türkçe Formunun Güvenilirlik ve Geçerliliği. *Journal of Anatolia Nursing and Health Sciences*, 2(1). 21-33.
- Güllüpinar, F. (2012). Göç Olgusunun Ekonomi-Politiği ve Uluslararası Göç Kuramları Üzerine Bir Değerlendirme. *Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(4), 53-85.
- Gümüş, D. ve Ulukol, B. (2010). Ergenlerin Sigara İçmesini Etkileyen Faktörler ve Sigara Karşıtı İki Eğitim Modelinin Etkinliği. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 17(3), 179-185.
- Günay, E., Atılgan, D., ve Serin, E. (2017). Dünya'da ve Türkiye'de göç yönetimi. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 7(2), 37-60.
- Güneş Aslan, G. (2018). Sığınmacılara Yönelik Sosyal Hizmet Uygulamalarında Yaşanan Sorunlar ve Çözüm Önerileri: İstanbul'daki Suriyeli Sığınmacılar Örneği. *Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi*. Yalova.
- Güneş Aslan, G. ve Güngör, F. (2019). Suriyeli Sığınmacıların Türkiye'ye Göç Sonrası Yaşadığı Sorunlar: İstanbul Örneği. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(8), 1602-1632.
- Hazan, J. C. (2012). Geçmişten Geleceğe Zorunlu Göç. S. İhlamur-Öner ve N. Ş. Öner, *Küreselleşme Çağında Göç: Kavramlar, Tartışmalar*, İstanbul: İletişim Yayınları, s.183-197.
- Helsinki Yurttaşlar Derneği, (2007). İstenmeyen Misafirler: Türkiye'de "Yabancı Misafirhanelerinde Tutulan Mülteciler. Mülteci Gözetim Raporu.
- Hezer, H. Ve Karalezli, A. (2019). Sigaraya Psikolojik Bağımlılığın Sigara İçme Arzusu ve Nikotin Yoksunluk Semptomlarına Etkisi. *Ankara Medical Journal*, 19(4), 700-707.
- Holloway, A. ve Watson, H. E. (2002). Role of Self-efficacy and Behavior Change. *International of Nursing Practice*, 8, 106-115.
- http://gamapserver.who.int/gho/interactive_charts/tobacco/use/atlas.html, (Erişim Tarihi: 23.10.2021).

- <https://m.bianet.org/bianet/insan-haklari/2953-multeci-siginmaci-gocmen-nedir>, (Erişim Tarihi: 11.12.2020).
- <https://www.afro.who.int/sites/default/files/2017-09/Front%20Matter.pdf>, (Erişim Tarihi: 23.10.2021).
- <https://www.goc.gov.tr/multeci>, (Erişim tarihi: 11.12.2020).
- <https://www.psikiyatri.org.tr/halka-yonelik/46/nikotin-sigara-bagimliliği>, (Erişim Tarihi: 17.01.2021).
- <https://www.psikiyatri.org.tr/halka-yonelik/46/searchResult.aspx?q=nikotin&cx=015821735556571124841%3awlsy5gkho1i&cof=FORID%3a11>, (Erişim Tarihi: 16.01.2021).
- <https://www.unhcr.org/figures-at-a-glance.html>, (Erişim Tarihi: 13.12.2020).
- <https://www.unhcr.org/tr/>, (Erişim Tarihi:13.12.2020)
- <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>, (Erişim Tarihi: 24.01.2021).
- <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>, (Erişim Tarihi: 16.01.2021).
- <https://www.who.int/tobacco/mpower/en/>, (Erişim Tarihi: 17.01.2021).
- <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/tutun-bagimliliği> (Erişim Tarihi:17.01.2021).
- Hughes, J. R. (2007). Effects of Abstinence From Tobacco: Valid Symptoms and Time Course. *Nicotine and Tobacco Research*, 9(3), 315–327.
- IOM, (2009). Uluslararası Göç Örgütü. Göç Terimleri Sözlüğü. Sayı:18.
- İçduygu, A. (2007). The Politics of Irregular Migratory Flows in the Mediterranean Basin: Economy, Mobilityand “Illegality”. *Mediterranean Politics*, Vol. 12, No. 2, 141–161.
- İldan Çalım, S., Kavlak, O., Sevil, Ü. (2011). Evrensel bir sorun: göçler ve kadınların sağlık hizmetlerinde yaşadıkları dil sorunlar, 15-17 Eylül 2011, I. Ulusal Kültürlerarası Hemşirelik ve Ebelik Kongresi, İzmir (Sözlü Bildiri)
- Kadunce, D. P., Burr, R., Gress, R., Kanner, R., Lyon, J.J. ve Zone, J.J. (1991). Cigarette Smoking: Risk Factor for Premature Facial Wrinkling. *Annals of Internal Medicine*, 114(10),840-844.
- Karasar, N. (2011). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Nobel Yayınları.
- Karlıkaya, C., Öztuna, F., Aytemur Solak, Z., Özkan, M. ve Örsel, O. (2006). Tütün kontrolü. *Toraks Dergisi*, 7(1),51–64.
- Karşıdağ, Ç., Alpay, N. ve Kocabıyık, A. (2005). Şizofreni ve Sigara Bağımlılığı. *Düşünen Adam Dergisi*,18(1), 13-20.
- Kartal, B., ve Başçı, E. (2014). Türkiye'ye Yönelik Mülteci ve Sığınmacı Hareketleri. *Celal Bayar University Journal of Social Sciences/ Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(2).
- Kaşıkcı, Ş. (2014). Ergenlik Döneminde Riskli Sağlık Davranışları. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kaya, A. ve Kırac, A. (2016). *İstanbul'daki Suriyeli Mültecilere İlişkin Zarar Görebilirlik Değerlendirme Raporu*. Hayata Destek Derneği.

- Kaya, İ. ve Yılmaz Eren, E. (2015). *Türkiye’deki Suriyelilerin Hukuku Durumu*. İstanbul: Seta Yayınları.
- Kaypak Ş. (2015). Güvenliğin Değişen Anlamı; Çevresel Güvenlik (Hatay Örneği), Hatay Çevre Sorunları ve Çözüm Önerileri Sempozyumu 28-30 Mayıs 2015, Powerpoint Sunu, Antakya.
- Kaypak, Ş. ve Bimay, M. (2016). Suriye Savaşı Nedeniyle Yaşanan Göçün Ekonomik ve Sosyokültürel Etkileri: Batman Örneği. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimler Dergisi*,6(1), 84-110.
- Keser, G. (2011). *Göç ve Zor: Diyarbakır Örneğinde Göç ve Zorunlu Göç*. Ankara: Ütopya Yayınları.
- Kirişçi, K. ve Karaca, S. (2015). Hoşgörü ve Çelişkiler: 1989, 1991 ve 2011’de Türkiye’ye Yönelen Kitlesel Mülteci Akımları.
- Koca, B. (2011). *İnönü Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Sigara, Alkol, Madde Kullanımı, Madde Kullanımına Etki Eden Etmenler ve Aileden Aldıkları Sosyal Desteğin Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Fırat Üniversitesi, Elazığ.
- Korkmaz, M., Ersoy, S., Özkahraman, Ş., Taşçı-Duran, E., Çetinkaya-Ulusoy, E., Orak, S. ve Orhan, H. (2013). Süleyman Demirel Üniversitesi öğrencilerinin tütün mamulleri-alkol kullanım durumları ve sigaraya yaklaşımları. *S.D.Ü. Tıp Fakültesi Dergisi*: 20(2), 34-42.
- Koyuncu, A. (2014). *Kentin Yeni Misafirleri Suriyeliler*. Konya: Çizgi Kitabevi Yayınları.
- Köknel, Ö. (1998). *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Köroğlu, E. (1994). *Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı*, Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Kubilay, G., Terzioğlu, F. ve Karatay, G. (2008). *Gebelik ve Sigara*. Klasmat Matbaacılık, Ankara.
- Kutlu, R., Marakoğlu, K. ve Çivi, S. (2005). Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Hemşirelerinde Sigara İçme Durumu ve Etkileyen Faktörler. *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*,27(1), 29-34.
- Lecaj, F. (2019). Küreselleşme Göç ve Kadın. *Uluslararası Beşeri ve Sosyal Bilimler İnceleme Dergisi*, 3(1), 49-58.
- Lordoğlu, K. ve Aslan, M. (2016). En Fazla Suriyeli Göçmen Alan Beş Kentin Emek Piyasalarında Değişimi: 2011-2014. *Çalışma ve Toplum Dergisi*, 2, 789-808.
- Malone, K. M., Waternaux, C., Haas, G. L. ve Cooper, T. B., et al: Cigarette Smoking, Suicidal Behavior, And Serotonin Function in Major Psychiatric Disorders. *The American Journal of Psychiatry*. Washington: 160(4): 773, 2003.
- Mathers, C. D. ve Loncar, D. (2006). Projections of Global Mortality and Burden of Disease from 2002 to 2030. *PLoS Medicine*. 3(11),1-20.
- MAZLUMDER. (2014). *Kamp Dışında Yaşayan Suriyeli Kadın Sığınmacılar Raporu*.
- McMurrin, M. (1994). Assessment of Criminal Behaviours Of Clients in Secure Settings. *Psychology, Crime and Law*,1(2),187-191.

- Multon, K. D., Brown, S. D. And Lent, R. W. 1991. Relation of Self-Efficacy Beliefs to Academic Outcomes: A Meta-Analytic Investigation. *Journal of Counseling Psychology*, 38: 30–38.
- Oberg S. (1994). *Gelecekteki Güney-Kuzey Göçünde Mekansal ve Ekonomik Faktörler*. Dünyanın Gelecek Nüfusu. Bugün Neleri Vardırabiliriz. s. 361-385.
- OrganizationWh, Control Rfit. Who Report On The Global Tobacco Epidemic, 2008: The Mpower Package: World Health Organization; 2008.
- Ögel, K. (2010). Sigara, Alkol ve Madde Kullanım Bozuklukları: Tanı, Tedavi ve Önleme. Yeniden Yayınları, İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları.
- Ögel, K. ve Tamar D. (1997). Uyuşturucu Madde Kullanımının Aile Üstüne Etkisi. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu.
- Önal A. Ve Keklik B. (2016). Mülteci ve Sığınmacıların Sağlık Hizmetlerine Erişimde Yaşadığı Sorunlar: Isparta İlinde Bir Uygulama. Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi, 7(15):132-48.
- Özcan, S., Taş, H.Y. ve Çetin, Y. (2013). Sigara ile Mücadelede Toplumsal Bilinç. *HAK-İŞ Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*.2(4), ss.153-175.
- Özcebe, H. (2008). “Gençler ve Sigara”, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Ankara. s.3-19.
- Özyurt, L. (2006). *Hekimlerin sigara içme davranışlarının bazı değişkenler açısından değerlendirilmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Pepi A., Faria L., Alesi M. (2006). Personal Conceptions of Intelligence, Self Esteem and School Achievement in Italian And Portuguese Students, Adolescence. *Academic Research Library*, 41(164):615-631.
- Petersan, W. (1958). A General Typology of Migration. *American Sociological Review*. S: 23. C: 3. s. 256-266.
- Peto, R., Darby, S., Deo, H., Silcocks, P., Whitley, E., Doll, R. (2000). Smoking, Smoking Cessation And Lung Cancer in The UK Since 1950: Combination of National Statistics With Two Case-Control Studies. *BMJ*; 310-321.
- Polat, A. (2003). *Küreselleşme ve Sigara*. Kaya B. Ve Ünal S. (Ed.), Küreselleşme ve Psikiyatri El Kitabı içinde (364-368). TTB Yayınları.
- Polat, G. (2014). Madde Bağımlılığı Tedavisinde Sosyal Hizmet Mesleği. *Okmeydanı Tıp Dergisi*.30(2).ss.143-148.
- Prochazka, A.V. (2000). New Developments in Smoking Cessation. *Chest*,117:169-175.
- Rash, C. J. ve Copeland, A. L. (2008). The Brief Smoking Consequences Questionnaire –Adult (BSCQ-A): Development of a short form of the SCQ- A. *Nicotine and Tobacco Research*,10(11),1633–1643.
- Resmî Gazete, <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2013/04/20130411-2.htm>, (Erişim Tarihi: 11.12.2020).
- Sağlam, L. (2017). Nikotin Bağımlılığının Klinik Değerlendirilmesi. *Güncel Göğüs Hastalıkları Serisi*, 4(1), 78-89.

- Sandra, P.E. and Donald, H. S. (2013). Perceived Self-efficacy end its Relationship Tore Silience. In R. Schwarzerand L. M. Warner (Eds.), Translating Resilience Theory for Aplication: Introduction. New York: Springer, 3-7.
- Sarpkaya, E.K. (2019). Hemşirelik Öğrencilerinde Öz-Etkililik-Yeterlilik Algısı ve Sınav Kaygısı. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Sciences*, 18(3):159–163.
- Selma, Ç. ve Şahin, T. K. (1991). Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi ve Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Sigara Konusundaki Bilgi-Tutum ve Davranışları. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 1(1),49-52.
- Sever, H. (2012). Sosyal Öğrenme Teorileri Işığında Yasadışı Göç ve Etkileri. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*,1(32).
- Sigara Bırakılmasında Farmakolojik Tedavi, (2014). Tütün Kontrolü Çalışma Grubu. Türk Toraks Derneği. Ankara. 9, 35-42.
- Sigara Bırakma Tanı ve Tedavi Uzlaş Raporu, Türk Toraks Derneği Tütün Kontrolü Çalışma Grubu, 2014.
- Solgun, C., ve Durat, G. (2017). Göç ve Ruh Sağlığı. *Journal of Human Rhythm*, 3(3), 137-144.
- Somuncu, B. (2006). *Türkiye'nin Avrupa Birliği'ne Tam Üyelik Sürecinde Uluslararası Göç Politikası*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Süsen, Y. (2017). Duygu Düzenleme Güçlüğü/ Olumsuz Sıkışıklık ile Sigara Bağımlılığı Arasındaki İlişkide Sigaradan Duygu ile İlişkili Beklentilerin Rolü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara.
- Şeker B. D., Sirkeci İ. ve Yüceşahin M. (2015). Göç ve Uyum. Transnational Press London.
- Şeker, D. ve Uçan, G. (2016). Göç Sürecinde Kadın. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, C:14. S:1.
- Şişman, Y. ve Balun, B. (2020). Transit Göç ve Türkiye. *Anadolu Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(2), 61-79.
- T.C. Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı, Hacettepe Üniversitesi, ÇASGEM, Yayın No:26
- T.C. Sağlık Bakanlığı, (2019). Sağlık İstatistikleri Yıllığı 2019.
- Tanımlı, E. (2020). *Sigara Bırakma Başarısı Öngörü Ölçeği ile Nikotin Bağımlılığının Değerlendirilmesi*. Tıpta Uzmanlık Tezi. Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gaziosmanpaşa Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi Aile Hekimliği Kliniği, İstanbul.
- TDK, <https://sozluk.gov.tr/goc>. (Erişim Tarihi: 06 Aralık 2020).
- Tekeli. İ. (2008). *Göç ve Ötesi*. İstanbul: Tarih Vakfı Yurt Yayınları.
- Tepealtı, F. (2019). Avrupa Birliği'ne Yönelik Türkiye Geçişli (Transit) Göç Hareketleri ve Türkiye'nin Düzensiz Göçle Mücadelesi. *Eastern Geographical Review*, 24(1).
- Tosun, M. (2008). Madde Bağımlılığına Genel Bakış. Türkiye'de Sık Karşılaşılan Psikiyatrik Hastalıklar, *İÜ Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri; Sempozyum Dizisi*,62:201-220.

- Tunç, A. Ş. (2015). Mülteci Davranışı ve Toplumsal Etkileri: Türkiye’deki Suriyelilere İlişkin Bir Değerlendirme. *Tesam Akademi Dergisi*, 2(2), 29-63.
- Tuzcu, A. ve Ilgaz, A. (2015). Göçün Kadın Ruh Sağlığı Üzerine Etkileri. *Current Approaches in Psychiatry/ Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(1).
- TÜİK. Küresel Yetişkin Tütün Araştırması. Ankara,2008.
- Türk Dil Kurumu (2005). Türkçe Sözlük. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Türk Tabipler Birliği (TTB). (2016). Savaş, Göç ve Sağlık, Türk Tabipleri Birliği Yayınları, Ankara.
- Türk Tabipleri Birliği Yayınları. Suriyeli Sığınmacılar ve Sağlık Hizmetleri Raporu. Birinci Baskı. Türk Tabipleri Birliği Yayınları, Ankara, 2014.
- Türkiye’ye Yönelen Kitlesel Mülteci Akınları içinde, Erdoğan, M. M. ve Kaya, A. (der.) *Türkiye’nin Göç Tarihi*, s. 295-314, İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Ulusal Tütün Kontrol Programı. T.C. Resmî Gazete, 7 Ekim 2006. <http://www.resmigazete.gov.tr>, (Erişim Tarihi: 21.01.2021).
- UNECE (Economic Commission for Europe) (2012). Measuring Hard-to-Count Migrant Populations: Importance, Definitions, and Categories, Geneva, https://www.unece.org/fileadmin/DAM/stats/documents/ece/ces/ge.10/2012/WP_9_UNECE, (Erişim Tarihi: 11.12.2020).
- UNESCO, <http://www.unesco.org/new/en/social-and-human-sciences/themes/internationalmigrant/glossary/migrant/>. (Erişim Tarihi: 06 Aralık 2020).
- UNHCR, (2019). Küresel Eğilimler Raporu.
- UNICEF, (2017). *Geçici Koruma Statüsündeki Bireylere Yönelik Rehberlik Hizmetleri Kılavuz Kitabı*, Ankara.
- US Department of Health and Human Services. (2001). Women and Smoking: A report of the Surgeon General. *Washington, DC: US Government Printing Office*.
- Uysal A. (2005). Nikotin Bağımlılığı ve Değerlendirilmesi. Demir, T. (Ed). Sigara ve Sigara Bırakma Tedavileri, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Göğüs Hastalıkları Anabilim:139-148.
- Uzun, E. (2016). Uluslararası Hukuk Çerçevesinde BMMYK’nın Yapısı, Görevleri ve Uluslararası Mülteci Hukukunun Gelişimindeki Yeri. *Göç Araştırmaları Dergisi*, (4), 60-85.
- Ünal, K., Taşkaya, S. M. ve Ersoy, G. (2018). Suriyeli Göçmenlerin Yabancı Dil Olarak Türkçe Öğrenirken Karşılaştıkları Sorunlar ve Çözüm Önerileri. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(2), 134-149.
- Wakefield, M.A., Loken, B. ve Hornik, R.C. (2010). Use of Mass Media Campaigns to Change Health Behaviour. *Lancet*. 376,1261-1271.
- West, R., McNeill, A. ve Raw, M. (2000). Smoking Cessati on Guidelines for Health Professionals: An Update. *Thorax*, 55(12), 987-999.
- Yalçın, C. (2004). *Göç Sosyolojisi*. Ankara: Anı Yayıncılık.

- Yanık, O. (2019). Geçici Koruma Altındaki Suriyelilerin Sosyo Ekonomik Durumları ile Sosyal Uyum İlişkisi: Sultanbeyli Örneği. İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Y. Lisans Tezi. İstanbul.
- Yazıcı, H. ve Şahin, M. (2005). Üniversite Öğrencilerinin Sigara İçme Tutumları ile Sigara İçme Statüleri Arasındaki İlişki. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 455-466.
- Yeşilay. (2014). Tütün Ürünleri Tüketimi ve Yasalar Hakkında Neler Biliyoruz? *Yeşilay Dergisi*. 964, 32-35.
- Yeşildal, A., Oğuz, G., Güven, M., Sungur, M. Z. ve Üstünuçar, İ. (2014). Sigara bağımlılığı tedavisinde bilişsel davranışçı grup terapisi. *Bağımlılık Dergisi*, 15(2), 76-84.
- Yıldız, L., Kılıç, H. (2000). Sigaranın Klinik ve Biyokimyasal Etkileri. *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 20(5): 306-312.
- Yılmaz, A. (2014). Uluslararası Göç: Çeşitleri, Nedenleri ve Etkileri. *Electronic Turkish Studies*, 9(2).
- Yılmaz, G., İbiş, S., Yılmaz, B. ve Sevindik, T. (2010). Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Sigara ve Alkol Alışkanlıklarının İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 15-27.
- Yiğitbaş, Ç. ve Yetkin, A. (2003). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin öz-etkililik-yeterlilik düzeyinin değerlendirilmesi. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 7, 6-13.
- Yorgancıoğlu, A. ve Esen, A. (2000). Sigara bağımlılığı ve hekimler. *Toraks Dergisi*, 1(1), 90-5.
- Zengin, N. (2007). Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinde Öz-Etkililik-Yeterlilik Algısı ve Klinik Uygulamada Yaşanılan Stresle İlişkisinin İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 10(1), 49-57.
- Ziya, O. (2011). *Uluslararası Hukukta Toplu Sığınma ve Türkiye*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Harp Akademileri Komutanlığı Stratejik Araştırmalar Enstitüsü Müdürlüğü. İstanbul.



EKLER

EK-1: Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu

Yalova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalında yürütülmekte olan yüksek lisans tezi kapsamında “Sigara Kullanan Suriyeli Sığınmacıların Öz-Etkililik Algısının Sigara İçme Beklentileriyle İlişkisi: Adana Örneği” isimli bir araştırma yapılmaktadır. Araştırmanın evreninin Adana ilinde yaşayan ve gün içerisinde en az 1 sigara içen Suriyeli sığınmacılar oluşturmaktadır.

Bu araştırmanın temel amacının, “sigara kullanan Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik algısı ile sigara kullanımından beklentileri arasındaki ilişkiyi incelemek” olduğu bana açıklandı. Bu çalışma sırasında bana, kişisel bilgi formu, öz-etkililik ölçeği ve sigaradan beklentiler ölçeği-yetişkin formu doldurmam gerektiği bana söylendi. Bir sorun olması halinde araştırmacı Cansu Berk’e cansu.berk@yalova.edu.tr adresinden ulaşabilirim.

Benden istenen bilgilerin yalnızca bilimsel amaçla kullanılacağı ve isimlerin gizli tutulacağı bana anlatıldı. Bu çalışmaya katılmayı gönüllü olarak, kendi isteğimle kabul ediyorum. Eğer istemezsem bu çalışmaya katılmayabileceğimi biliyorum. Bu çalışmayla ilgili bana mali bir yaptırım uygulanmayacağı ve aynı zamanda araştırmaya katılmamdan dolayı herhangi bir ücret almayacağımı biliyorum. Araştırmaya kendi rızamla katılmak istiyorum. Bu belgenin bir kopyasını da edindim.

Araştırmacı:

Adı-Soyadı: Cansu BERK

İmza:

Katılımcı:

Adı-Soyadı:

İmza:

EK-2: Kişisel Bilgi Formu

Açıklama: Sigara kullanan Suriyeli sığınmacıların öz-etkililik algısı ile sigara kullanımından beklentileri arasındaki ilişkiyi incelemek ve istatistiksel olarak ölçümlemek amacıyla yapılan araştırma kapsamında sizden aşağıdaki soruları içtenlikle yanıtlamanız beklenmektedir. Katkılarınız için teşekkür ederim.

Araştırmacı:

Cansu BERK
Yalova Üniversitesi
Sosyal Hizmet Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi

Demografik Sorular

- 1) Cinsiyetiniz?
 - a) Kadın
 - b) Erkek
- 2) Yaşınız?
 - a) 18-29
 - b) 30-41
 - c) 42-53
 - d) 54-65
 - e) 65 ve üzeri
- 3) Ailenizin ortalama aylık geliri?
 - a) 0-2000
 - b) 2001-3000
 - c) 3001-4000
 - d) 4001-5000
 - e) 5001 ve üzeri
- 4) Yaklaşık ne kadar süredir sigara içiyorsunuz?
 - a) 6 aydır
 - b) 1 yıldır
 - c) 2 yıldır
 - d) 3 yıldır
 - e) 4 yıl ve üzeri

- 5) Günde kaç adet sigara içiyorsunuz?
- a) 4 ve daha az
 - b) 5-10 adet
 - c) 11-20 adet
 - d) 21-30 adet
 - e) 31 ve daha fazla
- 6) Sigara kullanmaya başlamanızda neler etkili oldu?
- a) Arkadaş çevresi
 - b) Aile
 - c) Okul ortamı
 - d) Diğer (Lütfen açıklayınız)
-
- 7) Ailenizde sigara kullanımı var mı?
- a) Evet (Lütfen kim olduğunu yazınız:))
 - b) Hayır
- 8) Yakın arkadaş çevrenizde sigara kullanımı var mı?
- a) Evet
 - b) Hayır
- 9) Sigara içme nedenleriniz (Birden fazla işaretleme yapabilirsiniz):
- c) Keyif veriyor
 - d) Sıkıntılarımı unutturuyor
 - e) Alışkanlık
 - f) Psikolojik olarak rahatlatıyor
 - g) Diğer (Lütfen açıklayınız)
-
- 10) Daha önce hiç sigarayı bırakmayı denediniz mi?
- a) Evet (Lütfen kaç kere denediğinizi belirtiniz)
 - b) Hayır

EK-3: Öz-Etkililik-Yeterlik Ölçeği

Aşağıda herhangi bir durumda insanların nasıl davranacaklarını ve düşüneceklerini anlatan 23 ifade vardır. Lütfen her bir maddeyi dikkatle okuyarak o maddede yer alan ifadenin size ne derece uygun olduğuna karar veriniz. Verdiğiniz karara göre aşağıdaki ölçeği dikkate alarak yandaki rakamlardan uygun olanı yuvarlak içine alınız.

1. Beni hiç tanımlamıyor.
2. Beni biraz tanımlıyor.
3. Kararsızım.
4. Beni iyi tanımlıyor.
5. Beni çok iyi tanımlıyor.

1. Yaptığım planları, gerçekleştireceğimden eminim.	1	2	3	4	5
2. Yapmam gereken bir işe girişememe gibi bir problemim vardır.	1	2	3	4	5
3. Bir işi bir seferde yapamıyorsa, yapıncaya kadar devam ederim	1	2	3	4	5
4. Kendim için önemli hedefler koyduğumda, nadiren başarırım.	1	2	3	4	5
5. İşleri yapıp sonuçlandırmadan yapmaktan vazgeçerim.	1	2	3	4	5
6. Zorluklarla karşılaşmaktan kaçınırım.	1	2	3	4	5
7. Bazı işler çok karışık görünüyorsa yapmak için sıkıntıya girmem.	1	2	3	4	5
8. Hoşlanmadığım ancak yapmam gereken işler varsa bitirinceye kadar devam ederim.	1	2	3	4	5
9. Bir şeyi yapmaya karar verdiğimde onun üzerinde çalışmaya devam ederim.	1	2	3	4	5
10. Yeni bir şeyler öğrenmeye çalıştığım, başlangıçta başarılı olamazsam hemen vazgeçerim.	1	2	3	4	5
11. Beklenmedik problemler çıktığında üzerinde fazla durmam.	1	2	3	4	5
12. Benim için çok zor göründüklerinde, yeni şeyler öğrenmek için çaba göstermekten kaçınırım.	1	2	3	4	5
13. Başarısızlık beni daha çok teşvik eder.	1	2	3	4	5
14. Bir şeyleri yapabilme konusunda kendime fazla güvenmem.	1	2	3	4	5
15. Ben kendime güvenen bir insanım.	1	2	3	4	5
16. Kolaylıkla vazgeçerim.	1	2	3	4	5

17. Hayatta ortaya çıkan problemlerin üstesinden gelme yeteneğini kendimde bulamam.	1	2	3	4	5
18. Yeni arkadaş edinmek benim için zordur.	1	2	3	4	5
19. Tanışmak istediğim birisini görürsem, onun bana gelmesini beklemek yerine ben giderim.	1	2	3	4	5
20. Arkadaşlık kurulması güç, ilginç biriyle tanışırsam, o kişiyle arkadaş olmaktan hemen vazgeçerim.	1	2	3	4	5
21. Bana ilgi göstermeyen birisiyle arkadaş olmaya çalıştığımda kolaylıkla vazgeçmem.	1	2	3	4	5
22. Sosyal toplantılarda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5
23. Arkadaşlarımı, arkadaş edinmede kişisel yeteneklerimle kazanırım.	1	2	3	4	5



EK-4: Sigaradan Beklentiler Ölçeği – Yetişkin Formu (SBÖ – Y)

Bu ölçek insanların sigara içme ile ilgili beklentilerini ölçmek amacıyla tasarlanmıştır. Aşağıda sigara içme ile ilgili ifadelerin bir listesi yer almaktadır. Lütfen her bir ifadenin sigara içme ile ilgili beklentilerinize ne derece **UYGUN OLDUĞUNU** ya da **UYGUN OLMADIĞINI** değerlendiriniz. Eğer sonuç size **UYGUN** olarak gözüküyorsa, 5’ten 9’a kadar olan bir rakamı daire içine alınız. Örneğin, bir olasılığın gerçekleşmesi **tamamen uygun** gözüküyorsa, 9’u; **biraz uygun olmayan** bir olasılıksa 4’ü daire içine alınız.

β UYGUN DEĞİL X..... UYGUN.....

0. Hiç Uygun Değil	1. Fazlasıyla uygun değil	2. Çok uygun değil	3. Oldukça uygun değil	4. Biraz uygun değil	5. Biraz uygun	6. Oldukça uygun	7. Çok uygun	8. Fazlasıyla uygun	9. Tamamen uygun
--------------------	---------------------------	--------------------	------------------------	----------------------	----------------	------------------	--------------	---------------------	------------------

1. Sigara içtikten sonra boğazım yanar.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Sigara içmek nikotin “krizlerini” yatıştırır.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Öfkeli olduğumda, bir sigara beni sakinleştirir.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Yalnız olduğumda, bir sigara, zaman geçirmemde bana yardımcı olur.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Bir sigara içmek, beni enerjik yapar.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Sinirli hissettiğimde sigara içmek beni sakinleştirir.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Sıkıldığımda ve yorgun olduğumda sigara içmek bana enerji verir.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Sigaranın kokusundan ve tadından hoşlanırım.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Yapacak hiçbir şeyim yoksa sigara içmek zaman öldürmeme yardımcı olur.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Sigara içmek nikotin açlığını giderir.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Sigara içen insanlarla beraber olduğumda, kendimi bir grubun parçasıymış gibi hissedirim.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

İ UYGUN DEĞİL.....X.....UYGUN.....

0. Hiç Uygun Değil	1. Fazlasıyla uygun değil	2. Çok uygun değil	3. Oldukça uygun değil	4. Biraz uygun değil	5. Biraz uygun	6. Oldukça uygun	7. Çok uygun	8. Fazlasıyla uygun	9. Tamamen uygun
--------------------	---------------------------	--------------------	------------------------	----------------------	----------------	------------------	--------------	---------------------	------------------

12. Sigara içmek daha az çekici görünmeme yol açar.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Sigara içerek kalp hastalığına ve akciğer kanserine yakalanma riskini almış olurum.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Sigara içmek insanlarla geçirdiğim vakitten, olmama yardımcı olur.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. İnsanlar sigara içtiğimi görürlerse benimle ilgili olumsuz düşünürler.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Huzursuz hissettiğimde, bir sigara rahatlamama yardımcı olur.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Sigara içmek ağzımda ve boğazımda tahrişe neden olur.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Sigara içmek kilomu kontrol etmemde bana yardımcı olur.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
19. Ne kadar çok sigara içersem sağlığımı o kadar çok riske atarım.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
20. Sigara, yemem gerekenden daha fazla yememe engel olur.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
21. Sigara içerken gülünç görünürüm.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
22. Sigara içmek kilomu düşük tutar.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
23. Sigara içtiğimdeki tat hoştur.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
24. Sigara içerken aldığım tadı severim.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
25. Elimde sigara varsa, insanlara karşı daha rahat hissederim.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

EK-5: Yalova Üniversitesi Etik Kurul Kararı

T.C
YALOVA ÜNİVERSİTESİ
İNSAN ARAŞTIRMALARI ETİK KURULU KARARI

PROTOKOL NO: 2021/16

ARAŞTIRMA BAŞLIĞI	" Sigara Kullanılan Suriyeli Mültecilerin Öz-Etkililik Algısının Sigara İçme Beklentileriyle İlişkisi : Adana Örneği"
ARAŞTIRMANIN TÜRÜ	1- Nicel – İlişki arayıcı Araştırmacı 2- Yüksek Lisans Tez Çalışması
ARAŞTIRMACILAR	1- Sorumlu Araştırmacı : Cansu BERK 2- Tez Danışmanı : Prof. Dr. Fethi GÜNGÖR
KARAR	Etik Kurulu Kararı ile Onaylanmıştır

Prof. Dr. Bülent YİĞİT
ETİK KURULU BAŞKANI

TARİH
25.03.2021

ÖZGEÇMİŞ

Cansu BERK, lisans eğitimini Yalova Üniversitesi Sosyal Hizmet bölümünde 2016 yılında tamamladı. 2016 yılında Sosyal Çalışmacı olarak Sığınmacılar ve Göçmenlerle Dayanışma Derneği bünyesinde göreve başladı, Ankara ve Yalova illerinde toplam 4 yıl göç alanında çalıştı. Daha sonra 1 yıl Adana’da Yeşilay Danışmanlık Merkezi bünyesinde Sosyal Hizmet Uzmanı olarak çalıştı. 2021 yılı itibariyle Adalet Bakanlığı’nda Sosyal Çalışmacı olarak çalışmaktadır.

2019 yılında Yalova Üniversitesi Sosyal Hizmet Anabilim dalında başladığı yüksek lisans eğitimini “Sigara Kullanan Suriyeli Sığınmacıların Öz-Etkililik Algısının Sigara İçme Beklentileriyle İlişkisi: Adana Örneği” teziyle 2022 yılında tamamladı.

