

Sigara alışkanlığı ve anne baba tutumu

Dr Hasan Herken, Dr İshak Özkan

ÖZET: Sigara alışkanlığı, toplumun hemen bütününe ilgilendiren önemli bir psikososyal sorundur. Alışkanlık yapıcı maddelerin en yaygın olanıdır. Sigara alışkanlığının zararı sadece kullanıcıyı değil, kullanmayan çevredeki bireyleri de etkiler. Bu makalede sigara alışkanlığının başlamasında, sürdürülmesinde ve bırakılmasında anne baba tutumunun etkisi gözden geçirildi.

Anahtar kelime : Sigara. Ebeveyn tutumu.

SUMMARY: Smoking is an important psycho-social problem which interests the all of the community. It is the general way of substance abuse. The hazard of the smoking, was not only effects the user but it effects the nonsmoking people around. In this article, we reviewed the effect of the parent's attitude on the beginning to smoking, continuing it and leaving.

Key word: Cigarette, Parent attitude.

GİRİŞ:

İnsan yaşamında, doğumdan önce başlayan ve hayatın sonuna kadar etkisini sürdüren bir kurum olarak aile, fizyolojik olduğu kadar ekonomik, kültürel ve toplumsal yönleriyle de kişinin ruhsal gelişimini, davranışlarını biçimlendirip yönlendirir (1). Aile, çocuğun ruhsal gelişiminde en önemli ortam ve toplumsal kurumdur (2). Aynı zamanda, aile ciddi duygusal rahatsızlıkların, gerilim ve çatışmaların da kaynağı olabilir. Aile içi çatışmalar ve şiddet, kötü muamele gören çocuklar, yatma ve yeme ile sınırlandırılmış ilişkiler, engellenme ve başarısızlıklar, duygusal ya da diğer doyumsuzluklar da aile yaşamında

karşılaşılabilen sorunlardır. Aile, tüm yönleriyle incelenmesi son derece güç bir yaşama ortamıdır (3). Gençin kendini tanıması, kişiliğini kazanması ve uyum sağlamasında anne-baba tutumlarının yeri çok önemlidir. Gençin ruh sağlığı ve sağlıksızlığını belirleyici en temel etkenlerden biri, kötü alışkanlıklar edinip edinmemesidir.

Çocuk gelişiminde anne baba tutumunun etkisi

Bebek, çocukluğa doğru geliştikçe yeni beceriler kazanmaya, davranışlarını kendi denetimi altına

almaya başlar. Bu dönemde ailenin rehberliği çocuğun gelişimi üzerinde çok etkili olur.Hatalı anne baba tutumu ve bozuk aile yapısı, sağlıksız bir gelişimin ve uyumsuzlukların başlıca kaynağı olabilir. Anne-baba, bazen çocuğa çok şey vererek onun kendi gelişimine yön vermesini engeller.Bazen de çok az şey vererek ona gerekli desteği sağlayamaz ve uygunsuz davranış örüntülerinin gelişimine neden olur (4).

Anne ve babaların kendi değer ve inançlarına göre değişik tutumları vardır. Anne baba tutumları, sevgi, hoşgörü ve kabul etmeyi içine alan “demokratik tutum” ve sevginin gösterilmediği hoşgörünün olmadığı, reddetmeyi içine alan otoriter tutum olmak üzere iki genel başlıkta toplanabilir. Demokratik anne-baba, çocuğun arzu ve ihtiyaçlarına karşı ilgilidir. Çocuğun davranışlarını ilgi ve anlayışla izler. Onun iradesine ve sağlıklı uyumuna değer verir. Çocukları yaşına göre kendisi ile ilgili bazı kararlar almaya teşvik eder. Önemli konularda alınan kararların nedenlerini çocukla tartışır. Onun görüşlerine değer verir. Dil alışverişine olanak sağlar. Hemen her konuda çocuğa iyi bir rehber olmaya çalışır (5).

Otoriter anne-baba ise, çocuğa olan sevgisini bile çocuğu istenilen şekilde davrandıkça (şartlı) gösterir. Sevgiyi bir pekiştireç olarak kullanır. İstenen davranışlar da çoğunlukla gelenek ve daha üst otoritelerce saptanmış kurallara uygun davranışlardır. Anne baba, kendisini toplumsal otoritenin temsilcisi olarak görür. Mutlak itaat bekler. Kendisi otoriter kişiliğin temel nitelikleri olan dogmatik düşünce tarzına yatkın olduğundan, çocukla dil alışverişinde bulunmaz. İstek ve emirlerin tartışmasız yerine getirilmesini ister. Aksi halde, cezaya başvurur (5). Baskı altında büyüyen çocuk, çekingen, başkalarının etkisinde kolayca kalabilen, aşırı hassas bir kişilik yapısına sahip olabilir. Anne babanın aşırı koruması, çocuğa gerekenden fazla kontrol ve özen göstermesi sonucu çocuk, genellikle diğer kimselere bağımlı, özgüveni olmayan bir birey olarak yetişir (6).

Aşırı hoşgörü ve dürüstlük, çocuğun bencil olmasına ve zayıf sosyal çevre uyumuna neden olur (1). Çocuğuna boyun eğici davranış gösteren anne-babaların çocuk üzerinde gerektiğinde otorite sağlamaları mümkün olmaz. Çocuk, doğumundan itibaren var olan ben merkezci tavrını, bu aşırı boyun eğici tavır nedeniyle, zamanla sosyal normlara uygun şekilde değiştiremez, uyumsuzlaşır, Anne-babasına saygısı azalır.Onları yönetmeyi ister (6).

Sık görülen olumsuz anne baba davranışlarından biri de çocuğun aynı davranışına karşı farklı zamanlarda farklı tutumların sergilenmesidir. Böyle bir tutum, çocuğun davranışlarına rehberlik edecek dengeli değer yargılarının oluşumunu engeller.Bu çocukların, daha tutarlı bir disiplinle yetiştirilmiş çocuklara oranla, cezaya daha çok direnç gösterdikleri ve saldırgan davranışlarının kolayca ortadan

kaldırılmadığı gözlemlenmiştir(4).Saldırgan davranış gösterme ile sigara kullanımı arası ilişki de gösterilmiştir(7).

Öztürk (8), anne-babasını otoriter olarak algılayan çocukların, kendini suçlama ve saldırganlık düzeylerini, demokratik olarak algılayanlardan daha yüksek buldu. Akbaba (9), ilgisiz ve otoriter anne baba tutumunun birbirleri ile yakından ilişkili olduğunu, buna karşılık demokratik anne-baba tutumunun bu iki tutumdan farklı olduğunu öne sürmüştür. Aynı araştırmacı, demokratik tutumla yüksek benlik saygısı arasında, ilgisiz ve otoriter tutumla düşük benlik saygısı arasında paralel ilişki bildirmiştir.

Demokratik, hoşgörülü ve kabul edici tavrın benimsendiği evlerde, çocuklar aktif, bağımsız kararlar alabilen, yaratıcı, toplumsal bireyler olarak yetişirler. Yaşlıları arasında yüksek düzeyde kabul görürler. Bu tarzda yetiştirilen çocuklar, kolay egemenlik kurulamayan, başarılı, yapıcı, özel merakları olan bireyler olur, öte yandan otoriter tutumun benimsendiği evlerdeki çocuklarda, kavgacılık, işbirliğine yanaşmama, engel olunamayan ve tekrar eden saygısız davranışlar tespit edilmiştir (10).

Özetlemek gerekirse, çocuğa karşı aşırı korumacı ve hoşgörülü, düşküncü tutumlar; reddedici, baskıcı ya da boyun eğici veya ayırımıcı; cezayı gerektiğinde de uygulamayan ya da aşırı uygulayan anne baba tutumları, çocuk için sosyal uyumu önleyen, bencil, çekingen, şiddete yöneltici, özgüven oluşumunu, dahası sosyalleşmeyi engelleyen, aile içi ilişkileri bozan tavrılardır (6,11,12).

Hoşgörülü, gerekli bazı kısıtlamalar dışında çocuğun kendi başına karar almasını destekleyen, kendini ailenin diğerleri kadar önemli bir elemanı olarak algılamasını sağlayan, işbirliğine açık, ödüllendirme ve gerekirse beklediği armağanın verilmeyişi, gezi programının ertelenmesi gibi cezalandırmalarla (ancak dövme içermeyen) sağlanan ilişkinin, çocukta yüksek benlik saygısına, ve hemen bütün ruhsal fonksiyonlarda ileri derecede uyuma yol açtığı belirtilmektedir (6,13).

Anne-baba tutumu ile kötü alışkanlıklar arasındaki ilişki

Birey, gelişim süreci içinde ortalama 15 yaş civarında bağımlılıktan kurtulup, bağımsız birey olma;(14) Çocukluktan çıkıp yetişkin döneme geçme eğilimi gösterir. Bu dönemde, bireylerde toplumsal kimliğini kazanma, yetişkin insan gibi olma ve toplumda rol alma arzusu çok fazladır(4). Ailelerinin kendilerini çocuk olarak görme eğiliminden rahatsız olurlar. Ailenin, gencin bağımsızlaşma eğilimlerine karşı tutumunda değişiklik olmazsa, bireyde büyüdüğünü ispatlama veya çocuk gibi davranılmasına tepki olarak sigara kullanma davranışı görülebilir. Bu yolun seçilmesinin sebeplerinden biri, sigaranın yetişkin davranışı olarak sunulmasıdır.Gençlerin sigaraya başlamalarının bir başka

nedeni de, sigara kullanımını otoriteye başkaldırı sembolü olarak algılamalarıdır (14). Anne babalarını otoriter olarak algılayan gençlerin, demokrat olarak algılayanlara göre daha çok sigara kullandığı bildirilmektedir(15) Yüksek benlik saygısının da kişileri kötü alışkanlıklardan koruyucu özelliği bulunmaktadır (16). Sigara kullanma davranışında ailenin rolü iyi bilinmektedir. Anne baba veya kardeşleri sigara içen bireylerin anne baba veya kardeşleri sigara içmeyen bireylere oranla daha çok sigara kullandıkları bildirilmektedir (17). Bir çalışmada bu oranın dört misline kadar çıktığı bulunmuştur (18). Kişilik gelişiminin erken yaşta başlaması, bu dönemde kazanılan bir takım davranış kalıpları, bireyin ilerdeki alışkanlıklarını doğrudan etkiler. Bu durum, sigara kullanma davranışında ailenin önemini daha da artırmaktadır (17). Gençlerde, sigara içen ebeveyn ya da kardeşe karşı duyulan hayranlık hissi sonucunda gelişen özdeşleştirme (identifikasyonla) sigara kullanma davranışı görülebilir (14). Başlangıçta ister merak, ister benzeşme, ister başkaldırı sembolü olarak görülüp başlanılan sigara(17), birkaç yıl içinde kullananların %50'sinde bağımlılık yapar(19).

Hansen ve ark(20), ile Sieber ve angst(21). gençler arasında sigara, içki ve marihuana kullanımında aile ve akran etkileri üzerine yaptıkları çalışmada, sigara,alkol ve marihuana kullanımının tek bir olgu gibi alınması gerektiğini ve ard arda gelen davranışlar olduğu bulmuştur. Çocuğun erken gençlikte alkol, sigara, madde kullanıp kullanmaması ile annenin (tam gün-yarım gün) çalışması ilişki bulunmamıştır (22). Anne-babanın her ikisinin ya da herhangi birinin eksik olmasının ise, kötü alışkanlıklara meyil oluşturduğu gösterilmiştir (23,24).

Hops ve ark(25), anne ve babanın alkol ve sigara kullanmasının çocukların alkol ve sigara kullanması üzerinde etkili olduğunu gösterdiler. Green ve ark(26), bu sonucu destekleyen sonuçlara ulaştılar. Boşanmış ailelerden anne yanında kalan batı İskoçyalı 967 genç ve anneleri ile yapılan çalışmada, gençlerin anneleriyle birlikte kalmalarının sigara alışkanlığına meyil oluşturmadığı bulunmuştur (26). Reimers ve ark(27), İngiltere'de yaptıkları bir çalışmada ise anne-baba tutumunun sigarayı denemede değil de sürdürmede etkili olduğunu buldular.

Britanya'da yapılan bir çalışmada ise, ortaokuldaki sigara kullananların erkeklerin, akran baskısından ve anne babanın sigara konusundaki kontrolünden etkilendikleri gösterildi(28) Bir diğer çalışmada, bozuk akran ilişkisinin, kullanımı artırıcı etki yaptığı ve çocuğun sigara kullanımında asıl belirleyicinin babanın tavrı olduğu bulunmuştur (29).

Cohen ve ark(30), sigara içme ve ebeveyn davranışları arasındaki ilişkiyi araştırmış, sigara ve alkol kullanan çocukların anne-babalarının, çocuklarına daha fazla vakit ayırıp, iletişimlerini

artırmaları sonucunda, bu çocukların son bir ay içinde içki ve sigara kullanma düzeylerinin düştüğünü bulmuşlardır. Aynı araştırmacılar, yakın aile ilişkilerinin çocuğun madde kullanan arkadaşlardan kaçınmasında etkili olduğunu; yıkıcı tutumların ise, gençlerde son ayda alkol kullanımını yaklaşık 2 katına, sigara kullanımını ise yaklaşık 4 katına çıkardığını buldular (23). Zayıf ebeveyn gözetimi, bozuk akran ilişkisi ve kolay elde edilebilir olma özelliğinin sigara alkol ve uyuşturucu kullanımı için risk oluşturduğu bildirilmektedir (31).

Sonuç olarak, anne-baba tutumu, kötü alışkanlıklara başlamada, sürdürmede ve sonlandırmada özellikle ergenlik döneminde belirleyici rol oynamaktadır. Önleme programlarında birey ailesi ile beraber değerlendirilip ailenin tamamı hedef alınmalı (32-34), özellikle yatılı okullarda ebeveyn yerini tutan öğretmen ve okul personeli eğitim programlarına dahil edilmeli, görsel ve yazılı medyada sigara kullanmada model olabilecek özendirme yer verilmemeli, örnek alınan toplum önderlerinin, özendirici tarzda toplum önünde sigara kullanmaları önlenmelidir. Anne-babalar, otoriter-ilgisiz, sevgilerini şarta bağlayıcı, çocuklarına boyun eğici tutumları ile yatkınlaştırıcı olabilecekleri gibi davranışlarında tutarlı, sevecen, kabul edici, çocukların düşüncelerine değer veren tutumları ile sigara kullanımının başlamasında ve bırakılmasında çok önemli bir yere sahiptirler.

KAYNAKLAR

- 1- **Yavuzer H.** Çocuk ve Suç. 3. Bas, 1996 Remzi Kitabevi İstanbul.
- 2- **Hess RD, Holloways SD :** Family and school as educational institutions. İn : Parke RD (eds). Review of child development research. Chicago: University of Chicago Press, 1984;7:179-222.
- 3- **Onur B.** Gelişim Psikolojisi, 1995, İmge Kitabevi Ankara.
- 4- **Engin Gençtan:** Çağdaş yaşam ve Normal dışı davranışlar. 7. Basım, İstanbul Remzi Kitabevi 1993.
- 5- **Kuzgun Y:** Anne baba tutumlarının bireyin kendini gerçekleştirme düzeyine etkisi. H.Ü.S.B.E (Yayımlanmamış doktora tezi) 1972 Ankara.
- 6- **Yavuzer H.** Çocuk Psikolojisi. 1994 Remzi Kitabevi İstanbul.
- 7- **Escobeda LG, Reddy M. Ducant RH.** Relationship between cigarette smoking on health risk on problem behaviors among Adolescent Arch Pediatr. Adoles Med, 1997; 151:1, 66-71.
- 8- **Öztürk İ :** Anne-baba tutumlarının Üniversite öğrencilerini bağımsızlık duyguları anlama yakınlık ve başatlık, kendini suçlama ve saldırganlık düzeylerine etkisi H.Ü.S.B.E. Y. Lisans tezi, 1990: Ankara.
- 9- **Akbaba S.** Anne baba tutumlarının Bazı kişilik özellikleri üzerine etkisi Gazi Ü.S.B.E. (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi) 1988: Ankara.
- 10- **İkizoğlu M :** Demokratik ve otoriter anne-baba tutumlarının benlik saygısı üzerine etkileri (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi) 1983: Ankara.
- 11- **Bilal G.** Demokratik ve otoriter olarak algılanan Anne-baba tutumlarının çocukların uyum düzeylerine etkisi (Yayımlanmamış Doktora tezi) H.Ü.S.B.S.E. 1984: Ankara.
- 12- **Altuğ F.B.** Gençlerde anne baba tutumunun irdeleyici düşünme ve özgür değer duygusunun

gelişmesine etkileri.(Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi)1995: Konya 1995.

13- Critelli Joseph W. Personel Growth and Effective Behoviar CBS College Publishing 1987.

14- PEKŞEN Y. Sigara içiminin nedenleri, epidemiyolojisi, Pasif içicilik .İstanbul 1995:1-28.

15-Herken H, Özkan İ, Kaya N, Turan M, Aşkın R. Gençlerdeki sigara kullanma davranışında anne baba tutumunun ve sosyo kültürel düzeylerinin etkisi VI. Anadolu Psikiyatri Günleri. Bilimsel Çalışmalar 1997 Erzurum.

16- Caroll KM, Rounsavilla BJ: Psycho-social treatments . In Review of Psychatry, Vol. 14, Eds. Oldham JM, Riba MB, American Psychiatric Press, Washington , 1995;s.127-149.

17-M.Uğur : Medical Psikoloji 1. Baskı, İstanbul****, 1994: 569-580.

18- G.N.Odabaşı : Sigara alışkanlığının Türk toplumunda dağılım ve özellikleri İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü(Yayınlanmamış Doktora tezi) 1992,İstanbul.

19-Hughes RJ, Fiester S, Goldtein M, Resnick M, Nicholas R, Ziedonis D: Practical guideline for the treatment of patients with nicotine dependence. Am.J Psychiatry153:10, Supp,s1-30

20- Hansen WB, Graham JW, Sobel JL Shelton DR, Flay BR.Johnson CA. The consistency of peer and parent influences on tobacco, alcohol and marihuane use among young Adolescents.J.Behav Med. 1987:10:559-79.

21-Sieber MF, Angst İ. Alcohol, tobacco and cannabis: 12-year longitudinal associations with antecedent social context and personality. Drug Alcohol Depend. 1990: 25:281-92.

22 Hillman SB. Sawilawsky SS. Maternal employment and early adolescent substant abuse Adolescence. 1991: 26(104):829-37.

23- Isohanni M, Moilanen I, Rantakallio P. Determinents of teenage smoking, with special reference to nonstandart family background. British Journal of Addiction. 1991: 86:391-8

24- Smart RG. Does alcoloc Advertising affect overall Comsumption?
A review of empirical Studies.J.Stud Alcohol 1988;49:314-323.

25- Hops H, Tildesley E, Lichhenstein Ary D,Sherman L: Parent- Adolescent problem solving interactions and drug use. Am J. Drug Alcohol Abuse.1990: 16:239-58.

26- Green G, Macintyre S, West P. Do children of lone parents smoke more because their mothers do? Br.J.Addict.1996; 85:1497-500.

27-Reimers TM, Pamprehn PR, Becker SL,Becker SL, Lauer RM: Fathers for adolescent cigarette smoking. The muscatin study. Am J. Dischild. 1990: 144:1265-72.

28- Aitken PP. Peer group pressures, parental controls and cigarette smoking among 10 to 14 years olds Br. J Soc Clin Psychol. 1990:19:141-6.

29- Biglan A, Duncan TE, Ary DV,Smolkowsky K: Peer and parental influences on adolescent tobacco use.J Behav Med. 1995: 18:315-30.

30-Cohen DA, Richardson J, La Bree L.Parenting Behaviours and the onset of smoking and alcohol use:a Longitudinal study. Pediatrics. 1994, 94:368-75.

31- Adelekan ML, Abiodum DA, Imovokhome-obayan OA,Oni OA,Ogunremi OO, Psychojocial correlates of alcohol, tobacco and cannabis use: Findings from a Nigerian University. Drug Alcohol Depend. 1993: 33:247-56.

32- Klitzner M, Gruenewald PJ, Bamberger E. The assesment of parent led-prevention programs : a preliminarily assesment of impact.J Drug Educ. 1990:20:77-94.

33-Biglan A, Glesgow R, Arj D,Thompson R,Severson H, Lichtenstein E, Et al.How generalizable are the effects of smoking prevention programs? Refusal skills training and parent messages in a teacher - administered program. J Behav Med. 1987:10: 613-28.

34-Biglan A, Ary D, Yudelsan H : Experimental evaluation of a modular approach to mobilizing

antitobacco influences of peers and parents. *Am. J. Community Psychol* 1996;24:3, 311-39.