

Sigara alışkanlığı ve anne-baba tutumu

Hasan Herken, İshak Özkan

Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Konya

Amaç: Sigara alışkanlığının başlamasında, sürdürülmesinde ve bırakılmasında anne-baba tutumunun etkisi gözden geçirilmesi amaçlandı. **Ana bulgular:** Sigara alışkanlığı toplumun hemen bütününe ilgilendiren önemli bir psikososyal sorundur ve sigara alışkanlık yapıcı maddelerin en yaygın olanıdır. Sigara alışkanlığının zararı sadece kullanıcıyı değil, kullanmayan çevredeki bireyleri de etkiler. **Sonuç:** Sigara kullanımında ebeveyn tutumunun etkisine değinildi ve sigarayı önleme programlarında kullanılabilecek önerilerde bulunuldu.

Anahtar kelimeler: Sigara içme, anne-baba, tutum

Smoking and parent attitude

Objective: It was aimed to review the effects of the parent's attitude on the starting of smoking, continuing and giving it up. **Major finding:** Smoking is an important psycho-social problem which interest almost all of the community and cigarette is the most common abusing substance. The hazard of smoking effects not only the smoker but also people around him. **Conclusion:** The effect of parent attitude on smoking was emphasized and some suggestions which could be useful were given for the programs to prevent smoking.

Key words: Smoking, parent, attitude

Genel Tıp Derg 1998;8(2):85-9.

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 ve davranışlarını biçimlendirip yönlendirir (1). Aile, çocuğun ruhsal gelişiminde en önemli ortam ve toplumsal kurumdur (2).

Aile Aynı zamanda 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).

Gencin kendini tanıması, kişiliğini kazanması ve uyum sağlamasında anne-baba tutumu çok önemlidir. Gencin ruh sağlığını belirleyen 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.

Yazışma adresi: Dr.Hasan Herken, Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, 42080-Konya

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. Çocuğu 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 çocuk istenilen şekilde davrandıkça (şartlı) gösterir. Sevgiyi bir pekiştirici olarak kullanır. İstenen davranışlar da çoğunlukla geleneklere ve daha üst otoritelerce saptanmış kurallara uygun olanlardır. Anne-baba, kendisini toplumsal otoritenin temsilcisi olarak görür, mutlak itaat bekler. 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 kaldırılamadığı gözlenmiştir (4). Saldırgan davranış gösterme ile sigara kullanımı arasında ilişki olduğu da gösterilmiştir (7).

Öztürk (8) anne-babasını otoriter olarak algılayan çocukların kendini suçlama ve saldırganlık düzeylerini, demokratik olarak algılayanlardan daha yüksek bulmuştur. 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 ve 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 ve yaşlıları arasında yüksek düzeyde kabul görürler. Bu tarzda yetiştirilen çocuklar kolay egemenlik kurulamayan, başarılı, yapıcı, özel merakları olan bireyler olurken otoriter tutumun benimsendiği evlerdeki çocuklarda kavgacılık, işbirliğine yanaşmama, engel olunamayan ve tekrar eden saygısız davranışlar bulunmaktadır (10).

Özetlemek gerekirse, çocuğa karşı aşırı korumacı ve hoşgörülü, düşküncü tutumlar; reddedici, baskıcı ya da boyun eğici veya ayırıcı, cezayı gerektiğinde de uygulamayan ya da aşırı uygulayan tutumlar, çocuğun sosyal uyumunu önleyen, bencilleştirici, çekingenleştirici, şiddete yöneltici, özgüven oluşumunu, dahası sosyalleşmeyi engelleyen, aile içi ilişkileri bozan tavırlardır (6,11,12).

Hoşgörülü, gerekli bazı kısıtlamalar dışında çocuğun kendi başına karar almasını destekleyen ve kendini ailenin diğerleri kadar önemli bir elemanı olarak algılamasını sağlayan, işbirliğine açık, ödüllendirme ve gerekirse beklediği armağanın verilmeyişi, gezi programının ertelenmesi gibi dövmeyi içermeyen cezalandırmalarla 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 göstermeye başlar. 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 ispatlamak için 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 kullandıkları 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 ve 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 sonucunda gelişen özdeşleştirme ile sigara kullanma davranışı görülebilir (14). Başlangıçta merak veya benzeşme sonucu veya başkaldırı sembolü olarak görülerek 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 kullanımına aile ve akran etkileri üzerine yaptıkları çalışmada, sigara, alkol ve marihuana kullanımının tek bir olgu gibi alınması gerektiğini ve art arda gelen davranışlar olduğunu bulmuşlardır. Çocuğun erken

gençlikte alkol, sigara, madde kullanıp kullanmaması ile annenin (tam gün-yarım gün) çalışması ilişkili 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 göstermişlerdir. Green ve ark (26) da bu bulguyu destekleyen sonuçlara ulaşmışlardır. Boşanmış ailelerden anne yanında kalan batı İskoçyalı 967 genç ve anneleri ile yapılan çalışmada (26). gençlerin anneleriyle birlikte kalmalarının sigara alışkanlığına meyil oluşturmadığı bulunmuştur. Reimers ve ark (27) İngiltere'de yaptıkları bir çalışmada ise anne-baba tutumunun sigarayı denemede değil, sürdürmede etkili olduğunu buldular.

İngiltere'de yapılan bir çalışmada (28) ise, ortaokulda sigara kullanan erkek çocukların, akran baskısından ve anne-babanın sigara konusundaki kontrolünden etkilendikleri gösterildi. Bir diğer çalışmada (29), bozuk akran ilişkisinin kullanımı artırıcı etki yaptığı ve çocuğun sigara kullanımında asıl belirleyicinin babanın tavrı olduğu bulunmuştur.

Cohen ve ark (30) 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. Yakın aile ilişkilerinin çocuğun madde kullanan arkadaşlardan kaçınmasında etkili olduğu; yıkıcı tutumların ise, gençlerde son ayda alkol kullanımını yaklaşık 2 katına, sigara kullanımını yaklaşık 4 katına çıkardığı bulunmuştur (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. Anne-babalar, otoriter-ilgisiz, sevgilerini şarta bağlayıcı, çocuklarına boyun eğici tutumları ile sigaraya yatkınlaştırıcı olabilecekleri gibi davranışlarında tutarlı, sevecen, kabul edici, çocukların düşüncelerine değer veren tutumları

ile sigara kullanımının başlamasında ve bırakılmasında çok önemli bir yere sahiptirler.

Bağımlılıkları 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.

Kaynaklar

1. Yavuzer H. Çocuk ve suç. 3. baskı. İstanbul: Remzi Kitabevi; 1996.
2. Hess RD, Holloways SD. Family and school as educational institutions. In: Parke RD, editor. Review of child development research. Chicago: University of Chicago Press; 1984. p.179-222.
3. Onur B. Gelişim psikolojisi. Ankara: İmge Kitabevi; 1995.
4. Gençtan E. Çağdaş yaşam ve normal dışı davranışlar, 7. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi; 1993.
5. Kuzgun Y. Anne-baba tutumlarının bireyin kendini gerçekleştirme düzeyine etkisi (Doktora tezi) Ankara: Hacettepe Üniv.; 1972.
6. Yavuzer H. Çocuk psikolojisi. İstanbul: Remzi Kitabevi; 1994.
7. Escobeda LG, Reddy M, Ducant RH. Relationship between cigarette smoking on health risk on problem behaviors among adolescent. Arch Pediatr Adolesc Med 1997;151:66-71.
8. Öztürk İ. Anne-baba tutumlarının üniversite öğrencilerinin bağımsızlık duyguları anlama yakınlık ve başatlık, kendini suçlama ve saldırganlık düzeylerine etkisi (Yüksek Lisans tezi). Ankara: Hacettepe Üniv.; 1990.
9. Akbaba S. Anne baba tutumlarının bazı kişilik özellikleri üzerine etkisi (Yüksek lisans tezi). Ankara: Gazi Üniv.; 1988.
10. İkizoğlu M. Demokratik ve otoriter anne-baba tutumlarının benlik saygısı üzerine etkileri (Yüksek lisans tezi). Ankara: 1983.
11. Bilal G. Demokratik ve otoriter olarak algılanan anne-baba tutumlarının çocukların uyum düzeylerine etkisi (Doktora tezi). Ankara: Hacettepe Üniv.; 1984.
12. Altuğ FB. Gençlerde anne baba tutumunun irdeleyici düşünme ve özgür değer duygusunun gelişmesine etkileri (Uzmanlık tezi). Konya: Selçuk Üniv.; 1995.
13. Critelli JW. Personal growth and effective behavior. CBS College Publishing; 1987.
14. Pekşen Y. Sigara içiminin nedenleri, epidemiyolojisi, pasif içicilik. İstanbul: 1995.
15. Herken H, Özkan İ, Kaya N, Turan M, Aşkın R. Gençlerdeki sigara kullanma davranışında anne-baba tutumunun ve sosyo kültürel düzeylerinin etkisi. İçinde: VI. Anadolu Psikiyatri Günleri (Bilimsel çalışmalar). Erzurum: Atatürk Üniv.; 1997.
16. Caroll KM, Rounsavilla BJ. Psycho-social treatments. In: Oldham JM, Riba MB, editors. Review of psychiatry. Washington: American Psychiatric Press; 1995. p.127-49.
17. Uğur M. Medical psikoloji. 1. baskı. İstanbul: Sahaflar Kitabevi; 1994.
18. Odabaşı GN. Sigara alışkanlığının Türk toplumunda dağılım ve özellikleri (Doktora tezi). İstanbul: İstanbul Üniv.; 1992.
19. Hughes RJ, Fiester S, Goldstein M, Resnick M, Nicholas R, Ziedonis D. Practical guideline for the treatment of patients with nicotine dependenc. Am J Psychiatry ;153:10(Supp):1-30.
20. Hansen WB, Graham JW, Sobel JL, Shelton DR, Flay BR, Johnson CA. The consistency of peer and parent influences on tobacco, alcohol and marihuanna use among young adolescents. J Behav Med 1987;10:559-79.
21. Sieber MF, Angst I. 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;26:829-37.
23. Isohanni M, Moilanen I, Rantakallio P. Determinants of teenage smoking, with special reference to nonstandard family background. Br J Addict 1991;86:391-8.
24. Smart RG. Does alcohol advertising affect overall consumption? A review of empirical studies. J Stud Alcohol 1988;49:314-23.
25. Hops H, Tildesley E, Lichenstein AD, 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 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 behaviors and the onset of smoking and alcohol use: A longitudinal study. Pediatrics 1994;94:368-75.
31. Adekan ML, Abiodun DA, Imovokhome-Obayan OA, Oni OA, Ogunremi OO. Psychological 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 assessment of parent led-prevention programs: A preliminary assessment 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;24:311-39.