

Bölüm 1

Madde Kullanımı ve Depresif Semptomlar Arasındaki İlişki

Zafer Bekiroğulları*



*PhD, Uluslararası Bilişsel ve Davranışlar Psikoterapi Topluluğu (CBPis), Lefkoşa, KKTC

DOI: [10.70020/BI.20260102.1](https://doi.org/10.70020/BI.20260102.1)

Özet

Bu çalışma, ergenlerde depresif duygularla başa çıkmak amacıyla alkol kullanma eğilimi ile sigara, esrar ve alkol kullanımı arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Çalışma, Kuzey Kıbrıs'ta öğrenim gören 15–16 yaş aralığındaki lise öğrencileriyle yürütülmüş ve veriler Alkol ve Diğer Uyuşturucu Kullanımına Yönelik Avrupa Okul Anketi Projesi (ESPAD) anketi aracılığıyla toplanmıştır. Literatürde depresyon ile madde kullanımı arasında çift yönlü bir ilişki olduğu öne sürülürken, bu çalışma söz konusu ilişkinin yerel ölçekte güncel bir örneğini sunmaktadır. Araştırmada betimsel tarama modeli kullanılmış ve nicel analizlerdeki veri 3.901 öğrenciyi içermektedir. Pearson korelasyon ve basit doğrusal regresyon analizleri, depresif içme davranışı ile sigara ($r=.46$, $R^2=.21$), esrar ($R^2=.01-.05$) ve yoğun alkol tüketimi (arka arkaya içki içme) ($R^2=.31$) arasında anlamlı ve pozitif ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur. Ağır alkol tüketimi en yüksek ilişkiye sahipken, kısa süreli esrar kullanımında anlamlılık düzeyinin en düşük olduğu görülmüştür. Bulgular, Lazarus ve Folkman'ın başa çıkma stratejileri teorilerini ve Khantzian'ın kendi kendini tedavi (self-medication) modelini desteklemektedir. Ergenlerin psikolojik stresle başa çıkmak için alkolü tercih ettikleri ve bunun da diğer maddeleri kullanma eğilimlerini artırdığı gözlemlenmiştir. Bu bağlamda çalışma, hem bireysel hem de toplumsal düzeyde önleyici ruh sağlığı hizmetleri ve politika geliştirme süreçlerine önemli katkılar sunmaktadır. Ayrıca, Kuzey Kıbrıs bağlamında bu konuda yürütülen az sayıdaki çalışmadan biri olması nedeniyle literatüre yerel ve karşılaştırmalı veriler sağlamaktadır.

Anahtar kelimeler: Ergenlik, depresyon, madde kullanımı, başa çıkma stratejileri, kendi kendini tedavi, Kuzey Kıbrıs

1.1. Giriş

Gelişimsel bir dönem olarak ele alınan ergenlik, hızlı ve karmaşık biyolojik, psikolojik ve sosyal değişimlerle karakterize edilen kritik bir dönemdir (Gray ve Squeglia, 2018). Bu kritik dönemde bireyler duygusal dalgalanmalar yaşamakta olup özellikle çevresel etkiler nedeniyle ergenlerin riskli davranışlara yönelme olasılığı artabilmektedir (Pozuelo vd., 2022). Bu çalışmanın konusu olan depresif semptomlar, literatürde ergenlerin madde kullanımına yönelme eğilimine sebebiyet verebilecek olan önemli bir faktör olarak gösterildi (Felton vd., 2020; Pozuelo vd., 2022). Alkol, sigara ve esrar gibi tüm bağımlılık yapıcı maddelerin kullanımı kısa vadede geçici bir rahatlama sağlayabilse de uzun vadede hem fiziksel hem de ruhsal sağlık üzerinde ciddi olumsuz etkilere yol açabilmektedir (Nath vd., 2022). Ergen sağlığı kapsamında depresif duygularla başa çıkmak amacıyla madde kullanımına yönelme eğiliminin önemli bir araştırma konusu olduğu belirtilmelidir.

Araştırmalar, hem küresel düzeyde hem de Avrupa’da depresyon ile madde kullanımı arasında karşılıklı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Amendola vd., 2022; Engebretsen ve Skylstad, 2022). Depresyon yaşayan bireylerin alkol ve diğer maddelere yönelme olasılığı daha yüksektir. Bağımlılık yapıcı maddelerin kullanımı depresif semptomları daha da şiddetlendirmektedir (Wilkinson vd., 2016). Depresyon belirtileri ile madde kullanımı arasındaki ilişki, ergenler açısından dikkatle incelenmesi gereken bir durumdur (Schleider vd., 2019). Madde kullanımının ergenlik döneminde başlaması durumunda, ilerleyen yaşam dönemlerinde kronik bir sorun hâline gelebilmektedir (Allen vd., 2021). Alkol ve Diğer Uyuşturucu Kullanımına Yönelik Avrupa Okul Anketi Projesi (ESPAD) gibi bilimsel çalışmalar, ergenlerde alkol ve madde kullanımına ilişkin önemli bulgular sunmakta ve birçok ülke arasında karşılaştırma yapılmasına olanak tanımaktadır (Molinaro vd., 2020).

Kuzey Kıbrıs’ta ergenlerde madde kullanımı ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiye yönelik yapılan araştırmalar sınırlı olup bu durum bu çalışmanın önemini artırmaktadır (Bekiroğulları, 2024). Bazı araştırma bulguları, Kuzey

Kıbrıs'taki kültürel, sosyal ve ekonomik faktörlerin ergenlerin madde kullanım eğilimlerini ve ruh sağlığını doğrudan etkileyebileceğini göstermektedir (Taçoş, 2022; Tremeşeli ve Tekyaprak, 2022). Bu nedenle bu çalışma, 15-16 yaş arası ortaöğretim öğrencilerinde depresyonla başa çıkma amacıyla alkol kullanım eğilimleri ile sigara, esrar ve alkol kullanım düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi ve güncel araştırma bulgularını sunmayı amaçlamıştır. Veriler, Avrupa Okul Araştırma Projesi kapsamında geliştirilen ESPAD ölçeğı ile toplanmıştır. Literatür, depresif semptomlar gösteren ergenlerin sıklıkla alkol ya da marihuana içeren madde kullanımına yöneldiğini ortaya çıkarmaktadır. Bu genellikle başa çıkma mekanizması olarak açıklanmaktadır (Kokkevi vd., 2012; Michaud vd., 2020). Kuzey Kıbrıs'taki bulgular bu bulguyu desteklemektedir. Örneğın, Çakıcı vd. (2022) tarafından yapılan bir çalışmanın bulgularına göre, artan psikoaktif madde kullanımı akültüratif stres ve yetersiz başa çıkma stratejileri ile ilişkili bulunmuştur. Bu çalışmanın amacı, özellikle depresyonla başa çıkmak amacıyla içki içme ve alkol kullanma eğilimine odaklanmaktır. Çalışmada, alkol kullanımının Kuzey Kıbrıs'ta madde kullanım davranışlarının anlamlı bir belirleyicisi olup olmadığının test edilmesi ve güncel bulgular sunulması hedeflenmektedir.

Bu çalışmanın amacı, gençler arasında depresyonla başa çıkma stratejisi olarak bağımlılık yapıcı maddelere yönelme yaygınlığını belirlemektir. Bu eğilimin sigara, esrar ve alkol kullanım düzeyleri ile nasıl ilişkili olduğunun incelenmesi de hedeflenmiştir. Bu bağlamda, bu çalışma, aşağıda belirtilen soruları cevaplamayı hedefler.

- i. Depresif duygularla başa çıkmak amacıyla alkol kullanım eğiliminin, gençler arasında sigara ve esrar kullanım sıklığı ile anlamlı bir şekilde ilişkisi var mıdır?
- ii. Depresif duygularla başa çıkmak amacıyla alkol kullanım eğilimi, son 30 gün ya da son 12 ay içerisindeki madde kullanım davranışlarını öngörmekte midir?
- iii. Depresif duygularla başa çıkmak amacıyla alkol kullanım eğilimi, aşırı alkol tüketimi ve sarhoş olma sıklığını ne ölçüde açıklamaktadır?

Özetle bu çalışma, depresyonla başa çıkmak amacıyla alkol kullanım eğilimi ile sigara, esrar ve alkol gibi maddelerin kullanım sıklığı arasındaki

ilişkiyi ortaya koymayı amaçlamaktadır. Çalışmada, ergenlerin yalnızca geçmişteki madde kullanım deneyimleri değil, aynı zamanda yakın dönemdeki kullanım sıklıkları da analiz edilmiştir. Araştırma bulgularının, Kuzey Kıbrıs'taki ergen nüfusa dayalı bölgesel bir veri seti oluşturarak literatüre önemli katkılar sağlaması beklenmektedir.

1.2. Literatür Taraması

Madde kullanımı ile depresyon arasındaki ilişki, psikiyatri, psikoloji, tıp, halk sağlığı ve eğitim alanlarında uzun süredir araştırılmaktadır (Garey vd., 2020). Ergenlik döneminde ortaya çıkan depresif semptomlar ile madde kullanım davranışları arasındaki ilişki, ergenliğin kırılgan yapısı nedeniyle özellikle önemlidir (Williams vd., 2022). Madde kullanımının depresif belirtileri artırabileceği, depresyonun ise bireyleri madde kullanımına yöneltebileceği vurgulanmaktadır. Bu çift yönlü ilişki literatürde özellikle vurgulanmaktadır (Birrell vd., 2020).

1.2.1. Ergenlerde Madde Kullanım Türleri ve Yaygınlığı

Literatürde, ergenlerde madde kullanımının yaygınlığı kapsamlı biçimde araştırılmaktadır. Bu bağlamda, maddelere erişim tek başına önemli bir unsur değildir. Ergenlerin psikososyal gelişimi, ebeveyn katılımı (ya da eksikliği) ve akran ilişkileri, madde kullanımını doğrudan etkileyebilmektedir (Whitesell vd., 2013). Depresif belirtileri yüksek olan ergenlerin genellikle maddeleri daha erken yaşta kullanmaya başladıkları ve daha sık kullandıkları görülmektedir (Gau vd., 2007; Stone vd., 2016).

ESPAD yaklaşık 35 ülkede uygulanmaktadır. Bu durum, ergenlerde madde kullanımına ilişkin karşılaştırmalı değerlendirmelere olanak sağlamaktadır. ESPAD raporlarına göre ergenler arasında en yaygın kullanılan maddeler sigara, alkol ve esrardır. 2024 ESPAD raporunun bulgularına göre, Avrupa'daki 15-16 yaş aralığında bulunan ergenlerde yaşam boyu alkol kullanma oranı %74, sigara kullanma oranı %32 ve esrar kullanma oranı %12'dir (ESPAD Group, 2025).

2021–2024 yılları arasındaki ESPAD raporları ve özellikle madde kullanımına dayalı araştırmalar, Avrupa’da ergen madde kullanımında önemli bir değişime işaret etmekteydi. Pandeminin ilk yıllarında gözlenen düşüş eğilimi, özellikle 2022 itibarıyla tersine dönmüş; tütün, alkol ve esrar kullanımında yeniden artış yaşanmıştır. Alkol kullanımı en yaygın madde olmaya devam etmektedir. Bazı ülkelerde farkındalık kampanyalarının kısa vadeli etkileri gözlemlenmiştir. Örneğin Polonya’da 2021 yılında yürütülen eğitim kampanyaları gençler arasında alkol kullanımında geçici bir düşüş sağlamış; ancak bu etkinin sürdürülebilir olmadığı rapor edilmiştir (Bętkowska-Korpała ve Klingemann, 2024). Avrupa genelinde tütün kullanımına ilişkin bölgesel farklılıklar dikkat çekmektedir. Örneğin İtalya’da günlük sigara kullanım oranları Avrupa ortalamasının oldukça üzerindedir (Biagioni vd., 2023). Pandemi sonrası dönemde sigara kullanımında artış gözlemlenmiştir (Brime ve Villalbi, 2023). Esrar kullanımı ise özellikle 2022 sonrasında belirgin hâle gelmiştir. Esrar kullanım oranlarındaki artışa ek olarak, gençlerin esrarı “zararsız” olarak görmeye başladıkları ve risk algısında belirgin bir düşüş yaşandığı belirtilmiştir (O’Dowd vd., 2025). Genel olarak 2021–2024 dönemine ait ESPAD verileri, pandemi sonrasında ergenlerin madde kullanım davranışlarının hızla normalleştiğini ve hatta arttığını göstermektedir Risk algısındaki düşüş, kontrol mekanizmalarının gevşemesi ve dijital ortamların etkisi bu süreci beslemektedir. Bu bağlamda, madde kullanımına ilişkin algılar, tutumlar ve çevresel faktörlere dayalı önleyici politikaların güçlendirilmesi gerektiği açıktır.

Kuzey Kıbrıs’ta yürütülen çalışmalar, ergenler arasında psikoaktif madde kullanımının önemli bir halk sağlığı sorunu hâline geldiğini göstermektedir. 2015 yılına kadar Kuzey Kıbrıs’ta gerçekleştirilen çalışmalar, ergenlerin tütün, alkol ve uçucu maddeler kullandığını ortaya koymuştur (Çakıcı vd., 2017). Ergenler arasında en yaygın kullanılan maddeler sigara ve alkol olup bu sıralamayı uçucu maddeler ve esrar izlemektedir. Bu çalışmalarda madde kullanım nedenleri incelendiğinde, aile içi iletişim eksikliği, düşük akademik başarı ve akran baskısının etkili risk faktörleri olduğu sonucuna varılmıştır (Çakıcı vd., 2018). Güncel çalışmalar arasında

Bekiroğulları ve Tremeşeli'nin (2023) çalışması dikkat çekmektedir. Bu bulgular, Kuzey Kıbrıs'ta sigara ve alkol ile başlayan kullanımın zamanla yasa dışı maddelere geçiş riski taşıdığını göstermektedir. Bekiroğulları (2024) tarafından yürütülen bir diğer çalışma, Kuzey ve Güney Kıbrıs'ta madde kullanımını karşılaştırmalı olarak analiz etmiştir. Bu bulgular, Kıbrıs'ın her iki bölgesinde de madde kullanım eğilimlerinin benzer olduğunu ortaya koymaktadır. Araştırma bulguları arasında, Kıbrıs'ın kuzeyinde önleme programlarının daha zayıf olduğu sonucunun dikkat çekici olduğu görülmektedir.

1.2.2. Ergenlikte Depresif Belirtileri ve Madde Kullanımını Açıklayan Psikolojik Modeller

Ergenlik, insan gelişiminin en kritik dönemlerinden biridir. Duygusal, bilişsel ve sosyal gelişmelerde değişimlerin yaşandığı bir dönem olarak karakterize edilir. Ergenlikte yaşanan fizyolojik ve hormonal değişimler, sosyal rollerin farklılaşması ve kimlik oluşumu büyük önem taşımaktadır. Tüm bu değişimler ergenleri psikolojik açıdan kırılgan hâle getirebilmektedir. Özellikle depresyon gibi psikopatolojiler, ergenler arasında oldukça yaygındır. Depresyon kendini ilgi kaybı, umutsuzluk, düşük motivasyon, sosyal izolasyon ve uyum bozucu davranışlar olarak gösterir. Bu belirtiler, ergenlerin öznel iyi oluşunu tehdit etmekte ve riskli davranışlara zemin hazırlayabilmektedir (Pozuelo vd., 2022; H. Wang vd., 2024).

Başa çıkma stratejileri teorisi, Lazarus ve Folkman (1984) tarafından geliştirildi. Bu teoriye göre, stres altında kalan bireyler problem odaklı ya da duygu odaklı stratejiler geliştirir. Problem odaklı başa çıkma stratejileri problemin ana sebeplerine yönelik çözümler üreten stratejilerle ilişkilendirilir. Öte yandan duygu odaklı başa çıkma stratejileri bireyin duygusal tepkilerini düzenlemeyi hedefler. Başa çıkma becerileri ya da sosyal desteği yetersiz olan ergenler bir arayış sürecine girmektedir. Bu süreçte sıklıkla kısa süreli rahatlama sağlayacak yollar aramaktadırlar. Bu kısa süreli rahatlama çabaları, zaman zaman psikoaktif maddelerle deneme yapma ya da bu maddelere yönelme yoluyla gerçekleşmektedir. Psikoaktif maddeler, depresif belirtileri

geçici olarak hafifletme işlevi görmektedir. Her ne kadar işlevsel görünse de bir başa çıkma stratejisi olarak son derece zararlıdır (Ibgbami vd., 2023).

Literatürde Lazarus ve Folkman'ın (1984) başa çıkma stratejileri teorisine dayanan bazı çalışmalar ergenlere odaklanmaktadır. Ergenler, duygusal sorunlarıyla başa çıkmak için işlevsiz yolları tercih edebilmektedir. Örneğin, Garey vd., (2020) tarafından yapılan bir çalışmada, depresyon ve kaygı belirtileri ile madde kullanım davranışları arasında çift yönlü bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca literatürdeki bulgular, depresif belirtilerin dürtüsellığe, karar verme süreçlerinde bozulmaya ve ödül beklenti sistemlerinde değişime yol açtığını göstermektedir. Bu nöropsikolojik durumun madde kullanımını kolaylaştırabileceği öne sürülmüştür (Felton vd., 2020). Alkol ve esrar, depresyondan kısa süreli rahatlama sağladığı için psikolojik olarak çekici maddeler olarak algılanmaktadır.

Kendi kendini tedavi etme hipotezi, Khantzian tarafından 1997 yılında geliştirilmiştir. Bu hipoteze göre bireyler, psikolojik sorunlarını çözmek amacıyla bazen bilinçli, bazen bilinç dışı olarak madde kullanımına yönelmektedir. Alkol, tütün ya da esrar gibi maddelerin kullanımı çoğunlukla haz arayışından ziyade duygusal acıyı hafifletme amacı taşımaktadır. Bu modelde madde kullanımı yalnızca biyolojik ya da çevresel faktörlere bağlı olarak ele alınmamaktadır. Madde kullanımı, özellikle bireyin içsel psikodinamikleri temelinde yorumlanmaktadır.

Khantzian'ın kendi kendini tedavi etme hipotezine (1997) dayanan çok sayıda çalışma yürütülmüştür. Fergusson vd. (2005) çalışması, ergenlikte başlayan depresif belirtilerin önemli bir rol oynadığını göstermiştir. Bu belirtiler, erken yaşta madde (alkol) kullanımının bir ön göstergesi olarak değerlendirilmiştir. Wills vd. (2000) çalışması, depresif belirtiler ile erken alkol kullanımı arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki bulmuştur. Bu bulgulara dayanarak depresyonun yalnızca madde kullanımına başlama yaşını etkilemediği söylenebilir. Depresyon, madde kullanım sıklığını ve bağımlılık riskini de etkileyebilmektedir.

Sonuç olarak literatür, depresif belirtilerin bireylerin madde kullanım riskini artırdığını ve bu ilişkinin hem bilişsel-duygusal süreçler hem de çevresel

faktörler tarafından şekillendiğini göstermektedir. Kendi kendini tedavi etme ve başa çıkma stratejileri modelleri, bu dinamikleri teorik ve psikolojik düzeyde açıklamakta ve ampirik verilerle tutarlı bir çerçeve sunmaktadır. Ergenlerde madde kullanımı yalnızca bir davranış bozukluğu olarak değerlendirilmemeli; aynı zamanda başa çıkma yetersizlikleri ve duygusal düzenleme sorunlarının bir yansıması olarak ele alınmalıdır. Bu yaklaşım, hem önleme hem de müdahale çalışmalarına yön verebilir.

1.3. Metodoloji

1.3.1. Araştırma Vakası ve Önemi

Ergenlerde depresyon ile madde kullanımı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların büyük çoğunluğu Avrupa ve Amerika Birleşik Devletleri'nde yürütülmüştür. Fakat, Doğu Akdeniz ülkelerinde ve özellikle Kuzey Kıbrıs'ta bu ilişkiyi ele alan çalışmalar oldukça sınırlıdır. Bölgenin kültürel yapısı, aile ilişkileri ve sosyal normlar madde kullanım davranışlarını etkileyecek önemli değişkenlerdir. Bu sebeple, Kuzey Kıbrıs bağlamında bu çalışmayı yapmak literatürde bir boşluğu dolduracaktır. Dahası, bu çalışma birden fazla madde türünü (sigara, esrar, alkol) eş zamanlı olarak ele almış, böylelikle depresyonla başa çıkma amacıyla içki içmenin madde kullanım davranışları üzerindeki genel etkisini daha bütüncül bir bakış açısıyla değerlendirmiştir.

Bu çalışma hem teorik hem de pratik seviyelerde ciddi katkılar sunmaktadır. Teorik bir bakış açısıyla, depresif duygularla başa çıkma stratejileri ile madde kullanımı arasındaki ilişki, literatürde yer alan başa çıkma teorisi ve kendi kendini tedavi etme modeli çerçevesinde analiz edilmiştir. Pratik bir bakış açısıyla ise bulgular, okul rehberleri, öğretmenler ve aileler için erken müdahale stratejilerinin geliştirilmesine katkı sağlayabilir. Ergenlerde madde kullanımı ile depresif belirtiler arasındaki ilişkinin anlaşılması, önleme programlarının tasarlanması açısından önemli bir yol gösterici nitelik taşımaktadır. Sonuç olarak, bu çalışma depresyon ile madde kullanımı arasındaki ilişkinin hem bireysel hem de toplumsal düzeyde önemli sonuçlar doğurduğunu ortaya koymaktadır.

1.3.2. Araştırma Yöntemi ve Katılımcılar

Bu araştırma niceliksel bir tasarımıyla yapılandırılmış ve betimsel tarama modeliyle gerçekleştirilmiştir. Çalışma, Alkol ve Diğer Uyuşturucu Kullanımına Yönelik Avrupa Okul Anketi Projesi'nin (ESPAD) etik ilkeleri ve metodolojik rehberliğine uygun olarak gerçekleşmiştir. Veriler, herhangi bir değişiklik yapılmadan ESPAD temel anketi kullanılarak toplanmıştır. Araştırma katılımcıları, Kıbrıs'ın kuzey kesiminde öğrenim gören 15-16 yaş arası tüm ortaöğretim öğrencilerinden (n=3901) oluşmuştur.

1.3.3. Prosedür

ESPAD ölçeğini çalışmada kullanmaya başlamadan önce, ilgili mecralardan izinlerin alınması gerekliydi. Anketin Kuzey Kıbrıs örnekleminde uygulanması için, Milli Eğitim Bakanlığından izin alındı. Bakanlığın onayının ardından, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti Başbakanlık Uyuşturucu ile Mücadele Komisyonuna tüm okullara yönelik izinler verilmiş ve gerekli bilgiler paylaşılmıştır.

Devamında, okullarda öğrencilerin katıldığı, okul yönetimi ve rehber öğretmenlerin yürüttüğü bilgilendirme toplantıları düzenlendi. Bu toplantıda, Uyuşturucu ile Mücadele Komisyonundan Dr. Zafer Bekiroğulları, ESPAD'ı öğrencilere anlattı. Okullarda uygulamanın kontrollü bir şekilde yürütölmesi için komisyondan bir ekip görevlendirilmiştir.

Öğrencilerin velilerine, çocuklarının ESPAD çalışmasına katılmalarına izin verip vermeyeceklerini belirten araştırma onam formları gönderildi. ESPAD alışması katılmayı kabul eden ve onam formunu imzalayan velilerin çocuklarına uygulanmıştır.

Veri toplama gününde, Komisyon tarafından oluşturulan ekipler okulları ziyaret edip ölçeği aynı anda tüm öğrencilere uyguladılar. Böylelikle tüm sorular aynı anda görölüp cevaplandı. ESPAD'ı öğrencilere dağıtmadan önce gönüllü katılım esas alındı. Öğrencilere katılmak isteyip istemedikleri soruldu. Katılmak istemeyenler çalışmaya dahil edilmedi. Tutarlılık sağlamak adına aynı yaklaşım tüm okullarda izlendi.

Öğrenciler gizliliğin önemi hakkında bilgilendirildi. Soruları dürüstçe cevaplamaları gerektiği ve isimlerinin kullanılmayacağı konusunda bilgilendirildiler. Verinin anonim olarak sadece bilimsel amaçlarla kullanılacağı, aileler ve okul yetkilileri ile paylaşılmayacağı açıklandı. Veri toplama Ekim 2024'te başlayıp Aralık 2024'te tamamlandı.

Tüm prosedür, ESPAD tarafından belirlenen etik kurallar ve metodolojiler çerçevesinde yürütüldü.

1.3.4. Veri Analizi

Bu çalışmada ESPAD'dan elde edilen veriler, Pearson korelasyon analizi ve basit doğrusal regresyon analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Çalışmadaki temel değişken, “depresif duygularla başa çıkmak amacıyla alkol kullanma eğilimi” olmuştur. Aşağıdaki değişkenlerin bu temel değişkenle hem ilişkisi hem de öngörü gücü belirlenmiştir: Son 30 günde sigara kullanma sıklığı, yaşam boyu esrar kullanımı, son 12 ayda esrar kullanımı, son 30 günde esrar kullanımı, en son alkol kullanım günü, ağır epizodik içme sıklığı ve sarhoş olma/intoksikasyon sıklığı.

1.3.5. Etik Hususlar

Çalışma, Helsinki Bildirgesi'ne uygun olarak yürütülmüş ve alanlarında uzman üyelerden oluşan Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti Başbakanlık Uyuşturucu ile Mücadele Komisyonu Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (No. 2024-09-30). Tüm katılımcılar ve yasal vasileri çalışmanın amacı ve prosedürleri ile ilgili dikkatlice bilgilendirilmişler ve bu vasilerden katılım öncesi yazılı onam formları alınmıştır. Çalışma kapsamında toplanan veriler, katılımcıların gizliliğini korumak ve kişisel bilgilerin yer almasını önlemek amacıyla anonimleştirilerek işlenmiştir.

1.4. Bulgular

1.4.1. Değişkenler Arasındaki Korelasyon Analizi

Depresif duygularla başa çıkmak amacıyla içki içme eğilimi ile madde kullanımı arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Analizin sonuçları Tablo 1.1.'de sunulmuştur. Depresif içki içme eğilimi ile sigara kullanımı ($r=.46$, $p<.01$), yaşam boyu esrar kullanımı ($r=.22$, $p<.01$), son 12 ayda esrar kullanımı ($r=.21$, $p<.01$), son 30 günde esrar kullanımı ($r=.09$, $p<.01$), en son alkol kullanım günü ($r=.51$, $p<.01$), ağır epizodik içme sıklığı ($r=.55$, $p<.01$) ve sarhoş olma/intoksikasyon sıklığı ($r=.33$, $p<.01$) arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır. Sigara kullanımı ile yaşam boyu esrar kullanımı ($r=.26$, $p<.01$), son 12 ayda esrar kullanımı ($r=.25$, $p<.01$), son 30 günde esrar kullanımı ($r=.13$, $p<.01$), en son alkol kullanım günü ($r=.34$, $p<.01$), ağır epizodik içme sıklığı ($r=.41$, $p<.01$) ve sarhoş olma/intoksikasyon sıklığı ($r=.27$, $p<.01$) arasında anlamlı ve pozitif bir korelasyon bulunmaktadır.

Yaşam boyu esrar kullanımı ile son 12 ayda esrar kullanımı ($r=.96$, $p<.01$), son 30 günde esrar kullanımı ($r=.76$, $p<.01$), en son alkol kullanım günü ($r=.14$, $p<.01$), ağır epizodik içme sıklığı ($r=.25$, $p<.01$) ve sarhoş olma/intoksikasyon sıklığı ($r=.25$, $p<.01$) arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki bulunmaktadır. Son 12 ayda esrar kullanımı ile son 30 günde esrar kullanımı ($r=.87$, $p<.01$), en son alkol kullanım günü ($r=.12$, $p<.01$), ağır epizodik içme sıklığı ($r=.27$, $p<.01$) ve sarhoş olma/intoksikasyon sıklığı ($r=.28$, $p<.01$) arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki saptanmıştır. Son 30 günde esrar kullanımı ile en son alkol kullanım günü ($r=.07$, $p<.01$), ağır epizodik içme sıklığı ($r=.18$, $p<.01$) ve sarhoş olma/intoksikasyon sıklığı ($r=.26$, $p<.01$) arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır. En son alkol kullanım günü ile ağır epizodik içme sıklığı ($r=.57$, $p<.01$) ve sarhoş olma/intoksikasyon sıklığı ($r=.28$, $p<.01$) arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır. Ağır epizodik içme sıklığı ile sarhoş olma/intoksikasyon sıklığı arasında anlamlı ve pozitif bir korelasyon bulunmaktadır ($r=.38$, $p<.01$).

Tablo 1.1. Değişkenler Arası Korelasyon Analizleri

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Depresif duygularla başa çıkmak için içki içme eğilimi	1	.46**	.22**	.21**	.09**	.51**	.55**	.33**
2. Son 30 Günde Sigara Kullanım Sıklığı		1	.26**	.25**	.13**	.34**	.41**	.27**
3. Esrar Kullanım Sıklığı (Yaşam Boyu)			1	.96**	.76**	.14**	.25**	.25**
4. Esrar Kullanım Sıklığı (Son 12 ayda)				1	.87**	.12**	.27**	.28**
5. Esrar Kullanım Sıklığı (Son 30 Günde)					1	.07**	.18**	.26**
6. En son alkol kullanım günü						1	.57**	.28**
7. Ağır epizodik içme sıklığı (30 Gün Arka Arkaya)							1	.38**
8. Sarhoş olma/intoksikasyon Sıklığı (Son 30 Günde)								1

Not: ** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır.

1.4.2. Değişkenler Arasında Basit Doğrusal Regresyon Analizi

Basit doğrusal regresyon analizi, depresif içki içme eğilimi ile sigara kullanımı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Basit doğrusal regresyon analizine göre, depresif içki içme eğilimi ile sigara kullanımı arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır [F (1, 1439)=386.06, $p<.001$, $R^2=.21$, $R^2=.21$]. Regresyon katsayısına göre ($b=.73$, %95 GA [.66, .80]), depresif içki içme eğilimindeki 1 birimlik artış, sigara kullanımını .73 birim artırmaktadır. Analizin sonuçları Tablo 1.2.'de sunulmuştur.

Tablo 1.2. Depresif İçki İçme Eğiliminin Sigara İçmeye Etkisi - Basit Doğrusal Regresyon Tablosu

Değişken	b	SE	%95 CI		t	p
			LL	UL		
(Sabit)	.47	.06	.35	.58	7.84	<.001
Depresif İçki İçme Eğilimi	.73	.03	.66	.80	19.65	<.001
R^2	.21					

Basit doğrusal regresyon analizi, depresif içki içme eğilimi ile yaşam boyu esrar kullanımı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Basit doğrusal regresyon analizine göre, depresif içki içme eğilimi ile yaşam boyu esrar kullanımı arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır [F (1, 1432)=71.33, $p<.001$, $R^2=.05$, $R^2=.05$]. Regresyon katsayısına göre ($b=.12$, %95 GA [.09, .14]), depresif içki içme eğilimindeki 1 birimlik artış, yaşam boyu esrar kullanımını .12 birim artırmaktadır. Analizin sonuçları Tablo 1.3.'te sunulmuştur.

Tablo 1.3. Depresif İçki İçme Eğiliminin Yaşam Boyu Esrar Kullanmaya Etkisi - Basit Doğrusal Regresyon Tablosu

Değişken	b	SE	%95 CI		t	p
			LL	UL		
(Sabit)	.89	.02	.85	.94	40.64	<.001
Depresif İçki İçme Eğilimi	.12	.01	.09	.14	8.44	<.001
R^2	.05					

Basit doğrusal regresyon analizi, depresif içki içme eğilimi ile son 12 ayda esrar kullanımı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Basit doğrusal regresyon analizine göre, depresif içki içme eğilimi ile son 12 ayda esrar kullanımı arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır [F (1, 1432)=65.69, $p<.001$, $R^2=.05$, $R^2=.04$]. Regresyon katsayısına göre ($b=.10$, %95 GA [.08, .13]), depresif içki içme eğilimindeki 1 birimlik artış, son 12 ayda esrar kullanımını .10 birim artırmaktadır. Analizin sonuçları Tablo 1.4.'de sunulmuştur.

Tablo 1.4. Depresif İçki İçme Eğiliminin Son 12 Ayda Esrar Kullanmaya Etkisi - Basit Doğrusal Regresyon Tablosu

Değişken	b	SE	%95 CI		t	p
			LL	UL		
(Sabit)	.90	.02	.86	.94	44.01	<.001
Depresif İçki İçme Eğilimi	.10	.01	.08	.13	8.11	<.001
R^2	.05					

Basit doğrusal regresyon analizi, depresif içki içme eğilimi ile son 30 günde esrar kullanımı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Basit doğrusal regresyon analizine göre, depresif içki içme eğilimi ile son 30 günde esrar kullanımı arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır [F (1, 1386)=10.40, $p<.05$, $R^2=.01$, $R^2=.01$]. Regresyon katsayısına göre ($b=.03$, %95 GA [.01, .05]), depresif içki içme eğilimindeki 1 birimlik artış, son 30 günde esrar kullanımını .03 birim artırmaktadır. Analizin sonuçları Tablo 1.5.'te sunulmuştur.

Tablo 1.5. Depresif İçki İçme Eğiliminin Son 30 Günde Esrar Kullanımına Etkisi - Basit Doğrusal Regresyon Tablosu

Değişken	b	SE	%95 CI		t	p
			LL	UL		
(Sabit)	.98	.02	.95	1.01	63.63	<.001
Depresif İçki İçme Eğilimi	.03	.01	.01	.05	3.23	<.001
R^2	.01					

Basit doğrusal regresyon analizi, depresif içki içme eğilimi ile en son alkol kullanım günü arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Basit doğrusal regresyon

analizine göre, depresif içki içme eğilimi ile en son alkol kullanım günü arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır [$F(1, 1439)=510.48$, $p<.001$, $R^2=.26$, $R^2=.26$]. Regresyon katsayısına göre ($b=1.11$, %95 GA [1.02, 1.21]), depresif içki içme eğilimindeki 1 birimlik artış, en son alkol kullanım günü düzeyini 1.11 birim artırmaktadır. Analizin sonuçları Tablo 1.6.'da sunulmuştur.

Tablo 1.6. Depresif İçki İçme Eğiliminin En Son Alkol Kullanım Günü Üzerinde Etkisi - Basit Doğrusal Regresyon Tablosu

Değişken	b	SE	%95 CI		t	p
			LL	UL		
(Sabit)	1.14	.08	.98	1.30	14.27	<.001
Depresif içki içme Eğilimi	1.11	.05	1.02	1.21	22.60	<.001
R^2	.26					

Basit doğrusal regresyon analizi, depresif içki içme eğilimi ile ağır epizodik içki içme sıklığı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Basit doğrusal regresyon analizine göre, depresif içki içme eğilimi ile ağır epizodik içki içme sıklığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır [$F(1, 1439)=631.56$, $p<.001$, $R^2=.31$, $R^2=.31$]. Regresyon katsayısına göre ($b=.71$, %95 GA [.65, .76]), depresif içki içme eğilimindeki 1 birimlik artış, ağır epizodik içki içme sıklığını .71 birim artırmaktadır. Analizin sonuçları Tablo 1.7.'de sunulmuştur.

Tablo 1.7. Depresif İçki İçme Eğiliminin Ağır Epizodik İçki İçme Sıklığına Etkisi - Basit Doğrusal Regresyon Tablosu

Değişken	b	SE	%95 CI		t	p
			LL	UL		
(Sabit)	.53	.05	.44	.62	11.51	<.001
Depresif içki içme Eğilimi	.71	.03	.65	.76	25.13	<.001
R^2	.31					

Basit doğrusal regresyon analizi, depresif içki içme eğilimi ile sarhoşluk/intoksikasyon sıklığı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Basit doğrusal regresyon analizine göre, depresif içki içme eğilimi ile

sarhoşluk/intoksikasyon sıklığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır [F (1, 1336)=162.07, $p<.001$, $R^2=.11$, $R^2=.11$]. Regresyon katsayısına göre ($b=.23$, %95 GA [.20, .26]), depresif içki içme eğilimindeki 1 birimlik artış, sarhoşluk/intoksikasyon sıklığını .23 birim artırmaktadır. Analizin sonuçları Tablo 1.8.'de sunulmuştur.

Tablo 1.8. Depresif İçki İçme Eğiliminin Sarhoşluk/İntoksikasyon Sıklığına Etkisi - Basit Doğrusal Regresyon Tablosu

Değişken	b	SE	%95 CI		t	p
			LL	UL		
(Sabit)	.83	.03	.78	.89	29.85	<.001
Depresif İçki İçme Eğilimi	.23	.02	.20	.26	12.73	<.001
R^2	.11					

1.5. Tartışma

Bu çalışmanın ilk araştırma sorusu, “Depresif duygularla başa çıkmak amacıyla alkol kullanma eğilimi, gençler arasında sigara ve esrar kullanım sıklığı ile anlamlı bir şekilde ilişkili midir?” şeklindedir. Bulgular, depresif içki içme eğilimi ile sigara kullanımı ($r=.46$, $p<.01$) ve yaşam boyu esrar kullanımı ($r=.22$, $p<.01$) arasında anlamlı ve pozitif korelasyonlar olduğunu göstermiştir. Regresyon analizleri, depresif içki içme eğiliminin sigara kullanımındaki varyansın %21’ini açıkladığını ($R^2=.21$) ve esrar kullanımı üzerinde daha zayıf ancak anlamlı bir etkiye sahip olduğunu ($R^2=.05$) ortaya koymuştur.

Stresli ya da duygusal olarak zorlu durumlarla yüzleştğinde, ergenler duygularını düzenlemek amacıyla işlevsiz başa çıkma stratejileri benimseyebilmektedir. Bu Lazarus ve Folkman’ın başa çıkma teorisinde (1984) belirtilmiştir. Sigara ve esrar kullanımı, kısa süreli bir rahatlama sağlayan “duygu odaklı başa çıkma” formu olarak ele alınabilir. Özellikle sigaralar kolay erişimi olan ve toplumsal olarak kabul edilen maddeler olduğundan tercih edilen bir başa çıkma aracıdır (Biagioni vd., 2023; Brime ve Villalbi, 2023). Bu yüzden, bu çalışmada sigaranın depresif içki içme ile en çok ilişkilendirilen madde olması beklenen bir sonuçtu.

Araştırma bulgularına göre, tütün kullanımı ve depresif içki içme eğilimi arasındaki ilişki ($r=.46$, $R^2=.21$) belirgin ve dikkat çekicidir. Bulgular ayrıca depresif bireylerin sadece alkole değil, aynı zamanda nikotin gibi diğer bağımlılık yapıcı maddelere de yöneldiğini belirtmektedir. Güncel çalışmalar (P. Wang vd., 2021), depresyon ve sigara kullanımı arasındaki çift yönlü ilişkiyi vurgulayıp depresif semptomların nikotin kullanımını tetiklediğini, nikotin ise uzun vadede depresif semptomları güçlendirdiğini ortaya koymaktadır.

Araştırma bulguları depresif içki içmenin esrar kullanımını etkilediğini ama bu etkilerin alkol ya da sigaraya nazaran daha limitli olduğunu göstermektedir. Literatür, depresyon ve esrar kullanımı arasında önemli bir ilişki göstermektedir fakat bu ilişkinin alkol ya da sigara ile olan ilişki kadar güçlü olmadığına dair kanıtlar da bulunmaktadır (Hasin vd., 2022; Lev-Ran vd., 2014). Bu çalışmalar, depresyondaki bireylerin daha kısa sürede ve hızlı etki sağlayan bir başa çıkma aracı olarak alkolü tercih ettiğini, esrar kullanımının ise farklı motivasyonlara dayandığını göstermektedir. Bu nedenle, bu çalışmanın mevcut bulguları genel olarak literatürdeki bulgularla uyumludur.

İkinci araştırma sorusu, “Depresif duygularla başa çıkmak amacıyla alkol kullanma eğilimi, son 30 gün veya son 12 ay içindeki madde kullanım davranışlarını öngörmekte midir?” şeklindedir. Bulgular, depresif içki içme eğiliminin hem son 12 ay ($b=.10$, $p<.001$, $R^2=.05$) hem de son 30 gün içerisinde ($b=.03$, $p<.001$, $R^2=.01$) esrar kullanımını başarılı bir şekilde öngördüğünü göstermektedir. En düşük açıklayıcılık düzeyi ($R^2=.01$) son 30 günlük esrar kullanımında elde edilmiştir. Bu bulgu, depresif içki içme eğiliminin kısa vadeli davranışlar üzerindeki etkisinin sınırlı olabileceğini, buna karşın uzun vadeli kullanım riski üzerindeki katkısının daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Araştırma bulguları davranışların sadece psikolojik değil sosyal, kültürel ve çevresel faktörlerden de etkilendiğini ortaya koymaktadır (Pozuelo vd., 2022). Bu bağlamda, Khantzian’ın modeli (1997) depresif eğilimlerin sürekliliğinin madde kullanım davranışlarını açıklamada işlevsel olduğunu öne sürmektedir. Depresyon gibi kronik psikopatolojilerin,

bireyin zaman içinde “madde arayışına” yönelik örüntülerini sürdürdüğü öne sürülmektedir (Fergusson vd., 2005). Özellikle son 12 ayda esrar kullanımı, bu geçişin zaman içinde nasıl yapılandığını göstermektedir. Ayrıca pandemi sonrası gençlerin maddelere erişiminin artması (ESPAD Group, 2025) ve dijital çevrelerin normalleştirici etkisi, bireysel seviyedeki madde kullanım sıklığını artırmıştır. Bu da depresif içki içme ile madde kullanımı arasındaki ilişkiyi açıklamaktadır.

Çalışmanın üçüncü araştırma sorusu, “Depresif duygularla başa çıkmak amacıyla alkol kullanma eğilimi, aşırı içki içme ve sarhoşluk sıklığını ne ölçüde açıklamaktadır?” şeklindedir. Regresyon analizleri, depresif içki içme eğilimi ile hem arka arkaya içki içme sıklığı ($R^2=.31$) hem de sarhoşluk sıklığı ($R^2=.11$) arasında anlamlı ve pozitif ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur. Bu değerler depresif içki içme eğiliminin aşırı içki içme davranışına güçlü bir öngörü olduğunu belirtmektedir. Bu bulgu, kendi kendini tedavi etme hipotezinin “ağır kullanım davranışları” boyutunu desteklemektedir. Depresyon yaşayan bireylerin duygusal acıyı bastırmak amacıyla kısa sürede yüksek miktarda alkol tüketme eğilimi, bu modelin öngörülerıyla uyumludur. Khantzian’a (1997) göre bu tür kullanım, basit bir rahatlama arayışından ziyade derin bir psikolojik sıkıntının belirtisidir. Başa çıkma teorisi perspektifinden bakıldığında arka arkaya içki içme bir “kaçış stratejisi” olarak değerlendirilmektedir. Birey, problem çözme becerilerindeki yetersizliği içki içerek telafi etmeye çalışmakta ve yoğun alkol tüketimi kısa süreli bir “duygusal unutma” sağlamaktadır (H. Wang vd., 2024).

Bu çalışma, depresif belirtiler gösteren ergenlerin alkolü daha sık ve kontrolsüz biçimde tükettiklerini ortaya koymuştur. Bravo vd. (2018) ve Pilatti vd.’nin (2024) çalışmaları da ayrıca depresyonu olan bireylerin, semptomlarla başa çıkmak için alkol kullandığını ortaya koymuştur. Bu çalışmalar, mevcut çalışmaya benzer şekilde, depresyon dönemlerinde alkolün daha sık tüketildiğini ve bunun çoğu zaman aşırı alkol kullanımına yol açtığını ortaya koymuştur. Bu çalışmanın bulgularından biri, depresif içki içme eğilimiyle en son alkol kullanım günü ($r=.51$, $p<.01$), arasındaki güçlü korelasyondur. Bu bulgu depresyonda olan bireylerin sıklıkla alkol tükettiğini göstermektedir.

Çalışmada elde edilen en yüksek açıklayıcılık düzeyi (.31), depresif içki içmenin arka arkaya içki içme ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu durum, gençlerin özellikle grup içinde veya hafta sonlarında ağır içki içme davranışlarını bir başa çıkma mekanizması olarak tercih ettiklerini düşündürmektedir. Literatürde bu bulguyu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (Allen vd., 2021; Birrell vd., 2020). Özellikle, olumlu pekiştirme döngüsünün (geçici rahatlama → nüks → alışkanlık) ergenlerde daha hızlı geliştiği gözlemlenmiştir.

1.6. Sonuç

Bu çalışma, Kuzey Kıbrıs'taki ergenler arasında depresif duygularla başa çıkmak için alkol kullanma eğilimi ile madde kullanımı arasındaki ilişkiyi incelemiş ve önemli bulgular ortaya koymuştur. Çalışma, depresif içki içmenin, sigara ve esrar kullanımı, arka arkaya içki içme ve sıklıkla sarhoş olma gibi riskli davranışlarla ilişkilendirildiğini göstermektedir. En güçlü ilişki alkol tüketiminde görülürken ($R^2=.31$), en zayıf ilişki son 30 günde esrar kullanımında ($R^2=.01$) görülmüştür.

Çalışmanın sonuçları Lazarus ve Folkman'ın başa çıkma teorisini ve Khantzian'ın kendi kendini tedavi etme modelini desteklemekte ve ergenlerin psikolojik stresle başa çıkma stratejileri arasında madde kullanımının sıklıkla kısa vadeli bir rahatlama aracı olarak görüldüğünü göstermektedir. Özellikle alkol kullanımı, depresif semptomlar için bir başa çıkma stratejisi olmakta ve bu kullanım zamanla sigara ya da esrar gibi diğer maddelere bağımlılığı tetiklemektedir. Çalışmanın bulguları, depresyon ile madde kullanımı arasındaki karşılıklı ilişkinin yalnızca bireysel psikolojik faktörlerden değil, aynı zamanda sosyokültürel faktörlerden de etkilendiğini göstermektedir.

Bu çalışma, depresif belirtiler ile madde kullanımı arasındaki ilişkiyi özellikle “depresif içki içme eğilimi” kavramı üzerinden inceleyerek literatüre özgün bir katkı sunmaktadır. Bu konulardaki çalışmaların ender olduğu Kuzey Kıbrıs gibi bir bölgede, bu konuda veri sağlama yerel politikacılar, okul rehber öğretmenleri ve sağlık çalışanları için bir rehber oluşturmaktadır. Dahası, ESPAD ölçeği kullanarak veri toplanması Avrupa'daki çalışmalar ile

karşılaştırma yapılabilmesini sağlamaktadır. Çalışma, depresif içki içme eğiliminin yalnızca genel madde kullanımını değil, aynı zamanda kullanım süresi, sıklığı ve yoğunluğu gibi davranışsal bileşenleri de öngörebileceğini göstermiştir. Bu bağlamda çalışma, hem teorik hem de pratik düzeyde koruyucu ruh sağlığı hizmetlerinin geliştirilmesine katkı sağlayabilir.

Çalışmanın limitasyonları arasında ilk olarak kesitsel (tek zamanlı) bir tasarıma sahip olması yer almaktadır. Bu durum, depresif içki içme ile madde kullanımı arasındaki ilişkinin yönünü ve neden-sonuç bağıını yeterince açıklayamamaktadır. İkinci olarak verilerin öz-bildirim yöntemiyle toplanmış olması, özellikle alkol ve madde kullanımı gibi hassas konularda katılımcıların sosyal beklentilere uygun yanıt verme eğilimine yol açmış olabilir ve bu durum bulguların geçerliliğini sınırlamaktadır. Ayrıca çalışma yalnızca depresif içki içmeyi ele almış; sosyal destek, aile ilişkileri ve okula bağlılık gibi olası koruyucu veya etkileyici değişkenleri dışarıda bırakmıştır. Bu durum analizlerin kapsamını daha da sınırlamaktadır.

Gelecekte bu tarz araştırmalar için çeşitli öneriler sunulmuştur. İlk olarak nedenselliği ve değişkenler arası ilişkiyi belirleyebilmek için boylamsal çalışmalara ihtiyaç vardır. Ayrıca yalnızca depresif içki içmeye odaklanmak yerine sosyal destek düzeyi, ebeveyn denetimi, akademik başarı ve akran etkisi gibi diğer psikososyal değişkenlerin araştırma modellerine dâhil edilmesi, sonuçların geçerliliğini ve kapsamını artıracaktır. Gençlerin madde kullanımına yönelme nedenlerini daha derinlemesine anlayabilmek için nitel veri toplama tekniklerinin (örneğin görüşmeler, odak grup çalışmaları) kullanılması önerilmektedir. Elde edilen bulgular okul temelli önleme ve müdahale programlarının geliştirilmesine katkı sağlayabileceğinden bunların pratik araştırmalarla desteklenmesi önemlidir. Son olarak Kuzey Kıbrıs'ı, benzer sosyokültürel yapıları olan diğer bölgelerle karşılaştıran çok merkezli çalışmalar yapmak, bulguların genelleştirilebilmesini test edebilmek için kullanışlı olacaktır.

1.7. Çalışmanın Zorlukları ve Sınırlılıkları

Ayrıca tütün ve elektronik sigara şirketleri, sağlıkla ilişkili iddialar, markalaşma, renkli ambalajlar ve aromalar içeren sofistike pazarlama stratejileri kullanmaktadır. Bu pazarlama taktikleri sürekli evrimleşerek zaman içinde tutarlı bir şekilde değerlendirmeyi zorlaştırmaktadır. Pazarlama materyallerindeki mesajlar, bireylerin tütün ve elektronik sigara ürünlerinin gerçekte içerdiğinden daha az zararlı bileşik içerdiğine inanmalarına yol açabilirken, gelişimsel dönemde maruz kalma ile ilişkili ek riskler, bir nefes çekiminin neyi ifade ettiğinin değerlendirilmesini zorlaştırmakta ve bu ürünlerle ilişkili gerçek riskleri belirsizleştirmektedir.

Diğer yandan, erişilebilirlik en önemli zorluk olarak ortaya çıkmaktadır. Tütün ve elektronik sigara ürünlerinin kolayca temin edilebilmesi ve reşit olmayanların erişimini engelleyecek yeterli denetimlerin bulunmaması, kullanım ve denemelerin düzenlenmesini zorlaştırmaktadır. Ayrıca bu çalışma, başa çıkma, merak ve toplumsal normlara karşı gelme gibi gençlerin sigara ve elektronik sigara kullanımına yatkınlığını artırdığı düşünülen çeşitli bireysel davranışsal ve psikolojik faktörleri tanımlamaktadır. Ancak bu faktörler birbiriyle bağlantılı ve karmaşık olduğundan, özellikle sigara ve elektronik sigara kullanımına katkıları açısından tek tek izole edilerek incelenmeleri oldukça güçtür. Bu çalışma aynı zamanda gençlerin tütün ve elektronik sigara kullanımının altında yatan nedenleri belirleyerek sağlık ve iyilik hâli üzerindeki riskleri ele almayı amaçlamaktadır. Ancak söz konusu etkilerin çok boyutlu yapısı nedeniyle bu temel nedenleri anlamak ve ele almak zordur. Çalışmanın bulguları, farklı bölgeler ve nüfuslar arasında sosyal normlar, teknolojik gelişmeler ve pazarlama stratejilerindeki farklılıklar nedeniyle genellenebilirlik açısından sınırlı olabilir. Bu sınırlılık, çalışmanın sonuçlarının daha geniş ölçekte uygulanabilirliğini etkilemektedir. Bu zorluklar ve sınırlılıklar ele alınarak, gençlerin tütün ve elektronik sigara kullanımını etkileyen faktörlere ilişkin kapsamlı bir anlayış sunulması ve etkili önleme ile müdahale stratejilerine rehberlik edilmesi amaçlanmaktadır.

Referanslar

- Agrawal, A., Neale, M. C., Prescott, C. A., & Kendler, K. S. (2004). A twin study of early cannabis use and subsequent use and abuse/dependence of other illicit drugs. *Psychological medicine*, 34(7), 1227–1237. <https://doi.org/10.1017/s0033291704002545>
- Allen, J. P., Loeb, E. L., Narr, R. K., & Costello, M. A. (2021). Different factors predict adolescent substance use versus adult substance abuse: Lessons from a social-developmental approach. *Development and Psychopathology*, 33(3), 792-802. <https://doi.org/10.1017/S095457942000005X>
- Amendola, S., Hengartner, M. P., Ajdacic-Gross, V., Angst, J., & Rössler, W. (2022). Longitudinal reciprocal associations between depression, anxiety, and substance use disorders over three decades of life. *Journal of affective disorders*, 302, 315-323. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.01.101>
- Bekiroğulları, Z. (2024). Comparative analysis of substance use across Cyprus: Analyzes the differences and similarities in substance use between north and south Cyprus. In N. Dağlıoğlu, & S. Kılıç Akıncı (Eds.), *The landscape of substance abuse in Northern Cyprus: Trends, risks, and responses* (pp. 22-54). Emanate Publishing House Ltd. <https://doi.org/10.70020/BI.20240801.2>
- Bekiroğulları, Z., & Tremeşeli, T. T. (2023). Assessment of substance use among high school students in Northern Cyprus based on the Gateway Hypothesis. *The European Journal of Social & Behavioural Sciences*, 32(3), 162-174. <https://doi.org/10.15405/ejsbs.341>
- Bętkowska-Korpała, B., & Klingemann, J. (2024). Alcohol use. In S. Golinowska S. (Ed.), *Public Health. The Social and Ecological Dimension* (pp. 189-204). Scholar Publishing House.
- Biagioni, S., Baldini, F., Baroni, M., Cerrai, S., Melis, F., Potente, R., Scalese, M., & Molinaro, S. (2023). Adolescents' psychoactive substance use during the first COVID-19 lockdown: A cross sectional study in Italy. *Child & Youth Care Forum*, 52(3), 641-659. Springer US. <https://doi.org/10.1007/s10566-022-09701-0>
- Birrell, L., Slade, T., Teesson, M., Prior, K., Chapman, C., Hides, L., McBride, N., Mewton, L., Allsop, S., Andrews, G., & Newton, N. C. (2020). Bidirectional relationships in the development of internalising symptoms and alcohol use in adolescence. *Drug and Alcohol Review*, 39(7), 950-959. <https://doi.org/10.1111/dar.13070>
- Bozzini, A. B., Bauer, A., Maruyama, J., Simões, R., & Matijasevich, A. (2020). Factors associated with risk behaviors in adolescence: a systematic review. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 43(2), 210-221. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2019-0835>
- Bravo, A. J., Pilatti, A., Pearson, M. R., Mezquita, L., Ibáñez, M. I., & Ortet, G. (2018). Depressive symptoms, ruminative thinking, drinking motives, and

- alcohol outcomes: A multiple mediation model among college students in three countries. *Addictive behaviors*, 76, 319-327. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2017.08.028>
- Brime, B., & Villalbi, J. R. (2023). Is adolescent use of tobacco, alcohol and cannabis decreasing? *Adicciones*, 35(4), 383-386. <https://doi.org/10.20882/adicciones.2035>
- Çakıcı, M., Çakıcı, E., Özsoy, İ., Karaaziz, M., Beyazıt, U., & Hançerli, S. (2018). The prevalence and risk factors of psychoactive substance use among secondary school students in Turkish Republic of Northern Cyprus. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 19(6), 586-592. <https://doi.org/10.5455/apd.293192>
- Çakıcı, M., Ergün, D., Çakıcı, E., & Onur, C. (2017). The prevalence and risk factors of substance use among high school students in Turkish Republic of Northern Cyprus, 1996-2015. *Alpha Psychiatry*, 18(5), 428-437. <https://doi.org/10.5455/apd.257281>
- Çakıcı, M., Yeşil Dirisu, G., Karaaziz, M., Buran, A., & Çakıcı, E. (2022). Psychoactive substance abuse: prevalence, risk factors and relation to acculturation in adults living in North Cyprus, 2003–2018. *Current Psychology*, 41(11), 8044-8051. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01225-x>
- Engebretsen, I. M. S., & Skylstad, V. (2022). Childhood alcohol use: Global insights. In V. B. Patel, & V. R. Preedy (Eds.), *Handbook of substance misuse and addictions: from biology to public health* (pp. 1-24). Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-67928-6_65-1
- ESPAD Group. (2025). *Key findings from the 2024 European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD)*. European Union Drugs Agency. <https://doi.org/10.2810/5746644>
- Felton, J. W., Shadur, J. M., Havewala, M., Gonçalves, S., & Lejuez, C. W. (2020). Impulsivity moderates the relation between depressive symptoms and substance use across adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 49(3), 365-377. <https://doi.org/10.1080/15374416.2018.1537189>
- Fergusson, D. M., John Horwood, L., & Ridder, E. M. (2005). Show me the child at seven: the consequences of conduct problems in childhood for psychosocial functioning in adulthood. *Journal of Child Psychology and psychiatry*, 46(8), 837-849. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2004.00387.x>
- Garey, L., Olofsson, H., Garza, T., Rogers, A. H., Kauffman, B. Y., & Zvolensky, M. J. (2020). Directional effects of anxiety and depressive disorders with substance use: A review of recent prospective research. *Current Addiction Reports*, 7(3), 344-355. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00321-z>
- Gau, S. S., Chong, M. Y., Yang, P., Yen, C. F., Liang, K. Y., & Cheng, A. T. (2007). Psychiatric and psychosocial predictors of substance use disorders among

- adolescents: Longitudinal study. *The British Journal of Psychiatry*, 190(1), 42-48. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.106.022871>
- Gray, K. M., & Squeglia, L. M. (2018). Research Review: What have we learned about adolescent substance use? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 59(6), 618-627. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12783>
- Hasin, D. S., Saxon, A. J., Malte, C., Olsson, M., Keyes, K. M., Grady, J. L., Cerda, M., Maynard, C. C., Keyhani, S., Martins, S. S., Fink, D. S., Livne, O., Mannes, Z., & Wall, M. M. (2022). Trends in cannabis use disorder diagnoses in the US Veterans Health Administration, 2005–2019. *American Journal of Psychiatry*, 179(10), 748-757. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.22010034>
- Ibgbami, O. I., Oginni, O. A., Bradley, C., Lusher, J., Sam-Agudu, N. A., & Folayan, M. O. (2023). A cross-sectional study on resilience, anxiety, depression, and psychoactive substance use among heterosexual and sexual minority adolescents in Nigeria. *BMC Public Health* 23, 1759. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16660-1>
- Khantzian, E. J. (1997). The self-medication hypothesis of substance use disorders: A reconsideration and recent applications. *Harvard Review of Psychiatry*, 4(5), 231-244. <https://doi.org/10.3109/10673229709030550>
- Kokkevi, A., Rotsika, V., Arapaki, A., & Richardson, C. (2012). Adolescents' self-reported suicide attempts, self-harm thoughts and their correlates across 17 European countries. *Journal of child psychology and psychiatry*, 53(4), 381-389. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2011.02457.x>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lev-Ran, S., Roerecke, M., Le Foll, B., George, T. P., McKenzie, K., & Rehm, J. (2014). The association between cannabis use and depression: a systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological medicine*, 44(4), 797-810. <https://doi.org/10.1017/S0033291713001438>
- Michaud, P. A., Bélanger, R., Mazur, A., Hadjipanayis, A., & Ambresin, A. E. (2020). How can primary care practitioners address substance use by adolescents? A position paper of the EUROPEAN academy of PAEDIATRICS. *European Journal of Pediatrics*, 179(8), 1297-1305. <https://doi.org/10.1007/s00431-020-03596-6>
- Molinaro, S., Vicente, J., Benedetti, E., Cerrai, S., Colasante, E., Arpa, S., Chomynová, P., Kraus, L., Monshouwer, K., Spilka, S., Arnarsson, A. M., Balakireva, O., Beteta, B. B., Bye, E. K., Chileva, A., Clancy, L., Duraku, Z. H., Đurišić, T., Ekholm, O., & Škařupová, K. (2020). *ESPAD Report 2019 Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*. Publications Office of the European Union. <https://doi.org/10.2810/877033>
- Nath, A., Choudhari, S. G., Dakhode, S. U., Rannaware, A., Gaidhane, A. M., Dakhode, S., & Gaidhane, A. (2022). Substance abuse amongst

- adolescents: an issue of public health significance. *Cureus*, 14(11), e31193. <https://doi.org/10.7759/cureus.31193>
- O'Dowd, T. M., Fleury, R., Power, E., Dooley, N., Quinn, L., Petropoulos, S., Healy, C., Smyth, B., & Cannon, M. (2025). Risk and protective factors for cannabis use in adolescence: a population-based survey in schools. *Irish Journal of Psychological Medicine*, 42(1), 6-14. <https://doi.org/10.1017/ipm.2024.28>
- Pilatti, A., Correa, P., Rivarola Montejano, G., Michelini, Y., Bravo, A. J., & Pautassi, R. M. (2024). Positive and negative pathways linking depressive symptoms to problematic alcohol use among Argentinian college students: An examination of positive and negative urgency traits and internal drinking motives. *Journal of Psychoactive Drugs*, 1-10. <https://doi.org/10.1080/02791072.2024.2405677>
- Pozuelo, J. R., Desborough, L., Stein, A., & Cipriani, A. (2022). Systematic review and meta-analysis: depressive symptoms and risky behaviors among adolescents in low-and middle-income countries. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 61(2), 255-276. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2021.05.005>
- Schleider, J. L., Ye, F., Wang, F., Hipwell, A. E., Chung, T., & Sartor, C. E. (2019). Longitudinal reciprocal associations between anxiety, depression, and alcohol use in adolescent girls. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 43(1), 98-107. <https://doi.org/10.1111/acer.13913>
- Stone, A. L., Vander Stoep, A., & McCauley, E. (2016). Early onset substance use in adolescents with depressive, conduct, and comorbid symptoms. *The Journal of Early Adolescence*, 36(6), 729-753. <https://doi.org/10.1177/02724316155864>
- Taçoý, S. (2022). Substance addiction among youth in Northern Cyprus. In A. Güneyli, & F. Silman (Eds.), *ICEEPSY 2022: Education and Educational Psychology*. European Proceedings of International Conference on Education and Educational Psychology (pp. 151-163). European Publisher. <https://doi.org/10.15405/epiceepsy.22123.13>
- Tremeşeli, T. T., & Tekyaprak, N. (2022). Profile of substance addicts in north Cyprus: Analyzing addiction characteristics, mental problems and personal features. In A. Güneyli, & F. Silman (Eds.), *ICEEPSY 2022: Education and Educational Psychology*. European Proceedings of International Conference on Education and Educational Psychology (pp. 126-138). European Publisher. <https://doi.org/10.15405/epiceepsy.22123.11>
- Wang, H., Wang, Z., Li, X., & Liu, J. (2024). Characteristics and risk factors of health-related risky behaviors in adolescents with depression. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 18, 34. <https://doi.org/10.1186/s13034-024-00722-2>
- Wang, P., Abidin, E., Asharani, P. V., Seet, V., Devi, F., Roystonn, K., Lee, Y. Y., Cetty, L., Teh, W. L., Verma, S., Mok, Y. M., & Subramaniam, M. (2021).

Nicotine Dependence in Patients with Major Depressive Disorder and Psychotic Disorders and Its Relationship with Quality of Life. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24), 13035. <https://doi.org/10.3390/ijerph182413035>

- Whitesell, M., Bachand, A., Peel, J., & Brown, M. (2013). Familial, social, and individual factors contributing to risk for adolescent substance use. *Journal of Addiction*, 2013(1), 579310. <https://doi.org/10.1155/2013/579310>
- Wilkinson, A. L., Halpern, C. T., & Herring, A. H. (2016). Directions of the relationship between substance use and depressive symptoms from adolescence to young adulthood. *Addictive Behaviors*, 60, 64-70. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.036>
- Williams, G. C., Patte, K. A., Ferro, M. A., & Leatherdale, S. T. (2022). Exploring the bi-directional associations between poly-substance use and symptoms of anxiety and depression among a large sample of Canadian adolescents. *Canadian Journal of Addiction*, 13(2), 7-16. <https://doi.org/10.1097/CXA.0000000000000144>
- Wills, T. A., Sandy, J. M., & Yaeger, A. (2000). Temperament and adolescent substance use: An epigenetic approach to risk and protection. *Journal of Personality*, 68(6), 1127-1151. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00129>