

Tütünle Mücadelede Yaratıcı Bir Uygulama: Bağımsız Kampüs Projesi Hazırlık Aşaması

A Creative Practice in Campaign Against Tobacco: Independent Campus Project Preparation Phase

Fisun SÖZEN¹, Zeliha ESER², Erman DEMİR³

ÖZ

Ülkemizde sigaraya 20 yaşından önce başladığı ve üniversite öğrencilerinde sigara içme oranının giderek arttığı dikkate alındığında, üniversitelerde gençlere yönelik çalışmalar da önem kazanmaktadır.

Başkent Üniversitesi Bağımsız Kampüs Projesi ile üniversite öğrencilerinin bakış açılarını dikkate alan, tütün ve tütün mamulleri (TTM) ile mücadelede yenilikçi yaklaşımlar geliştirmeyi hedeflemiştir. Başlangıçta düzenlenen fikir kampına fakülte ve yüksekokullardan 46 öğrenci, 11 akademisyen ve 4 idari personel katılmıştır. Öğrenciler, Bağımsız Kampüs Projesi'nin amaçları, Sigara Bırakma Polikliniği ve TTM ile mücadele faaliyetleri ve Fikir Kampında izlenecek yöntemler ve kendilerinden beklentiler hakkında bilgilendirilmiştir.

Sonrasındaki çalıştayda, öğrenciler tarafından baskı kurmayan, sağlıklı bir yaşama odaklanan, yeni medyayı kullanan, akran etkileşimini önceleyen stratejilerin oluşturulmasına yönelik fikirler ortaya konulmuştur. TTM ile mücadelede "Bağımsız Kampüs" projesi ile katılımcı bir başlangıçla, önemli bir adım atılarak uygulamaya yönelik planların gelişmesi sağlanmıştır.

Bu derleme ile de, prospektif olarak değerlendirmeleri devam eden, yenilikçi bu yaklaşımın başlangıç aşamasındaki içeriğini diğer araştırmacılarla paylaşmak ve konu ile ilgili iyi uygulama örneklerine değinmeyi amaçladık.

Anahtar Kelimeler: Tütünsüz Üniversite, Fikir Kampı

GİRİŞ

Dünya genelinde her gün binlerce insanın tütün kullanımına bağlı olarak hayatını kaybettiği, küresel bir bağımlılığa dönüşmüş olan tütün kullanımını yalnızca kullananları değil, aynı ortamı paylaşanları da etkileyen ciddi bir sağlık sorunudur. Bu nedenle tütün kontrol çalışmaları devletlerin öncelikleri arasına girmeye başlamıştır.

1. Dr. Öğr. Üyesi, Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği AD E-posta Adresi: fisunsozen@gmail.com

ORCID ID: 0000-0002-1951-2693

2. Prof. Dr., Başkent Üniversitesi Ekin-Ön Kuluçka Merkezi

ORCID ID: 0000-0002-1174-4238

3. Uzman, Başkent Üniversitesi Bilgi İnovasyon Teknoloji

Merkezi ORCID ID: 0000-0002-7123-5742

Gönderim Tarihi: 13.12.2020 - Kabul Tarihi: 04.03.2021

ABSTRACT

Considering that smoking is started before the age of 20 in our country and the rate of smoking among university students is gradually increasing, studies for young people at universities also gain importance.

In Baskent University Independent Campus Project, it has been aimed to develop a tobacco and tobacco products (TTP) free campus concept with the perspectives of university students. 46 students, 11 academicians and 4 administrative staff from faculties and vocational schools participated in the idea camp organized at the beginning. The students were informed about the aims of the Independent Campus Project, the activities to campaign against tobacco, Smoking Cessation Polyclinic and TTP, and the methods to be followed in the Idea Camp and their expectations.

In the following workshop, ideas were put forward by students to create strategies that do not put pressure, focus on a healthy life, use new media, and prioritize peer interaction.

With the "Independent Campus" project in the fight against TTP, an important step was taken with a participatory initiative and the development of the implementation plans was achieved. With this review, we aimed to share the content of this innovative approach, which continues to be evaluated prospectively, with other researchers and to mention examples of good practices.

Keywords: Tobacco Free University, Idea camp

Tütünle mücadelede temel prensip koruma ve önlemedir. Genç bir nüfusa sahip Türkiye'de tütün endüstrisinin en önemli hedefi olan gençlerimizdir. Bu nedenle tütün ve tütün mamulleri (TTM) ile mücadelede eğitim kurumlarının önemi büyüktür.

Tütün kontrolüne yönelik düzenlemelere rağmen gençlerin sigara içme ya da başlama oranları üniversite yaşamına geçtiklerinde artış göstermektedir. Kampüs yaşamında ve arkadaş çevresindeki olumlu ve olumsuz etkileşimleri tüm yaşamlarına taşıyacakları alışkanlıklara dönüşebilmektedir. Ülkemizde yedi milyondan fazla gencin yaşadığı kampüslerde tütün kullanım alışkanlığını değiştire-

recek uygulamaların başlaması akran etkileşimini olumlu etkileyeceği düşüncesi ile 2018-2023 Tütün Kontrolü Eylem Planı çerçevesinde yükseköğretim kurumlarında tütün ürünlerinin zararları ve bunlardan korunmaya eğitim çalışmaları ve etkinliklerin yapılması faaliyetler bölümünde yer almıştır.(1)

Ülkemizde üniversite öğrencilerinin yarısının sigara kullandığı bilinmektedir. 2017 “KÜRESEL GENÇLİK TÜTÜN ARAŞTIRMASI(KGTA)” raporuna göre; 13-15 yaş gençlerin % 17,9’u (erkeklerin % 23,2’si, kızların % 12,1’i) halen bir tütün ürünü içmektedir. % 7,7’si (erkeklerin % 9,9’u ve kızların % 5,3’ü) ise halen sigara içmektedir. % 40,2’si (erkeklerin % 46,8’i ve kızların % 33,1’i) en az bir defa bir tütün ürünü denemiş olduğunu ifade ederken, en az bir defa sigara deneyenler % 28,0, en az bir defa nargile deneyenler ise % 24,6’dır. Halen tütün içen gençlerin % 53,2’si şu anda bırakmayı istemektedir. Yine gençlerin % 46,1’nin evinde pasif etkilenime maruz kaldığı görülmüştür. % 51,8’i de kanunla yasaklanmış halka açık kapalı alanlarda tütün dumanına maruz kaldığını ifade etmiştir. Bu gruptaki gençler 18 yaşını doldurmadığı halde % 73,3’ünün market, bakkal vb. yerlerden rahatlıkla sigara satın alabildiği görülmüştür. (2)

Gençlere ait tüm bu olumsuz verilere rağmen gençlerin % 91,1’i halka açık kapalı alanlarda sigara kullanım yasaklarını desteklemekte ve %74,5’i de açık alanlarda sigara kullanımının yasaklanmasını istemektedir.(2) Bu oransal değişim gençlerin sigarayı denemelerinin önlenmesi durumunda bağımlı hale gelmelerinin önleneceğinin bir göstergesi olabilir.(3) Araştırmalar sigara içmeyi bir defa deneyen dört kişiden üçünün sigara içicisi olduğunu ve sürekli sigara içer hale geldiğini ortaya çıkarmıştır.(4)

“A Report of Surgeon General 2014” raporunda gençlerin 26 yaşına kadar sigara kullanmaya başlamayanların daha sonra da sigara içmeye başlamadıkları belirtilmiştir. Bu nedenle buradaki asıl önemli noktayı gençlerin sigaraya başlamasının önlenmesi oluşturmaktadır. Gençlerin duygusal değişimleri, kişiler ve çevreye uyum sağlamada karşılaştıkları güçlükler, büyüdüklerini gösterme

çabası, büyüklerin otoritesine başkaldırı ve akranları ile sosyalleşme çabaları üniversiteye başladıkları zaman sigaraya başlamalarının başlıca nedenlerini oluşturmaktadır.(5) Bu nedenle kapalı ve toplu alanlarda sigara içiminin yasaklanması gençler açısından önleyici bir adım olabilir.(6)

Tütünsüz üniversite/yerleşke modellerine yönelik farklı ülkelerde örnekler mevcuttur. Bu konuda üniversitelerin oluşturduğu inisiyatifler de mevcuttur. Amerikan Kanseri Enstitüsü bu konuda bir inisiyatif başlatmıştır.¹ Konuya ilişkin farklı uluslararası organizasyonların da önerileri bulunmaktadır. Örneğin Akciğer Hastalıkları ve Tüberküloza Karşı Uluslararası Organizasyon da bu konuda bir rehber hazırlamıştır. Hazırlanan rehber içeriğinde tütünsüz üniversite/yerleşke için temel olarak aşağıdaki adımların olması gerektiği vurgulanmıştır:²

1. Kapalı ve açık alanların tütünsüz olması
2. Yerleşke içinde herhangi bir tütün ürünü satılmaması
3. Tütün ürünlerinin reklam, promosyon ve sponsorluklarının yapılmaması
4. Tütün endüstrisinin öğrencilerin kariyer gelişimlerine katkı sağlanmasının engellenmesi
5. Tütün endüstrisinin üniversite araştırma olanaklarına katkı sağlanmasının engellenmesi
6. Tütün kullanımını bırakmak isteyenlerin kolaylıkla ulaşabilecekleri hizmetlerin sağlanması

Bununla birlikte, ABD’ de okul müfredatlarında yer alan sigara karşıtı eğitimlerin sigara içilmesini önlemede başarı sağlayamadığı görülmektedir. (7) Dolayısıyla üniversitelerde bu konuda müfredat yaklaşımından daha çok davranışçı-bilişsel ve gençlerin katkı ve katılımının da sağlandığı motivasyonel destek sağlayan yöntemlerin kullanılmasının daha başarılı olacağı düşünülmektedir.(8)

Sigara bağımlılığı ve kimlik kavramı yakından ilişkilidir. Sigara içme davranışının en temel be-

1. <https://www.tobaccofreecampus.org/acs-tfgci>

2. https://www.theunion.org/what-we-do/publications/english/pubtc_campus-factsheet-en.pdf

lirleyicisi kişinin kendisini sigara içicisi olarak tanımlamasıdır. Türkiye’de sigara içenlerin önemli bir kısmı sigaraya 20 yaşından önce başladığı ve üniversite öğrencileri arasından sigara içenlerin oranı %48'lere kadar çıktığı dikkate alındığında, üniversite gençliğinin sigara içici kimliği önemli bir çalışma başlığıdır. Kimliğin bireyin içsel dinamiklerinden kaynaklanmakla beraber toplumsal olarak ayakta tutulması gerektiği düşünüldüğünde, üniversitede sigara içen bir kişi olmak ne ölçüde kolay ise sigara başlama oranı da o ölçüde yüksek olacaktır. Özellikle arkadaş etkisinin gençlerin sigaraya başlama ihtimalinin 3-4 kat arttırması ve sigaraya başlama öyküsünün çoğunlukla arkadaşlar ile başladığı dikkate alınmalıdır.

Tütün bağımlılığı gençlerin karşılaşmış oldukları güçlüklerle başa çıkmada ve üniversite yaşantısına ayak uydurmada bazıları için önemli bir yer teşkil etmektedir.(8) . Bu durumda üniversite öğrencilerinin değişen koşullarla başa çıkma becerileri bağımlılık ile yakından ilişkili görülebilir. Üniversite öğrenciliği dönemi ders programından, çalışma alışkanlıklarına kadar pek çok davranışın gruptan ayrılarak bireyselleştiği bir dönemdir. Bunun yanında öğrencilerin ailesinden ilk kez ayrıldığı (başka şehirde okumak) ya da akranları ile birlikte daha uzun zaman geçirdiği görece serbest bir dönemdir.

Yukarıdaki bulgular ışığında Başkent Üniversitesi Bağımsız Kampüs Projesi üniversite öğrencilerinin **kimlik** ve **yeni ortam** nedeniyle maruz kaldığı riskleri göz önüne alarak, öğrencilerin bakış açılarını ve iletişim tarzlarını, beklentilerini dikkate alan bir TTM ile mücadele konsepti geliştirmeyi hedeflemiştir. Üniversite öğrencileri ve öğrencilere rol model olan öğretim elemanları başta olmak üzere kampüsün tümüne odaklanan bu TTM ile mücadele projesinde yenilikçi ve dolaylı yöntemler yer almaktadır.

Türkiye'nin genç ve dinamik nüfusunu üretim odaklı ve yenilikçi bir geleceğe taşımak için üniversitelerde TTM bağımlılığı başta olmak üzere kötü alışkanlıkların oranını düşürmek önemli bir adımdır. Çünkü üniversite, gençlere akademik formasyon yanında psiko-sosyal gelişimi şekillendiren önemli bir deneyim sunar. Üniversite

öğrencileri için karşı karşıya kaldıkları durumlar arasında aileden uzak hayat tarzı, bireysellik, öğretim yaşamının zorlukları ya da gelecek kaygısı sayılabilir. Üniversite öğrencileri bu gibi durumlarla başa çıkmak için düzenli çalışma, duygu yönetimi, planlama vb. olumlu alışkanlıklara ya da TTM kullanımı gibi zararlı alışkanlıklara başvurabilecektir. Kampüs yaşamında ve arkadaş çevresindeki olumlu ve olumsuz etkileşimler öğrencilerin tüm yaşamlarına taşıyacakları alışkanlıkları şekillendirir. Bu açıdan bakıldığında 7 milyondan fazla gencin yaşadığı kampüslerde TTM alışkanlığının yerine olumlu alışkanlıkların konması çok önemlidir. Bağımsız kampüs projesinin genel amacı TTM ile mücadelede yenilikçi, disiplinler arası ve paydaş katımlı stratejilerin belirlenmesi ve uygulanmasıdır.(9)

Başkent Üniversitesi Bağımsız Kampüs Projesinin amacı TTM konusunda üniversite öğrencilerinin bakış açılarını belirlemek, yenilikçi yöntemler ile öğrencilere ulaşmak ve kampüs açık/kapalı alanlarındaki yasakları desteklemek üzere farkındalık çalışmalarına temel oluşturmak için yenilikçi yöntemler geliştirmektir. Ayrıca üniversite kampüsünde geniş paydaş katılımını sağlayarak, klasik ve inovatif yöntemler ile farkındalıklar yaratmak ve farklı motivasyon kanalları sunarak tütün ürünlerine başlamayı önlemede ya da başlayanların bırakmasına yön göstermede önderlik etme ve örnek olma amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Çalışmanın amacını gerçekleştirmek üzere ilk adım olarak bir fikir kampı düzenlenmesi planlanmıştır. Fikir Kampı, gerekli görülen bir konuya (sosyal konular, girişimcilik, vb.) yönelik belirlenen bir sürede (8, 12,24, 32, 48, 72 saatlik) aralıksız olarak gerçekleştirilen pratik bir atölye çalışmasıdır³. Bu çalışma, katılımcıların ilgili konuda neler yapabileceklerini deneyimlemelerine ve üzerinde çalışmaya başlamalarına imkân sağlamaktadır. Katılımcıların kendi fikirlerini keşfetmeyi ve geliştirmeyi öğrenmelerine yardımcı olur. Farklı branşlarda okuyan akranların ürettiği fikirlere danışmanlık yapan akademisyenler yaratıcı fikirlere güçlenmesini ve ilgili konuya bağlantısını sağlamada köprü görevi görür.

3. <https://www.fnr.lu/news/ideation-camp-2nd-edition/>

Yenilikçi kampüs içi etkinlik olarak Fikir kampının TTM ile mücadele alanında kullanılması da oluşacak projeler için daha farklı bir yaklaşım olarak kabul edilebilir. Öğrencilerin konuyu algılama biçimi, TTM ile ilgili kampanyalara bakış açıları, üniversite yaşantısı içinde beklentileri ve önerileri fikir kampı sayesinde çok boyutlu olarak değerlendirilebilir.

Rektörlüğün çağrısıyla tüm fakülte ve yüksekokullardan fikir kampına katılmak üzere bir danışmanlık yapacak bir öğretim elemanı ve iki kadın-iki erkek, ikisi sigara kullanan-ikisi kullanmayan öğrenci görevlendirmeleri talep edilmiştir. Bağımsız Kampüs Fikir Kampı 6 Nisan 2018 tarihinde üniversite kampüsünde tüm gün gerçekleştirilmiştir. Fikir kampının tüm aşamaları ve amaçlananlar koordinatör öğretim üyelerince ayrıntılı olarak tanışma esnasında anlatılmıştır. Kampa 9 Fakülte ve 3 Yüksekokuldan toplam 46 öğrenci, Eğitim Fakültesi, İletişim Fakültesi, Tıp Fakültesi ve Ekin-Ön Kuluçka Merkezi'nden 11 akademisyen ve 4 idari personel (kolaylaştırıcı olarak) katılmıştır. Öğrencilerin dağılımı 23 sigara içen ve 23 içmeyen, 28 kadın, 18 erkek şeklindedir. Programın açılışında öğrencilere ve kolaylaştırıcılara Bağımsız Kampüs Projesi'nin amaçları ve öğrencilerden beklentiler, Sigara Bırakma Polikliniği ve TTM ile mücadele için Başkent Üniversitesi'nde yapılan faaliyetler ve Fikir Kampı sürecinde nasıl bir yöntem izleneceği hakkında bilgi verilmiştir. Gruplardan TTM ile mücadele için halen yapılmakta olan kampanya ve etkinlikleri incelemeleri ve değerlendirmeleri istenmiştir. Bu şekilde problemi tanımlayan grupların kendi bakış açıları ile öneriler geliştirmeleri için bilgi altyapısı oluşturulmuştur. Öğrencilere ortak kullanabilecekleri internet bağlantılı bilgisayarlar, renkli kartonlar, renkli kalem ve yapışkan küçük kağıtlar dağıtılmıştır. Daha sonra AİLE, FİNANSAL/MADDİ, KAMPÜS YAŞAMI, ÜNİVERSİTE EĞİTİMİ, SAĞLIK, TOPLUM, ARKADAŞ ÇEVRESİ temaları panolara yapıştırılarak ve öğrencilere yapışkan kağıtlar verilerek, bu temalardan üçünü seçerek o tema ile ilgili kısa düşüncelerini kağıda yazarak altına yapıştırmaları istenmiştir.

Grup çalışmasının ikinci aşamasında çözüm al-

ternatifleri üretilmiştir. Gruplar alternatif çözüm önerilerini uygulanabilirlik ve özgünlük açısından değerlendirerek Bağımsız Kampüs Fikir Matrisi'ne kaydetmişlerdir. Bu aşamanın sonunda öğrenciler matrisler ve fikirlerini tanımlayan ilave dokümanları jüri üyelerine teslim ederek katılım belgelerini almışlardır.

Sonraki aşamada öğrencilere Bağımsız Kampüs Fikir Matrisi dağıtılarak grupça bu matrise bağlı olarak kampın amacına yönelik fikir geliştirmeleri belirtilmiştir. Sürecin daha rahat ilerleyebilmesi amacıyla gruplar fikirlerini oluştururken danışman öğretim elemanları da katkıda bulunmuşlardır. Gün sonunda oluşturulmuş tüm yazılı fikirler 6 kişilik danışman /jüri üyesi tarafından ortaklaşa değerlendirilerek belli başlıklar altında toplanmış ve son hali oluşturulmuştur. Her grup için verilen puanların hesaplanması ile 1., 2. ve 3. olan gruplara motivasyon amaçlı hafta sonu yakınları ile birlikte otel konaklaması hediyesi verilmiştir.

SONUÇ

Katılımcı öğrenciler tarafından baskı kurmayan, sigaranın zararları yerine sağlıklı bir yaşamın avantajlarına odaklanan, yeni medya ve özellikle video içerikleri kullanan, akran etkileşimini öne çıkaran, rol modeli figürlerin kısa sloganlar ile katkı yaptığı yenilikçi stratejilerin oluşturulmasına yönelik fikirler ortaya konulmuştur. Ortaya konulan bu fikirler jüri tarafından değerlendirilerek 5 ana strateji altında toplanmıştır.

Bunlar;

1. “BAĞIMSIZ KAMPÜS” ifadesinin Başkent Üniversitesi ile ilişkisinin kurulması: Sigara ile mücadele konusunda özgün bir bakış açısı ifade eden bağımsızlık vurgusu, gençlere özgür ve ayakları yere basan bir birey olarak hitap eder. Bu açıdan diğer sigara ile mücadele kampanyalarından ayrışır. Bu özgün değerlerin çalışmaların başından itibaren üniversite kimliği ile ilişkilendirilmesi faydalı görünmektedir.
 - a. “Bağımsız Kampüs” sosyal medya hesabı açılması,
 - b. Üniversite üst yönetiminin, akademik/idari kadronun ve öğrencilerin yer aldığı “Bağımsız Kampüs” videolar hazırlanması,

- c. “Bağımsız Kampüs” Projesine özgü animasyon bir karakterin yaratılması,
 - d. “Bağımsızım” temalı kısa film ve/veya afiş yarışmasının yapılması,
 - e. Üniversite tanıtım günlerinde “Bağımsız Kampüs” projesinin vurgulanması ve bu konudaki Başkent Üniversitesi çalışmalarının paylaşılması,
 - f. Bahar şenliklerinde “Bağımsız Kampüs” Standı kurulması:
 - Karbonmonoksit (CO) ölçümü için Sigara Bırakma Polikliniği’nden destek alınması
 - Broşürler dağıtılması
 - Kampüste sigarasız alanlara yönelik anket yapılması
2. Sağlıklı yaşam ve gençlerin bakış açılarına odaklanan bir proje geliştirmek: Sağlıklı olmak ve iyilik haline ilişkin olumlu mesajların yer aldığı kampanya ve etkinlikler yapmak, öğrencilere ve çalışanlara sağlıklı alışkanlıklar kazandırarak dolaylı yoldan sigaradan uzaklaşmalarını sağlamak ya da başlamalarını önlemek amaçlanmaktadır.
- a. EKİN Ön Kuluçka Merkezi ve Sigara Bırakma Polikliniği işbirliği ile 1 kredilik derslerin arasına “Sağlıklı Yaşam” adlı bir dersin eklenmesi (Bu derste sigara başta olmak üzere sağlıksız alışkanlıklar ve bunların sağlıklı alternatiflerinin anlatılması vb.)
 - b. Gençlere yönelik sağlık ve iyilik halini çağrıştıran özgün mesajların verilmesi (Cilt, diş, saç, sağlığı, kötü kokmamak vb.)
 - c. Konuyla ilgili korku yaratma çabasından sıyrılmış ve eğlenceli slogan ve/veya içeriklerin öğrencilere ulaştırılması,
 - d. Negatif pekiştiricilerin kullanıldığı video içeriklerinin hazırlanması (Örneğin; ikili ilişkilerde sigara kullanımının olumsuz yönlerinin öne çıkarılması vb.)
 - e. Sigara kullananların spora, sanata yönlendirilmelerini sağlayacak fırsatların oluşturulması,
 - f. Sigara içmenin zararları yerine içmemenin faydalarını içeren mesajların paylaşılması.
3. Yeni medyanın sunduğu olanakları etkin olarak kullanmak ve gençlerin tercihlerine uygun bir

proje geliştirmek.

- a. Yeni medya ve özellikle video içeriklerin kullanılarak mesajların öğrencilere iletilmesi,
 - b. Yeni medya fenomenlerinden (sosyal medyada gençlerin takip ettiği ünlüler gibi) destek alınması,
 - c. Sigara içmeme halinin gençler arasında trend haline getirilmesi,
 - d. Sigarayı bırakan öğrencilerin Başkent Üniversitesi ve Bağımsız Kampüs sosyal medya hesaplarından deneyimlerini aktarması,
4. Dış ve iç paydaşların katıldığı etkileşimli çalışmalar ve akran desteğini öne çıkaran taktikler:
- a. Bağımsız Kampüs Akran Danışmanlığı sisteminin oluşturulması,
 - b. Grup olarak sigara bırakmayı teşvik edecek etkinliklerin yapılması,
 - c. STK ve Kamu kurumları ile işbirliği yapılması,
 - d. PDR bakış açısı ile sigara kullananlara terapötik destek verilmesi,
 - e. Sigara içmeyen öğrencilerin sigara içenlere bırakmayı teşvik edecek alışkanlıklar kazandırması,
 - f. Sigara içenlerin nerede, ne zaman ve niçin sigara içtiğini ve içerken ne hissettiğini ifade edecekleri günlük oluşturulması,
5. Kampüs içi düzenlemeler ve inovatif çözümler üretilmesi:
- a. Sigarasız alanların yeniden düzenlenmesi ve bina girişlerinden uzaklaştırılması,
 - b. İçme alanları dışında bu kuralların sıkı yaptırımlar ile uygulanması,
 - c. Sigara içme alanlarında oturma yeri olmaması,
 - d. Sigara Bırakma Polikliniğinin haftada bir gün Kampüs Sağlık Merkezinde poliklinik hizmeti vermesi,
 - e. Öğretim üyelerinin kendi sınıf listelerindeki öğrencilere Sigara Bırakma Polikliniği’nin hizmetleri ile ilgili SMS göndermesi,
 - f. Kampüs Sağlık Merkezi’nde karbonmonoksit ölçüm cihazı ile öğrencilere ve çalışanlara ölçüm yapılması,
 - g. Kampüste spora teşvik için yürüyüş yolu, bisiklet yolları gibi alanların yapılması,

- h. Kampüs içinde araç içinde sigara içme yasağını uyaran tabelalar konulması,
- i. Ders aralarında yapılacak küçük etkinlikler (oyunlar, hobiler vb.) belirlenmesi ve etkinlik alanları oluşturulması,
- j. Yeni nesil küllük ve çöp kovaları (sensörlü ve kayıtlı sesli mesaj çalabilen) ile sigara bırakmaya teşvik edilmesi,

Üniversite kampüslerinde sigaranın yasaklanmasına ve gençlerin bu duruma ayak uydurması yönünde yapılan çalışmalardan elde edilen sonuçlar öğrencilerin sigarayı bırakmaları yönünde destek verilmesi, özellikle kampüste yaşayan öğrencilere yönelik bilgilendirme kampanyaları yapılması, tütün karşıtı normların oluşturulması ve bunların öğrencilerin desteğini de alarak sürdürülmesi gerektiğini göstermektedir.(9)

Bu çalışma özellikle daha çok girişimcilik ve inovasyon amaçlı olarak yapılan fikir kampının bu bağlamda yapılması açısından bir ilki oluşturmaktadır. Gençlerin ailelerini ve hocalarını bir otorite olarak görmeleri nedeniyle tütün ürünlerine başlamama ya da bırakma konusunda didaktik uyarıları dikkate almayacakları fakat akranlarından bu konuda daha fazla etkilenecekleri düşünülmektedir. Dolayısıyla bu fikir kampı sonucu elde edilen stratejilerin gençlerden gelen fikirlerle oluşturulması bu proje için bir avantaj teşkil etmektedir.

Sonuç olarak; katılımcı öğrenciler tarafından bası kurmayan, sigaranın zararları yerine sağlıklı bir yaşamın avantajlarına odaklanan, yeni medya ve özellikle video içerikleri kullanan, akran etkileşimini öne çıkaran, rol modeli figürlerin kısa sloganlar ile katkı yaptığı yenilikçi stratejilerin oluşturulmasına yönelik fikirler ortaya konulmuştur.

Ortaya konulan bu fikirler jüri tarafından 5 ana strateji altında özetlenerek taktikler halinde yeniden ifade edilmiştir. Başkent Üniversitesi'nin her alandaki öncü konumuna uygun şekilde ilk kez bir üniversite tarafından sigara ile mücadelede özgün yaklaşım sergilenen "Bağımsız Kampüs" projesi fikir kampı ile önemli bir adım atmış olup stratejilerin uygulama planları yapılmaya başlamıştır.

Araştırmacıların planı halen sürdürülen bu çalışmanın yapılandırılmış izleme kayıtlar ile etki derecesinin incelenmesi, değerlendirilmesinin yapılması ve alınan sonuçların yine bir yayımla paylaşılmasıdır.

KAYNAKÇA

1. *Tütün Kontrolü Strateji Belgesi ve Eylem Planı 2018-2023*. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, Ankara, 2018
2. *Küresel Gençlik Tütün Araştırması*, (KGTA-2017) T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, Ankara, 2017
3. Gökgöz Ş. ve Koçoğlu G. *Adolesan Çağda Sigarayla ilgili verilen Eğitimin Etkileri*, *Fırat Tıp Dergisi*, (2009); 14 (1): 33-41.
4. Al-Kubaisy W., Abdullaha N. N., Al-Nuaimya H., Kahn S., Halawany G. & Kurdyc S. (2012), *Factors Associated with Smoking Behaviour among University Students in Syria*, *Social and Behavioral Sciences*, (2012); 38: 59 – 65.
5. Karalezli A. *Gençlik ve Sigara Bırakma Tedavileri*, *Güncel Göğüs Hastalıkları Serisi* (2016); 4(1): 128-135
6. Bilir N. *Sigarayı Bırakma Yolları (Sigaranın Zararlı Etkilerinden Korunma)*, Sağlık Bakanlığı, (2008) Yayın No: 731, s. 7.
7. Warner K. E. *A new measure of youth cigarette smoking*, *Preventive Medicine Reports*, (2018); 12: 75–78
8. MacPherson, L., Ninnemann C. and Hoffman A. *Development of a Behavioral Activation-Based Intervention for Cigarette-Smoking Young Adults*, *Cognitive and Behavioral Practice* (2017); 24, 101-114.
9. *Başkent Üniversitesi, Bilkent Üniversitesi, Hacettepe Üniversitesi Tütünsüz Üniversite İçin Adım Adım Uygulama Rehberi*, (2019)
10. Bravermana M.T. □, Geldhofa G.J., Hoogestegerb L.A., Johnsonc J.A. *Predicting students' noncompliance with a smoke-free university campus policy*, *Preventive Medicine*, (2018); 114: 209–216.
11. <https://www.tobaccofreecampus.org/acs-tfgci>
12. https://www.theunion.org/what-we-do/publications/english/pubtc_campus-factsheet-en.pdf
13. <https://www.fnr.lu/news/ideation-camp-2nd-edition/>