

Madde Kullanıcılarında “Madde Bağlantılı Rüyalar”: Nitel Bir Değerlendirme

DOI: 10.26466/opus.903052

*

Emine İlme* - Esra Yıldız** - İlker Aktürk*** -
Hakan Karaman**** - Ömer Miraç Yaman *****

* Sosyal Çalışmacı, İstanbul Üniversitesi-Cerrahapaşa, Sağlık Bilimleri Faktültesi, İstanbul/Türkiye

E-Posta: emineilmee@gmail.com

ORCID: [0000-0002-0286-916X](https://orcid.org/0000-0002-0286-916X)

** Sosyal Çalışmacı, İstanbul Üniversitesi-Cerrahapaşa, Sağlık Bilimleri Faktültesi, İstanbul/Türkiye

E-Posta: esrayildiz4263@gmail.com

ORCID: [0000-0002-2912-1231](https://orcid.org/0000-0002-2912-1231)

*** Sosyal Çalışmacı, İstanbul Üniversitesi-Cerrahapaşa, Sağlık Bilimleri Faktültesi, İstanbul/Türkiye

E-Posta: illkerakturk@gmail.com

ORCID: [0000-0001-9626-3275](https://orcid.org/0000-0001-9626-3275)

**** Araş. Gör., İstanbul Üniversitesi-Cerrahapaşa, Sağlık Bilimleri Faktültesi, İstanbul/Türkiye

E-Posta: karamannhakann@gmail.com

ORCID: [0000-0002-5729-6012](https://orcid.org/0000-0002-5729-6012)

***** Doç.Dr., İstanbul Üniversitesi-Cerrahapaşa, Sağlık Bilimleri Faktültesi, İstanbul/Türkiye

E-Posta: omermirac@gmail.com

ORCID: [0000-0001-9989-8575](https://orcid.org/0000-0001-9989-8575)

Öz

Bu çalışmada madde kullanıcılarının rüyalarında maddenin görünümünü ortaya çıkarmak, madde bağlantılı rüyaların etkilerini ortaya koymak ve madde kullanım isteği ile madde bağlantılı rüyalar arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmaktadır. Araştırma nitel araştırma desenine göre kurgulanmıştır. Veri toplama tekniği olarak yarı yapılandırılmış mülakat formu kullanılmış ve 11 katılımcıyla görüşme gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler betimsel analiz yöntemine ile analiz edilmiş ve yorumlanmıştır. Katılımcılardan elde edilen veriler ışığında; uyku düzeni, rüyaların ilk başladığı dönem, rüyaların görüldüğü zamanlar/dönemler, rüya sonrası davranışlar, rüya içerikleri ve rüyada doyum yaşamak olmak üzere 6 tema oluşturulmuştur. Yoğun kullanım isteğinin ve yoksunluğun rüyaların ortaya çıkmasını tetikleyebildiği, genellikle kullanıcıların temiz kaldığı ilk dönemlerde rüyaların görülebildiği, rüyaların kişilerde kullanım isteğini uyandırabilirdiği ve madde kullanımına yönlenebildiği, rüyaların şiddet/korku veya keyif içerikli olduğu, kullanıcıların rüyalarında madde kullanmaları durumunda rüyada doyum yaşayabildikleri öne çıkan bulgulardır. Madde bağlantılı rüyalar görmek ve madde kullanım arasında güçlü bir ilişki bulunmaktadır. Buna göre madde bağlantılı rüya görmek bireylerin madde kullanım sıklığını ve yoğunluğunu etkilemektedir. Rüyadaki madde kullanımın gerçek deneyime yakın etkiler oluşturması, rüyaların bu etkisini artırıcı bir zemin oluşturabilir. Yine tedavi sürecinde bulunan bağımlılar için, rüya görme deneyimlerinin takip edilmesi tedavinin etkinliği ve seyri açısından takip edilebilir. Madde bağlantılı rüyalar kişilerin kayma davranışlarına ilişkin bir öncül olarak kabul edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Madde Kullanımı, Madde Bağlantılı Rüyalar, Bağımlılık, Aşerme.

“Substance-Related Dreams” among Substance Users: A Qualitative Evaluation

*

Abstract

This study aims to find out (i) how substance is appeared in the dreams of substance abusers; (ii) the effects of substance-related dreams, and; (iii) the relationship between craving and substance-related dreams. The study is based on qualitative research design. Semi-structured interview form is used for the data collection technique and the interview is done over 11 participants. The findings are analyzed and interpreted using the descriptive analysis method. According to the data obtained from the participants, six themes were created as follows: sleep patterns, the first period of substance related dreams, the times/periods of substance related dreams, post-dream behaviors, dream content, and gratification in a dream. The initial findings suggest that intensive craving and withdrawal can trigger the emergence of dreams; dreams can be seen in the early periods of abstinence; dreams could trigger craving and lead to substance use; dreams include violent/fear or pleasurable themes; substance users can experience gratification if they use substance in their dreams. There is a strong relationship between experiencing substance-related dreams and substance use. Therefore, having substance-related dreams can affect the intensity and frequency of substance use. The effects of substance use in dreams that are close to real experience can create a ground for enhancing the effect of dreams. Similarly, keeping an eye on the experience of dreaming for those substance users who are in the treatment process can be followed in order to see the effectiveness and process of the treatment. Substance-related dreams can be accepted as a premise related to their relaps.

Key Words: Substance Use, Substance Dreams, Addiction, Craving, Substance Related Dreams.

Giriş

Madde bağımlılığı, madde kullanıcılarının hayatlarının önemli kısmını etkileyen bir yapı arz etmektedir. Bağımlılık söz konusu olduğunda sorun olarak yalnızca maddenin kullanımı değil, kullanım kaynaklı olarak madde kullanıcısının ailesindeki, iş, eğitim ve sosyal yaşamındaki ve ruhsal iyilik halindeki bozulmalar da gündeme gelmektedir (Şimşek, Dinç ve Ögel, 2021). Tedavi sürecinde de kişinin madde kullanımının azaltılmasının ve/veya sonlandırılmasının yanında kaybolan işlevselliğinin yeniden kazandırılması amaçlanmakta ve bu doğrultuda çeşitli müdahalelerde bulunmaktadır (Ögel, 2017). Tedavi öncesinde veya sırasında kişilerde gözlemlenen ve gözlemlenemeyen birtakım değişiklikler meydana gelmektedir. Johnson’ın (2001) yalnızca bağımlıların madde ile ilgili rüyalar görebildikleri şeklindeki düşüncesi üzerinden hareket edilecek olursa, madde bağlantılı rüyalar görmenin bağımlılıkla birlikte ortaya çıkan ancak direkt olarak gözlemlenemeyen değişiklikler arasında değerlendirilebileceği düşünülmektedir.

Madde bağlantılı rüya (MBR) rüyada maddeyi aramak, bulmaya çalışmak ve kullanmayı denemek, kullanmak, maddeyi görmek ancak kullanmamak/kullanamamak, madde teklifini reddetmek gibi madde kullanımıyla ilişkili davranışları görmek olarak tarif edilmektedir (Colace, 2004). Reid ve Simeon (2001) tarafından yapılan çalışmada madde bağlantılı rüyalar, yoksunluk veya iyileşme sürecinde olan bağımlılarda görülen ve maddeyle ilişkili içerik barındıran; maddeyi aramak, kullanım için uğraşmak, maddeyi görmek ile çerçevelenmiş rüyalarlardır. Bu rüyalar genellikle rahatsız edici nitelik taşımaktadır ve olumsuz içsel deneyimler yaşanmasına neden olabilmektedir. Tanguay ve Zadra, Good ve Leri (2015) rahatsız edici niteliği yüksek olan madde bağlantılı rüyaların kokain ve metamfetamin gibi uyarıcıların kullanımında daha çok ortaya çıktığını belirtmektedir. Her ne kadar MBR bağımlılığa ilişkin önemli bir işaret olsa da bağımlılık tablosu söz konusu olduğunda kesinlikle karşılanması gereken tanı kriterleri arasında yer almamakta; bu yönüyle tanılayıcı bir yapı göstermemektedir (Tanguay vd. 2015).

Colace (2004) yaptığı çalışmada alan yazından derlediği bilgiler ile MBR ile ilgili bütüncül bir bakış açısı sağlamaktadır. Dikkat çeken nokta ise tüm madde türlerinde MBR deneyiminin ortaya çıkması için ayıklığa,

temizliğe veya madde kullanımını sonlandırmaya vurgu yapılmasıdır. Benzer şekilde Denzin'e (1988) göre de kullanımı kesmek yani ayıklık veya temizliğin sağlanması rüyaların ortaya çıkması üzerindeki oldukça güçlü bir etki yapmakta ve yeniden kullanım korkusu rüyaların temel temasını oluşturmaktadır. Kelly ve Claire (2019) madde bağlantılı rüyaların kişilerin temiz oldukları dönemde ortaya çıktıklarını belirtmekte ve bu rüyaların özellikle kişilerin temiz kalmaya başladıkları erken iyileşme dönemlerinde görüldüğünü ifade etmektedir. Colace (2004) bir önceki araştırmanın bulgularına benzer şekilde, madde kullanımının kesilmesiyle en çok MBR yaşanan dönemin temizliğin ilk haftası olduğunu vurgulamaktadır. Christo ve Franey (1996) ise madde bağlantılı rüyaların yoksunluk ve uzun süreli temizlik dönemlerinde daha sık ortaya çıktığını ifade etmektedir. Reid ve Simeon'un (2001) yaptığı tanıtımda da dikkat çeken nokta kişilerde iyileşme veya yoksunluk dönemlerinde rüyaların görülmesidir. Buradan hareketle genellikle madde kullanımının bulunmadığı dönemlerde madde bağlantılı rüyalar ortaya çıktığı şeklinde bir sonuca ulaşılmaktadır. Zira yoksunluğun ortaya çıkması için veya iyileşmekten söz etmek için öncelikle madde kullanımının durdurulması gerekmektedir. Bu anlamda madde kullanımının sonlandırılması ve MBR arasında bir ilişki kurulabileceği düşünülmektedir. Bununla beraber Kelly ve Claire (2019) tarafından madde kullanımı olan bireylerle yürütülen bir çalışmada madde kullanımı olan katılımcılar arasında hiç MBR deneyimlememiş kişilerin de olduğu ifade edilmektedir. Söz konusu çalışmada ortaya çıktığı üzere madde kullanımı ve MBR deneyimleme arasında doğrudan bir ilişkiden söz etmenin güç olduğu düşünülmektedir.

Tanguay ve arkadaşları (2015) tarafından yapılan çalışmada MBR ile madde kullanım isteği (craving) ve negatif duygulanım arasında ilişki olduğu bulunmuştur. Bununla beraber Fiss (1980) MBR sıklığının alkol kullanım isteği ile arasında pozitif bir korelasyon olduğunu ifade etmektedir (akt: Christo ve Frayney, 1996). Christo ve Franey (1996) ise Fiss'in (1980) alkol kullanım isteği ile alakalı bulduğu sonuçların madde kullanıcıları için de genelleştirilebileceğini belirtmektedirler. Madde kullanım isteği ve MBR arasında bağlantı kuran bir diğer çalışma ise Colace (2000) tarafından yürütülmüştür. Bu çalışmada eroin bağımlılarının eroin kullanmayı kesikten sonra MBR deneyimledikleri, düzenli şekilde eroin

kullandıkları dönemlerde ise herhangi bir rüya görmedikleri ifade edilmektedir. Temiz olan çoklu madde kullanıcıları için rüyalar uzun süre varlığını koruyabilmektedir. Çoklu madde kullanıcılarının MBR deneyimleri genellikle tercih maddelerine ilişkin olmaktadır. En yoğun MBR deneyimi yaşayanların ise kokain kullanıcıları olduğu bilinmektedir (Tanguay vd. 2015). Colace (2004), madde kullanım isteği ve MBR arasında önemli bir ilişkinin olduğunu vurgulamaktadır. Rosenberg (2009) de madde kullanım isteğinin belirtilerine yer verdiği çalışmasında MBR deneyimlemenin kullanım isteğine işaret olabileceğini belirtmiştir. Halikas, Khun, Crosby, Carlson ve Crea (1991) tarafından yapılan çalışmada ise madde kullanım isteği ile MBR arasında önemli bir korelasyon olduğu ortaya çıkmıştır. Yee, Perantie, Dhanani, ve Brown'un (2004) bipolar rahatsızlığı olan kokain bağımlıları ile yürüttükleri bir çalışmada katılımcıların %74'ünün 36 hafta süren tedavi süreci boyunca en az bir kez MBR deneyimlediğini, bunun genellikle tedavinin başlangıcında görüldüğünü aktarmaktadır. Zadra ve Donderi'ye (2000) göre ise MBR genellikle kişilerin gündelik yaşamlarında deneyimledikleri ile ilişkili olarak meydana gelmektedir. Ancak Tanguay ve arkadaşları (2015) MBR öncesinde gün içinde yaşanan madde kullanım isteği ile MBR arasında herhangi bir ilişki olmadığını belirtmektedirler.

MBR deneyimlemek tedavi sürecini etkileyen bir nitelik taşıyabilmektedir. Öyle ki, rüyasında madde kullanan bağımlıların tedavide daha uzun süre temiz kaldıkları bilinmektedir (Colace 2004). MBR deneyimleyen alkoliklerin 3 aylık temiz kalma oranı, MBR deneyimlemeyen alkoliklere göre oldukça yüksek bulunmuştur (Choi, 1973). Flowers ve Zweben (1998) tarafından yapılan çalışmada ise MBR deneyimleme sıklığı kişilerin iyileşme süreleriyle ters orantılıdır. İyileşme ve temizlik süresi arttıkça MBR deneyimleme sıklığı da azalmaya başlamaktadır. MBR sıklığı ve içeriği aynı zamanda kişilerin iyileşmenin hangi döneminde olduğuna ilişkin önemli ipuçları barındırmaktadır. Örneğin çok sık şekilde deneyimlenen MBR, kişinin erken iyileşme döneminde olduğunun bir işareti olarak değerlendirilebilmektedir (Mooney, Eisenber ve Eisenberg, 1992). Reid ve Simeon (2001) tarafından kokain kullanıcıları ile yapılan çalışmada temizliğin ilk ayında katılımcıların %89'unun MBR deneyimlediği; 6 ay sonra yeniden yapılan analizde MBR deneyimleyen katılımcıların oranının %60'a düştüğü görülmüştür. Tedavi çıktısı aç-

sından ele alındığında MBR deneyimlemek, iyileşme süreci açısından iyiye işaret olarak (Choi 1973); MBR deneyimleme sıklığının atması ise tedavi açısından negatif bir bileşen olarak yorumlanabilmektedir (Christo ve Franey, 1996). İyileşme sürecinde rüyaların 1 yıla kadar devam edebileceği bilinmektedir (Hajek ve Belcher, 1991). Tedavi süresi uzadıkça ve iyileşme düzeyi arttıkça kişilerin MBR deneyimleme sıklıkları azalma göstermektedir (Reid ve Simeon, 2001). Ancak MBR sıklığının artması veya yoğun şekilde varlığını sürdürmesi relaps yaşama açısından önemli bir işaret olarak kabul edilmektedir (Christo ve Franey, 1996). Kişilerde iyileşme uzadıkça MBR içerikleri de değişiklik göstermeye başlamaktadır. Yapılan bir çalışmada katılımcıların %80'inin ilk ay temizliklerinde MBR deneyimledikleri ve rüyalarında genellikle kullanım olduğu; 6 aylık temizlikte ise rüyaların genellikle maddeyi reddetme ekseninde şekillendiği (%42) bulunmuştur (Reid ve Simeon, 2001). Yee ve arkadaşları (2004) ise benzer şekilde rüyaların tedavi başlangıcında çok yoğun olduğunu ancak ilerleyen süreçte azalışa geçtiğini, bununla beraber madde kullanım isteğinin rüya görmeyi değil, rüya görmenin madde kullanım isteğini etkileyebileceğini belirtmektedirler. MBR deneyimleyen kişilerin, MBR deneyimleyenlere oranla tedavide daha uzun süre kaldıkları belirtilmektedir. Madde kullanımını içeren MBR, kişilerde tatmin duygusunu artırması sebebiyle temiz kalma süresini artırmaktadır (Colace, 2004). Tedavide kalmanın iyileşmeyi etkileyen önemli bir faktör olduğu düşünülürse (Zhang ve Friedmann ve Gerstein, 2003) MBR genellikle tedavi için olumlu sonuçlara neden olabilmektedir (Choi, 1973).

Uluslararası alanyazında madde, alkol ve sigara kullanımı ile bağlantılı rüyalar görmek üzerine tedavi sürecindeki kişilerle pek çok araştırma yapılmıştır. Bu araştırmaların sunulduğu üzere genellikle nicel metod kullanılarak yapıldığı görülmektedir. Madde kullanımı olan bireylerde maddenin rüyalardaki görünümünü ortaya çıkarmak, MBR deneyimleme sıklığının etkilerini betimlemek, madde isteği ve MBR arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçladığımız bu çalışmada birkaç nokta öne çıkmaktadır. Öncelikle, madde bağlantılı rüyalar görmenin, madde kullanıcıları açısından nasıl bir gerçekliğe karşılık geldiğine ilişkin nicel değerlendirmeler ile derinlemesine sonuçların elde edilemediği düşünülmektedir. Böyle bir çalışmanın nitel metodlar kullanarak yapılması ve katılımcıla-

rın tecrübelerine odaklanması ve rüyayı tecrübe eden kişilerden daha detaylı bilgilerin alınmasına imkan sağlamaktadır. Bu noktada detaylı bilgiler ile ifade edilmek istenilen, rüyaların içeriğinin ve diğer unsurlarının “belirli bir ölçüm aracında ifade edilebileceklerden daha geniş olması” durumudur. Kişiler Birbirinden çok farklı içeriğe sahip MBR deneyimi yaşayabilmektedirler. Tüm bu deneyimlerin varlığını hesaba katabilmek ve öznel değerlendirmelerin yapılmasına olanak sağlaması nitel araştırmayı bu çalışmada öne çıkarmaktadır. Dolayısıyla gerek nitel yöntemlerin kullanımı açısından gerekse ülkemizde daha önce ele alınmamış olması açısından bu araştırmayı önemli ve özgün bir noktada durmaktadır.

Yöntem

Çalışmada madde kullanımı olan bireylerin rüya görmelerine ilişkin özgün deneyimlerinin araştırılması nedeniyle nitel araştırma deseni kullanılmıştır. Nitel araştırmalar en temelde genelleme kaygısının olmadığı olgu ve olaylara ilişkin “neden” ve “nasıl” sorularına aranan cevapları araştırmacılara vermektedir (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2014). Bu çalışmada da en temelde katılımcıların madde bağlantılı rüya görüp görmediklerinin ötesinde görülen rüyaların içeriklerine ve etkilerine ilişkin detaylar araştırılmıştır.

Araştırmanın kurgulanması sürecinde nitel araştırma yöntemlerinden fenomenolojik desen kullanılmıştır. Fenomenoloji, gündelik hayatta tecrübe ettiğimiz ancak hakkında derinlikli bilgiye sahip olmadığımız olguların arkasında yatan gerçekliğe odaklanmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Bu gerçekliğin her kişide yeniden üretildiği düşünülürse, rüyalar gibi olabildiğince öznel bir konunun ele alındığı bir çalışmada fenomenoloji uygun bir çalışma alanı sağlamaktadır.

Çalışma Grubu

Bu çalışma kapsamında toplamda 11 kişiyle görüşme gerçekleştirilmiştir (Tablo 1). Katılımcılara ulaşımda amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu doğrultuda madde ile bağlantılı rüya gören ve İstanbul ilinde ikamet eden 11 madde kullanıcısı araştırmaya dahil edilmiştir. Ulaşılan

katılımcıların tümü erkektir ve yaş aralığı 18-47 olarak belirlenmiştir. Katılımcıların sosyodemografik bilgileri bulgular başlığında daha detaylı verilmiştir. Katılımcılara ulaşmada kartopu örneklem yöntemine de başvurulmuştur. Bu doğrultuda araştırma ekibin ilk temas kurduğu katılımcıların yanında, görüşülen bireylerin yaptıkları yönlendirmeler neticesinde de yeni kişiler araştırmaya dahil edilmiştir. Sondaj görüşmeler hariç tüm araştırma boyunca toplamda 23 kişi ile iletişime geçilmiş; bunların 12'si örnekleme uygun olarak çalışmaya katılmayı kabul etmiştir. Bu kişilerden 1 tanesinin görüşme esnasında madde bağlantılı rüya görmediği, bunun yerine genellikle şiddet içerikli rüya gördüğü anlaşılmıştır. Örnekleme uygun olmadığından bu katılımcının verileri çalışmaya dahil edilmemiştir.

Tablo 1. Sosyodemografik Bilgiler

Katılımcılar	Cinsiyet	Yaş	Eğitim	Medeni Durum	Tercih maddesi	Kullanım Süresi	Ne zaman bıraktı
Katılımcı 1 (K1)	Erkek	27	Lise mezunu	Bekar	Esrar	6 yıl	Aktif (1,5 yıl önce aktif kullanım sonra erdi, aralıklı kullanım var.)
Katılımcı 2 (K2)	Erkek	36	Lise mezunu	Bekar	Çoklu madde kullanımı	10 yıldan fazla	1.5 yıla yakın
Katılımcı 3 (K3)	Erkek	24	Lise terk	Bekar	Bonzai	6 yıl	2 yıldan fazla
Katılımcı 4 (K4)	Erkek	47	Ortaokul terk	Evli	Esrar ve bonzai	17 yıl	1 seneden fazla
Katılımcı 5 (K5)	Erkek	41	Lise terk	Bekar	Ekstazi ve esrar	20 yıla yakın	4 yıl 6 ay
Katılımcı 6 (K6)	Erkek	20	Lise mezunu	Bekar	Bonzai	4 ay	**
Katılımcı 7 (K7)	Erkek	18	Lise terk	Bekar	Esrar	2 yıl	Aktif
Katılımcı 8 (K8)	Erkek	27	Üniversite öğrencisi	Bekar	Bonzai	12 yıl	Aktif
Katılımcı 9 (K9)	Erkek	31	İlkokul mezunu	Bekar	Esrar ve ekstazi	10 yıl	Aktif
Katılımcı 10 (K10)	Erkek	**	**	**	Esrar ve Kokain	10 yıldan fazla	5 ay
Katılımcı 11 (K11)	Erkek	**	**	**	Esrar	15 yıl	7 yıl

Not 1: Katılımcıların vermediği veya vermek istemediği bilgiler ** olarak işaretlenmiştir.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada nitel veri toplama tekniklerinden derinlemesine görüşme tekniği kullanılırken veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış mülakat formu kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan mülakat formu ilk aşamada alanyazın destekli olarak araştırma ekibi tarafından oluşturulmuştur. Mülakat formunun oluşturulması sürecinde madde kullanıcılarıyla çalışma deneyimi bulunan gençlik çalışanlarının ve bağımlılık konulu çalışmaları bulunan akademisyenlerin görüşü alınmıştır. Bu form için iki sondaj görüşme gerçekleştirilmiş ve görüşme sonucuna göre form revize edilerek olgunlaştırılmıştır. Son durumda mülakat formunda toplam 10 soru yer almıştır. Katılımcılar çalışmaya gönüllü olarak dahil olurken her görüşme öncesinde katılımcılara onam formu sözlü ya da yazılı olarak aktarılmıştır. Alınan onamlar neticesinde görüşmelere geçilmiştir. Katılımcıların 7 tanesi görüşmelerin ses kaydına onay verirken 4’ü vermemiştir. Ses kaydına izin verilmeyen görüşmelerde yine katılımcıların sözlü izinleri neticesinde yazılı notlar alınmıştır. Veri toplama sürecinin sonunda 376 dakikalık ses kaydı ve 12 sayfa görüşme notu elde edilmiştir. Ses kayıtlarının deşifresi ve yazılı notların düzenlenmesiyle toplamda 45 sayfalık doküman elde edilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırma boyunca elde edilen verilerin analizi betimsel analize yöntemine göre yapılmıştır. Betimsel analizde amaç elde edilen bulguların araştırmacı tarafından yeniden yorumlanarak okuyucuya sunulmasıdır. Bu süreçte veri toplama sürecinde öngörülen temalar kullanılabileceği gibi araştırma sürecinde ortaya çıkan yeni temalar da kısmen veya tamamen kullanılabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Çalışmada da elde edilen 45 sayfalık ham veriler üzerinde kodlama işlemi yapılmıştır. Bu kodlama işleminin ardından aynı kapsama giren kodlar elenmiş ve son kalan kodlar üzerinden tekrar bir okuma gerçekleştirilmiştir. Kodların netleştirilmesinin ardından, bunları kapsayacak temalar belirlenmiştir. Betimsel analiz yöntemine uygun olarak yapılan yeniden okumalarla bu tematik dağılım genişletilmiş ve tüm veriler son tahlilde *Uyku Düzeni, Rüyalarda İlk Başladığı Dönem, Rüyalarda Görüldüğü Zamanlar/Dönemler,*

Rüya Sonrası Davranışlar, Rüya İçerikleri ve Rüyada Doyum Yaşamak olmak üzere 6 tema oluşturulmuştur.

Katılımcılardan elde edilen verilerin temalar altında sunumunu kolaylaştırmak ve Katılımcıların gizliliğini korumak adına katılımcılara kod atanmıştır. Buna göre Katılımcı 1, K1; Katılımcı 10 ise K10 olarak kodlanmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Bunlardan birincisi katılımcıların tamamının erkek olmasıdır. Kadın madde kullanıcılarının araştırma kapsamında yer almaması, verilerin değerlendirilmesinde kısıtlılığa neden olabilmektedir. Bir diğer sınırlılık ise katılımcıların tedavi süreçlerine ilişkin bilgilerin yetersizliğidir. Katılımcıların ne kadar süre tedavi aldıklarını bilinmediğinden temiz kaldıkları süre iyileşme olarak ifade edilmiştir ancak bağımlılık tedavisinde temiz kalmak iyileşmek için yeterli görülmemektedir. Dolayısıyla danışanların madde kullanımları dışındaki süreçlerdeki değişmelerin de ele alınmasının faydalı olabileceği düşünülmektedir. Çalışmadaki diğer bir sınırlılık ise rüyaların hatırlanması zor, unutulması kolay bir yapıda olmasıdır. Katılımcılarla rüyaları geriye dönük olarak konuşulmuştur. Bunun rüyaların detaylarının aktarılamamasına ya da yanlış aktarılmasına neden olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın Geçerlilik ve Güvenilirliği

Nitel araştırmalarda araştırmanın geçerlilik ve güvenilirliğine ilişkin ölçütler; nicel araştırmalardan farklı bir boyut arz etmektedir. Bu bağlamda bakıldığında nitel araştırmalarda inandırıcılık ve aktarılabilirlik önemli nitelik taşımaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Araştırmanın inandırıcılığını, araştırmacıların, katılımcı grup ile geçirdikleri uzun süre ve etkileşim ile doğru orantılıdır. Böylelikle araştırmadan elde edilen verilerin ve bu verilerin değerlendirilmesinin daha verimli olacağı düşünülmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Bu çalışmada araştırmacıların çalışma alanını, hem akademik hem de uygulama anlamında, madde kullanımı ve bağımlılığı oluşturmaktadır. Bu sebeple araştırmacılar,

araştırılan gruba aşına ve uzun süreli etkileşime sahiptirler. Bu durum verilerin toplanması ve değerlendirilmesi açısından araştırmanın inandırıcılığı için önem arz etmektedir. Araştırma sürecinde toplanan verilerin, toplanma biçimleri ve bu verilerin analizlerine ilişkin daha önce nitel araştırma tecrübesi olan ve madde kullanımı alanında çalışan akademisyenler ve uygulayıcıların desteği alınmıştır. Böylesi çabalar da nitel araştırmalarda geçerlilik ve güvenilirlik adına önem taşımaktadır. Araştırmada aktarılabilirliğin geliştirilmesi için ayrıntılı betimleme stratejisi kullanılmıştır. Bu, verilerin sunumun ayrıntılı şekilde yapılarak okuyucunun verileri anlamlandırması gayesinin bir ürünüdür. (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Bu sebeple katılımcıların alıntıları, ilgili temalar altında olabildiğince açıklayıcı olacak şekilde ve sayıda verilmeye çalışılmıştır. Bu noktadaki önemli bir diğer unsur ise araştırmanın örnekleme yöntemidir. Amaçlı örnekleme kullanımı, üzerine çalışılmak istenen konunun, doğru grupta çalışılmasını sağlaması sebebiyle sonuçların aktarılabilirliğini etkilemektedir. Dolayısıyla bu çalışmada kullanılan amaçlı örnekleme yöntemi de araştırmanın geçerlilik ve güvenilirliğine ilişkin önemli bir katkıya sahiptir.

Etik Kurul

Yürütülen çalışmanın etik kurul izni İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu Başkanlığı'nın 28.10.2019 tarihli 2019/94 karar numaralı belgesiyle alınmıştır.

Bulgular

Çalışmada madde ile ilgili rüya deneyimi olan 11 erkek madde bağımlısı ile görüşme gerçekleştirilmiştir. Görüşme gerçekleştirilen katılımcılara ilişkin bilgiler Tablo 1’de verilmiştir. Bununla beraber yapılan görüşmelerde K6’nın aktif olarak madde kullanıp kullanılmadığına ilişkin katılımcıdan bilgi alınamamıştır. K10 ve K11 ise yaş, eğitim ve medeni durum bilgilerini paylaşmamışlardır. 11 katılımcının 4 tanesi aktif kullanıma devam etmekte olup, kalanları ise çeşitli temizlik sürelerine sahiptirler. Katılımcılar arasında en çok kullanılan madde de esrar olarak belirlenmiştir.

Uyku Düzeni

Araştırmaya katılanların önemli kısmı madde kullanımıyla birlikte uykuyla alakalı sorunlar yaşamaya başladıklarını ifade etmişlerdir. K10 uyku düzeninin giderek bozulduğunu vurgulamıştır:

“Uyku düzenim çok bozuldu. Bundan 3 ay öncesine kadar çok bozuldu. Hala bozuk gerçi (gülüyor). Gece 10 kere kalktı(ğ)ım oluyor böyle. Böyle uyku mu olur?”

Aynı şekilde K11 madde kullanmadan önce uykusunun daha düzenli olduğunu belirtmiştir:

“Gayet güzeldi normal belli bi saatte yataardım, belli bi saatte kalkardım. İçince düzen bozuluyor içen şahıs normal düzende gittiğini sanıyor ama sadece sanıyor öyle bi şey yok.” (K11)

K9 madde kullanım isteğinin kişiyi uzun uykudan alıkoyduğunu ve sürekli uykudan uyandırabileceğini ifade etmiştir:

“Kullanmadan önce yatağa yattın, vurdum kafayı, sabah uyandın. Ama bunda öyle bi şey değil. Bu seni gece 2’de uyandırır, 3’de uyandırır, 4’de uyandırır 5’de uyandırır. Hani kalk al iç, uyanmazsan bu sende terleme yapar.”

K8 özellikle madde kullanımına yeni başlayan kişilerin uyku konusunda sorunlar yaşadığını belirtmiştir:

“Yani ilk zamanlar bozar. Şu an benim yaşıma, ben 28 yaşındayım ama daha bu maddeye başlayan insanlar yani 18 19 yaşında yani zorlanır, kusar, gece uyuyamaz, anladın mı yani ? İlk başlayan böyle 2-3 sene, 4 sene sıkıntısını çeker yani.”

Rüyaların İlk Başladığı Dönem

1 seneden fazladır madde kullanımı bulunmayan K4, madde kullanımını bıraktıktan sonra ilk 3 ayı rüyaların en yoğun olduğu dönem olarak ifade etmektedir:

“İlk 3 ay çok sık gördüm. 3 aydan sonra kesildi. İlk üç ayda korkulu rüyalarım da oldu, maddeye karşı rüyalarım da oldu ama 3 aydan sonra bu kesildi.”

K11 ise maddeyi bıraktığı ilk yıl içerisinde madde bağlantılı rüyaları olduğunu söylemiştir:

“Bıraktıktan 1 sene sonra (1 sene içinde) falan görüyodum ondan sonra vücut normale dönüyo.”

K5 maddeyi bıraktıktan sonra madde bağlantılı rüyaların ortaya çıktığı ifade etmiştir:

“Tabii yani şimdi şöyle söylüyüm aradan 3 ay geçmiş, 2 ay geçmiş, 1 ay geçmiş kendini böyle esrar ortamında görüyorsun. Herkes esrar içiyö, sen de içiyösun. hani diyörsün ki ya ben 2 aydır sabrediyörum, içmiyörum kahretsin gine mi başladım. Nasıl oluyö bu? ondan sonra neyse diyörum artık içmişiz.”

K3 ve K9 maddenin yeni bırakıldığı dönemlerde rüyaların ortaya çıktığını belirtmişlerdir, bununla beraber K9 madde kullanımı sırasında da rüyaların olduğunu söylemiştir:

“İlk bıraktığım zamanlar oysa hiç aklımda yok ha böyle bir gram aklımın zerresinde yok, hatta aklıma gelince bazen midem bulanıyo falan. Ama öyle bi zamanda öyle bi rüya görüyörum ki ilk zamanlar sanki hiç bırakmamışım, sürekli içiyörum. Maddeyi almışım, nereye koyduğümü unutmuşüm. Öyle bi kalkardım ki rüyadan, sanki 6- 7 ay önce bırakmamışım, öyle bi kalkardım ki hemen böyle elimi cebime atıyörum.” (K3)

“Maddeyi kullanırken veya bırakma aşamasında mesela ilk bi, bi buçuk ay.” (K9)

K7 de madde kullanımına başladıktan sonra madde bağlantılı rüyaların ortaya çıktığına vurgu yapmıştır:

“İçmeye başladıktan 2 ay sonra falan başladı.” (K7)

Rüyaların Görüldüğü Zamanlar/Dönemler

Katılımcılar rüyaların kullanım isteği olduğunda, yoksunluk dönemlerinde veya madde kullandıkları dönemlerde deneyimlendiğini belirtmişlerdir. Bu anlamda bazı katılımcılar, madde kullanım isteği yoğun olduğunda görüldüğünü aktarmıştır:

“İşte hep böyle biliçaltımda bi içme isteği olduğu için sanırsam herhalde o yüzden görüyödüm yani.” (K1)

“İstekli olduğüm zaman maddeyi görüyödüm. Onu düşünerek, maddeyi düşünerek yatmıyörum yatağıma, o an geldiğinde o geliyo yani. Ha yattım yatağıma bir şekilde o onu görüyörum yani bi şekil. Yani onu düşündüğümden ya da arzu ettiğimden değil yani.” (K4).

Bazı katılımcılar ise genellikle yoksunluk yaşadıklarında rüya gördüklerini ifade etmişlerdir:

“Yoksunluk döneminde gördüm iki rüyamı. Sabahtan akşama kadar madde aklımdan çıkmazdı. Maddeyi düşünerek uyuyodum. Şu an haftada 1- 2 kere birkaç saniye yoksunluk geliyo. Sonuncusunu da bi kaç gün önce gördüm. İlkini net hatırlıyorum, ikincisini de biraz hatırlıyorum aslında ama birkaç gün öncekini hiç hatırlamıyorum.” (K2)

“Rüya görme sebebi zaten yoksunluk. Beynimizde sürekli madde olduğu için onu görüyordum.” (K2)

“Genellikle yokluğunda görüyorum. Tek içtiğim zamanlarda da oluyor. Çünkü tek içtiğim zaman arkadaş ortamını istiyorsun o yüzden o dönem rüyama giriyor.” (K7)

“Yani şöyle söylüyüm rüyamızda yoksunluk hissetmedik ama yoksunluğun verdiği şeyle duyguyla yani bi takım şeyler hissediyosunuz yani. Yani uyandıgın zaman bu benim yoksunluğumdan oldu kanaatine varıyosun. Ben onu içmedim, beynim beni cezalandırıyor. Böyle diyebiliyosunuz. bonzai kullanıyosunuz mesela. İçmediniz, canınız çekiyo, ama içmediniz. Ama imkanınız yok yani ben size söylüyüm ama oldu da uyudunuz, hap aldınız, uyudunuz. İşte ne yaptınız siz beynin istediği şeyi yerine getirmediğiniz. Zorladınız beyni, öyle bi hap aldınız, psikiyatrinin verdiği bi hapi aldınız, uyudunuz örneğin. E beyin napıyo sizi yani beyin sürekli aktif olduğu için sizi bi şekilde cezalandırıyor yani.” (K5)

“Kokain kullandığım zaman yani daha çok krize girdiğim için kullanmadan yattığımda benim en çok gördüğüm zaman. Yani tabii kullanıp yattığımda da gördüğüm oluyo.” (K9).

Kimi katılımcılar da çoğunlukla madde kullandığı zaman rüya gördüğünü ifade etmiştir:

“Daha çok içtiğimizde aynen daha çok artıyo” (K1)

“Yav kullandığımda bazen genelde görüyorum. Bazen her zaman değil bazen.” (K8).

Rüya Sonrası Davranışlar

Madde bağlantılı rüyalar, katılımcılar bazı davranışların gelişmesine zemin hazırlamıştır. Örneğin K1, rüya gördükten bir süre sonra madde kullandığını çünkü rüya görmenin kendisine maddeyi hatırlattığını ifade etmiştir:

“Bir hafta içinde kesin içerdim. Görmesem birazcık daha uzun oluyodu, çünkü aklına gelmiyo birazcık daha unutmuş oluyosun. Onu rüyayı kalkar kalkmaz ya şimdi keşke olsa da içsem dediğim çok oldu yani. İçmezseniz unutuluyosunuz bu uyuşturucuyu unuttunca da tabi aklınıza fazla gelmiyo ama rüyamda o şekilde gerçek gibi hissedince ister istemez yani eski yaşadığım kafalar aklıma geliyo aklınıza geliyo. O zaman da canınız istiyio. Ya gidip alsam falan ya o rüyalardan sonra gidip aldığım oldu yani. Çünkü baya bi gerçekçi olduğu için insan hatırlıyo onları hatırlayınca da canı istiyio.” (K1)

K2 ise rüyasında temizlik sürecini bozduğu için kendisine kızdığını, rüyanın ardından madde kullanım isteği yaşadığını belirtmiştir:

“İlk rüyam 6 ay içindeydi, evdeydim. Çok kullanmışım. Gözümü bile kıpırdatamıyorum. Kendime kızıyorum. Oğlum sen bırakmıştın naptın diye. Ertesi gün rüya olduğunu anlayınca rahatladım. Ama rüyada bile çok etkili. Rüyadan sonra madde kullanmak istiyordum. Önemli olan programı çalıştırmak. İstek yaşadın kalk yürü istek azalacak, tatlı ye, birini ara, derin nefes al istek azalacak.” (K2)

K3 ve K4 ise rüyanın ardından çok hızlı şekilde madde kullanım isteği yaşadıklarını ifade etmişlerdir:

“Rüyamda hep maddenin var olduğunu düşünüyodum. Sadece bi an kaybolduğunu düşünüyodum. Gidiyorum maddeyi alıyorum, kullanıyorum. İlk dumanı aldığımında rüyadan uyanıyorum böyle. Rüyamda böyle öyle kafam güzel oluyodu ki, öyle ağır oluyodu ki hatta kaldıramıyodum böyle. Diyodum ulan ben ne içtim, bilmem ne, gittim gidiyorum falan. En fazla 2-3 saat sonra madde alıyodum.” (K3)

“Yataktan kalkıp elini yüzünü yıkamaya gittiğinde ‘ya ne oluyo ya ben yataktan kalktım’ işte o zaman kendine geliyosun. Uyandığında da ya direk madde alıyordum varsa yoksa da direk alışveriş yapma ihtiyacı hissediyodum. Yani içtiğimi gördüm o keyif haliyle uyandım ama o gerçek bi keyif hali değil o zaman varsa alıp o halde tekrar gerçekten yaşamak yoksa alışveriş yapıp o hali yaşamak istiyodum yani. Yani o düşütiyse aklınıza başka yapıcak bir şey yok.” (K4)

K5 de K2’nin yaşadığı gibi rüyasında madde kullandıktan sonra pişmanlık hissetmiş, kendine geldikten sonra ise rüya olduğunu fark edip rahatladığını söylemiştir:

“Tabii yani şimdi şöyle söylüyim aradan 3 ay geçmiş, 2 ay geçmiş, 1 ay geçmiş kendini böyle esrar ortamında görüyorsun. Herkes esrar içiyio, sen de içiyosun. hani diyorsun ki ya ben 2 aydır sabrediyorum, içmiyorum kahretsin gine

mi başladım. Nasıl oluyo bu? Ondan sonra neyse diyorum artık içmişiz. Yandakine soruyorum bu kaçınıcı sigara 4. sigara. Demek ki içtim baya yani içmişim. Yandakine soruyorum ben içtim mi içtin diyor ya tabi senin kafan güzelleşmiş diyo. Demek ki içmişiz. Devam ediyoruz. Sabah uyandığında da demek ki rüyaymış oh be diyosun. Bıraktığın zaman oh be diyosun çünkü yani buna sevinmek lazım.” (K5)

K9 rüyasında gördüğü maddeye göre rüya sonrasındaki deneyiminin farklılaştığına değinmiştir:

“Otu sadece görüyodum, hoşuma gidiyodu ama kokain kendini arattırıyodu, beni rüyamdan uyandırıyorodu, kriz geçiriyodum. Yani kendini arattırıyordu.” (K9)

K11 ise rüyasında madde gördükten sonra madde satın aldığıı belirtmiştir:

“Doğru. Gidiyosun yolunu buluyosun. Orası zaten sabah akşam açık.” (K11)

Rüya İçerikleri

Katılımcıların rüyalarındaki içerikler şiddet/korku içeren ve keyif veren olarak ikiye ayrılmaktadır.

K3, rüyalarında genellikle madde aradığını ancak bulamadığını, kabuslar gördüğünü ve madde kullanmaya başladıktan sonra rüyalarında öldüğünü gördüğünü belirtmiştir:

“Bak öyle rüyalar gördüm ki rüya bile diyemem ona. Hep kabus gördüm. Mesela, ilişki durumundan anlatırsam, hiç böyle aklıma bile getiremeyeceğim, getirmek istemediğim rüyalar gördüm. Çok saçma, ha. Böyle ter içinde uyanırdım.

Öyle bi rüya görürdüm ki hani işte maddem bitmiş, içecek hiçbi şeyim yok. Böyle bi kalkardım, öyle bi kalkardım ki kan ter içinde. Hemen yatak odasına annemin yanına koşardım. Anne niye sakladın, nereye sakladın? Oğlum ben bi şey saklamadım. Hani bana yalan söylemeyin falan.

Maddeyi içmedem önce öldüğümü görmüyodum, sevdiğim birini farklı boyutlarda görmüyodum, hani bu tip şeyler görmüyodum. Bunu içmeye başladıktan sonra böyle şeyler görmeye başladım. Böyle tam uçurumdan düşerken uyanıyorum, ya da arabayla kaza yaparken uyanıyorum ya da çok değer verdiğim, sevdiğim birini başkasıyla görüyodum. Bunlar bana kabus gibi geliyodu.” (K3)

K4 de K3’e benzer şekilde rüyalarında korkunun baskın olduğunu belirtmiştir:

“İşte ya bir uçurumdan düşerken uyanıyodum ya bi tırn altına girerken uyanıyodum ya işte nasıl diyim madde kullanmışım sızmışım birilerinin beni soyduğunu, bıçakladığını görerek uyanıyodum. Yani gene madde üzerine rüyalarda genelde korkarak uyanıyodum yani.” (K4)

K5 rüyalarında korku temasının baskın olduğunu, madde kullanırken böyle rüyalar görmediğini, kullandığı maddeye göre içeriğin değiştiğini ifade etmiştir:

“Neler oluyor yani akıl almaz şeyler oluyo. Vahşet, gerilim, korku her şey var içinde. Yani hiç akla gelmicek şeyler yapabiliyosun. Şeytanla konuşuyosun, Allah’la konuşuyosun. Tabii o şizofreninin başlangıcı yani. Peygamberle konuşuyosun örneğin yani. Bunu kendim yaşamadım ama bazı şeyleri yaşadım yaşayanlar var.”

“İşte şöyle söylüyim şimdi madde kullanırken gördüğüm rüyalarda pek zararlı rüyalar görmüyorsun. Her şey olumlu, her şey güzel, her şey yolunda, şen şakrak rüyalar görüyorsun. Seni mutlu edicek rüyalar görüyorsun.”

“Kabuslar kaçınılmaz oluyo madde kullanmadığınız zaman.”

“Şimdi bonzainin gördürdüğü kabuslar daha tehlikeli, çok çok tehlikeli. Esrar o kadar değil. Şimdi mesela esrar içiyosunuz esrar bırakmışsınız diyelim, rüya görüyorsunuz, rüyanızı büyük ihtimalle esrar içilen bi ortamda görüyorsunuz kendinizi. Ondan sonra kavga edersin dövüş edersin yani basit böyle şeyler olabilir. Çok beyni fazla yormadan çok dehşet verici olmuyo ama bonzai içiyodunuz bıraktınız bunun şiddeti çok artıyo. Mesela eroinmanlardan daha ağır olduğunu söyleyebilirim yani.”

K6, K7 ve K11 de rüya içeriklerinin korku ve şiddet ekseninde şekillendiğini belirtmiştir:

“Genelde şiddet içerikliydi rüyalarım. Genelde rüyamda içiyorum. Sonra kavga, şiddet, nefret. Mesela ya birileri oluyodu onlarla kavga ediyodum ya da sevdiğim kız oluyodu onun yanında birileri oluyodu onlarla kavga ediyodum. Hep kullanıp kavga ediyodum birileriyle.” (K6)

“Kabus görmeye başladım, hep polislere falan yakalanıyordum hatırlamıyorum çok fazla da. Uykum düzenim bozuldu uyuyamıyorum çok fazla. Şiddet içeriyor ya da madde kullanıyordum rüyalarımda.” (K7)

“İçtiğin zaman iyi rüya görüyorsun içmediğinde kabus görüyorsun.” (K11)

“Çok korkutucu sevmediğin insanları görüyorsun, tartışmalar, vurmalar, kırmalar olduğunu görüyorsun.” (K11)

“Yani nasıl diyeyim ki, yoksunlukta daha şiddetli rüyalar görüyorsun, dehşet verici rüyalar görüyorsun.” (K11)

Rüyada Kullanılan Madde

Katılımcılar, rüyalarında genellikle hep aynı maddeyi kullandıklarını ve kullanım yöntemlerinin de aynı olduğunu ifade ederken yalnızca K7 kullanım yönteminin rüyada farklı olduğunu belirtmiştir:

“Evet hep aynı tarz.” (K1)

“Kullanmadığım maddeyi hiç görmedim. Hep kullandığım şeyi hep kullandığım yerde gördüm.” (K2)

“Hep aynı madde. Hep evde görürdüm, hep evde içerdim.” (K3)

“Yani hep aynı şekilde görüyordum zaten. O an elimde ne varsa maddeyi o şekilde kullanıyordum.” (K6)

“Hap atıyorum genelde veya ot.” (K7)

“Gerçekte sarıp içiyorum rüyamda kovada da içtiğim oldu.” (K7)

“Aynı aynı madde.” (K8)

Rüyada Doyum Yaşamak

Katılımcılar, rüyalarında madde kullandıkları sıradaki etkinin keyif verici olduğunu ve gerçek deneyime benzediğini ifade etmişlerdir. Katılımcılardan K1 içmediğini bildiği halde rüyada madde kullandığını gördükten sonra içmiş gibi hissettiğini belirtmiştir:

“Yani böyle içiniz kıpır kıpır olur böyle kalbiniz çarpar falan o şekilde hissediyordum. Böyle gerçekten içmişim de kafam güzel orda oturuyorum. Böyle birebir aynıydı ya gerçekten, böyle ayırt edemiyordum bazen. Kalktığımda bile Allah Allah ben içip mi yattım falan diyordum yani. Halbuki içmediğimi kesinlikle biliyorum. Kesin içip de yatmışım ben diyordum yani. Başka bi açıklaması yok çünkü bunun diyordum onun için gerçek gibi oluyodu yani.” (K1)

K3, rüyasında madde kullandığında madde etkisini yaşayabildiğini ifade etmiştir:

“Gidiyorum maddeyi alıyorum, kullanıyorum. İlk dumanı aldığımda rüyadan uyanıyorum böyle. Rüyamda böyle öyle kafam güzel oluyodu ki, öyle ağır

oluyodu ki hatta kaldıramıyodum böyle. Diyodum ulan ben ne içtim, bilmem ne, gittim gidiyorum falan.” (K3)

K5 ise rüyasında daha çok madde kullanabildiğini çünkü daha ayık olabildiğini söylemiştir:

“Rüyada daha ayık olabiliyorsunuz. Mesela diyelim bi insan bi rakı şişesini tek seferde kafasına diksem yani komalık olur, ölür ama bunu mesela rüyada yapabiliyorsunuz. Yani bi oturmaya leblebi gibi 30-40 tane ekstazi yutabilirsiniz rüyanızda çünkü bi şey olmuyo. Ama uyarıyolar seni. Tabi uyarıyolar yapma etme diyorlar ama sen içiyosun.” (K5)

K7, K9 ve K11 ise rüyalar ile gerçek kullanım deneyimi arasında neredeyse hiç fark olmadığını ifade etmiştir:

“Gerçekle çok benziyor hiçbir fark yok diyebilirim. Rüyamda daha çok içiyorum ben. Sınırsız diyebilirim yani.” (K7)

“Ya bildiğin aynı nasılsa gerçek de aynı öyle alıyorum getiriyorum yapıyoruz, dönüyoruz ortamda yani.” (K9)

Gerçekten aynısı oluyor. Gerçekten de oluşumu aynıdır yani. His, duygular, aynı yani değişmiyor.” (K11)

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışma en temelde madde bağlantılı rüya gören madde kullanıcılarının gördükleri rüyaların içeriklerine, görüldüğü dönemlere ve oluşturdukları etkilere odaklanmaktadır. Bu yönüyle Türkiye’de madde kullanıcılarının madde bağlantılı rüya görme konusunu araştıran ilk çalışmadır. Elde edilen veriler genel olarak alanyazınla uyumlu iken madde kullanımı ve rüya görme arasında bir ilişki olduğuna işaret etmekte; bu ilişkinin içeriğine dair alanyazın açısından önem arz edecek detaylar vermektedir. Madde kullanımı ve rüya görme arasındaki ilişkiye bakıldığında katılımcıların önemli kısmı madde kullanımına başladıktan sonra uyku problemleri yaşadıklarını belirtmişlerdir. Madde kullanımı ve uyku düzeninin bozulması birbiriyle yakından ilişkili süreçlerdir. Öyle ki Şipka ve Vardar (2018) tarafından yapılan bir çalışmada yatılı tedavi alan opiyat kullanıcılarının bağımlılık tedavisi sonrasında uyku düzenlerinde önemli iyileşmeler olduğu bulunmuştur. Yine Du, Xu, Li, Zhou ve Han (2019) madde bağımlılarının, bağımlı olmayanlara kıyasla 5-10 kat daha fazla uyku bozukluğu yaşadığını aktarmaktadır.

Yapılan araştırmada madde bağlantılı rüyaların genellikle “erken iyileşme” olarak adlandırılan temizliğin ilk 3 aylık döneminde ortaya çıktığı söylenebilmektedir. Erken iyileşme döneminde relaps riski oldukça yüksek olması sebebiyle (Laudet ve White, 2008) madde bağlantılı rüyaların bu dönemde yoğun olarak ortaya çıkması, temizliği sürdürülebilmesi açısından risk teşkil edebileceği düşünülmektedir. Bununla beraber rüyaların daha çok ve yoğun olarak ilk 3 aylık dönemde görülmesinin madde kullanım isteğinin o dönem için yüksek olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir (Tanguay ve ark., 2015). Zira erken iyileşme döneminde uzamış yoksunluk belirtileri görülebilmekte, bunlar da madde kullanım isteğini artırıcı etki yapabilmektedir (Hyman, Fox, Hong, Doebrick ve Sinha, 2007). Bu rüyalar ilk 3 ay içerisinde yoğun olarak tecrübe ediliyor olsa da daha uzun süreler içerisinde de deneyimlenebilmektedir. Madde bağımlılarının 1-2 yıl temiz kalsalar dahi relaps yaşama ihtimalleri yüksektir. Uzamış iyileşme döneminde relaps yaşamının tetikleyicileri arasında yer alan madde kullanım isteğinin uzun süre varlığını koruması, madde bağlantılı rüyaların da uzun süre tecrübe edilebilir olmasına neden olabileceği düşünülmektedir (Colace, 2004). Temiz kalınan süre uzadıkça ve remisyon süreci ilerledikçe madde bağlantılı rüyaların görülme sıklığı azalmakta ve ortadan kalkabilmektedir (Christo ve Franey, 1996; Flowers ve Zweben, 1998; Kelly ve Claire, 2019; Silva ve Nappo, 2019).

Madde bağlantılı rüyaların ortaya çıkmasına neden olan etkenler alanyazın tartışılmaktadır. Rüyaların gün içerisinde yaşanılanlarla alakalı olarak ortaya çıktığı (Zadra ve Donderi, 2000) görüşünün yanında MBR ile gün içindeki kullanım isteğinin bir ilişkisinin olmadığı (Tanguay ve ark., 2015) da ifade edilmektedir. Bu açıdan bakıldığında alanyazında günlük deneyimlerin MBR üzerindeki etkisini hakkında bir uyumsuzluğun olduğundan söz edilebilmektedir. Bu çalışmada da rüyaların ortaya çıkışına ilişkin istek, yoksunluk ve madde kullanımı olmak üzere 3 unsurun etkili olduğu gözlenmiştir. Kullanım isteği yaşamının rüya üzerindeki etkili değişkenlerden birisi olduğu bilinmektedir (Colace, 2006; Johnson, 2012;). Katılımcılar rüya görme açısından diğer bir etkeni yoksunluk olarak ifade etmiştir. Ancak Colace ve arkadaşlarının (2010) yılında yaptıkları bir çalışmada buprenorfin ve metadon tedavisi alan madde kullanıcıları incelenmiş ve bu kişilerin madde ile alakalı

rüya gördüklerini bulunmuştur. Yapılan tedavi yoksunluk semptomlarının azaltılmasını içermesi sebebiyle söz konusu rüyaların direkt olarak yoksunluktan kaynaklanmadığını belirtmişlerdir. Benzer şekilde sigara bağımlıları ile yapılan bir çalışmada da katılımcılara sigaradan kaynaklanan yoksunluk semptomlarını azaltıcı tedavi yöntemleri uygulanmıştır. Ancak katılımcıların sigara ile alakalı rüya gördükleri veya görmeye devam ettikleri tespit edilmiştir. Araştırmacılara göre bu durum rüyanın yoksunluktan ziyade kullanım isteği ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Hajek ve Belcher, 1991). Bu noktada bu çalışmanın bulguları ile alanyazındaki bazı sonuçlar arasında bir uyumsuzluk olduğu görülmektedir. Bu uyumsuzluğun katılımcıların yoksunluğa ilişkin tanımlamaları ile alakalı olduğu düşünülmektedir. Örneğin K2 rüyayı genellikle yoksunluk döneminde gördüğünü söylerken “...Sabahtan akşama kadar madde aklımdan çıkmazdı, maddeyi düşünerek uyuyordum, şu an haftada 1-2 kere birkaç saniye yoksunluk geliyor...” şeklinde; K7 yoksunluğu kastederek “Genellikle yokluğunda görüyorum, tek içtiğim zamanlarda da oluyor...” şeklinde; K5 ise “Yani uyandığın zaman bu benim yoksunluğumdan oldu kanaatine varıyorsun. Ben onu içmedim, beynim beni cezalandırıyor. Böyle diyebiliyorsunuz, bonzai kullanıyorsunuz mesela. İçmediniz, canınız çekiyo, ama içmediniz. Ama imkanınız yok yani ben size söylüyüm ama oldu da uyudunuz, hap aldınız, uyudunuz. İşte ne yaptınız siz beynin istediği şeyi yerine getirmediğiniz.” şeklinde söylemlerde bulunmuştur. Buradaki ifadelerin yoksunluktan çok madde kullanım isteğine atıf yaptığı ancak kullanıcıların bunu yoksunluk olarak isimlendirmiş olabileceği düşünülmektedir. Bununla beraber, Tanguay ve arkadaşları (2015) yoksunluğun madde bağlantılı rüyalarla ilişkili olabileceğini ifade etmiş ancak madde kullanım isteğinin yoksunluğun önemli bir bileşeni olduğunu vurgulamıştır.

Çalışmada madde kullanırken de madde bağlantılı rüya görülebileceği ortaya çıkmıştır. Colace (2004) tarafından yürütülen çalışmada madde bağlantılı rüyalar görmenin ayık olmak ile ilişkili olduğu ve çalışma süresince madde kullanan kişilerin, düzenli kullanım dönemleri boyunca rüya bildirmediklerini ifade etmiştir. Colace ve arkadaşları (2010) tarafından yapılan bir diğer çalışmada ise madde bağlantılı rüyaların ortaya çıkışına ilişkin bir şema sunulmuştur. Bu şemaya göre madde kullanımının kesilmesinin ardından madde kullanım isteği başlamaktadır. Kişi eğer madde kullanmazsa dopamin salınımı gerçekleşmemekte ve

madde bağlantılı rüyalar ortaya çıkmaktadır. Bu çalışmalardan görüleceği üzere madde kullanırken madde bağlantılı rüya görmek genellikle ortaya çıkan bir tablo değildir. Ancak bu çalışmada madde kullanırken rüya gördüklerini belirten katılımcılar bulunmaktadır. Colace, Belsanti ve Antermite (2014) tarafından yapılan çalışmada da katılımcıların küçük bir kısmı madde kullanırken, katılımcıların yarısı ise hem kullanırken hem de temizken rüya gördüklerini belirtmişlerdir. Söz konusu çalışmada araştırmacılar rüyaların temizken mi yoksa kullanırken mi görüldüğünü hatırlamanın güçlüğüne dikkat çekerek, madde bağlantılı rüyaları tetikleyen en önemli etkenin temiz kalmak olduğunu vurgulamışlardır. Katılımcıların madde kullanırken madde bağlantılı rüya görmelerine ilişkin olarak kullanımın niteliğinin önem taşıdığı düşünülmektedir (Colace ve ark., 2014).

Çalışmada katılımcıların çoğunun rüya sonrasında madde kullanım isteği yaşadığı ve madde kullandığı görülmüştür. Bu noktada rüyaların madde kullanım isteğini artırıcı ve madde kullanımına yöneltici bir etki yapabileceği düşünülmektedir (Silva ve Nappo, 2019). Bununla beraber Kelly ve Claire (2019) madde bağlantılı rüyaların relaps riski teşkil edip etmediğinden emin olamadıklarını belirtmiştir. Reid ve Simeon (2001) da rüyaların madde kullanım isteği uyandırma ve kullanıma yöneltme noktasında bir ilişkisi olmadığını ifade etmektedirler. Bu çalışmadaki bulgulara göre madde bağlantılı rüya görmek kişilerin madde kullanım isteğini artırmakta ve sonrasında madde kullanımına yöneltmektedir. Bu bulgular madde bağlantılı rüyalar görmenin madde kullanım isteği ile ilişkili olduğunu ifade eden çalışmalarla uyumludur (Colace, 2004; Christo ve Franey, 1996). Colace (2004) tarafından yapılan çalışmada madde bağlantılı rüyaların rüya sonrası davranışlar üzerinde etkili olabileceği belirtilmiştir. Katılımcılar rüyalarında madde kullandıktan sonra pişmanlık, kendilerine kızgınlık gibi duygular yaşadıklarını belirtmişlerdir. Christo ve Franey'e (1996) göre kişilerin rüya ile bağlantılı olarak bu duyguları yaşamaları temizlik süresini uzatan bir etki yapabilmektedir. Bu çalışmada ortaya çıkan bu bulgular, alanyazında bazı çalışmalar ile örtüşmekte (Colace, 2004, Christo ve Franey, 1996, Yee ve ark., 2004, Johnson, 2001; Haas, Karilla ve Lowenstein, 2009), bazı çalışmalar ile örtüşmemektedir (Kelly ve Claire, 2019; Reid ve Simeon, 2001).

Araştırmada rüya içeriklerinin genellikle şiddet ve korku teması ya da keyif teması barındırdığı görülmüştür. Katılımcılar rüyalarında ölüm, madde bulamama ve polise yakalanma gibi olayların olduğunu, madde kullanımının ise daha keyif içeriği baskın rüyalar görmeye neden olduğunu belirtmişlerdir. Madde bağlantılı rüyalar ile ilgili yapılan bir araştırmada da benzer şekilde katılımcıların madde etkisine bağlı fakat madde ile ilişkisi olmayan rüyalar gördükleri ve bu rüyaların genelde korkulu ve şiddet içerikli rüyalar olduğu bulgularına ulaşılmıştır (Silva and Nappo, 2019). Looney (1972) tarafından yapılan bir çalışmada ise madde kullanımı olan bireylerin rüyaları incelendiğinde katılımcıların nadiren mutlu rüyalar gördüğü, daha çok şiddet içerikli ve gergin hissettikleri rüyalar gördükleri bulgularına erişilmiştir. Flowers and Zweben (1998) tarafından yapılan bir diğer çalışmada ise benzer bir şekilde katılımcıların şiddet ve kan içeren rüyalar gördükleri ve rüyalardan terleyerek uyandıkları verisine erişilmiştir. Bununla beraber rüyanın içeriğinin kullanılan maddeye göre değişiklik gösterdiği görülmüştür. Rüyada esrar görmenin bonzai, eroin ve kokain görmeye göre daha az negatif unsur barındırdığı, diğerlerinin ise daha şiddet ve korku teması içeren rüyalara neden olduğu ifade edilmiştir. Tanguay ve arkadaşları (2015) yaptıkları araştırmada bu çalışmadaki bulguya benzer şekilde madde bağlantılı rüyaların kullanılan maddeye göre değişiklik gösterebileceği belirtilmiştir.

Bu çalışmada madde bağlantılı rüyalarda görülen maddelerin kişilerin tercih maddeleriyle aynı olduğu ve tercih maddelerinden farklı bir maddeyi rüyalarında kullanmadıklarını ortaya çıkmıştır. Tanguay ve arkadaşları (2015) da benzer bir bulguya ulaşmış ve kişilerin rüyalarında yoğun olarak kullandıkları maddeyi gördüklerini belirtmişlerdir.

Çalışmada madde bağlantılı rüya gören kişiler arasında rüyasında madde kullananların gerçek madde kullanım deneyimine yakın bir his yaşadıkları görülmüştür. Kişiler maddeyi rüyalarında kullanmakta ancak fiziksel olarak gerçekteki etkilerin aynısını yaşamaktadırlar. Sonuç olarak rüyasında madde kullanan kişiler, doyuma ulaştıklarını belirtmişlerdir. Colace’a (2004) göre bu, tedavi açısından olumlu nitelik taşıyan bir göstergedir. Zira rüyasında madde kullanımı olanların olmayanlara göre daha uzun süre temiz kaldıkları bulunmuştur. Benzer bir sonuç Choi (1973) tarafından yapılan araştırmada da ortaya çıkmıştır. Choi

(1973) araştırmasında, rüyasında alkol kullanımı olan alkol bağımlılarının olmayan alkol bağımlılarına göre daha uzun süre temiz kaldıkları bulgusuna ulaşmıştır. Buna istinaden Choi (1973) rüyada alkol kullanımını güvenli kullanım olarak ifade etmiş ve kişinin rüyasında alkol kullanım isteğini karşılamaşının kaygı düzeyini azaltabileceğini ve buna bağılı olarak içsel ve dışsal uyarınlarla daha kolay başa çıkabileceğini belirtmiştir.

Tablo 2. Rüyasında Madde Kullandığını Belirten Katılımcılar ve Temizlik Süreleri.

Katılımcı	Temizlik Süresi
K1	1.5 yıl önce yoğun kullanım sona erdi, aralıklı kullanım var.
K3	2 yıldan fazla
K5	4 yıl 6 ay
K7	Aktif
K9	Aktif
K11	7 yıl

Bu araştırmada da K1, K3, K5, K7, K9 ve K11 rüyasında madde kullandığını belirtmiştir (Tablo 2). Rüyasında madde kullandığını belirten bu katılımcıların da temiz kalabildikleri ve uzun temizlik sürelerine sahip oldukları görülmektedir. Ancak Choi (1973) tarafından yapılan araştırmada ifade edilen görüşün bu çalışmanın bulgularınca net bir şekilde desteklendiği veya desteklenmediğini söyleyebilmek pek mümkün görünmemektedir. Zira katılımcıların bu rüyaları kullanımdayken mi yoksa temizken mi gördükleri net olarak bilinmemektedir. Bununla beraber bu çalışmada rüyasında madde kullandığını belirten katılımcılardan bazılarınun rüyada madde kullanımı sonrasında pişmanlık ve suçluluk yaşayabildiği görülmüştür. Christo ve Franey (1996) tarafından yapılan çalışmada da rüyada madde kullanımı gerçekleşirse katılımcılarda suçluluk, panik gibi duyguların ortaya çıktığı ve temiz kalmanın sürdürüldüğü görülmüştür.

Araştırma bulguları toparlandığında madde kullanımı ve rüya görme arasında doğrudan bir ilişkin varlığından söz etmek mümkündür. Madde bağılantılı rüyalar daha çok madde kullanım isteğinin olduğu zamanlarda söz konusu olmakla birlikte yoksunluk dönemlerinde veya madde kullanımı devam ederken görülmektedir. Bununla birlikte rüya sonrası davranış olarak madde kullanımının arzulanđı ve/veya kullanımın gerçekleştiği belirlenmiştir. Görülen rüyalarda genel olarak korku/şiddet

ve keyif verici temalar öne çıkmakta iken keyif verici rüyaların olduğu durumlarda katılımcıların gerçek kullanımdaki gibi bir doyum yaşadıkları anlaşılmıştır.

Madde kullanımı olan kişilerin gördükleri madde bağlantılı rüyaların etkilerinin nasıl ele alınabileceğine ilişkin çıkarımlarda bulunmak, rüyaların kişiden kişiye değişiklik gösterebilmesi nedeniyle zor görülebilir. Buna rağmen Tanguay ve arkadaşları (2015) rüyaların kişilerde uyandırdığı etkiler üzerine çalışılabileceğini ifade etmektedir.

Madde kullanımı ve madde bağlantılı rüyaların, uygulayıcılar açısından en dikkat çekici unsuru relaps önleme çalışmaları olabileceği düşünülmektedir. Nitekim, madde bağlantılı rüyaların yeniden madde kullanımı tetiklemesi araştırma bulgularında da ortaya çıkmıştır. Dolayısıyla meslek elemanlarının, madde kullanım tedavisi için kendisine başvurmuş danışanlarının madde bağlantılı rüyalarını sorgulaması önem taşımaktadır. Seans içerisinde rüyaların ele alınması veya rüyaların analizinin yapılmasından ziyade bir relaps önleme stratejisi olarak danışanın madde bağlantılı rüya görüp görmediğinin kontrol edilmesi, sürecin sıhhati açısından önemli çıktılarının alınmasını sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu noktada danışanların bir relaps işareti olarak rüyaları etiketlemelerinin sağlanması işe yarayabilir. Madde bağlantılı rüya görenlerin, rüyaların harekete geçiriciliğini, istek uyandırıcılığı işaretleyebilecekleri ev ödevi uygulamaları da bu noktada işlevsel sonuçlar doğurma potansiyeline sahip görünmektedir.

Bu çalışmanın bulguları ışığında gelecek çalışmalar için yapılacak bazı öneriler bulunmaktadır. Madde kullanımı ve rüya hakkında yapılacak çalışmalar için belirli sayıda katılımcı ile uzun süreli takip protokolünü içeren bir araştırmanın katılımcıların madde kullanımlarına ilişkin daha detaylı bilgilerin ortaya çıkmasına ve tüm sürecin kayıt altına alınmasına yardımcı olabilir. Bununla beraber rüyaların hatırlanması zor ve unutulması kolay yapısından daha az etkilenmek adına katılımcılara rüya günlükleri tutturmak ve bunlar üzerinden değerlendirmeler yapmak rüyaların seyri hakkında araştırmacılara önemli fikirler verebileceği düşünülmektedir.

EXTENDED ABSTRACT

**“Substance-Related Dreams” among Substance
Users: A
Qualitative Evaluation**

*

Emine İlme- Esra Yıldız- İlker Aktürk- Hakan Karaman- Ömer Miraç Yaman
İstanbul University

Addiction plays a significant role over the everyday lives of substance users. In the case of addiction, the problem is not only about direct effects of substance use, but also about the disruption in family relations, work-life, education, social life, and mental well-being of substance users. (Şimşek, Dinç and Ögel, 2021). Based on this, during the treatment process, it is aimed to reduce and terminate a person’s substance use as well as to restore their lost functionality and, hence, various interventions are made in this direction. Before or during the treatment, some observable and unobservable changes occur in substance users, one of which are drug-related dreams. Johnson (2001) states that only substance users can have dreams about substances. Once this argument is recognized, it can be claimed that having drug-related dreams can be considered among the changes which come to the light with substance use but cannot be observed directly.

Substance-related dreams can be defined as dreaming substance use behaviors such as trying to find and trying to use substances, seeing the substances but not use or not being able to use it and reject the offer of using substances (Colace, 2004). In a study conducted by Reid and Simeon (2001), substance-related dreams are framed by searching, seeing, craving and using substances and these dreams are observed in addicts who are in the withdrawal or recovery process and these dreams contain substance-related content. These kind of dreams are often disturbing and can lead to negative inner experiences.

In his study, Colace (2004) provides a holistic perspective about substance-related dreams through the information compiled from the literature. It is striking that the study emphasizes the abstinence and termination of substance use in order to experiencing substance-related dreams

in all types of substances. Similarly, according to Denzin (1988), abstinence has very strong impact on the emergence of dreams and the fear of relapse constitutes the basic theme of dreams. Kelly and Claire (2019) state that drug related dreams are experienced when users are sober and these dreams are especially seen during the early recovery periods when user start to stay clean. In the literature, many studies have been conducted with substance users who are in the treatment process in relation to dreaming substances, alcohol and smoking cigarette, whereas there is no such study introduced in the related Turkish literature about this issue. Therefore, this study aims to reveal the appearance of the substance in dreams in substance users to describe the effects of the frequency of experiencing substance-related dreams and to examine the relationship between craving and substance-related dreams.

Method

The qualitative research design is used to investigate the unique experiences of individuals with substance use in dreams.

Sample: 11 people is interviewed in this study. Purposeful sampling methods are used to communicate with the participants. Accordingly, 11 substance users who lives in Istanbul and have drug related dreams were preferred in the study.

Data Collection Tool: Amongst the qualitative data collection techniques, this study adopts in-depth interview while the semi-structured interview form is used as the data collection tool. The interview form used in this study is first composed by the research team with the support of the literature. Two drilling interviews are conducted for this form, which later is revised based on the results. In the final draft, there remained a total of 10 questions in the interview form. The interviews were conducted in cafes or business places that are chosen by the participants. After the data collection process, 376 minutes of audio record and 12 pages of interview notes were obtained. A total of 45 pages of documents were obtained by deciphering the audio records and editing the written notes.

Procedure: The analysis of the data obtained during the research is made according to the descriptive analysis method. The 45-page raw data obtained in the study is first classified by the research team within the thematic framework in the semi-structured interview form. This thematic distribution is expanded with a second reading made in accordance with the descriptive analysis method and all data are classified and interpreted under 6 themes in the final analysis.

Findings

The data obtained from the participants who are interviewed during the research, the following 6 themes are created as: sleep pattern, the beginning period of dreams, the time/periods of the dream, post-dream behaviors, content of the dreams, the substances used in the dreams and gratification in dreams.

Sleep Pattern: It is observed that sleep-related problems arise with substance use amongst the significant portion of the participants. It is stated by the participants that sleep was more regular before substance use but is gradually deteriorated after substance use. In this process, it has been observed that the person can be woken up by the craving, which can also affect the sleep of the person during the using period.

The Beginning Period of Dreams: Substance users report that dreams are more intense at certain periods. Accordingly, the first three months after following the cessation of substance use have been pointed out as the most intense period of drug-related dreams. It has been observed that dreams can continue for one year after stopping the substance use. Also, drug-related dreams can be seen while substance use continues but the cessation of substance use provides a clearer position for the dreams.

The Time/Periods of The Dreams: It is reported that drug-related dreams increase in periods of intense craving and during withdrawal. Some of the participants state that withdrawal triggered substance-related dreams.

Post-Dream Behaviors: It is found that substance related dreams are implicated in the participant's engagement in certain behaviors. For example, some of the participants use substances after a while because the dreams reminded them to use substances. The occurrence of substance use in dreams causes the emergence of anger towards the deterioration of cleanliness in people who have stopped substance use and then experience a craving to use it. Participants state that dreams can lead to strong substance use cravings in real life.

Content of the Dreams: The contents in dreams of the participants are divided into two categories as violent/fearful and pleasure. This distinction is apparent among the participants. It is noticed that the dreams seen after cessation of substance use or during periods of intense craving are generally violent and fearful, but the dreams seen while substance use continues are pleasure.

The Substances Used in the Dreams: It is found that the substances used by participants in their dream are the ones they used in real life. The participants also state that they do not use any substances in their dreams that they had not experienced in real life. However, the methods of substance use in their dreams may vary.

Gratification in the Dreams: Participants state that the effect of using substances in their dreams gives pleasure that is similar to the real experience. Some of the participants emphasize that when they see substance use in their dreams while they are clean, they feel like they have been using it in real life. It is found that substance use in dreams has an effect on real-life as well.

Discussion

In this research, it can be said that substance-related dreams usually occur in the first 3 months of abstinence which is called “early recovery”. Due to the high risk of relapse in the early recovery (Laudet and White, 2008), it is thought that the intensive emergence of drug-related dreams during this period may pose a risk in terms of maintaining abstinence.

However, it is believed that the emergence of dreams more and more intensely in the first 3 months of abstinence stems from the intensive craving during this period (Tanguay et al., 2015). In this study, it is observed that 3 factors were effectively related to the emergence of dreams: craving, abstinence, and substance use. It is commonly agreed in the literature that experiencing craving is one of the most effective variables on dreams (Colace, 2006; Johnson, 2012).

In the research, it is observed that the content of dreams usually contains the theme of violence and fear or pleasure. Participants state that there are events such as death, inability to find substance, and getting caught by police in their dreams while substance use causes to have more pleasant dreams. Similarly, in a study conducted about substance-related dreams, it is found that participants had dreams which are related to substance use effects, but not related to substances and these dreams are generally fearful and violent dreams (Silva and Nappo, 2019). In one of the other studies about the substance-related dreams conducted by Looney (1972), when the dreams of substance users examined, it is found that the participants rarely have pleasant dreams but they have dreams that they felt more violent and nervous.

This study reveals that the substance seen in substance-related dreams are the same as the preferred substance of the substance users and they do not use any substance different from the preference substance in their dreams. Tanguay et al. (2015) reports a similar finding and states that substance users dreams the substance that they used extensively in their dreams.

It is observed that among the participants who had substance-related dreams those who used substances in their dreams experience a feeling close to the real substance use experience. Participants use the substance in their dreams but physically experience the same effects in the real life. As a result, participants who use substances in their dreams state that they have reached gratification. According to Colace (2004), this is a positive indicator in terms of treatment because it is found that those who had substance use in their dreams stay in abstinence longer than those who did not.

It is challenging to make inferences as to how the effects of substance-related dreams is interpreted by participants with substance use since

dreams’ content and structure can vary from person to person. Notwithstanding this, Tanguay et al. (2015) state that it is possible to study the effects of dreams on substance users. In addition, in line with the experience obtained from this study, it can be said that collecting data immediately after the dream experience will improve the quality and reliability of data in such studies. Similarly, examining the effects of dreams on substance users in the treatment process is believed to help express a stronger opinion about the relationship between dreams and substance use.

Kaynakça/References

- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş. ve Demirel F. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem.
- Choi, S. Y. (1973). Dreams as a prognostic factor in alcoholism. *American Journal of Psychiatry*, 130(6), 699–702. doi:10.1176/ajp.130.6.699.
- Christo, G. ve Franey, C. (1996). Addicts drug-related dreams: Their frequency and relationship to six-month outcomes. *Drug Use & Misuse*, 31(1), 1–15. doi:10.3109/10826089609045795.
- Colace, C. (2000). Dreams in abstinent heroin addicts: Four case reports. *Sleep Hypn*, 2, 160–163.
- Colace, C. (2004) Dreaming in addiction: A study on the motivational bases of dreaming processes. *Neuropsychoanalysis*, 6(2), 165–179. doi:10.1080/15294145.2004.10773458.
- Colace, C. (2006). Drug dreams in cocaine addiction. *Drug Alcohol Review.*, 25(2), 177–177. doi:10.1080/09595230500538843.
- Colace, C., Belsanti, S. ve Antermite, A. (2014). Limbic system irritability and drug dreams in heroin-addicted patients. *Heroin Addiction and Related Clinical Problems*, 16(3), 76-86.
- Colace, C., Claps, M., Antognoli, A., Sperandio, R., Sardi, D. ve Benedetti, A. (2010). Limbic system activity and drug dreaming in drug-addicted subjects. *Neuropsychoanalysis*, 12(2), 201–206. doi:10.1080/15294145.2010.10773647.
- Denzin, N. K. (1988). Alcoholic dreams. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 5(1-2), 133–139. doi:10.1300/j020v05n01_12.

- Du, X., Xu, W., Li, X., Zhou, D. ve Han, C. (2019). Sleep disorder in drug addiction: treatment with transcranial magnetic stimulation. *Frontiers in Psychiatry*, 10:848. doi:10.3389/fpsyt.2019.00848.
- Flowers, L. K. ve Zweben, J.E. (1998). The changing role of “using” dreams in addiction recovery. *Journal of Drug Abuse Treatment*, 15(3), 193–200. doi:10.1016/s0740-5472(97)00188-8.
- Haas, C., Karila, L. ve Lowenstein, W. (2009). Cocaine and crack addiction: A growing public health problem. *Bulletin de l’Academie Nationale de Medecine*, 193(4), 947-962.
- Hajek, P. ve Belcher, M. (1991). Dream of absent-minded transgression: An empirical study of a cognitive withdrawal symptom. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 487–491. doi:10.1037/0021-843x.100.4.487.
- Halikas, J. A., Kuhn, K. L., Crosby, R., Carlson, G. ve Crea, F. (1991). The measurement of craving in cocaine patients using the minnesota cocaine craving scale. *Comprehensive Psychiatry*, 32(1), 22–27. doi:10.1016/0010-440x(91)90066-l.
- Hyman, S. M., Fox, H., Hong, K.-I. A., Doebrick, C. ve Sinha, R. (2007). Stress and drug-cue-induced craving in opioid-dependent individuals in naltrexone treatment. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*, 15(2), 134–143. doi:10.1037/1064-1297.15.2.134.
- Johnson, B. (2001). Drug dreams: a neuropsychanalytic hypothesis. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 49(1), 75–96. doi:10.1177/00030651010490011101.
- Johnson, B. (2012). Drug abuse, dreams, and nightmares. Verster J, Brady K, Galanter M. ve ark. (Ed.), *Drug Abuse and Addiction in Medical Illness* içinde (s.385-392), New York: Springer. doi:10.1007/978-1-4614-3375-0_31.
- Kelly, J., F. ve Claire, G., M. (2019). The reality of drinking and drug using dreams: A study of the prevalence, predictors, and decay with time in recovery in a national sample of U.S. adults. *Journal of Drug Abuse Treatment*, 96, 12–17. doi:10.1016/j.jsat.2018.10.005.
- Laudet, A. B. ve White, W. L. (2008). Recovery capital as prospective predictor of sustained recovery, life satisfaction, and stress among former poly-drug users. *Drug Use & Misuse*, 43(1), 27–54. doi:10.1080/10826080701681473
- Looney, M. (1972). The dreams of heroin addicts. *Social Work*, 17, 23–28.
- Mooney, A. J., Eisenberg, A. ve Eisenberg, H. (1992). *The recovery book*. New York: Workman.

- Reid, S., D. ve Simeon, D., T. (2001). Progression of dreams of crack cocaine abusers as a predictor of treatment outcome: a preliminary report. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 189(12), 854–857. doi:10.1097/00005053-200112000-00007.
- Rosenberg, H. (2009). Clinical and laboratory assessment of the subjective experience of drug craving. *Clinical Psychology Review*, 29(6), 519–534. doi:10.1016/j.cpr.2009.06.002.
- Silva, T. R. D. ve Nappo, S. A. (2019). Crack cocaine and dreams: The view of users. *Ciencia & saude coletiva*, 24, 1091-1099.
- Şimşek, G.M., Dinç, M., Ögel, K. (2019). Bağımlılık Seyir İndeksi (BASİ)'nin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 32(2), 129-126. doi: 10.5080/u23461.
- Şipka, H. ve Vardar, E. (2018). Buprenorfin/nalokson tedavisi gören opiyat bağımlısı hastalarda tedavinin erken döneminde uyku kalitesinin değerlendirilmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 19(5), 466-471. doi:10.5455/apd.294903.
- Tanguay H, Zadra A, Good D ve Leri, F. (2015). Relationship between drug dreams, affect, and craving during treatment for drug dependence. *Journal of Addiction Medicine.*, 9(2), 123–129. doi:10.1097/adm.000000000000105.
- Yee, T., Perantie, D. C., Dhanani, N. ve Brown, E. S. (2004). Drug dreams in outpatients with bipolar disorder and cocaine dependence. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 192(3), 238–242. doi:10.1097/01.nmd.0000116466.31133.f1.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2018). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.
- Zadra, A. ve Donderi, D. C. (2000). Nightmares and bad dreams: Their prevalence and relationship to well-being. *Journal of Abnormal Psychology*, 109(2), 273–281. doi:10.1037/0021-843x.109.2.273 .
- Zhang, Z., Friedmann, P. D. ve Gerstein, D. R. (2003). Does retention matter? Treatment duration and improvement in drug use. *Addiction*, 98(5), 673–684. doi:10.1046/j.1360-0443.2003.00354.x.

Kaynakça Bilgisi / Citation Information

İlme, E., Yıldız, E., Aktürk, İ., Karaman, H. ve Yaman, Ö. M. (2021). Madde kullanıcılarında “Madde Bağlantılı Rüyalar”: Nitel bir değerlendirme. *OPUS– Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 18(44), xxxx-xxxx. DOI: 10.26466/opus.903052.