

Tipik Rüyalardan Üzerinden Madde Bağlantılı Rüyalardan İncelenmesi

Review of Substance-Related Dreams through Typical Dreams

Mustafa Danışman¹, Kübra Sezer Katar¹, Zehra Uçar Hasanlı¹, Gamze Zengin İspir¹

¹Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ankara

ÖZ

Maddeyle bağlantılı rüyalar, bağımlı bireylerin yoksunluk veya iyileşme dönemlerinde görülen ve maddeyle ilişkili çeşitli içerikler barındıran rüyalar. Yapılan çalışmalarda, uyuşturucu rüyalarının tümünün yazarlar tarafından, bağımlı bireylerin madde kullanma arzularını farklı tatmin düzeylerinde doyurmaya çalışan çabalarının bir ifadesi olarak değerlendirildiği anlaşılmaktadır. Literatürde, maddeyle bağlantılı rüyaların (Tip A veya Tip B) madde kullanım arzusunu nasıl ve neden farklı şekillerde (yeterli veya değil) tatmin edebileceğine dair bir açıklama bulunmaması; madde kullanma arzusunu gidermeye yönelik olduğu varsayılan bu tür rüyalara atfedilen tatminlik derecesinin, hastaların maddeden uzak kalma dönemlerine yönelik prognostik bulgu ve varsayımlar üstünden yapılmış olduğunu düşündürmektedir. Maddeyle bağlantılı Tip B rüyalar olarak da değerlendirilen, madde bağımlısı olan kişilerin rüyalarında madde kullanmak istedikleri halde çeşitli nedenlerle bir türlü madde kullanamadıkları rüyalarla, başarısızlıkla sonuçlanan sınav rüyalarının benzerliği dikkat çekicidir. Birbirlerinden farklı içerik ve duygulara sahip madde bağlantılı rüyaların, farklı tatminlik düzeyleri sağladıklarına dair bir varsayım üstünden değil, rüyadaki sansür mekanizması ile incelenmesi, bu tip rüyaların birbirlerinden farklı arzuların doyumlarını sağlamaya çalıştıklarını gösterebilir. Bu yazıda, nörobilimsel bulgu ve yorumlar eşliğinde, maddeyle bağlantılı rüyalar ve başta sınav rüyaları olmak üzere tipik rüyaların, Freud'un rüyalarındaki sansür mekanizmasına dair görüşleri yanında Jung ve Kohut'un kuramsal perspektifleri çerçevesinde yorumlanması amaçlanmıştır.

Anahtar sözcükler: Maddeyle bağlantılı rüyalar, tipik rüyalar, sansür

ABSTRACT

Drug-related dreams (DD) are defined as dreams experienced by individuals with a substance use disorder during the withdrawal or recovery process. Studies indicate that authors interpret all drug-related dreams as reflections of the attempts by individuals with addiction to fulfill their drug use desires at varying levels of satisfaction. The absence of an explanation in the literature regarding the manner and rationale behind the fulfilment of drug cravings by drug-related dreams (Type A or Type B) to varying degrees (sufficiently or insufficiently) indicates that the gratification derived from such dreams – presumed to alleviate the desire for drug use – has been inferred from prognostic findings and presumptions concerning patients' periods of abstinence. It is noteworthy that there is a similarity between dreams experienced by individuals with substance use disorders who wish to use the substance but are unable to do so for various reasons and failure-related examination dreams. Instead of a hypothesis that drug-related dreams with different content and emotions provide varying levels of satisfaction, examining them through the lens of the censorship mechanism in dreams may reveal that these types of dreams attempt to fulfill distinct desires. The objective of the current paper is to analyse substance-related dreams and typical dreams, including those related to examinations, in light of neuroscientific evidence and interpretations. In particular, the focus will be on Freud's views on the censorship mechanism in dreams, as well as the theoretical perspectives of Jung and Kohut.

Keywords: Drug-related dreams, typical dreams, censorship

Giriş

Geçmişten günümüze, ilkel toplumlardan modern toplumlara kadar tüm topluluklarda, rüyaların kimi zaman uyarıcı olabileceklerine dair düşüncelerle, gelecekte haber alma gibi çeşitli amaçlarla yorumlanmaya çalışıldığı bilinmektedir. Freud, rüyaların birbirlerinden farklı şekillerde anlamlar taşıyabileceğini düşünmediğini, rüyaların anlamının tek bir biçimle, arzuların temsil edilmesiyle sınırladığını belirtir (Freud 1900). Freud, kimi zaman infantil rüyalar olarak da adlandırdığı çocukların gördüğü bazı rüyaları örnek vererek, bu tür rüyaların

anlamalarını doğrudan gösterdiklerini; öte yandan, erişkinlik döneminde görünen rüyaların büyük bir kısmında, rüya görenin arzularının sansür mekanizması nedeniyle kılık değiştirilerek tatmin edildiğini savunmaktadır.

Maddeyle bağlantılı rüyalar (MBR), bağımlı bireylerin yoksunluk veya iyileşme sürecinde görülen, rüyada madde aramak, kullanmayı denemek, maddeyi görmek ancak kullanmamak ya da kullanamamak gibi maddeyle ilişkili çeşitli içerikler barındıran rüyalar. MBR, klinisyenler tarafından genellikle kısa, basit ve açık içerikleri nedeniyle, doğrudan kişilerin madde kullanım arzularının doyumunu sağlamaya yönelik, sansür faaliyetinin ya çok az ya da hiç olmadığı, infantil hatlarda kurulmuş rüyalar olarak değerlendirilirler (Choi 1973, Colace 2004, 2018).

MBR'lerin, kişilerin madde kullanım arzularına yönelik iki yönlü prognostik değeri olduğu belirtilmiştir (Flowers ve ark 1998, Colace 2004). Bu rüyaların içerik ve duygular bakımından tatmin edici olduklarında (tip A, uyuşturucu kullanımı rüyaları), uyuşturucu arzusunun hafifletmeye ve yönetmeye yardımcı olup, iyi bir prognoza sebep oldukları; öte yandan rüyalar tatmin edici nitelikte değilse (tip B, başarısız uyuşturucu kullanım denemesi rüyaları), uyuşturucu arzusunun yeniden harekete geçirip arttırdıkları düşünülmektedir (Flowers ve ark 1998, Colace 2004).

Öte yandan, literatürde MBR'lerin (Tip A veya Tip B) madde kullanım arzusunun nasıl ve neden farklı şekillerde (yeterli veya değil) tatmin edebilecek oluşuna yönelik bir açıklama bulunmaması, madde kullanma arzusunun gidermeye yönelik olduğu varsayılan bu tür rüyalara atfedilen tatminlik derecesinin, hastaların maddeden uzak kalma dönemlerine yönelik prognostik bulgu ve varsayımlar üstünden yapılmış olduğunu düşündürmektedir. Ayrıca maddeyle bağlantılı kimi rüyalar, rüya içerikleri ve duygular arasındaki uyumsuzluklar nedeniyle literatürdeki Tip A ve Tip B rüya tanımlarının hiçbirine uygunluk göstermediklerinden, bu tanımlama tüm rüyalara genellenemez.

Literatürde, maddeyle bağlantılı Tip B rüyalar olarak da değerlendirilen, uyuşturucu bağımlısı olan kişilerin rüyalarında madde kullanmak istedikleri halde, çeşitli nedenlerle bir türlü madde kullanmadıkları rüyalarla (Reid ve ark. 2001, Colace 2004, Kelly ve ark. 2019), başarısızlıkla sonuçlanan sınav rüyalarının benzerliği oldukça dikkat çekicidir. Freud, sevilen kişilerin ölümlerinin görüldüğü rüyalar ve çıplaklık düşlerinin yanında sınav düşlerinin de tipik rüyalar olduğunu belirtmiştir (Freud 1900). Freud, diğer tipik düşlerden farklı olarak, sınav düşlerine dair yorumlarını geçmiş yıllar içerisinde sıkça gözden geçirerek değiştirmiştir.

Birbirlerinden farklı içerik ve duygulara sahip maddeyle bağlantılı rüyaların, farklı tatminlik düzeyleri sağladıklarına dair bir varsayım üstünden değil, rüyalarındaki sansür mekanizması ile sınav rüyaları ile birlikte incelenmesi, bu tip rüyaların birbirlerinden farklı arzuların doyumlarını sağlamaya çalıştıklarını gösterebilir. Bu yazıda, Freud'un rüya teorisinin nörobilimsel kanıtlarla ilişkisi, Jung ve Kohut'un rüyalar hakkındaki yorumları eşliğinde madde bağlantılı Tip B rüyalar ile sınav rüyalarının benzerliklerinin incelenerek yorumlanmaları amaçlanmıştır.

Freud'un Rüya Teorisi ve Nörobilimsel Kanıtlarla İlişkisi

Günümüzde Freud'un rüya teorisi ve nörobilimsel kanıtlarla ilişkisi halen tartışma konusudur. Bu bağlamda halen çözülememiş bir tartışma alanı, "gizleme-sansür" mekanizmasıdır (Boag 2006). Freud, rüya teorisinin merkezini oluşturan sansür sürecine dair, birçok yazar tarafından bu yönde "hiçbir bilimsel kanıtın olmadığı" yönünde eleştirilmektedir (Hobson 1988, McCarley 1998, Hobson ve Pace-Schott 1999, Domhoff 2004).

Bazı yazarlar (Hobson ve Pace-Schott 1999) düşlerdeki tuhaflığın beynin uykudaki düzenleme kapasitesinin kaybı nedeniyle olduğunu savunsalar da Freud düşlerde çoğu zaman görünen bu tuhaflığın, rüya görenin bilincinden gizlenen bir güçler oyununun eseri olduğunu savunur. Freud'a göre, dürtülerin nihai amacı tatmin olmak olsa da, tatmin için gerekli koşullar ve araçlar değişebilir (Freud 1915). Tatmin için en doğrudan yol olarak görülen kimi araçlar, cezaya yol açabilecekleri kaygısı nedeniyle bastırılıp Freud'un cümleleriyle "... yedek tatminler sağlayan yeni yollara girmeye zorlanır..." (Freud 1920).

Freud'a göre tüm psişenin kaynağı olan id, tüm arzu ve ihtiyaçların anında tatmin edilmesi için çabalayan haz ilkesi tarafından yönlendirilir (Freud 1920). Ondand (idden) gelişip gerçeklik ilkesine bağlı olarak çalışan ego ise idin sınır ve mekan tanımayan arzularının gerçek dünyada kabul edilebilir bir şekilde ifade ve tatmin edilmesini sağlar (Freud 1923). Bu bağlamda Freud'a göre nörotik semptomlar "iki zihinsel akım" ya da "karşıt eğilimler" arasında bir uzlaşma bulma çabasıdır (Freud 1909). Freud birbirlerine karşıt şekilde hareket eden bu iki zihinsel akım arasındaki çatışmanın özellikle rüyalarda belirgin olduğunu şu şekilde belirtir: "Rüya düşüncelerini yeniden incelediğimde, genellikle kendilerini hissettirmeye çalışan en yoğun psikolojik dürtülerin, kendilerine kesin

olarak karşı koyan diğer dürtülere karşı mücadele ettiğini bulurum" (Freud 1900). Freud'a göre tüm rüyalar bir arzunun giderilmesini sağlarlar (Freud 1900).

Freud, insan zihninde "sansürleme ajansı" adını verdiği, bir yanıyla otoriteyi de simgeleyen dinamik bir bölümün, ortaya çıkan bir arzunun bilinçli hale gelmesinin uygun olup olmadığına karar vererek, ilgili arzuya ulaşma veya canlandırma durumunda tatsızlık üretebilecek her şeyi korkusuzca dışarıda bıraktığını belirtir (Freud 1913). Freud'a göre uyku durumunda sansür hiçbir zaman tamamen ortadan kalkmaz, azalarak gevşer (Freud 1900). Bunun sonucunda, bastırılan malzemenin rahatsız edici kimi özelliklerine rüya çalışmasındaki yer değiştirme, yoğunlaşma, sembolizm gibi çeşitli mekanizmalar aracılığıyla kılık değiştirilerek, halen devam etse de gevşemiş haldeki sansürden kaçarak kısıtlı da olsa yedek bir tatmin sağlanmış olur. Uyku durumu sona erdiğinde, Freud'un en azından rüyaların bir bölümünün unutulmasının sebebi olarak gördüğü biçimde, sansür hızla tekrar tam gücünü kazanır ve sansürün gevşeme döneminde kazanılan şeyler hızlıca silinir (Freud 1900).

Hobson ve Pace-Schott (1999), uyku esnasında frontal lobların yürütücü işlevlerindeki etkinliğin azalmasına bağlı sonuçların, Freud ve taraftarları açısından hatalı bir biçimde kabul edilebilir ve kabul edilemez arzular arasında ince ayrımlar yapan bir sansür mekanizması ile kavramsallaştırıldığını ileri. Hobson ve McCarley tarafından geliştirilmiş aktivasyon sentez hipotezi, rüyaların REM uykusundaki pons (beyin sapı) aktivitesinin kaotik doğasının bir sonucu olduğunu öne sürer. Bu hipoteze göre ön beyin uyku esnasında oluşan bu aktiviteler sonrası neler olduğunu anlamak için elinden geleni yapar ve uygunsuz çalışma koşulları altında bulunduğundan "tuhaf" da olsa en iyi hikayeyi bir rüya çatısı altında oluşturur (Hobson ve McCarley 1977). Hobson (2014) ayrıca beyin sapı aktivitesinin bu kaotik yapısına vurgu yaparak 'tahmin edilemezlik, belirli bir rüya öyküsünün belirli bir gecede seçildiğini açıklayamayan rüya bilimcilerinin dostudur' diye de ekler. Hobson'un bu iddialarına karşın psikanalist Solms travmatik beyin hasarlı hastalarla yaptığı çalışmalarda, rüyaların beyin sapındaki sinir ağlarına kıyasla ön- beyindeki sinir ağlarıyla daha yakın ilişkide olduğunu ve Non-REM uykusunda görülen rüyalarda beyin sapı aktivitesinin olmadığını göstermiştir (Solms 2000).

Hobson, bastırılmış zihinsel içeriklerin, uyku sırasında rüya imgesi oluşturma ve olay seçim süreçlerinin bir parçası olarak ortaya çıkabileceğini bununla birlikte böyle bir malzemenin uykuda rüya oluşumu için gerekli veya yeterli olmadığını savunur (Hobson 1988). Hobson'la benzer şekilde Solms ve Turnbull, "sansür işlevini eklemeye gerek olmadan yalnızca birincil düşünce sürecine gerilemenin" bazı düşlerdeki tuhaf görünümü açıklayabileceğini belirtmişlerdir (Solms ve Turnbull 2002).

Eleştirmenlere göre, Freud'un rüya sansürü metaforu; hangi dilek ve arzuların yasak ve kabul edilebilir olduğunu anlayıp, rüya esnasında bu arzulara egonun farkına varmaması için ne tür çarpıtmalar uygulayacağını bilen, gerektiğinde tüm zihin bölmelerinde serbestçe dolaşabilen ve uykudayken bile uyanık kalabilen üstün bir ajansı simgelediği için bilimsellikten uzak ve kabul edilemezdir (Boag 2006). Maze ve Henry, "sansürü bilen böyle küçük içsel insanların varlığına inanamayız" diyerek Freud'un teorisini doğrudan reddederler (Maze ve Henry 1996). Rüyalardaki sansür mekanizması hakkında Simon Boag ise dikkat çekici bir hipotez öne sürmektedir. Boag, bastırma işlemini basitçe başka bir dürtü (motivasyon) etkinliği olarak gören alternatif bir bakış açısı sunarak, sansür mekanizmasına gerek olmadan bastırmanın rüya bozulmasına nasıl katkıda bulunabileceğini açıklamaktadır (Boag 2017).

Uyarıcı Rüyalar ve Kendilik Rüyaları

Geçmişten günümüze ilkel toplumlardan modern toplumlara kadar tüm topluluklarda rüyaların, kimi zaman uyarıcı olabileceklerine dair düşüncelerle gelecekte haber alma gibi çeşitli amaçlarla yorumlanmaya çalışıldığı bilinmektedir. Freud, kehanet rüyaları konusunda kendi adına daha olumlu bir varsayımda bulunmasını teşvik edebilecek herhangi bir şey yaşamadığını ya da herhangi bir bilgi edinmediğini belirtir (Freud 1925). Ona göre kehanet rüyalarına dair bildirimlerin çoğunun inandırıcılıktan yoksun oluşu, duygusal sebeplerin de yardımı ile bellekte gerçekleşebilecek uydurmaların olanaklılığı ve birkaç şanslı atışın kaçınılmazlığı birlikte göz önünde bulundurulduğunda, gelecekte haber veren rüyalar fikri bir hayalden ötesi değildir (Freud 1925).

Kehanet rüyalarında dair; kişisel çıkarımlar, tesadüfe anlam atama, sahte anılar gibi yorumların yanında dikkate değer bir hipotez bu rüyaların, farkında olmadan algılanan çevresel ipuçlarına dayalı olarak uykuda yapılan çıkarımların bir sonucu olabileceğini önermektedir (Valášek ve ark. 2014). Örneğin, kanser tanılı bir arkadaşımızın ya da yaşlı bir akrabamızın ölümüyle ilgili gerçekleşen bir rüya, onlarla daha önceki karşılaşmalarımızda fiziksel görünümlemlerinde veya davranışlarında gözden kaçan küçük değişiklikleri farkında olmadan algılamamızın ardından oluşmuş olabilir. Bu belirgin olmayan ancak rahatsız edici sağlık sorunlarına işaret eden örtük ipuçları, ölüm rüyalarına kehanet anlamı atfedilmesine yol açabilir (Valášek ve ark. 2014). Jung'un bilinçdışı ve rüyalar hakkında, 'Bilinçdışı, bilinçli kulaklarımızın duymadığını duyar, bilinçli gözümüzün

görmediğini görür. Bu duyulmamış duymanın ve bu görünmeyen görmenin ancak bilinçdışı bize bu unutulmuş görüntüleri rüyalarla gönderdiğinde farkına varırız' şeklindeki ifadelerinin bu hipotezle benzerliği dikkat çekicidir (Graf-Nold 2005).

Jung, Freud'la tanıştığı ilk dönemlerde rüyaların uykuyu koruyup, arzuların doyumunu sağlama işlevi konusunda onunla hemfikir olmasına karşın zamanla Freud'un yorumunu indirgemeci bularak eleştirmiş ve sembolizm, iki zihin karşıtlığı, bireyselleşme, doğrudan imaj ilişkisi ve arketipsel öğelerin rüyalarındaki görünümleri gibi kavramlarla kendi bağımsız görüşlerini ortaya koymuştur (Zhu 2013). Jung'a göre, belirli bir kültüre veya bireye özgü olmayıp, insan deneyiminin ortak ve evrensel biçimlerini temsil eden arketipler, kolektif bilinçdışında yer alan primitif imgeler veya temalardır (Jung 1964, Jung 1968). Jung, rüyalarda belirli semboller veya çeşitli temalar aracılığıyla ortaya çıkan "Anima/animus", "Kahraman", "Gölge" ve "Büyük Anne" adını verdiği çeşitli arketiplerin fark edilerek yorumlanması gerektiğini belirtir.

Jung, bilinçdışına dengeleyici ve iyileştirici bir bilgelik gücü atfederek, rüyaların büyük çoğunluğunun temel işlevinin ruhsal ve fiziksel durumları tarayıp onlara tamamlayıcı ya da telafi edici türden kimi uyarıcı içerikler üretmek olduğunu savunur (Jung 1964). Jung, uyarıcı rüyalar hakkında, gördüğü bir dağ rüyasını kendisine anlatmasının ardından ona gelecekteki tırmanışlarında daha fazla önlem almasını veya tamamen dağcılıktan kaçınmasını tavsiye ettiği meslektaşının, yaklaşık üç ay sonra bir dağda hayatını kaybettiğini aktarır (Jung 1964).

Jung, bazı yazılarında rüyaların zaten yeterince karmaşık olduğuna ve Talmud'da geçen 'rüyalar kendilerinin yorumlarıdır' şeklindeki ifadeye vurgu yaparak, bazı rüyaların açık içeriklerinin ardında gizlilikler veya değişiklikler aramadan, olduğu gibi kabul edilmesi gerektiğini savunur (Jung 1968). Freud sonrası dönemde ego psikologları, nesne ilişkisi teorisyenleri ve kendilik psikolojisi ile ilgilenen kişiler, rüya etkinliğinin aktif düşünme, problem çözüme, planlama gibi sentez işlevlerine yönelik tanımlamalar yaparak (Kohut 1977, Segal 1977, Ornstein 1987), Jung'un söylediklerine benzer şekilde rüyaların manifest (açık) içeriklerinin altında her zaman örtük bir içeriğin olması yönünde teorik bir gereklilik bulunmadığını belirtmişlerdir (Lansky 1992).

Rüyaların sorunlu içsel psikolojik durumları düzeltme çabasını Kohut, "kendilik durumu rüyaları" olarak adlandırdığı rüyalar üstünden tanımlamaktadır (Kohut 1977). Kohut, kendilik durumu rüyaları kavramını Freud'un teorisine yeni bir boyut olarak eklediğini ve belirli bir hasta grubuna uygulanabilir olduğunu, Freud'un teorilerini değiştirmek için değil, tamamlamak için geliştirdiğini vurgulamıştır.

Freud gibi Kohut da, bazı rüyaların sözel olarak ifade edilebilir gizli içerikleri (dürtüsel istekleri, çatışmaları ve çatışmaları çözme girişimlerini) ifade ettiğini ve terapide geleneksel şekilde serbest çağrışımlarla ele alınması gerektiğini, öte yandan bazı rüyalarda ise kendiliğin çözülme korkusu gibi sözel olarak ifade edilemeyen duyguların kendilerini açık rüya imgeleri şeklinde gösterdiklerini belirtir (Kohut 1977). Kohut, bu rüyaların fonksiyonunun, bu korkutucu isimli süreçleri görsel imgelerle örtme yoluyla onlarla başa çıkma ve bütünleşmiş bir kendilik yapısının yeniden sağlanması olduğunu belirtir.

Kohut, kendilik durumu rüyalarının açık içeriklerinin çağrışımsal ayrıntılarının incelenmesinin, en iyi ihtimalle bu açık içeriklerle aynı düzlemde kalan yeni imgeler sağladığını, bu bağlamda bu rüyaların bazı bakımlardan çocukluk rüyalarına benzediğini belirtir (Kohut 1977). Kohut ayrıca, kimi rüyalarda bazı öğelerin arkaik kendiliği temsil ederken, diğerlerinin yapısal çatışmaların sonucu oluşup serbest çağrışımlar aracılığıyla çözümlenebileceğini de belirtir (Kohut 1977).

Rüyalarda Duygular

Freud, rüya teorisine evrensel bir karşı çıkma eğilimi oluşturacağını tahmin ettiğini, bununla birlikte rüyaların birbirlerinden farklı şekillerde anlamlar taşıyabileceğini düşünmediğini, rüyaların anlamının tek bir biçimle, arzuların temsil edilmesiyle sınırladığını belirtir (Freud 1900). Freud, "Düşlerin Yorumu" isimli eserinde çocukların gördüğü bazı rüyaları örnek vererek, bu tür rüyaların anlamlarını hiçbir kılığa girmeden gösterdiklerini ve rüyaların arzularının giderilmesini kanıtlama açısından paha biçilmez bir öneme sahip olduklarını belirtir (Freud 1900). Freud'un, kimi zaman infantil rüyalar olarak da adlandırdığı çocukların gördüğü rüyalara benzer şekilde, yaşam boyunca açlık, susuzluk, cinsel ihtiyaç gibi zorunlu bedensel ihtiyaçlarla tetiklendiklerinden kolayca tanınabilen başka bir rüya türü daha vardır (Myers 1989). Freud tarafından 'infantil hatlar üstünde kurulmuş' olarak da tanımlanan bu rüyalar, yetişkinlerde, rüya sansürü faaliyetinin gerekli olmadığı ve dolayısıyla rüya içeriğinin bozulmadığı tek rüya türüdür (Myers 1989).

Hobson ve bazı yazarlar, Freud'un rüyaların sadece arzuların doyurulmasını sağladığına dair teorisini, bunaltıcı-kaygı verici rüyaların bir arzuyu nasıl gerçekleştirdikleri yönündeki bir soru ile eleştirirler (Allan Hobson 1999, Domhoff 2004). Freud, yorumlandıkları zaman, bunaltıcı ve kaygı verici rüyaların da arzuların gerçekleşmesi

olduğunu şöyle belirtir: “...bu rüyalar bunaltıcı içeriğin sadece arzulan dileği gizlemeye yarayan ‘karşı-dilek rüyaları’dır...., burada bir dileğin yerine getirilmemesi başka bir dileğin yerine getirilmesi anlamına gelir...” (Freud 1900, 1933). Bu noktada, Freud’un yorumladığı bir hastasına ait kaygı verici bir rüya (Freud 1900) daha açıklayıcı olabilir.

(Freud’un sözleriyle) *Genç bir kız olan hasta şunları söyledi: “Hatırlayacağımız gibi ablama artık sadece Karl adında bir oğlan kaldı; onunla yaşarken abisi Otto’yu kaybetti. Otto benim favorimdi; onu şöyle veya böyle ben büyüttüm. Küçüğe de düşkünüm ama ölen Otto’ya olduğu kadar değil. Geçen gece rüyamda Karl’ın ölüsünün önümde yattığını gördüm. Küçük tabutunda elleri kavuşturulmuş bir şekilde yatıyordu ve çevresi mumlarla doluydu, aslında ölümü benim için büyük bir yıkım olan Otto gibiydi.”*

Freud, hastasının bu rüyayı anlattıktan sonra kendisine şunları sorduğunu belirtir: “Lütfen bana söyleyin, ben kız kardeşimin hala sahip olduğu tek çocuğunun ölmesini arzulayacak kadar kötü bir insan mıyım? Yoksa bu rüya, çok düşkün olduğum Otto yerine Karl’ın ölmesini mi tercih edeceğim anlamına mı geliyor?”. Freud, hastasının yaşam öyküsüne dair şu detayları yazar: Hastasının vaktiyle ablasının evinde yaşarken yaptığı ziyaretlerde tanıştığı ve ilişkileri evliliğe ilerlerken bir şekilde biten bir erkek arkadaşı olmuş. Ayrılmalarına karşın hastası, o kişiye duyduğu zihinsel bağlılıktan kendini kurtarmayı başaramamış. Mesleği gereği ders veren bu erkek arkadaşının ne zaman bir yerde ders anlatacağını duysa, onu uzaktan da olsa görebilmek için dinleyiciler arasına katılıyormuş. Freud, hastasına Otto’nun ölümü sonrası bir şeyler hatırlayıp hatırlamadığını sorduğunda, hastasının ayrıldığı erkek arkadaşına dair kendisine “*Elbette, uzunca bir aradan sonra bizi tekrar görmeye gelmişti; onu küçük Otto’nun tabutunun başında bir kez daha görmüştüm.*” şeklindeki cevabı sonrası, düşün görülme sebebinin anlaşıldığını belirtir. Freud’a göre bu rüya hastasının bir arzusunun işaret eder; ablasının diğer oğlu da ölecek olursa ayrıldığı erkek arkadaşı kendilerini tekrar ziyaret edecek ve onu tekrar yakından görme şansı olacaktır. Freud’a göre hastasının rüya çalışması, bu tür arzuların baskı altına alındığı, kişinin aşkı düşünemeyecek kadar üzüntüye gark olduğu bir ortam yaratmıştır (Freud 1900).

Freud, rüyaların görünen içeriklerine duyguların kimi zaman hiç eşlik etmeyişi ya da uygunsuz (örneğin rüyada ürkütücü/tiksindirici bir durum karşısında üzüntü/tiksinti hissetmemek ya da zararsız bir durum karşısında uyumsuz bir korku hissetmek) bir biçimde eşlik ediyor oluşunu, gizli rüya içeriklerini çarpıtan rüya çalışması ile açıklar (Freud 1900). Freud’a göre, rüyalarda bir duygu varsa, bu duygu gizli rüya düşüncelerinde de bulunacaktır; bununla birlikte, bu durumun tersi doğru değildir; yani rüyalarda bir duygu olmayışı, gizli rüya içeriklerinde de bir duygu olmadığı anlamına gelmez (Freud 1900). Freud, rüyalarda duyguların ortaya çıkışına bir örnek olarak, rüyasında ablasının küçük oğlunu tabutta yatarken gören fakat acı ya da üzüntü hissetmeyen hastasının durumunu tekrar bir örnek olarak verir. Hastasının sevgilisini bir kez daha görme arzusunun gizlediğini belirttiği bu rüyasında, duyguları bu arzu ile tutarlılık göstereceğinden, Freud’a göre, hastasının rüyasında herhangi bir üzüntü hissetmemesi normaldir (Freud 1900). Freud’a göre, bu rüyada rüya sansürü rüyanın içeriği üstünden gerçekleşmiş, arzunun gerçekleşmesi durumunda beklenen duyguya ise bir sansür uygulanmamıştır.

Öte yandan, Freud rüya sansürünün rüyanın içeriğine değil de duygulara uygulandığı bir başka rüya grubunu örnek verir: Sevilen kişilerin ölümleri rüyası (Freud 1900). Freud, sevilen kişilerin ölümlerine üzüntü ve acı hislerinin eşlik ettiği bu rüyaların anlamının, söz konusu kişilerin ölümlerine yönelik geçmişe ait bir arzu olduğunu savunur (Freud 1900). Ona göre, bu tür rüyalarda rüya çalışması çarpıtmayı açık rüya içeriği üstünden değil, rüyadaki duygular üstünden sağlar. Öyle ki, ölmesi istenilen kişi aynı zamanda sevilen kişi de olduğundan ötürü yaşanan çatışma ve bu nedenle bastırılan sevilen kişinin ölüm arzusu, rüyada sevilen kişinin ölümüne eşlik eden üzüntü, acı gibi hislerle sansürlenerek doyuma ulaşır (Freud 1900). Böylelikle rüyayı gören kişi, sevilen bir yakınının ölümüne yönelik normal birer tepki olduğunu düşündüğü acı ve üzüntü gibi hislerinin, aslında o kişilerin ölümlerine yönelik kabul edilemez bulduğu arzusunun rüyada farkına varmadan doyurulabilmesi için birer sansür olduğunun farkına varamaz! Freud, sevilen kişilerin ölümlerine dair bu tür rüyaları tipik rüyalar grubunda sınıflandırır (Freud 1900).

Tipik Rüyalar

Freud, her bireyin rüyalar dünyasını kendine özgü özelliklerle donatma ve böylece başkalarına anlaşılmasız kılma özgürlüğünde olduğunu, bununla birlikte tipik rüyalar adını verdiği kimi düşlerin yorumunun ise herkeste aynı anlama geldiğini savunur (Freud 1900). Ona göre, bu tip rüyalarda, rüya görenin rüyayı anlamayı sağlayan çağrışımları ya yoktur ya da bu çağrışımlar öylesine bulanık ve yetersizdir ki, yorum yapılması mümkün olamaz. Freud, sevilen kişilerin ölümlerinin görüldüğü rüyalar dışında çiplaklık rüyaları ve sınav rüyalarının tipik rüyalar olduğunu belirtir (Freud 1900).

Freud, “Rüyaların Yorumu” isimli kitabında çıplak olunan tüm rüyaları tipik rüyalardan saymamıştır. “Çıplak Olmaktan Utanma Rüyaları” başlığı altında Freud, çıplak olmaktan utanç duyulduğu için kaçmak veya gizlenmek istenilen fakat bunun bir türlü başarılmadığı rüyaları tipik rüyalar olarak yorumlamıştır (Freud 1900). Çıplaklık rüyalarında rüyayı gören kişi hemen hemen her seferinde tanıdık olmayan kişiler arasında kendisini birden çıplak bir biçimde bulur (Draaisma 2015). Öte yandan, ilgi çekici bir biçimde, bu tip rüyalarda rüya görenin böylesine utandığı çıplaklık, kimsenin dikkatini çekmez ya da kişinin çıplaklığına kimsenin itirazı yoktur (Freud 1900, Draaisma 2015). Bu tür rüyalarda çıplaklığın sebebi öncesindeki erotik bir bölüm olmadığı gibi, çıplaklık rüyasında hiçbir zaman erotik bir rüyaya dönüşmez (Freud 1900).

Freud’un çıplaklık rüyasını karakterize ederken verdiği örneklerden çıplaklığı değil, özellikle utanmayı vurguladığı anlaşılmaktadır. Bu tür rüyalarda kimi zaman çıplaklık bedensel bir çıplak oluşla değil, “sokakta dolaşan bir imparatorun kılıcının olmayışı veya kareli sivil bir pantolon giymesi” veya “işyerine pijama ile gitmek” gibi çeşitli giyim kurallarının uygunsuzluğu ile gösterilir (Freud 1900, Draaisma 2015).

Freud’a göre, çıplaklık rüyaları görünürde bir utanç hissi oluştursa da düşün gerçek anlamı, rüya görenin aslında çıplaklığını göstermek istemesidir. Bu bağlamda, bu tür rüyalar utanmadan çıplak bir biçimde dolaşılabilen çocukluk dönemlerine dönüş isteğini doyuran teşhirci içerikte düşlerdir (Freud 1900). Öte yandan, kimi psikanalistlerce bu tür rüyaların anlamı, rüya görenin yaşadığı ve Freud tarafından sansür olarak değerlendirilen utanma duygusunda değil, rüyadaki kişilerin çıplak olan kişiye yönelik kayıtsızlığındadır (Myers 1989, Draaisma 2015). Bu yazarlara göre, bu tür düşlerde kişinin en mahrem yanını çıplak bir biçimde göstermesine rağmen yeniden sergilenerek sembolize edilen gerçek travma; diğerleri tarafından bir türlü fark edilememektir (Myers 1989, Draaisma 2015).

Freud’un tipik rüyalar olarak yorumladığı bir diğer rüya grubu ise sınav rüyalarıdır. Freud, “Rüyaların Yorumu” isimli kitabının ilk basımında bu rüyaları “*lise bitirme sınavlarına giren herkes, sınavdan geçemeyip sınıfta kaldığını gördüğü korku rüyalarının inatçılığından yakını*” diyerek tanımlar. Freud, akademik unvanı olanlarda ise bu rüyanın yerini, sözlü doktora sınavını geçemediklerini görüp rüyada çaresiz bir biçimde yıllardır doktorluk, öğretim üyeliği ya da daire başkanlığı yaptıklarını söyleyerek bu duruma karşı çıktıkları rüyaların aldığını belirtir (Freud 1900).

Nicholas Lemann, Harvard ve Yale gibi üniversitelere giriş için anahtar rolündeki Scholastic Aptitude Test (SAT) isimli akademik yetenek sınavının tarihini ele aldığı kitabında, meritokratik yapıya sahip toplumların sınavla değerlendirmeyi beraberlerinde getirdiklerini belirtmiştir (Lemann 2000). Bu tür toplumlarda, insanlar olgunluk yaşlarına kadar defalarca çeşitli sınavlardan geçtikleri için, sınav rüyaları doğal olarak böyle toplumlarda görülür (Draaisma 2015).

Freud’un sınav rüyalarına dair ilk yorumu; bu rüyaların anlaşılmasının zor olmadığı, bu düşlerin rüya görenin geçmişte kötü davranışları nedeniyle uğradığı cezaların tam silinmemiş anılarından ortaya çıktığı şeklindedir. Ona göre okulu bitireli çok olmuş, anne babalarımızın bizi cezalandırabileceği yaşlarımız ise çok geride kalmıştır; yanlış bir şey yapınca ya da bir sorumluluğun yükünü omuzlarımızda hissetmeye başlayınca, bizi şimdi düşlerimiz cezalandırmaktadır (Freud 1900).

1909 yılında ise Freud, meslektaşı Wilhelm Stekel ile yaptığı bir bilimsel sohbette bu düşlerin cezalandırıcı rüyalar olduklarına dair yorumunu tekrar gözden geçirdiğini belirtir (Freud 1900, Draaisma 2015). Söz konusu rüyaların geçmişte kalınmış sınavlara değil de hep vakti zamanında başarıyla geçilmiş sınavlara dair oluşu dikkatini çekmiş olan Stekel’e göre bu rüyaları insanlar, tasalandırıcı herhangi bir sınav veya bir sınanma yaklaştığında görüyorlar ve bundan ötürü bu rüyalara sınav düşü denmesi boşuna değildir (Timms 2013). Freud, Stekel ile yaptığı görüşme sonrası, bu tür düşlerin böyle dönemlerde onun sözleriyle “*Yarın olacaklardan korkma; lise bitirme sınavı öncesi nasıl korktuğunu hatırla. Hiçbir şey olmadı, bak bugün doktorsun*” şeklinde bir teselli sunduklarını, bu bağlamda rüya görenin rüya esnasında “*ben bu sınavı daha önce geçtim*” şeklindeki protestosunda aslında düşün tesellisinin gizli olduğunu belirtmiştir (Freud 1900, Draaisma 2015).

Öte yandan Freud belki de başka hiçbir rüya yorumunda benzeri bir belirsizlik yaşamadığını gösterircesine sınav düşlerine dair yorumunu “Rüyaların Yorumu” isimli kitabının 1914 yılındaki yeni basımında tekrar gözden geçirmiştir. Freud bu defa “*Sınav rüyalarında gerçekten yalnızca teselli mi vardır? Bir özeleştirir, bir ayıplama da yok mudur içlerinde? Sanki şöyle demektedir bu rüyalar: Artık oldukça yaşlısın, hayatta epeyce yol aldın ama hala böyle aptallıklar, çocukluklar yapıyorsun*” diye belirterek bu düşlerin rüya görene tesellinin yanında bir eleştiri de getirdiklerini ileri sürmüştür (Freud 1900, Draaisma 2015).

Freud, 1925 yılında sınav rüyalarını son kez gözden geçirirken, meslektaşı Stekel’in bu tür rüyaların cinsel bir sınamayı temsil ettiğini ve önceki sınavları başarıyla geçmiş olmanın, bu düşlerde cinsel bir yüreklendirme olarak yorumlanabileceğini belirten görüşünü desteklemiştir (Freud 1900, Draaisma 2015).

Sınav rüyalarında, geçmişte başarıyla verilmiş bir sınava tekrar giriliyor olmakla birlikte, rüya görenin kimi zaman sınava yetişmekte zorlanması, sınava yetiştiğini görenlerin ise kalemlerinin yazmaması, silgilerinin silmemesi, soruları okuyamamaları veya anlayamamaları ya da sınavı bir türlü yetiştirememeleri gibi sınavın başarı ile tamamlanmasına engel olan birçok durumla karşılaşıldığı iyi bilinmektedir (Draaisma 2015, Schredl 2017).

Literatürde maddeyle bağlantılı Tip B rüyalar olarak da değerlendirilen, uyuşturucu bağımlısı olan kişilerin rüyalarında madde kullanmak istedikleri halde polis, tanıdık aile üyeleri gibi kişilerin düştüğü varlıkları veya kullanmak üzere oldukları maddelerin birden kaybolması, rüzgâr nedeniyle savrulması, madde satıcısının bir türlü bulunamaması gibi çeşitli nedenlerle bir türlü madde kullanmadıkları rüyalarla (Reid ve ark. 2001, Colace 2004, Kelly ve ark. 2019), çeşitli nedenlerden ötürü başarısız olunan sınav rüyalarının benzerliği oldukça dikkat çekicidir. MBR'lerin analizi, Freud'un sınav rüyaları hakkında çeşitli tarihlerde sıkça değiştirdiği yorumları da göz önünde bulundurulduğunda, bu tür tipik rüyaların daha iyi anlaşılmasını sağlayabilir.

Maddeyle Bağlantılı Rüyalar

MBR, bağımlı bireylerin yoksunluk veya iyileşme sürecinde görülen, maddeyle ilişkili çeşitli içerikler barındıran rüyalar. Maddeyle bağlantılı rüyalarda, rüyada madde aramak, kullanmayı denemek, maddeyi görmek ancak kullanmamak ya da kullanamamak, madde teklifini reddetmek ya da bir başkasının madde kullanıyor olduğunu görmek gibi temaların bulunabildiği bilinmektedir (Hajek ve Belcher 1991, Christo ve Franey 1996, Reid ve Simeon 2001, Colace 2004, Yee ve ark. 2004, Kelly ve Greene 2019).

MBR, çoğunlukla madde kullanımından uzak durulan ilk hafta içinde bildirilmekle birlikte haftalar, aylar ve hatta madde kullanımının sona ermesinden yıllar sonra bile devam edebilir. Bununla birlikte tedavi süresi uzadıkça ve iyileşme düzeyi arttıkça, kişilerin MBR deneyimleme sıklıklarında azalma olduğu bilinmektedir (Hajek ve Belcher 1991, Christo ve Franey 1996, Johnson 2001, Colace 2004).

MBR gören bazı bağımlılar, rüyalarında uyuşturucu kullandıklarını görüp uyandıktan sonra gerçekte hiçbir madde kullanmadıklarını fark ettiklerinde bir rahatlama hissi yaşadıklarını belirtirlerken; bazıları ise rüyalarındaki uyuşturucu kullanımları sonrası suçluluk ve/veya pişmanlık hisleri yaşadıklarını belirtmişlerdir (Hajek ve Belcher 1991, Christo ve Franey 1996, Reid ve Simeon 2001, Colace 2004). Öte yandan, rüyalarında uyuşturucu kullandığını gören bazı kişiler, gerçekte uyuşturucu kullanmadıklarını fark ettiklerinde öfke ve hayal kırıklığı gibi duygular da yaşayabilmektedir (Flowers ve Zweben 1998, Colace 2004, 2018).

MBR, klinisyenler tarafından genellikle kısa, basit ve açık içerikleri nedeniyle, çoğu zaman infantil rüyalarla benzer şekilde doğrudan kişilerin madde kullanım arzularının doyumunu sağlamaya yönelik, sansür faaliyetinin ya çok az ya da hiç olmadığı rüyalar olarak değerlendirilirler (Choi 1973, Colace 2004, 2018).

Literatürde, MBR'lerin kişilerin uyuşturucu kullanımlarının olduğu (A tipi) ve bir şekilde uyuşturucu kullanma girişiminin başarısız sonuçlandığı (B tipi) olmak üzere kabaca iki türe ayrıldığı görülmektedir (Reid ve Simeon 2001, Colace 2004). A tipi rüyalarda kişiler, rüyalarında çoğunlukla madde kullanıp bu durumdan haz alırlarken, uyandıklarında rüyalarındaki uyuşturucu kullanımlarından ötürü suçluluk veya pişmanlık gibi duyguların yanı sıra gerçekte uyuşturucu kullanmadıklarını fark edip rahatlamış hissederler (Colace 2000, 2018). "Uyuşturucu kullanma girişiminin bir şekilde başarısız" olduğu B tipi rüyalarda ise kişiler, uyandıklarında gerçekte uyuşturucu kullanmadıklarını fark ederek öfkeli veya hayal kırıklığına uğramış hissederler (Flowers ve Zweben 1998, Colace 2018).

MBR'lerin kişilerin madde kullanım arzularına yönelik iki yönlü prognostik değeri olduğu belirtilmiştir (Flowers ve Zweben 1998, Colace 2004, 2018). Bu rüyaların içerik ve duygular bakımından tatmin edici olduklarında (tip A, uyuşturucu kullanımı rüyaları), uyuşturucu arzusunun hafifletmeye ve yönetmeye yardımcı olup iyi bir prognoza sebep oldukları; öte yandan rüyalar tatmin edici nitelikte değilse (tip B, başarısız uyuşturucu kullanım denemesi rüyaları) ise uyuşturucu arzusunun yeniden harekete geçirip arttırdıkları düşünülmektedir (Colace 2004, 2018).

Maddeyle Bağlantılı Rüyaların Tipik Rüyalar Üstünden İncelenmesi

MBR konusunda oldukça önemli çalışmalar yapmış Colace'nin uyuşturucu bağımlısı hastaların MBR'lerine dair kişisel koleksiyonundan (Colace 2018) verdiği birkaç örnek şu şekildedir:

(Ö-1) Bir kokain bağımlısı hasta şu rüyayı bildirdi: Roma'da, genellikle kokain almak için gittiğim yerde kokain kullanıyor ve rüyamda bu durumdan oldukça haz alıyorum. Sabah gerçekte onu kullanmadığımı fark ettiğimde mutluydum. (Vaka no. 031, kişisel koleksiyon)

(Ö-2) Rüyamda, evde kardeşim ve bazı arkadaşlarımla birlikte yemek hazırlıyorduk. Eroin kullandım ve ardından rüyamda suçluluk hissettim. Uyandığında ise madde kullanma isteğim azalmıştı. (Vaka no. 030, kişisel koleksiyon).

(Ö-3) Rüyamda kendime tam eroin enjekte edecekken, iğne elimden kayıp gittiği için, bir türlü madde kullanamıyorum. Uyandığında eroin kullanma isteğim çok arttı. (Vaka no:020, kişisel koleksiyon)

(Ö-4) Rüyamda eroin kullanmak istiyorum. Gerekli parayı temin etmeme rağmen madde satıcısını bir türlü bulamadan huzursuz bir şekilde uyandım. (Vaka no. 017, kişisel koleksiyon)

Kokain bağımlısı hastanın aktarmış olduğu ilk rüya (Ö-1), literatürde iyi prognozla ilişkilendirilip maddeyle bağlantılı Tip A rüyalar olarak da sınıflandırılan; kişilerin rüyalarında madde kullanıp haz aldıkları, öte yandan uyandıklarında ise rüyalarındaki uyuşturucu kullanımlarından ötürü suçluluk veya pişmanlık duydukları veya gerçekte uyuşturucu kullanmadıklarını fark edip rahatlamış hissettikleri rüyalar (Hajek ve Belcher 1991, Christo ve Franey 1996, Reid ve Simeon 2001, Colace 2004) ile kapsamlı şekilde örtüşmektedir. Bu tür rüyalar, fazlaca sıvı alındıktan sonra uyku sırasında oluşan ve kişinin fark etmediği tuvalet ihtiyacını rüyasında giderdiği, herhangi bir sansür faaliyetinin bulunmadığı doğrudan ihtiyaçları karşılayan kolaylaştırıcı rüyalar olarak değerlendirilebilir (Freud 1916, Johnson 2003). Böyle bir rüya sonrası uyanan kişinin, uyku sırasında farkına varmadığı tuvalet ihtiyacı nedeniyle suçluluk ve huzursuzluk hissedip, aynı zamanda altına kaçırmadığını fark ettiğinde rahatlama yaşamasına benzer şekilde; madde bağımlısı birey de farkına varmadığı madde kullanım arzusu ile rüya esnasında karşılaşmış, gerçekte madde kullanmadığını fark ettiğinde suçluluk, huzursuzluk veya rahatlama gibi benzer duygular hissediyor olabilir.

Öte yandan, rüyasında eroin kullandığını ve uyandıığında uyuşturucu kullanma isteğinin azaldığını belirten hastanın rüyası (Ö-2) da arzu giderici olduğu varsayılan Tip A MBR kapsamında değerlendirilir. Bu rüyanın, Freud'un tipik rüyalar olarak da tanımladığı, sevilen kişilerin ölümleri ve çıplaklık rüyaları ile benzerliği önemlidir (Freud 1900, Draaisma 2015). Öyle ki, gerek acı ve üzüntü duygularının eşlik ettiği sevilen kişilerin ölümlerinin görüldüğü rüyalarda, gerekse utanma duygusunun eşlik ettiği çıplaklık rüyalarında, Freud'a göre sansür (Freud 1900), rüya içeriği üstünden değil, rüyadaki duygular üstünden sağlanır. Böylelikle rüya gören, çıplaklık veya sevdiği birilerinin ölümlerine yönelik arzularını, bu duyguların örtüsü altında fark etmeden doyurur. Bu rüyada (Ö-2), rüyanın içeriği üstünden değil de rüyadaki duygular üstünden kendisini gösteren rüya sansürü, kişinin rüyasında eroin kullanmasına karşın ona haz değil, aksine suçlu hissettirerek yüzleşmek istemeyip bastırıldığı madde kullanma arzusunu bu kişiye fark ettirmeden doyurmasını sağlıyor olabilir.

Maddeyle bağlantılı Tip B rüyalar, yazarlar tarafından tıpkı Tip A rüyalar gibi uyuşturucu arzusunu doyurmaya yönelik olan, bununla birlikte bu tatmini Tip A rüyalar kadar sağlayamadıkları düşünülen rüyalar (Flowers ve Zweben 1998, Colace 2004). Öte yandan, literatür incelendiğinde, maddeyle bağlantılı rüyaların (Tip A veya Tip B) madde kullanım arzusunu nasıl ve neden farklı şekillerde (yeterli veya değil) tatmin edebilecek oluşuna yönelik bir açıklama bulunmaması, madde kullanma arzusunu gidermeye yönelik olduğu varsayılan bu tür rüyalara atfedilen tatminlik derecesinin, hastaların maddeden uzak kalma dönemlerine yönelik prognostik bulgu ve varsayımlar üstünden yapılmış olduğunu düşündürmektedir.

Madde bağımlılarının madde kullanım arzuları olduğu kadar, çoğu zaman beraberinde madde kullanmama arzularının da olduğu unutulmamalıdır (West ve Brown 2013). Rüyasında kullanacağı maddeyi kendisine enjekte edeceği sırada şırınganın elinden kayması nedeniyle (Ö-3) veya madde satıcısını bir türlü bulamadığından ötürü madde kullanamayan ve huzursuz hisseden (Ö-4) hastaların rüyaları, bu rüyaları gören hastaların bir türlü engellemeyi başaramadıkları madde kullanımlarının önüne çeşitli dışsal sebeplerle geçilmesini arzu etmelerinin bir sonucu olabilir. Öyle ki, madde kullanmak istemediği halde bir türlü madde kullanımını bırakamayan bir kişi, madde kullanımının çeşitli dışsal nedenlerle engellendiğini (arzusunun gerçekleştiği) gördüğü rüyasında huzursuzluk ve öfke gibi duygular yaşayarak bu arzusunun farkına varmadan rüya aracılığıyla doyumunu sağlıyor olabilir. Bu rüya tipinde (Tip B) literatürde varsayıldığı şekilde, kişinin madde kullanım arzusu tatmin edici olmayan bir düzeyde de olsa, rüyanın görünürde madde kullanımının olmadığı manifest içeriği üstündeki bir sansür aracılığıyla doyurulmuş olsaydı, kişilerin rüyadaki duygularının bu doymaya bağlı olarak en azından olumsuz olmaması, hatta kimilerinin rüyada mutlu, huzurlu hissetmeleri beklenirdi.

Sınav rüyalarının en dikkat çekici yönlerinden birisi, kişinin rüyasında daha önce başarı ile geçtiği bir sınava giriyor oluşudur (Freud 1900, Draaisma 2015). Geçmiş yaşantısında ailevi, adli, ekonomik birçok risk ve tehdide rağmen, her ne kadar olumsuz bir davranış da olsa, madde kullanmayı başarmış olan bir kişinin rüyasında yine madde kullanmaya çalışıyor oluşu, sınav rüyalarının bu göze çarpan içeriği ile benzeşmektedir.

Freud'un, tasalandırıcı herhangi bir sınav ya da sınama yaklaştığında sınav düşlerinin teselli sundukları şeklindeki yorumu, kişilerin madde kullanımlarını bıraktıkları ve madde kullanma arzularıyla başa çıkmak gibi önemli bir sınav verdikleri bir dönemde gördükleri maddeyle bağlantılı Tip B rüyaların onlara teselli verip vermediklerini sorgulamak için de kullanılabilir. Sınav rüyaları, şayet Freud'un varsaydığı şekilde bir teselli sunuyorsa, ilk planda tıpkı kolaylık rüyaları gibi doğrudan kişilerin rüyalarında bir sınava girip o sınavı başardıklarını görmeleri beklenebilirdi. Öte yandan, erişkinlik döneminde görülen rüyaların çoğunda sansür mekanizmasının etkisinin olduğu (Freud 1900) göz önünde bulundurularak, bu şekilde görülmeyebilecekleri varsayılarak yorumlansalar dahi; bu rüyalarda ne tür bir başarısızlık tehdidi veya sonucuyla karşılaşmış olursa olsun, rüya görenin teselli edilme arzularının doyumunu sağlanıp, bu nedenle de huzursuz hissetmemeleri bekleneceğinden, bu tür rüyaların teselli edici özellikleri söyleyebilmek zordur. Bu yorum, madde kullanımının çeşitli nedenlerle bir türlü başarısızlığı için huzursuz hissedilen maddeyle bağlantılı Tip B rüyalar için de benzer şekilde yapılabilir.

Freud'a göre, bilinçli farkındalık durumunda kaygı yaratabileceklerinden ötürü bastırılan duygu ve düşünceler yok olmayıp, rüyalarda veya dil sürçmelerinde ortaya çıkabilirler (Freud 1901). Bu bağlamda, sınav rüyaları kimi zaman kişilerin doğrudan bastırdıkları yakın bir gelecekteki sınav kaygılarının, kimi zamansa sınanması durumunda kendilerinde yine benzer şekilde kaygı yaratabilecek birçok durumun dolaylı sembolik bir aktarımı olabilir. Bunun da ötesinde, bu rüyalar rüya gören kişinin hayatında kaygı yaratabilecek olası olumsuz durumları sahneye çıkararak, kişinin kaygısını azaltma görevi görüyor olabilirler.

Bir kişiye, daha önce defalarca başarı ile tecrübe ettiği ve bu bağlamda kendisine yeterince güvendiği bir alan üstünden yapılan eleştirilerin çoğu zaman o kişide kaygı yaratması beklenmez (Vaillant 1992). Öte yandan, tam da aynı sebepten, bu tür durumlar rüyalarındaki sansür mekanizması açısından çok kullanışlı bir alan oluşturabilirler.

Yıllardır araç kullanım tecrübesi olan, bununla birlikte rüyasında kullandığı aracın kontrolünü bir türlü sağlayamayan bir kişide olduğu gibi (Schredl 2020), sınav düşlerinde tipik olarak görülen, daha önce başarı ile geçilmiş bir sınava tâbi tutuluyor oluş, rüyanın Freud'un düşündüğü gibi teselli veren kısmını değil aslında sansürlenmiş parçasını oluşturur. Böylelikle kişi, yorumlanmadıkça, rüyasında vaktiyle başardığı bir sınava tekrar girişine bir anlam veremeyerek, rüyasının kendisinde kaygı yarattığı için bastırdığı yanının doyumuna yönelik olduğunun farkına varamaz.

Sınav rüyalarındaki ve maddeyle bağlantılı Tip B rüyalarındaki şaşırtıcı ikilem, rüya çalışmasının kişinin kaygısının azalmasını ona fark ettirmeden sağlama yönündeki başarısını, bir başka kaygı yaratan durum üstünden sağlamasıdır. Tam da bu noktada, bu rüyalar, Kohut'un örneğinin kendilik saygısında azalma gibi kendilik durumlarındaki rahatsızlık verici olası bir değişiklik ya da kendiliğin çözülmesi tehdidinde kaygıyla karşılık vererek onlarla başa çıkma ve bütünleşmiş bir kendilik yapısının yeniden sağlanmasına çalışan kendilik durumu rüyalarıyla benzeştirilebilir (Kohut 1977). Bu bağlamda, maddeyle bağlantılı Tip B rüyalarda, kişinin olası madde kullanım arzusuna yenik düşme kaygısı (kendilik saygıda azalma) diğer bir ifade ile madde kullanmama arzusu daha önce bir şekilde sınavını başarı ile geçtiği madde kullanma davranışı üstünden sansürlenerek gideriliyor olabilir.

Öte yandan, kişinin bastırdığı bir kaygısının azaltılması görevi gördüğünü iddia ettiğimiz bu rüyalarındaki kaygı, aslında kişinin yine farkında olmayıp bastırdığı bir başka arzusu ikincil olarak da oluşmuş olabilir. Bu bağlamda, rüyasında daha önce başardığı bir sınava tekrar girdiğini gören kişi, rüya esnasında her ne kadar ben bu sınava girmiştim dese de belki de çeşitli psikolojik faktörler nedeniyle aynı sınava tekrar girip başarısız olmak istiyor olabilir. Bu yorum, benzerlikleri nedeniyle maddeyle bağlantılı Tip B rüyalar üstünden değerlendirildiğinde, bu rüyalarda kişi vaktiyle başardığı madde kullanım davranışında şimdi başarılı olamayarak, Freud'un belki de sınav rüyalarının cezalandırıcı rüyalar olduğuna dair ilk yorumuyla örtüşür şekilde suçluluk duygularının doyumunu sağlıyor olabilir (Freud 1900). Bununla birlikte, çeşitli gerekçelerle oluşan bir başarısızlık arzusunun doyumunda beklenen olası olumlu duyguların, sınav düşlerinde ve maddeyle bağlantılı Tip B rüyalar esnasında görülen huzursuzluk hissi ile örtüşmemesi, bu yorumun doğruluk olasılığını azaltmaktadır.

Sınav rüyaları ve maddeyle bağlantılı Tip B rüyalar, temsil ettikleri arzu ve kaygılara dair, geçmişte elde edilen başarıların gelecekteki benzer başarıları garanti edemeyeceği şeklindeki bir yorumla, Jung ve diğer bazı psikanalistler tarafından (Jung 1967, Lansky 1992, Draaisma 2015). geleceğe yönelik vizyonlar sunarak rüya gören kişiyi tetikte tutmaya çalışan uyarıcı rüyalar olarak değerlendirilebilir. Bu bağlamda, örneğin, maddeyle bağlantılı bir Tip B rüya sonrası madde kullanım arzuları tetiklenip, sonrasında madde kullanan bir kişinin rüyası, bu rüyalara atfedilebilecek bir uyarıcı rüya rolü üzerinden bir tür kehanet rüyası olarak bile

yorumlanabilir. Bununla birlikte, bu tür düşlerde temsil ettikleri arzu ve kaygıların giderilmesine yönelik bir rüya çalışması zaten birincil olarak mevcut olduğundan, bu tür rüyalar rüya görene belirli mesajlar ileten rüyalar olarak yorumlanmamalıdır. Ayrıca her maddeyle bağlantılı Tip B rüyası sonrası madde kullanımı gerçekleşmediği göz önüne alındığında, bu tür rüyaların uyarıcılık rolleriyle ilgili bir yorum yapılacaksa, bu yorum düşün fonksiyonu ve amacı yerine, analistin bakış açısına dayanmalıdır.

Sonuç

Madde bağımlısı kişiler uyuşturucu madde kullanmamaya kendi istekleri ile karar verip tedaviye başladıklarında farklı derecelerde de olsa uyuşturucu kullanma isteklerini reddediyor ya da bastırıyor olabilirler (Miller ve Gold 1994, Colace 2000, Johnson 2012). Bu kişilerden madde kullanım istekleri bilinçli farkındalık düzeyinde az olanların reddedilmiş ve bastırılmış (bilinçdışı) madde kullanım arzuları, çoğunlukla herhangi bir sansüre uğramamış infantil rüyalarla benzer şekilde doyumuna ulaşıyor olabilir (Colace 2018).

Öte yandan doğrudan kendi istekleriyle değil de çevresel kimi zorlanmalar gibi çeşitli bireysel tedavi motivasyonu farklılıkları nedeniyle kimi kişilerin tedavi gördükleri dönemde bilinçli düzeyde madde kullanma istekleri yoğun olabilir (Niaura ve ark. 1988, Kassel ve Shiffman 1992). Bu bağlamda örneğin maddeye ulaşımın imkansız olduğu klinik ortamında daha da artan madde kullanım isteği ile başa çıkabilmek için verdiği mücadele sırasında bastırıldığı madde kullanmama arzuları tetiklenen bağımlı bir hasta çeşitli sansür mekanizmaları aracılığıyla rüyasında bu arzusunun doyumunu sağlıyor olabilir.

Sınav rüyaları, rüya görenin hayatında sınanması durumunda kaygı yaratabileceği için bastırıldığı birçok durumun sembolik bir aktarımı olabilir. Bu rüyalarda, bastırılan kaygı, rüyanın sansürlenmiş parçasını oluşturan daha önce başarılı ile geçilen bir sınava tabii tutuluyor oluş üstünden azaltılarak doyuruluyor olabilir. Benzer şekilde maddeyle bağlantılı Tip B rüyalarda, madde kullanım arzusuna yenik düşmek istemeyen bir kişinin kaygısı, diğer bir ifade ile madde kullanmama arzusu, daha önce sınavını bir şekilde başarı ile verdiği madde kullanma davranışı üstünden sansürlenerek gideriliyor olabilir. Bu bağlamda bu rüyalar, arzusunun olduğu yerlerde bir kaygı aramayı da öğütlercesine; hem Freud'un rüya teorisinin sansür ve arzularla ilgili yanlarını, hem de Kohut'un kendiliğin çözülmesi tehdidine karşı kaygıyla yanıt veren kendilik durum rüyalarının özelliklerini bir arada barındırıyor olabilirler.

Maddeyle bağlantılı Tip B rüyalarda sansür mekanizmasının etkisinden ötürü manifest rüya içeriğindeki madde kullanımının çeşitli nedenlerle olamayışı, bu tür rüyalar sonrası kişilerin madde kullanım isteklerini arttırıp nükslere sebep olabileceğinden klinisyenler bu konuda dikkatli olmalıdır. Bununla birlikte, bu tür rüyaların gelecekte vizyonlar sunduğu şeklinde yorumlanmaması önemlidir; zira bu rüyalarda, esasen temsil ettikleri arzu ve kaygıları gidermeye yönelik bir rüya çalışması mevcuttur. Maddeyle bağlantılı rüyaların büyük kısmının, madde kullanımının bırakıldığı dönemde görülmesi, Freud'un rüya teorisinin deneysel olarak test edilemeyeceği tezine karşı güçlü bir test alanı sağlayabilir.

Bu bağlamda, terapistlerin psikoterapi süreçlerinde, maddeyle bağlantılı Tip B rüyalarının sınav rüyalarıyla olan benzerlikleri nedeniyle, sınav rüyaları gören hastalarla çalışırken, hastalarının bu dönemdeki arzuları ve bu arzularla ilişkili kaygıları sorgulamaları ve analiz etmelerini öneriyoruz. Birbirlerinden farklı içerik ve duygulara sahip madde bağlantılı rüyaların, hastaların sadece madde kullanma arzularını farklı tatmin düzeylerinde karşılamaya çalıştığına dair varsayımlar yerine, bu rüyaların bazılarında sansür mekanizması sayesinde hastaların madde kullanmama arzularının doyurulmaya çalışıldığını düşünüyoruz. Öte yandan, klinik kullanım pratiklerindeki kolaylıklar nedeniyle, Tip A ve Tip B rüya tanımlamalarını içeren kılavuzların oluşturulup rutin klinik tedavi protokollerine dahil edilmesini ve klinisyenlerin danışanlarının madde bağlantılı rüyalarının varlığını sorgulamalarını tavsiye ediyoruz.

Kişisel arzu ve endişelerin bir rüyayı nasıl ürettiğine dair açık bir modelin hiçbir zaman tanımlanmamasının yanı sıra yetişkinlerin yaygın rüyalarını yorumlamak genellikle içeriklerini anlama zorluğundan dolayı kısıtlandığından, rüya araştırması ve teorisi hakkında temel sorular hala yanıt bulabilmiş değildir (Antrobus 2001, Colace 2018). Sınav rüyaları Freud'un daha önce tipik rüyaların çoğunun ortak bir özelliği olduğunu da belirttiği şekilde, yorumlanmaları zor rüyalar (Freud 1900). Maddeyle bağlantılı rüyalar günlük deneyimlerle doğrudan bağlantılı, sade ve anlaşılır kimi özellikleriyle bu tür tipik rüyaların anlaşılması için gerçek bir "kraliyet yolu" sağlayabilirler.

Kaynaklar

- Antrobus J (2001) Rethinking the fundamental processes of dream and sleep mentation production: defining new questions, that avoid the distraction of REM versus NREM comparisons. *Sleep Hypn*, 3:1-3.
- Boag S (2006) Freudian dream theory, dream bizarreness, and the disguise-censor controversy. *Neuropsychoanalysis*, 8:5-16.
- Boag S (2017) On dreams and motivation: comparison of Freud's and Hobson's views. *Front Psychol*, 7:2001.
- Choi SY (1973) Dreams as a prognostic factor in alcoholism. *Am J Psychiatry*, 130:699-702.
- Christo G, Franey C (1996) Addicts drug-related dreams: their frequency and relationship to six-month outcomes. *Subst Use Misuse*, 31:1-15.
- 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*, 6:165-179.
- Colace C (2018) *Drug Dreams: Clinical and Research Implications of Dreams About Drugs in Drug-addicted Patients*. London, Routledge.
- Domhoff GW (2004) Why did empirical dream researchers reject Freud? A critique of historical claims by Mark Solms. *Dreaming*, 14:3-17.
- Draaisma D (2015) *Düş Dokumacısı (Çeviri T Yalnız)*. İstanbul, Metis Yayıncılık.
- Flowers LK, Zweben JE (1998) The changing role of "using" dreams in addiction recovery. *J Subst Abuse Treat*, 15:193-200.
- Freud S (1900) *The Interpretation of Dreams*. Vienna, Franz Deuticke.
- Freud S (1901) *Psychopathology of Everyday Life*. London, WW Norton.
- Freud S (1909) Notes Upon a Case of Obsessional Neurosis, *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud Vol 10 (Ed J Strachey):151-318*. London, Hogarth Press.
- Freud S (1913) Totem and Taboo. *The Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Vol 13 (Ed J Strachey):1-255*. London, Hogarth Press.
- Freud S (1915) Instincts and Their Vicissitudes. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, 14:109-140*. London, Hogarth Press.
- Freud S (1916) Introductory Lectures on Psycho-analysis. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Vol. 15 (Ed J Strachey):1-6*. London, Hogarth Press.
- Freud S (1920) Beyond the Pleasure Principle. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud Vol 18 (Ed J Strachey):1-64*. London, Hogarth Press.
- Freud S (1923) The Ego and the Id. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud Vol 19 (Ed J Strachey):1-66*. London, Hogarth Press.
- Freud S (1925) Some Additional Notes on Dream-Interpretation as a Whole. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Vol 19 (Ed J Strachey):123-138*. London, Hogarth Press.
- Freud S (1933) New Introductory Lectures on Psycho-Analysis. *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud Vol 22 (Ed J Strachey):1-267*. London, Hogarth Press.
- Graf-Nold A (2005) Jung's lectures at the Swiss Federal Institute of Technology (ETH): Collating the text of the course "Modern Psychology". *Jung History*, 1:12-14.
- Hajek P, Belcher M (1991) Dream of absent-minded transgression: an empirical study of a cognitive withdrawal symptom. *J Abnorm Psychol*, 100:487-491.
- Hobson J (1988) The dreaming brain. In *Basic Books (Ed RY Moore):1078-1079*. New York, Science.
- Hobson JA (1999) The new neuropsychology of sleep: Implications for psychoanalysis. *Neuropsychoanalysis*, 1:157-183.
- Hobson JA (2014) Lecture III: Philosophy. In *Dream Consciousness: Allan Hobson's New Approach to the Brain and its Mind (Eds N Tranquillo):51-79*. New York, Springer.
- Hobson JA, McCarley RW (1977) The brain as a dream state generator: an activation-synthesis hypothesis of the dream process. *Am J Psychiatry*, 134:1335-1348.
- Hobson JA, Pace-Schott EF (1999) Response to commentaries by J. Allan Hobson and Edward F. Pace-Schott. *Neuropsychoanalysis*, 1:206-224.
- Johnson B (2001) Drug dreams: a neuropsychoanalytic hypothesis. *J Am Psychoanal Assoc*, 49:75-96.
- Johnson B (2003) Psychological addiction, physical addiction, addictive character, and addictive personality disorder: A nosology of addictive disorders. *Can J Psychoanal*, 11:135-160.

- Johnson B (2012) Drug abuse, dreams, and nightmares. In *Drug Abuse and Addiction in Medical Illness: Causes, Consequences and Treatment* (Eds JC Verster, K Brady, M Galanter, P Conrod):385-392. New York, Springer.
- Jung CG (1938) *Psychology and Religion: West and East*. New York, Routledge.
- Jung CG (1964) *Man and His Symbols*. New York, Bantam.
- Jung CG (1967) *The Development of Personality*. New York, Routledge.
- Jung CG (1968) *The Archetypes and The Collective Unconscious*, 2nd ed. New York, Routledge.
- Kassel JD, Shiffman S (1992) What can hunger teach us about drug craving? A comparative analysis of the two constructs. *Advances in Behaviour Research and Therapy*, 14:141-167.
- Kelly JF, Greene MC (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 US adults. *J Subst Abuse Treat*, 96:12-17.
- Kohut H (1977) *The Restoration of The Self*. Chicago, University of Chicago Press.
- Lansky M (1992) *Essential Papers on Dreams*. New York, NYU Press.
- Lemann N (2000) *The Big Test: The Secret History of the American Meritocracy*, 1st ed. New York, Farrar, Straus and Giroux.
- Maze JR, Henry RM (1996) Problems in the concept of repression and proposals for their resolution. *Int J Psychoanal*, 6:1085-1100.
- McCarley RW (1998) Dreams: disguise of forbidden wishes or transparent reflections of a distinct brain state? In *Neuroscience of The Mind On The Centennial Of Freud's Project For A Scientific Psychology*. (Eds RM Bilder, FF LeFever):115-133. New York, New York Academy of Sciences.
- Miller NS, Gold MS (1994) Dissociation of "conscious desire"(craving) from and relapse in alcohol and cocaine dependence. *Ann Clin Psychiatry*, 6:99-106.
- Myers WA (1989) The traumatic element in the typical dream of feeling embarrassed at being naked. *J Am Psychoanal Assoc*, 37:117-130.
- Niaura RS, Rohsenow DJ, Binkoff JA, Monti PM, Pedraza M, Abrams DB (1988) Relevance of cue reactivity to understanding alcohol and smoking relapse. *J Abnorm Psychol*, 97:133-152.
- Ornstein PH (1987) On self-state dreams in the psychoanalytic treatment process. In *The Interpretations of Dreams in Clinical Work* (Eds A Rothstein):87-104. Madison, CT, International Universities Press.
- Reid SD, Simeon DT (2001) Progression of dreams of crack cocaine abusers as a predictor of treatment outcome: a preliminary report. *J Nerv Ment Dis*, 189:854-857.
- Schredl M (2017) Pass or fail? Examination dreams in a long dream series. *International Journal of Dream Research*, 10:69-74.
- Schredl M (2020) "Baby, you can drive my car"-Means of transportation in a long dream series. *International Journal of Dream Research*, 13:56-61.
- Segal H (1977) *The Work Of Hanna Segal: A Kleinian Approach To Clinical Practice*. New Jersey, Jason Aronson.
- Solms M (2000) Dreaming and REM sleep are controlled by different brain mechanisms. *Behav Brain Sci*, 23:843-850.
- Solms M, Turnbull O (2002) *The Brain And The Inner World: An Introduction To The Neuroscience Of Subjective Experience*. New York, Routledge.
- Timms E (2013) Wilhelm Stekel's dialogue with Sigmund Freud: The case for brief therapy and the symbolism of dreams. *Psychoanal Hist*, 15:207-220.
- Vaillant GE (1992) *Ego Mechanisms Of Defense: A Guide For Clinicians And Researchers*. Washington DC, American Psychiatric Association.
- Valášek M, Watt C, Hutton J, Neill R, Nuttall R, Renwick G (2014) Testing the implicit processing hypothesis of precognitive dream experience. *Conscious Cogn*, 28:113-125.
- West R, Brown J (2013) *Theory of Addiction*. Hoboken. NJ, Wiley.
- Yee T, Perantie DC, Dhanani N, Brown ES (2004) Drug dreams in outpatients with bipolar disorder and cocaine dependence. *J Nerv Ment Dis*, 192:238-242.
- Zhu C (2013) Jung on the nature and interpretation of dreams: A developmental delineation with cognitive neuroscientific responses. *Behav Sci (Basel)*, 3:662-675.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Teşekkür: Yazarlar, makalenin ortaya çıkmasında katkıları olan Sayın Claudio Colace'ye teşekkür ederler.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study.

Acknowledgments: The authors would like to thank Mr. Claudio Colace for his contribution to this article.