

Araştırma Makalesi

Uyuşturucu Madde Kullanan Üniversite Öğrencilerinin Varoluşsal Problemlerinin İncelenmesi

Mustafa Kemal Yöntem¹
 Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi

Öz

Uluslararası alanyazına yönelik bir incelemede madde kötüye kullanımını varoluşçu yaklaşımla ele alan birçok araştırmanın mevcut olduğu görülmüştür. Buna karşın Türk alanyazınında varoluşçu psikoloji kavramları üzerinden madde kullanımını değerlendirme amacını taşıyan sınırlı sayıda çalışmaya rastlanmıştır. Bu durumu dikkate alarak alanyazına katkı sağlama amacıyla yapılan bu çalışmada, madde kullanan üniversite öğrencilerinin varoluşsal problemlerinin incelenmesi konu alınmıştır. Bu kapsamda 8 erkek ve 4 kız olmak üzere toplam 12 üniversite öğrencisi ile nitel görüşmeler yapılmıştır. Araştırmaya, madde kullanan bir üniversite öğrencisi ile başlanmış ve kartopu örnekleme yöntemi ile diğer katılımcılara ulaşılmıştır. Veriler, katılımcılarla iki farklı zamanda gerçekleştirilen görüşmelerde, yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak toplanmıştır. İlk görüşmelerde, katılımcılara varoluşçuluk kapsamında kendilerini değerlendirmeleri için bazı sorular yöneltilmiştir. İkinci görüşmelerde ise öncelikle katılımcıların ilk görüşmelerinde elde edilen bulgular kendileriyle tartışılmış ve varoluşçuluk konusu üzerinde durulmuştur. Akabinde katılımcılardan, madde kullanma davranışları ile kendi varoluşlarını ilişkilendirmelerine matuf bazı soruları cevaplamaları istenmiştir. Görüşmelerde kullanılan formlarda toplam 25 soru bulunmaktadır. Araştırmada elde edilen veriler, NVIVO 10 nitel veri analizi programı kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda, madde kullanan üniversite öğrencilerinin yaşamlarında anlam yaratmada zorlandıkları, özgürlük ve sorumluluk dengesini kuramadıkları, yapıcı ve üretken bir yalnızlık yerine izole bir yalnızlık içinde oldukları, nevrotik bir kaygı yaşadıkları bulgularına ulaşılmıştır. Söz konusu bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, varoluşçuluk varsayımlarının madde kullanımı konusunda açıklayıcı olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler

Madde kullanımı • Uyuşturucu kullanımı • Varoluşçuluk • Üniversite öğrencileri

¹ Mustafa Kemal Yöntem (Dr. Öğr. Üyesi), Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Nevşehir. Eposta: muskemtem@hotmail.com

Atf: Yöntem, M. K. (2019). Uyuşturucu madde kullanan üniversite öğrencilerinin varoluşsal problemlerinin incelenmesi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6, 25–50. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2019.6.1.0037>

Madde kullanımı özellikle genç nüfus arasında giderek yaygınlaşmakta ve bu durum gençleri olumsuz yönde etkilemektedir (Birleşmiş Milletler Uyuşturucu ve Suç Ofisi, 2003; Emniyet Genel Müdürlüğü KOM Daire Başkanlığı, 2014; Evcin, 2014). Dünya Sağlık Örgütü, 10-19 yaş arasını “ergenlik” ve 15-24 yaş arasını “gençlik” olarak tanımlamakta ve bu dönemlerin madde kullanımı açısından riskli dönemler olduğunu vurgulamaktadır (akt., Turhan, İnandı, Özer ve Akoğlu, 2011). Bilindiği gibi Türkiye’de üniversite öğrenimi, genel itibarıyla gençlik dönemi içerisinde tamamlanmaktadır. Nitekim 2017-2018 eğitim-öğretim döneminde lisans ve ön lisans okuyan öğrenci sayısı 7 milyondan fazladır (<https://istatistik.yok.gov.tr/>). Resmî verilere göre ise Türkiye’de 15-19 yaş aralığında 6.526.587 kişi varken 20-24 yaş aralığında ise 6.456.510 kişi bulunmaktadır (<https://istatistik.yok.gov.tr/>). Bu verilere dayanarak genç nüfusun büyük bir çoğunluğunun üniversite öğrencisi olduğu söylenebilir. Ancak üniversite dönemi, gelişimsel problemlerin yanında aileden ayrılık, kişisel uyum, sosyal uyum, akademik uyum gibi çok cepheli uyum sorunlarını da beraberinde getirmektedir (Aktaş, 1997; Rahat ve İlhan, 2016; Özkan ve Yılmaz, 2010; Yöntem ve Özer, 2018). Ergenlik ve gençlik dönemindeki bireylerin bu tür sorunlarla baş etmek amacı ile madde kullanımına yönelebildiği bilinmektedir (Ercan ve Alikaşifoğlu, 2002). İşbu nedenle elinizdeki araştırmanın, madde kullanımı konusunda risk grubunda olan üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilmesi uygun görülmüştür.

Yurt dışında yapılan birçok araştırma ile madde bağımlılığının ve madde kötüye kullanımının varoluşçu temelde açıklanabileceği ortaya konulmuştur (Carroll, 1998; Chen, 2006, 2010; Du Plock ve Fisher, 2005; Rogers ve Cobia, 2008; Sherman ve Fischer, 2002). Örneğin Wiklund (2008) ve Chen (2006), madde bağımlılarının varoluşsal anlam yaratma konusunda desteğe ihtiyacı olduğunu düşünmektedir. Du Plock ve Fisher (2005) ile Hart ve Singh (2009) de alkol kötüye kullanımının tedavisinde varoluşçu psikoterapinin etkili bir yöntem olabileceğini ifade etmektedir. Söz konusu araştırmalarda madde bağımlılığı yaşam amacı, anlam, özgürlük ve maneviyat gibi konularla ilişki bulunmuştur (Chen, 2006, 2010; Gürsu, 2018; Sherman ve Fischer, 2002). Her ne kadar Türkiye’de maneviyat ve madde kullanımı kapsamında çalışmalar var olsa da (Gürsu, 2018) madde bağımlılığı ve madde kullanımını varoluşçuluk ve varoluşçu psikoterapi kapsamında ele alan bir araştırma henüz yapılmamıştır. Türkiye’de madde kullanımı üzerine gerçekleştirilen araştırmalar, çoğunlukla yaygınlık (Kurupınar ve Erdamar, 2014), sosyoekonomik faktörler (Karataş ve Kubilay, 2004), sosyodemografik özellikler (Bulut ve ark., 2006; Yüncü, Aydın, Coşkunol, Altıntoprak ve Bayram 2006), madde bağımlılığına ilişkin tutumlar (Altıntaş ve ark., 2004) gibi değişkenler üzerine kurgulanmıştır. Bununla birlikte Türk alanyazını, madde kullanımının psikososyal temellerini konu alarak intihar (Demirci, 2016), umutsuzluk (Olçay, 2016), benlik saygısı (Aydın, 2015) ve diğer psikolojik değişkenlerle madde kullanımı ilişkisini inceleyen araştırmaları da kapsamaktadır. Ku-ramsal boyutta gerçekleştirilen araştırmalarda ise şema terapi (Alevsanlar, 2015;

Ekinci, Ekinci, Türkçapar ve Özbay, 2012; Günel, 2017) ve bilişsel davranışçı terapi (Avcı, 2017; Karakaş-Uğurlu, Uğurlu, Turhan ve Türkçapar, 2012) modellerinin ağırlıklı olarak kullanıldığı görülmektedir. Elinizdeki araştırmayla ise Türk alanyazınındaki madde kullanımı ve varoluşçuluk ilişkisi konusundaki açığın giderilmesi amaçlanmıştır. Bu bağlamda Türk örnekleminde madde kullanan bireylerin varoluşçu psikoterapinin kavramları ile değerlendirilmesi öngörülmüştür. Dolayısıyla bu noktada varoluşçuluk ve varoluşçu psikoterapiden bahsetmek yararlı olacaktır.

Varoluşçu psikoterapi, varoluş ve fenomenoloji ile varoluşçu felsefeden doğmuş bir yaklaşımdır (Cooper, 2003). Yalom (2018), varoluşçu psikoterapinin dinamik bir yaklaşım olmakla birlikte kişinin varoluşundan kaynaklanan konulara odaklandığını ifade etmektedir. Varoluşçu psikoterapi, insanların varoluşunu esas almakta ve bunu üç başlık altında incelemektedir (Bauman ve Waldo, 1998). Bu üç başlık; fiziksel dünyadaki varoluşumuz (umwelt), başkaları ile ilişkilerimiz (mitwelt) ve kendi iç psikolojik dünyamızla ilişkimizdir (eigenwelt). Bireyin gerçek anlamda otantikliğini sağlaması ve varoluşunu tanımlaması bu üç yapı üzerinden tahakkuk eder (Murdock, 2014). Buna koşut olarak varoluşçu psikoterapiye göre insanların temel motivasyonu anlam arayışıdır (Frank, 1999). Varoluşçu psikoterapiye göre, insanın anlam arayışında ortaya çıkan başarısızlığı nevrozların temel nedenidir. Bir diğer deyişle yaşamının anlamını tanımlayamamış bireyler nevrotik kaygıyla baş etmek zorunda kalırlar. May ve Yalom (1989), bu konuda nevrotik ve normal kaygıyı birbirinden ayırmışlardır. Normal kaygının bastırılmasına gerek yoktur. Hatta normal kaygı onu yaratan duruma karşı dikkatli olmamız konusunda bizi uyarır ve varoluşçu psikoterapiye göre önemli bir güdüleyicidir. Nevrotik kaygı ise kişinin durumu abartmasını içerir ve yıkıcıdır. Varoluşçu psikoterapinin diğer konuları ise ölüm, yalnızlık, özgürlük ve sorumluluktur.

İnsan, ölümlü olması ile yüzleşmekten kaçma eğilimindedir. Çünkü ölümle yüzleşmek bireylerin korku yaşamalarına neden olur. Varoluşçu yaklaşıma göre psikolojik problemlerin kökeninde kader ve ölümle yüzleşmekten kaçınmamız vardır. Buna karşın ancak ölümle yüzleşmek yaşama bir anlam vermektedir (Strasser ve Strasser, 1997). Ölümün farkında olmak ve varoluşu buna göre konumlandırmak varoluşsal bir kaygıdır ve psikolojik bir probleme eşlik etmeyen anlamlı bir duygu rahatsızlığıdır (Bauman ve Waldo, 1998). Bununla birlikte Rank (2017) ölüm kaygısının kökeninde otantiklik olduğunu ifade etmektedir. Hatta bir adım öteye giderek ölüm kaygısını bir metafor olarak kullanmakta ve bireyin ölüm kaygısının aslında varoluşunu yakalayabilmesi ile ilişkili olduğunu ileri sürmektedir. Bu bağlamda insanın varoluşsal bir diğer özelliği ise özgür olmasıdır.

Varoluşçu psikoterapiye göre özgür olmak yaşamın sorumluluğunu almak ile eş anlamlıdır (Yalom, 2018). May ve Yalom (1989), kişinin kendi sorumluluğunu kabul etmesinin dehşet verici olduğunu ifade etmektedir. Çünkü özgürlük, eylemlerin ve

hataların sorumluluğunu almak demektir. Özgürlük ve sorumluluğunun farkına varan birey ise yalnızlıkla baş etmek durumundadır. Çünkü her eylemin kendi seçimi olması, insanın aslında yalnız olması anlamına gelmektedir. İnsan yalnız olduğunu fark ettiğinde ya güvenliğini sağlamak için diğerleri ile bütünleşecek ve özgürlüğünden vazgeçecek ya da özgürlüğü seçerek diğer insanlarla bağlantı kurma çabasından vazgeçecek ve bir boşluğa düşecektir (Randall, 2001; Rank, 2017). Otto Rank (2017), bu yüzleşme için çaba gösteren ancak bunu başaramamış kişileri nevrotik olarak tanımlamıştır. Nevrotik birey, ayrılma çabasında o denli ileri gitmiştir ki ait olduğu kültürle özdeşleşme imkânını yitirmiştir.

Varoluşçu psikoterapinin temel varsayımları bağlamında düşünüldüğünde, madde kullanıcısı/ bağımlısı bireylerin özgürlük sorumluluk dengesini kurmada zorlanan, anlam arayışında başarı sağlayamamış ve nevrotik kaygı yaşayan bireyler olduğu anlaşılmaktadır. Bu araştırma, varoluşçu psikoterapinin öngörülerini madde kullanıcısı bireylerle değerlendirirken madde kullanımının psikolojik temellerini de varoluşçu psikoterapi bağlamında açıklamak istemektedir.

Yöntem

Bu çalışmada, madde kullanan üniversite öğrencilerinde madde kullanma nedenleri varoluşçu psikoterapi kavramları üzerinden ele alınmıştır. Bunun için nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji modeli (Yıldırım ve Şimşek, 2013) kullanılmıştır.

Araştırma Grubu

Veri toplama sürecinde, araştırmanın konusuna örnek teşkil edecek olan sekizi erkek ve dördü kız olmak üzere madde kullanıcısı on iki üniversite öğrencisine ulaşılmış ve bunlarla derinlemesine görüşmeler yapılmıştır. Nitel araştırmaların amacının ulaşılan sonuçları tüm evrene genellemek olmayışına binaen bir ya da iki vakanın (ör. bireyler, gruplar) yeterli olduğu vurgulanmaktadır. Dahası örneklem büyüklüğü istatistiksel güç analizini yapmak üzere ifadelerin dağılımını belirleyen olasılık modellerinin mevcut olmayışı da bu kanıyı desteklemektedir (Collins, Onwuegbuzie ve Jiao, 2006; Onwuegbuzie ve Leech, 2007). Bu araştırma kapsamında katılımı beklenen madde kullanıcıların kendilerini gizleme eğilimleri göz önünde bulundurulduğunda (Link, Elmer, Rahav, Phelan ve Nuttbrock, 1997) ulaşılan katılımcı sayısının yeterli olduğu kabul edilmiştir. Katılımcıların en küçüğü on dokuz, en büyüğü ise yirmi beş yaşındadır ($\bar{X}=22.15$, $Ss=1.58$). Araştırmaya iştirak eden katılımcıların tespitinde kartopu örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Kartopu örnekleme yöntemi, bu araştırmanın örnekleminde olduğu gibi kendini gizleme eğilimindeki toplumsal gruplarla yapılan araştırmalarda kullanılan bir yöntemdir (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Kartopu örnekleme yönteminde, ulaşılan ilk kişinin yardımıyla katılımı sağlanan her kişinin bir diğerine yönlendirmesi sonucunda sosyal ağın genişletilmesi mümkün dır. Bu

araştırmada da ilk olarak ulaşılan kişinin katılım sağlamayı kabul etmesi ile kendisinden yardım alınarak üç kişiye daha ulaşılmıştır. Katılımcı olmayı kabul eden bu üç kişinin yardımıyla da diğer kişilere ulaşma olanağı elde edilmiştir. Ulaşılan toplam on altı kişiden dördü araştırmaya katılmak istemediğini ifade etmiş ve araştırma kalan on iki kişinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya dâhil olan on iki katılımcının demografik bilgileri Tablo 1’de verilmektedir.

Tablo 1
Araştırma Grubuna Ait Bilgiler

Katılımcı	Cinsiyet	Aylık Gelir	Aile Tipi	Aileden Ayrı Yaşam	Kullanılan Madde	Tedavi Geçmişi	Madde bulmak İçin Çaba Sarf ediyor mu?
A1	Kız	Orta	Anne baba beraber	Ayrı	Esrar	Yok	Evet
A2	Kız	Orta	Anne baba beraber	Ayrı	Esrar/ Sentetik	Yok	Hayır
A3	Erkek	Düşük	Parçalanmış Aile	Aile ile birlikte	Esrar	Yok	Hayır
A4	Erkek	Yüksek	Anne baba beraber	Ayrı	Esrar	Yok	Evet
A5	Erkek	Orta	Parçalanmış Aile	Ayrı	Esrar/ Sentetik	Yok	Hayır
A6	Erkek	Orta	Baba vefat etmiş	Ayrı	Esrar	Yok	Hayır
A7	Erkek	Yüksek	Anne baba beraber	Ayrı	Esrar/ Sentetik	Yok	Evet
A8	Kız	Yüksek	Anne baba beraber	Ayrı	Esrar	Yok	Hayır
A9	Erkek	Orta	Anne baba beraber	Ayrı	Esrar/ Sentetik	Yok	Hayır
A10	Erkek	Düşük	Anne vefat etmiş	Ayrı	Esrar	Yok	Hayır
A11	Kız	Orta	Anne baba beraber	Ayrı	Esrar	Yok	Evet
A12	Erkek	Orta	Anne baba beraber	Ayrı	Esrar/ Sentetik	Yok	Hayır

Katılımcıların algılanan aylık gelirlerinin iki katılımcıda düşük, yedi katılımcıda orta ve üç katılımcıda yüksek olduğu görülmüştür. Katılımcılardan ikisinin parçalanmış aile çocuğu olduğu, birinin babasının birinin de annesinin vefat ettiği, kalan katılımcıların anne ve babasının beraberliğini koruduğu öğrenilmiştir. Katılımcıların biri hariç diğerleri üniversite öğrenimi için ailesinden ayrı bir şehirde yaşamaktadır. Katılımcıların tamamı esrar kullandığını ifade ederken beş katılımcı ilaveten sentetik uyuşturucu kullandığını da açıklamış, ancak söylenenler dışında herhangi bir uyuşturucu madde kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların hiçbirisi madde kullanımı konusunda bir tedavi sürecine dâhil olmamıştır. Son olarak katılımcılardan dördü kullandıkları maddeleri kendilerinin temin ettiklerini ve dolayısıyla bunun için uğraşmaları gerektiğini beyan etmiştir. Diğer sekiz katılımcı ise kendilerini sosyal içici olarak tanımlamış ve yalnızca arkadaş ortamında ikram edilmesi hâlinde madde kullandıklarını dile getirmişlerdir.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada kullanılan veriler, araştırmacı tarafından geliştirilen yarı yapılandırılmış görüşme formları kullanılarak toplanmıştır. Cohen ve Manion (1994), araştırmalarda yarı yapılandırılmış görüşme yoluyla karşılaştırılabilir ve güvenilir nitel veriler toplanabileceğini ileri sürmüştür. Uygulanan form taslaklarına ilişkin olarak Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (PDR) alanında doktora derecesine sahip dört uzmanının görüşleri alınmış ve uzman görüşleri doğrultusunda “ölüm” konusunun katılımcı grubunda ele alınmaması gerektiği sonucuna varılmıştır. Bunun nedeni araştırmanın bir müdahale programı olmaması ve katılımcılar üzerinde herhangi bir olumsuz etkiye sebep olunmasının istenmemesidir. Nihayet gerekli düzeltmeler yapılarak formlara son hâli verilmiştir. Formlarda ilgili alanyazın dikkate alınarak (1) farkındalık (2) özgürlük ve sorumluluk ve (3) anlam olmak üzere üç tema ve bu temalar doğrultusunda sekiz alt tema oluşturulmuştur. Birinci uygulama formunda, bu üç tema ve alt temalarla ilgili on iki soru, ikinci uygulama formunda ise on üç soru yer almaktadır. Nihai formlarda ortaya çıkan tema, alt tema ve katılımcılara yöneltilen sorular Tablo 2 ve Tablo 3'te görüldüğü gibidir.

Tablo 2
Temalar, Alt Temalar ve Birinci Uygulama Formu Soruları

Tema	Alt Tema	Sorular/
1. Farkındalık	1.1. Kendini tanımlamak	1.1.1. Bana kendinden bahseder misin? 1.1.2. Kendini içsel özelliklerin açısından tanıtır mısın?
	1.2. Dünyayı Tanımlamak	1.2.1. Dünya sence nasıl bir yer?
2. Özgürlük ve Sorumluluk	2.1. Özgürlük	2.1.1. Sence özgürlük nedir? 2.1.2. Özgür olduğunu düşünüyor musun?
	2.2. Sorumluluk	2.2.1. Yaşamının sorumluluğunu aldığını düşünüyor musun?
	2.3. Yalnızlık	2.3.1. Özgürlük konusundaki seçimlerin yalnızlık yaşamana neden oldu mu?
3. Anlam	3.1. Kaygı	3.1.1. Genel kaygı durumundan bahseder misin? 3.1.2. Kendi varoluşun adına kaygı yaşar mısın?
	3.2. Doyum Kaynakları	3.2.1. Kendini manevi/ ruhsal olarak nasıl tatmin edersin? 3.2.2. Varoluşunu hangi etkenler oluşturuyor?
	3.3. Yaşam Amacı	3.3.1. Yaşamının amacı nedir?

Tablo 3

Temalar, Alt Temalar ve İkinci Uygulama Formu Soruları

Tema	Alt Tema	Sorular/
1. Farkındalık	1.1. Kendini tanımlamak	1.1.1. Kullandığın maddenin varoluşsal tanımındaki yeri nedir? 1.1.2. Madde kullanmak varoluşsal açıdan sende nelerin değişmesine neden oldu?
	1.2. Dünyayı Tanımlamak	1.2.1. Kullandığın maddenin dünya tanımınla bir ilişkisi var mı? 1.2.2. Madde kullanmak dünyayı tanımlaman açısından sende nelerin değişmesine neden oldu?
2. Özgürlük ve Sorumluluk	2.1. Özgürlük	2.1.1. Madde kullanman özgürlüğün ile ilişkili mi? 2.1.2. Madde kullanmak özgürlük tanımını değiştirdi mi?
	2.2. Sorumluluk	2.2.1. Madde kullanmandan kim sorumlu?
	2.3. Yalnızlık	2.3.1. Madde kullanman yalnız hissetmene neden oluyor mu? 2.3.2. Yalnızlık hissin var ise madde kullanman bu konuda sana yardımcı oluyor mu?
3. Anlam	3.1. Kaygı	3.1.1. Madde kullanmak genel ya da varoluşsal kaygını azaltıyor mu?
	3.2. Doyum Kaynakları	3.2.1. Madde kullanımı senin için bir manevi/ ruhsal doyum kaynağı mı?
	3.3. Yaşam Amacı	3.3.1. Madde kullanımı yaşam amacınla bağlantılı mı? 3.3.2. Madde kullanman yaşam amaçlarını değiştirdi mi?

Veri Toplama Süreci

Görüşme tekniği, nitel araştırmalarda kullanılan önemli bir veri toplama aracıdır. [Punch'a \(2005\)](#) göre görüşme, başkalarını daha iyi anlayabilmek için kullanılan en etkili yöntemlerden biridir. Görüşme süreçlerinde, görüşmenin akışına bağlı olarak önceden planlanmamış sorular ortaya çıkar ve bu sorulara verilen yanıtlar görüşmenin gidişatını belirler. Nitekim [Stewart ve Cash \(1991\)](#), görüşmeyi amaca yönelik şekilde oluşturulmuş, soru ve cevaba dayalı, etkileşimsel bir iletişim süreci olarak tanımlamaktadır. Bu itibarla yapılan araştırmada da görüşme tekniğinin kullanılması uygun bulunmuştur..

Araştırma verileri, 2018'de İç Anadolu Bölgesi'ndeki bir ilde görüşme tekniğinden yararlanılarak gerçekleştirilen oturumlarda toplanmıştır. (Bu oturumlar her bir katılımcı ile iki farklı zamanda bireysel olarak gerçekleştirilmiştir). Görüşmeler her bir katılımcı ile iki farklı zamanda bireysel olarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara ilk görüşmelerde varoluşçuluk yaklaşımı doğrultusunda kendilerini değerlendirmelerini sağlamak üzere belli sorular yöneltmiştir (bk. Tablo 2). İkinci görüşmelerde ise öncelikle ilk görüşmede elde edilen bulgular katılımcılarla tartışılmış ve varoluşçuluk konusu üzerinde durulmuştur. Daha sonra katılımcılardan madde kullanma

davranışları ile kendi varoluşlarını ilişkilendirmelerine matuf soruları yanıtlamaları istenmiştir (bk. Tablo 3). Her bir görüşme ortalama yarım saat sürmüştür. Katılımcılarla uzun süreli etkileşim kurulması ve bu sayede madde kullanımı ile ilgili soruları yanıtlarken kendilerini güvende hissetmelerinin sağlanması için görüşmeler iki aşamada gerçekleştirilmiştir. Görüşmelerin, uygun etkileşimin sağlanabileceği ve katılımcıların kendilerini rahat hissedip görüşlerini içtenlikle ifade edebilecekleri bir ortamda yapılmasına özen gösterilmiştir. Ayrıca görüşme sırasında katılımcıların onayı alınarak veri kaybını önlemek amacıyla ses kayıt cihazından yararlanılmıştır. Ancak katılımcılardan altısı ses kaydı istemediğinden bu katılımcılarla yapılan görüşmelerde cevapların not alınması gerekmiştir. Katılımcıların kendilerini güvende hissetmelerini sağlamak için kimlik bilgilerini vermemeleri istenmiş ve her katılımcı araştırmanın tüm aşamalarında kendi seçtiği bir rumuzu kullanmıştır. Bunların yanı sıra katılımcıların görüşmelerin sonunda, ses kayıtlarını dinleyebilecekleri ve isterlerse kayıtların bir bölümünü veya tamamını silebilecekleri belirtilerek ses kaydının katılımcılarda oluşturabileceği olumsuzlukların önüne geçilmeye de çalışılmıştır.

Güvenirlilik Geçerlik

Araştırmada güvenirlik ve geçerlik için uzman görüşü alma (Yıldırım ve Şimşek, 2000), katılımcı teyidi (Merian, 2013), zengin betimleme (Creswell, 2016) ve uzun süreli etkileşim (Krefting, 1991) yöntemleri bir arada kullanılmıştır. Öncelikle araştırma formlarında yer alan maddeler ve temalar hakkında, rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanında doktora derecesine sahip dört uzmandan görüş alınmıştır. Görüşmeler esnasında, katılımcıların soruları cevaplandırırken araştırmacıdan etkilenmemesine özellikle dikkat edilmiştir. Ayrıca araştırma verileri üzerinde yapılan kodlamaların ardından katılımcı teyidi yöntemi kullanılmıştır. Katılımcıların çalışma bulgularının kendi düşüncelerini doğru yansıtır yansıtmadığını denetlemesine (Merian, 2013) olanak sağlayan bu yöntem geçerlik açısından en işlevsel teknik olarak tanımlanmaktadır (Creswell, 2016). Bu araştırma kapsamında katılımcı teyidi uygulanırken elde edilen bulgular katılımcılarla tartışılmıştır. Aynı zamanda bu uygulama, araştırmanın bulguları ortaya konurken katılımcı görüşlerine yer verilerek zengin betimleme (Creswell, 2016) yapılabilmesine de olanak sağlamıştır. Araştırma verilerinin toplanmasına yönelik görüşmelere başlamadan evvel katılımcılarla bir ön görüşme gerçekleştirilmiş. Akabinde yapılan birinci görüşmelerde, katılımcılara yalnızca varoluşçuluk ile ilgili sorular yöneltilmiştir. İkinci görüşmelerde ise madde kullanımının varoluşsal problemlerle ilgisi üzerine odaklanılmıştır. Bu şekilde katılımcılarla uzun süreli etkileşim (Krefting, 1991) kurulmuştur.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde öncelikle ses kayıtları deşifre edilmiştir. Daha sonra veriler üzerinde NVIVO 10 nitel veri analizi programı kullanılarak kodlama yapılmıştır. Te-

malar ve alt temalar, araştırmada kullanılan veri toplama aracında yer aldığı şekilde kodlanmıştır (bk. Tablo 2). Kodlama süreci tamamlandıktan sonra bulguların tanımlanması ve yorumlanması aşamasına geçilmiştir.

Bulgular

Farkındalık

Kendini tanımlamak. Katılımcıların büyük çoğunluğu kendini kişisel bilgiler bakımından tanımlamada zorlanmazken varoluşsal olarak tanımlamada zorlanmıştır. (n=8). Katılımcılardan biri bu kapsamda (A₃) *“Babam emekli, annem ev hanımı... Mühendislik öğrencisiyim. Biraz tembel olduğumu düşünüyorum. Daha derinde kendimi tanımlamamı istiyorsunuz ama bu soruya, ben, kendim de yanıt bulamadım henüz”* derken bir başkası da (A₅) *“Kendimi tanımlamam çok zor. İnsanın zaten temel sorunu bu değil mi?”* şeklinde bir ifade kullanmıştır. Kendini varoluşsal olarak tanımlayabilen bir katılımcı ise (A₁) *“Duygularımı ifade edebilirim. Bunun için çoğu zaman yazı yazarım. Hayattan beklentilerim mütevazıdır. İnsanları severim. İletişime açık biriyim. Müzik dinlemeyi, müzik yapmayı severim. Zamanımı müzikle geçirmek hoşuma gider.”* demiştir.

Madde kullanmanın varoluşsal tanımlarındaki yeri ve madde kullanmanın varoluşsal açıdan nelerin değişmesine neden olduğu konusunda katılımcılar, algılarını güçlendirdi (n=6), sosyalleşmemi sağladı (n=2), varoluşsal dengemi bozdu (n=2), kendimi kabul etmemi sağladı (n=2) şeklinde yanıtlar vermişlerdir. Madde kullanımının sosyalleşmeyi sağladığını ifade eden bir katılımcı (A₈) *“Benim daha eğlenceli ve sosyal bir insan olmama yardımcı oldu. Daha çok insanla tanışmamı sağladı.”* demiştir. Varoluşsal dengesinin bozulduğunu ifade eden bir katılımcı ise (A₉) *“Allah belasını versin. İnsanın kullanması gereken bir şey değil. İnsana farklı bir kapı açan, aynı zamanda rahatlatan, daha derin daha detaycı düşünceyi sağlayan, strese bağlı semptomları gideren (kısa vadede geçiren) bir şey. Yapısal olarak hayatımdaki dengeyi bozdu. Kutuplaştırdı, kararsız yaptı. Aslına bakarsan hayal gücünü de genişletiyor.”* demiştir. Kendini kabul etmesini sağladığını ifade eden bir katılımcı da (A₁₃) *“Sakinleşmemi sağladığı için kullanıyorum ve kendimi daha çok kendim gibi hissetmemi sağlıyor.”* demiştir. Madde kullandıktan sonra algılarının güçlendiğini ifade eden katılımcılardan (A₁₀) *“Algı sistemimi değiştirmesi nedeni ile daha sağlıklı yargılarda bulunmama yardımcı olduğunu düşünüyorum. Bencil duygulardan arındırdığını ve çevremdeki evreni daha net algılamamı sağladığını düşünüyorum.”*, (A₁₂) *“Çok düşünmememi sağlıyor. Çok düşünmek derken her şeyi çok düşünüyorum. Dünyayı daha iyi tanımamı sağlıyor.”*, (A₆) *“Madde kullandığım zamanlarda yazılar yazarım. Madde beni daha yaratıcı hâle getiriyor.”* cümleleriyle yaşadığı durumu açıklamıştır.

Dünyayı tanımlamak. Katılımcıların tamamının dünyayı “kötü” ve “anlamsız” olarak tanımladıklarını görülmüştür. Bir katılımcı (A₁), dünyayı genel anlamda “kötü” olarak tanımlamakla birlikte dünyada güzel şeylerin de olduğunu belirterek *“Dünya aslında yaşanması zor bir alan. Ama kendi içinde de bir dengesi var. Güzel şeyler de kötü şeyler de bir arada...”* demiştir. Dünyayı iyi ancak insanları “kötü” olarak nitelendiren iki katılımcıdan (A₁₁) *“Kendi sistemi içerisinde aslında mükemmel bir ekosisteme sahip, çalışma düzenini yaşama en uygun hâle getirmesi çok uzun zaman almış, inanılmaz bir değer... Fakat insanoğlu olarak bu değeri yerle bir etmekten çekinmiyoruz. Buna rağmen dünya yine de bize rağmen var olmaya çalışacak kadar inatçı.”* derken (A₈) de *“Dünya mükemmel bir yer, ancak insanın dünyası yapısal olarak kanseri andıran (hürsından kaynaklı) tüketim ve yıkıma dayalı bir cehennem.”* ifadelerini kullanmıştır. Dünyayı tamamen kötü algılayan katılımcılar ise görüşlerini (A₇) *“Çocukların öldürüldüğü bir yerden bahsediyoruz. İnsan doğası gereği kötüdür, insanların şekillendirdiği dünya da kötüdür”*, (A₅) *“Dünya zalim, acımasız ve çok tutarsız bir yer. Böyle bir yerde elimden geldiği kadar insan olmaya çalışıyorum.”*, (A₁₂) *“Dünya bence bir bilgisayar oyununun bitmiş ama bugda kalıp masaüstüne dönemediğim bir yer. Yani oyun bitmiş, ama masaüstüne dönemişmişim gibi...”* diyerek açıklamıştır.

Madde kullanma davranışının dünyayı algılama ile ilişkisi ve dünyayı algılama da neleri değiştirdiğine dair katılımcılar; dünyayı algılamamı kolaylaştırdı (n=6), hem iyi hem kötü etkiledi (n=5), beni barışçıl yaptı (n=1) ifadelerini kullanmışlardır. Dünyayı algılamada maddeden yararlandığını söyleyen katılımcılar, bu durumu (A₇) *“Kesinlikle, direkt ilişkisi var. Daha önce de söylediğim gibi etrafımda olan bitenleri algılamakta süper bir arkadaşı.”*, (A₄) *“Dünyayı daha kolay görmeye başladım.”*, (A₁₁) *“Dünyayı tanımlama gereği duymamamı sağlıyor. Daha az düşünmemi ve biraz da olsa çekilebilir bir yer olmasını sağlıyor.”* sözleriyle izah etmiştir. Madde kullanmanın dünyayı algılama konusunda hem iyi hem de kötü etkisi olduğunu ifade eden bir katılımcı (A₁₂) *“Kalabalık toplumlarda yaşayan insanlar için hem bir lütf hem de bir kırbaç benzetmesi yapabiliriz.”* derken dünyayı barışçıl bir yer olarak algılamasını sağladığını ifade eden katılımcı ise düşüncesini (A₂) *“Daha barışçıl bir ortam kurma yardımcı olduğundan dolayı böyle bir ilişki kurabilirim.”* cümlesiyle belirtmiştir.

Özgürlük ve Sorumluluk

Özgürlük. Katılımcılardan yalnızca ikisi kendisini özgür olarak tanımlamıştır. Kendisini özgür olarak tanımlayan katılımcılar bu kanılarını, (A₉) *“Özgürlük kendi isteklerini şartlarına uydurabildiğin seviye, diğer insanlarla çakışmadığın bölgedir. Bu duruma bakarak özgür olduğumu düşünüyorum.”*, (A₆) *“İnsanlar özgür olduklarını sanıyorlar ama ne kadar olunursa o kadar özgürüz. Ben mesela kendimi diğer insanlara göre özgür olarak görüyorum. Ama üniversiteye derse gelmezsem devamsızlıktan kalıyorum. Ama ne kadar olunursa o kadar özgür olmaya çalışıyorum işte. Kendi ka-*

rarlarımı kendim veriyorum.” cümleleriyle açıklamıştır. Özgür olmadığını ifade eden katılımcılar ise (A₃) “Kimsenin özgür olduğunu düşünmüyorum. Daha doğrusu belirli toplumların özgür olduğunu düşünüyorum. Kendimi özgür olarak tanımlamıyorum. Özgür olmak için güç; bunun için para gerekir. Kullanan insanlar genellikle toplumdan koptukları ve sistemi reddettikleri için bu başarıyı reddeder şeklinde düşünüyorum.”, (A₁₂) “Bana beni tanımlayabilirsen sana özgürlüğü tanımlayabilirim belki. Özgür olmak mümkün değil. Öncelikle bu derimizin içinde hapsolmuş durumdayız. Duvarların içine, ülke sınırlarının içine ve dünya atmosferine hapsolmuş durumdayız. Özgür olmak yaşarken mümkün değil bence...” diyerek mevcut düşüncelerinin dayanaklarını da ortaya koymuştur. Bununla birlikte katılımcıların tamamının özgürlüğe önem verdiği ve özgürlüğü yaşamın temel ögesi olarak tanımladığı anlaşılmaktadır. Nitekim bu konuda sarf edilen (A₄) “Özgürlük her şeyden önemlidir. Özgür olmazsam kendim olamam. İnsanlar özgürlük için hayatlarını veriyorlar. Özgürlük bence ekmek, su gibi bir şeydir.” ve (A₉) “Özgürlük bedel gerektirir. Bazen en sevdiklerinden uzaklaşman gerekir. Ben özgürlüğüm adına insanlardan uzaklaştım mesela...” ifadeleri belirtilen anlayışı açıkça göstermektedir.

Madde kullanmanın özgürlük algısı ile ilişkisi ve özgürlük tanımında değişikliğe neden olup olmadığı konusunda, katılımcıların yarısı maddenin kendilerini özgürleştirdiğini ifade ederken diğer yarısı özgürlük algıları ile madde kullanmanın ilişkili olmadığını beyan etmiştir. Madde kullanma davranışının kendilerini özgür kıldığını ifade eden katılımcılardan bir kısmı bu durumu, (A₉) “Kendime ait bir dünyanın içinde ne gibi sınırlarım olabilir ki özgürlüğüm kısıtlansın. Fiziksel dünyanın sınırları maddenin oluşturduğu sınırsız evrenle ölçülebilir değildir.”, (A₁₂) “Bir dönem özgürlüğe yüklediğim anlam farklıyken insanlardan uzaklaşıp özgür kalmaya çalışmışım. O zamanlar madde kullanmaya başladım.” şeklinde ifade etmiştir.

Sorumluluk. Katılımcılar genel olarak yaşamlarının sorumluluğunu almadıklarını ifade etmişlerdir (n=9). Bununla birlikte madde kullanmalarından kendilerinin sorumlu olduğunu vurgulamaktan da kaçınmamışlardır (n=8). Yaşamının sorumluluğunu almadığını belirten katılımcılar (A₅) “Sorumluluk konusunda problem yaşadığımı düşünüyorum.”, (A₉) “Sorumluluk kelimesinin fazla abartıldığını düşünüyorum.”, (A₁₁) “Genelde sorumsuz biri olduğumu söylerler.” gibi ibareler kullanmışlardır. Madde kullanımı konusunda sorumluluğun kendilerine ait olduğunu söyleyen katılımcılardan (A₄) “Tabii ki ben sorumluyum. Kimse ağzıma zorla tıkmadı esrarı. Bana uzattılar, ben de içtim. Hayır deseydim içmezdim. Bu konuda, yok arkadaşım başlattı yok şöyle oldu demenin âlemi yok.”, (A₃) “Benim sorumluluğumda...”, (A₁) “Sevdiğim için kullanıyorum.” diyerek durumu açıklıkla ortaya koymaktan çekinmemiştir.

Yalnızlık. Genel itibarıyla katılımcılar özgürlüklerinin yalnızlıkla sonuçlandığını ifade etmişlerdir (n=9). Bu yalnızlığın, toplumdan yavaş yavaş soyutlanma olarak

algılandığı ve katılımcılarda kaygı yaşattığı fark edilmektedir. Bu konuda katılımcılar kendilerini şu cümlelerle ifade etmişlerdir: (A₃) “*Oldu diyebilirim. Mesela babam saçıma, küpeme, elbiselerime çok karışır. O yüzden aramız kötü. Okulda da öyle çok arkadaşım yok. Birkaç tane benim gibi düşünen, benim gibi olan arkadaşım var. Yani sosyal çevrem sınırlı. Benim gibi takılan insanlar bulmaya çalışıyorum. Kendimi yalnızlaştırıyorum sanki. Bu, beni bazen endişelendirmiyor değil.*”, (A₂) “*Özgürlük zaten yalnızlık demektir bence. Özgür insanı kimse sevmez. Aslında istemesen de ne kadar özgürsen o kadar yalnızsın*”, (A₁₁) “*İllaki oldu. Tabii oldu. Olmaz olur mu? Olmaması imkânsızdı zaten. Kişisel alan gereksinimi bir noktadan sonra yalnız kalma isteğini beraberinde getirdi.*”. Madde kullanmanın yalnızlık ile ilişkisi bakımından katılımcıların tamamına yakınının (n=11), madde kullanmanın yalnızlıkla baş etmeye katkı sağladığında hemfikir olduğu saptanmıştır. Katılımcılar bu durumu belirtirken “*Hayır! Kesinlikle yalnız hissettirmiyor, aksine iyi geliyor*”, (A₁₂) “*Hayır! Sosyal içiciyim; Sosyalleşmemi sağlıyor*”, (A₄) “*Madde kullandıktan sonra sosyalleştim diyebilirim.*” gibi ifadeleri tercih etmiştir.

Anlam

Kaygı. Katılımcıların genel olarak kendilerini kaygılı hissettikleri (n=8) gözlemlenmiştir. Bununla birlikte katılımcıların kaygı ile ilgili görüşleri incelendiğinde, yarıdan fazlasının varoluşsal bir kaygı yaşamadıkları noktasında birleşmesi dikkat çekici bulunmuştur (n=7). Katılımcılardan biri bu durumu şu şekilde gerekçelendirmektedir: (A₂) “*Genel olarak kaygılıyım diyebilirim. Son sınıftayım. Okul bitecek. Ne yapacağımı bilmiyorum. Çok iş imkânı da yok. Ama varoluşsal bir kaygı yaşadığımı söyleyemem. Sanırım daha farklı önceliklerim var.*”. Varoluşsal kaygı yaşadığını ifade eden bir katılımcı ise (A₇) “*Varoluşsal kaygı hissettiğimi düşünüyorum. Siz sorana kadar aklıma gelmemişti ama sanırım böyle bir kaygım var. Kim olacağım, ne yapacağım, hayatım nasıl sürecek. Bu sorular sürekli aklımda. Eğer bu varoluş kaygısı ise evet bu kaygıyı yaşıyorum.*” cümleleriyle bu duygusunu açığa vurmuştur. Madde kullanmalarının genel ya da varoluşsal kaygıları ile ilişkisi konusunda, katılımcıların ağırlıklı kısmı iki durumun ilişkisiz olduğu yanıtını vermişlerdir (n=8). Dört katılımcı ise madde kullanmanın kaygılarını azalttığını ifade etmiştir. Madde kullanmanın kaygı ile ilişkisi olmadığını beyan eden bir katılımcı bu görüşünü (A₁₁) “*Kaygının kullanılan maddeye bağlı değil belirli bir yaşa bağlı ve karakter gelişimine bağlı olduğunu düşünüyorum. İnsan belirli bir yaşa kadar her şeyi yapabileceğini düşünüyor, ancak yapamayacağını anlayınca kaygı başlıyor. Bu durumun çözümü için kısa vadeli plan yapıp daha düşük başarılar hedeflenir ve ne olursa olsun hayatın akışı kabullenilirse kaygı azalır.*” sözleriyle açıklamıştır. Madde kullanmanın kaygısını azalttığı ifade eden katılımcılardan (A₁) “*azaltıyor*”, (A₉) “*kısmen azaltıyor*” şeklinde ifadeler kullanmışlardır.

Manevi doyum kaynakları. Katılımcıların büyük çoğunluğu herhangi bir manevi doyum kaynağı olmadığını ifade ederken (n=9) var olduğunu söyleyenlerden biri meditasyon yaptığını, biri müzikle meşgul olduğunu, biri de bazen namaz kıldığını söylemiştir. Manevi doyum kaynağı olmadığını ifade eden bir katılımcı (A₂) *“Manevi bir yanımda olduğunu düşünmüyorum. Et, kemik ve sinirlerden ibaretim. Dolayısıyla öyle bir kaynağım da yok.”* demiştir. Manevi doyum kaynağının meditasyon olduğunu ifade eden katılımcı bunun için (A₁), *“Son zamanlarda meditasyon yapmaya başladım. Meditasyon yapmayı severim. Hatta meditasyon yapınca inanılmaz rahatlıyorum. Hatta meditasyon yapmaya başladıktan sonra yaptığım birçok şey anlamsız gelmeye başladı. Buna esrar içmek dâhil.”* şeklinde konuşmuştur. Namaz kıldığını söyleyen katılımcı (A₆) *“Namaz bana çok iyi geliyor. Hayatıma çekidüzen vermem lazım. Namaz bu konuda benim için bir bayrak olmaya başladı. Hâlen git gellerim var. Yok değil. Ama artık kötü bir şey yapınca vicdanen rahatsız oluyorum ve öbür tarafı düşününce yaptıklarımın dolayısıyla korkuyorum.”* beyanında bulunmuştur. Başka bir katılımcı (A₈) *“En önemlisi iyi bir insan olmak daha doğrusu insan olabilmek...”* demiştir.

Katılımcıların genel itibarıyla madde kullanmanın kendileri için manevi bir doyum kaynağı olduğu kanaatini taşıdığı fark edilmektedir (n=9). Maddeyi manevi bir doyum kaynağı olarak tanımlayan katılımcılar (A₁₀) *“Beni daha eğlenceli bir hâle getiriyor; bu da günlük hayat içerisinde enerjimi yüksek tutmamı sağlıyor.”*, (A₇) *“Madde kullandığımda rahatlıyorum. Endişelerimden beni koruyor.”*, (A₈) *“Evet, bir doyum kaynağı...”* gibi ifadeler kullanmışlardır.

Yaşam amacı. Katılımcılar ekseriyetle yaşam amaçları olmadığını ifade etmiştir (n=9). Yaşam amaçlarını tanımlayan bir katılımcı dışsal ve içsel amaçlarını belirtirken diğer iki katılımcı sadece dışsal amaçlardan bahsetmiştir. Yalnızca dışsal amaç ifade eden bir katılımcı (A₄) *“Okulu bitireceğim. Sonra olursa işe falan gireceğim. Araba almak istiyorum sonra...”* demiştir. Dışsal amaçları yanında içsel amaçları olduğunu da ifade eden katılımcı ise bunu şöyle anlatmaktadır: (A₁) *“Kendimi daha iyi tanımak istiyorum. Olmak istediğim insan gibi olmak istiyorum. Daha fazla şey öğrenmeliyim. Öğrenmeyi çok severim. Okumayı severim. İnsanlara faydam olsun istiyorum.”* Yaşam amacı olmadığını ifade eden katılımcılardan (A₅) *“Pek öyle amaçım falan yok. Yaşamaya çalışıyorum sadece. Bazen sirkedeki kurt gibi düşünüyorum kendimi...”*, (A₁₀) *“Temel bir amaç doğrultusunda kendimi sınırlandırmak saçma. Girdiğim yollar amacımın ters düşebilir; o yüzden girdiğim yollara göre kısa vadeli amaçlarımı oluştururum.”*, (A₁₁) *“Gübre olmak. Ne olacak? Hayat akışını döngüsel görüyorum.”*, (A₆) *“Var olmayı ben istemedim. Bu amacı var olmamı sağlayan bir irade varsa onun vermesi gerekir.”* şeklindeki ifadelerle düşüncelerini açıklamıştır. Bununla birlikte bütün katılımcıların, madde kullanmalarının yaşam amaçları ile tamamen ilişkisiz olduğunu söylemesi dikkat çekici bulunmuştur.

Tartışma ve Sonuç

Araştırma bulguları incelendiğinde katılımcıların ağırlıklı kısmının yaşam amacına sahip olmadığı anlaşılmaktadır. Bununla birlikte yaşam amaçlarının olduğunu ifade eden katılımcılardan yalnızca biri içsel amaçlar (Deci ve Ryan, 2000) taşıdığını ifade etmiştir. Dışsal yaşam amaçları, motivasyonun dışsal olması anlamına gelmektedir. İçsel amaçlarda birey kendi varoluşu ile hareket ederken bu durum dışsal amaçlarda geçerli değildir (Deci ve Ryan, 2000). Araştırma bulguları bu bağlamda değerlendirildiğinde, madde kullanan üniversite öğrencilerinin esas itibarıyla yaşamlarını anlamlandıramadıkları yorumu yapılabilir. Bu bulgular alanyazınla da uyumludur. İlhan (2013), madde kullanan üniversite öğrencilerinin kullanmayanlara göre yaşam amaçlarının daha düşük olduğunu raporlamıştır. Alana ait bir araştırmada, yaşam amaçları eksik olan bireylerin bu eksikliği madde kullanarak gidermeye çalıştığı sonucuna ulaşılmıştır (Kasser ve Ryan, 1996'dan akt., İlhan, 2013). Bu durum sebebiyle bağımlıların anlam yaratma konusunda desteğe ihtiyaçları olduğu ifade edilmektedir (Wiklund, 2008). Madde bağımlılarının anlam yaratırken desteklenmesinin faydalı olacağı konusunda farklı araştırmalar bulunmaktadır. Örneğin, Chen (2006) yaptığı deneysel araştırmada bir gruba sadece sosyal destek verirken diğer gruba hem sosyal hem de varoluşsal destek sağlamıştır. Araştırma bulguları sosyal ve varoluşsal desteğin bir arada verilmesini öngören programın madde bağımlılarının negatif duygularını azaltmada daha etkili olduğunu açığa çıkarmıştır.

Elinizdeki araştırmada, katılımcıların yarısından fazlasının manevi doyum kaynakları olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Maneviyat, varoluşçu psikoterapi kavramlarından anlam arayışı ile ilişkilidir (Emblen ve Pesut 2001; Fawcett ve Noble 2004; Strang, 2002). Alanyazın incelendiğinde madde bağımlısı bireylerle yapılan maneviyat kapsamlı çalışmaların daha etkili olduğu görülmektedir (Chen, 2006; Gürsu, 2018). Sherman ve Fischer (2002) da buna koşut olarak tedavi konusunda başarı sağlamış madde bağımlılarının maneviyat boyutunun güçlendiğini ifade etmektedir. Benzer şekilde Gürsu (2018), maneviyatın güçlendirilmesinin madde bağımlılığın sağaltımında önemli bir faktör olduğu sonucuna varmıştır. Görüldüğü üzere farklı kültürlerde gerçekleştirilmiş çalışmalar, maneviyatın madde bağımlılarında etkili bir sağaltım aracı olduğunu açığa çıkarmıştır. Din maneviyat konusunda önemli bir etmendir ancak herhangi bir dinî inanışa sahip olmayan bireylerle yaşamın anlamına dair bireysel özellikleri göz önünde bulundurarak uygulamaların yapılması gerekmektedir. Hiçbir dini dışarıda bırakmaksızın bireylerin dinî eğilimlerinin güçlendirilmesine yönelik uygulamaların madde bağımlılığı ile mücadelede etkili olduğu söylenebilir. Son yıllarda maneviyat üzerine yapılan araştırmaların ağırlıklı olarak Benötesi psikoloji yaklaşımı doğrultusunda gerçekleştirildiği görülmektedir. Bilindiği gibi Benötesi psikoloji çalışmaları insanı varoluşsal bir çerçevede ele almaktadır. Bu süreçte bireyin dinî eğilimleri etkili olarak kullanılmakla birlikte öngörülen çalışmaların herhangi

bir dine münhasır olmadığı da unutulmamalıdır. Benötesi yaklaşımı, yapılacak çalışmalarda bireysel farklılıkların gözetilerek manevi doyum kaynaklarının sağlanmasını önermektedir. Zira çağlar boyunca insanın yaşadığı en ağır sorunlardan birini, kendi gerçeğinden kopması ve kendine yabancılaşması sonucunda yaşadığı fiziksel ve psikolojik rahatsızlıklar oluşturmuştur (Öztekin, 2011). Buna bağlı olarak yaşamın anlamına değinmeyen psikoterapi yaklaşımlarının da eksik kalacağı düşünülmektedir (Merter, 2011). Her ne kadar bireyin yaşamını anlamlandırması noktasında dinin başat etkisi reddedilemezse de herhangi bir dinî inanışa sahip olmayan bireylerin yaşamı anlamlandırma sorunu için geliştirilecek uygulamaların etkililiğinin bu kişilerin öznel dünyalarının kontrolünde olduğu da göz ardı edilmemelidir.

Varoluşçu psikoterapinin başka bir kavramı olan yalnızlık, bireylerin kendi varoluşlarını oluşturmaları için bir araç olarak görülmektedir. Ancak yalnızlık çoğu zaman anlam yaratma ile sonuçlanmamakta ve yapıcı olmayan izole bir yalnızlık olarak karşımıza çıkmaktadır. Bununla birlikte yapılan araştırmada, katılımcıların yalnızlıklarını yapıcı olmayan izole bir yalnızlık olarak nitelendirmediği bulgusuna ulaşılmıştır. Dahası katılımcıların yalnızlıklarının toplumdan soyutlanma olarak sonuçlanmasından endişe duyuyor oldukları kayıtlara girmiştir. Bu bulgu, Türker'in (2016) araştırmasında elde ettiği madde bağımlılarının toplumdan soyutlanma korkusu yaşadıkları ve toplum tarafından dışlanmak istemedikleri bulgusuyla koşuttur. Fakat madde bağımlılarında, baskın olarak görülen utanma ve suçluluk duygularının (Ehrmin, 2001; Wiklund, Lindstrom ve Lindholm, 2006; Zakrzewski ve Hector 2004), bu bireylerde olumsuz bir yalnızlık ve izolasyon tercihinine yol açması olasıdır. Üstelik bağımlıların ekseriyetle kendilerini ben kötüyüm temel algısıyla konumlandığı bilinen bir durumdur (Kaufman, 1992'den akt., Wiklund, 2008). Araştırma bulgularından olan bağımlıların kendileri konusunda varoluşsal bir tanımlama yapamazken dünyayı kötü olarak nitelemeleri de bu perspektiften okunabilir. Gerçekten de bağımlıların yansıtma savunma mekanizmasını (Geçtan, 2012) kullanarak kendileri hakkındaki "kötü" algılarını dünyaya yansıtıyor olmaları muhtemel görülmektedir. Neticeten katılımcıların dünyayı kötü olarak algılamaları ve yalnızlığı tercih etmelerine bakılarak varoluşsal problemler yaşadıkları yorumu yapılabilir. .

Genel itibarıyla katılımcılarda hem diğer insanlarla iletişim ihtiyacı hem de diğer insanlardan kaçma eğilimi olduğu belirlenmiştir. Alanyazında madde bağımlısı bireylerin tedavi sürecinde resmî iletişimin ötesinde bir iletişim boyutu aradıkları bilgisi mevcuttur (Eriksson, 1992). Yani diğer insanlarla temas kurma ihtiyaçları oldukça yüksektir. Ayrıca madde kullanan üniversite öğrencilerinin genel anlamda Rank'ın (2017) nevrotik birey tanımı ile uyuşan ifadeler kullanması da dikkatleri celbetmektedir. Bilindiği gibi Rank nevrotik bireyi kendi varoluşlarını ortaya koymaya çalışırken toplumdan soyutlanan insanlar olarak tanımlamaktadır. Katılımcılar da benzer şekilde özgürlüklerinin yalnızlıkla sonuçlandığını ifade etmişlerdir. Bu du-

rum katılımcıların varoluşsal tanımlamalarının, yarım kalması ve yanlış yönlmesi olarak yorumlanabilir.

Alanyazında madde kullanan bireylerin özgürlük arayışında oldukları ifade edilmektedir (Alikashiöğlu, 2005). Buna karşın varoluşçu psikoterapi, sorumluluk olmaktan ele geçen özgürlüğün yalnızca duygusal problemlere neden olduğunu ileri sürmektedir (May ve Yalom, 1989). Katılımcı görüşleri incelendiğinde, katılımcıların özgür olmak istemekle birlikte sorumluluk almaktan kaçındıkları fark edilmektedir. Varoluşsal bir ikilem olan bu durum tabiatıyla varoluşçu psikoterapinin de çalışma konusudur. Buna göre madde bağımlısı ve kullanıcı bireylerin seçim ve sorumluluk konusundaki yapılarının güçlendirilmesi gerektiği söylenebilir.

Son olarak katılımcıların özgürlük, sorumluluk, anlam gibi konularda yaşadıkları problemlerin nevrotik bir kaygıya yol açtığı yorumu yapılabilir. Esasen katılımcı ifadeleri de bu çıkarımı doğrular mahiyettedir. Madde bağımlısı ve kullanıcı bireylerin nevrotik kaygının öğeleri olan çaresizlik ve olumsuz duygular gibi etmenlerden kurtulmak ve kaygıyı bastırmak için madde kullandıkları bilinmektedir (Aksoy, 2006; Songar, 1980; Türkan, 2011). Yani madde kullanıcı ve bağımlısı bireyler nevrotik bir kaygı yaşamaktadır. Bu durum, madde kullanıcı ve bağımlısı bireylerde nevrotik kaygının azaltılmasına yönelik çalışmalar yürütülmesinin faydalı olacağını düşündürmektedir.

Araştırmada, katılımcıların yarısının algılarını güçlendirmek için madde kullandıkları yönünde görüş serdetmesine ilişkin bulgu, madde kullanımının tarihsel süreci göz önünde bulundurulunca pek de şaşırtıcı gelmemektedir. Bu sonuç tarihsel süreç göz önünde bulundurulduğunda beklenmedik bir sonuç değildir. Zira Antik Çağlardan beri insanlar bilinçlerini değiştirmek amacıyla madde kullanmışlardır. MÖ 2737’de bir Çin imparatorunun şifalı bitkiler tarifi kitabında marihuananın adı geçmektedir. Ayrıca dünyayı bir yanılsama olarak kabul eden Ekvator’daki Jivaro yerlileri, doğaüstü güçlerin “gerçek dünyası” ile ilişki kurabilmek için geleneksel olarak madde kullanmaktadırlar (Morris, 2002). Başka bir ifade ile madde kullanımı, tarih boyunca çeşitli kültürlerde farklı bilinç hâllerine (Yöntem, 2015) ulaşmak ve doyum sağlamak için bir araç olarak kabul edilmiştir. Gerçekten de madde kullanan kişiler, geçici olarak alt ve orta bilinçdışıyla temas kurabilmektedir (Morris, 2002). Buna göre madde kullanımı dolayısıyla belli bir noktaya kadar yaratıcılık, ilham ve sezgisel yoğunluk gibi durumların görülmesi mümkündür. Ancak bu maddelerin uzun süreli kullanımı ve toleransa bağlı doz artırımla duygusal küntlük, sinir hücrelerinin yıkımı ve farkındalık yitimi kaçınılmaz olarak ortaya çıkmaktadır (Merter, 2011; Morris, 2002). Araştırmanın katılımcılarınca da dile getirilen bu deneyimsel süreç, bazı madde kullanıcılarının daha üst ve kompleks gereksinimlerine yönelik tatmin arayışı yüzünden madde kullanmaya başladıkları ve sürdürdükleri şeklinde yorumlanabilir. Madde kullanan bireylerin bu motivasyonu, tedavi uygulamalarında öznel manevi doyum kaynaklarının etkin şekilde kullanılmasını icap ettirmektedir.

Araştırma bulguları genel olarak değerlendirildiğinde, madde kullanıcısı bireylerle çalışırken varoluşçu psikolojinin esas aldığı kavramların göz önünde tutulmasının işlevsel bir tedavi yaklaşımı sağlanmasında önem taşıdığı yorumu yapılabilir. Bu bağlamda alan uzmanlarının madde kullanıcısı ve bağımlılarına yönelik müdahale süreçlerinde anlam yaratma, yaşamının sorumluluğunu alma, kendi var oluşunu tanımlayabilme gibi konularda rehberlik etmesi faydalı olacaktır. Ancak ulaşılan bulgular değerlendirilirken araştırmanın belli sınırlılıklarının bulunduğu unutulmamalıdır. Bu araştırma, örnekleme ulaşmak güç olduğundan sınırlı sayıda katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Dolayısıyla bu alana yönelik araştırmaların temsil gücü yüksek bir örneklem oluşturacak sayıda katılımcıyla gerçekleştirilmesi önerilebilir. Araştırmanın, bir diğer kısıtlılığı sadece üniversite öğrencileri üzerinde yürütülmüş olmasıdır. Araştırmacının, buna dair gözlemi katılımcıların genel profilinin yüksek olduğu yönündedir. Yani katılımcılar ifade becerileri ve genel kültür düzeyi yüksek bireylerden oluşmaktadır. Bu nedenle araştırma bulgularını değerlendirirken değinilen bu kısıta dikkat etmek gerekmektedir. Ayrıca ileride yapılacak araştırmalarda varoluşçuluk bakımından kıyasa imkân tanımak üzere madde kullanan ve kullanmayan bireylerle birlikte çalışılması da önerilebilir. Nihayet bundan sonraki araştırmalarda varoluşçu psikoterapinin madde bağımlısı ve kullanıcıları üzerindeki etkilerini inceleme amacını gerçekleyecek deneysel araştırma desenleri kurgulanabilir. Bu sayede ulaşılabilecek bulguların daha sağlıklı bir neden sonuç ilişkisi kurmayı olanaklı kılacağı düşünülmektedir.

Extended Abstract

Investigating Drug-Using University Students’ Existential Problems*

Mustafa Kemal Yöntem¹
Nevşehir Hacı Bektaş Veli University

Abstract

In examining the literature, many studies have revealed substance abuse to be explainable on an existential basis. However, when examining the Turkish literature, a limited amount of research is found to have focused on the relationship between drug use and existential psychological concepts. This study aims to contribute to the literature by examining university students’ substance abuse in the context of existential problems. For this purpose, qualitative interviews have been conducted with 12 university students (eight males and four females). The study began with one substance-using university student and reached the other participants using the snowball sampling method. Data have been collected through two separate interviews with the participants. The participants were asked to evaluate themselves in the first interview in the scope of existentialism. In the second interview, the findings from the first meeting and the issue of existentialism were discussed with the participants. Afterwards, the participants were asked questions about the relationship between their substance-use behaviors and their existence. A 25-question, semi-structured interview form developed by the researcher has been used to collect the necessary data. The data obtained in the study has been analyzed using NVIVO 10, a qualitative data-analysis program. According to the research findings, substance-using university students have difficulty making meaning from their lives, cannot balance freedom and responsibility, have isolated loneliness instead of constructive and productive loneliness, and have neurotic anxiety. When generally evaluating the research findings, the assumptions of existentialism appear to be explanatory in regard to substance abuse.

Keywords

Substance abuse • Drug use • Existential psychotherapy • University students

* This is an extended abstract of the paper entitled “Uyuşturucu madde kullanan üniversite öğrencilerinin varoluşsal problemlerinin incelenmesi” published in *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*.

Manuscript Received: July 2, 2018 / **Accepted:** December 8, 2017 / **OnlineFirst:** February 25, 2019

1 Correspondence to: Mustafa Kemal Yöntem (PhD), Department of Guidance and Psychological Counseling, Faculty of Education, Nevşehir Hacı Bektaş Veli University, Nevşehir Turkey.

To cite this article: Yöntem, M. K. (2019). Investigating drug-using university students’ existential problems. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6, 25–50. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2019.6.1.0037>

Substance abuse has become increasingly widespread, especially among young people, and this affects them negatively (European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, 2014; Evcin, 2014; United Nations Office on Drugs and Crime, 2003). Many studies have been conducted on substance abuse in Turkey. However, these studies have mostly focused on variables such as extent of use (Kurupınar & Erdaamar, 2014), socio-economic factors (Karatay & Kubilay, 2004), sociodemographic characteristics (Bulut et al., 2006; Yüncü Aydın, Coşkunol, Altıntoprak, & Bayram 2006), and attitudes towards substance dependence (Altıntaş et al., 2004). Moreover, studies on the psychosocial factors of substance abuse have mainly examined the relationship between substance abuse and various psychological variables such as suicide (Demirci, 2016), hopelessness (Olçay, 2016), and self-esteem (Aydın, 2015). However, no studies are found in Turkey on substance abuse or dependence based on psychotherapy theories, to the best of the authors' knowledge. In addition, studies abroad (Carroll, 1998; Chen, 2006; Sherman & Fischer, 2002) also are limited in number on this subject. This study aims to close the gap in the literature. In this context, using the predictions of existential psychotherapies has been attempted in explaining substance abuse. The reason for choosing existential psychotherapy as a theoretical base is because a relationship exists in the literature between substance dependence and topics such as purpose, meaning, freedom, and spirituality (Chen, 2006; Gursu, 2018; Sherman & Fischer, 2002).

Method

This study examines the reasons for substance abuse among university students within the scope of existential psychotherapy. For this purpose, the qualitative research technique (Yıldırım & Şimşek, 2013) has been used as descriptive research method.

Research Group

The snowball sampling method has been used in this study. In line with the aim of the research, the first participant was contacted and then led the researcher to the other participants. During the data collection process, in-depth interviews took place with 12 university students (eight males and four females).

Data Collection Tool

The study data has been collected using the semi-structured interview form developed by the researcher. The form has also been reviewed by four experts with PhDs in the field of guidance and psychological counseling.

Data Collection Process

Data have been collected through two separate interviews with the participants. They were asked to evaluate themselves in the scope of existentialism in the first interview. In the second interview, the findings from the first one and the issue of existentialism were discussed with the participants. Afterwards, the participants were asked questions about the relationship between their substance-use behaviors and existence. The research data was collected through the interview method, and creating a suitable interaction environment where the participants could feel comfortable and express their opinions sincerely was attempted. To prevent data loss, a voice recorder was used during the interviews with the participants' approval. However, six participants did not want a voice recording, so notes were taken for the interviews with these participants. Participants were not asked any details about their identity in order to make them feel safe. Each participant used their own nickname in all stages of the study. Furthermore, with the aim of avoiding any drawbacks that the audio recorder may cause, the participants were informed that they could listen to the audio recordings at the end of the interview and, if they wanted, delete some or all of the recordings. The interviews lasted a half hour on average.

Reliability Validity

Different methods have been used together for reliability and validity in the research. Firstly, four experts provided their opinions about the items and themes on the research interview form. All experts have doctorates in guidance and psychological counseling. Particular attention has been paid to the interviewer not affecting the respondents while answering questions during the interview. In addition, the participant confirmation method has been used after coding the research data. In this method, participants are asked whether the findings of the study accurately reflect their own beliefs. Interviewing did not start until establishing the participants' prolonged engagement and trust.

Data Analysis

First the voice recordings have been transcribed and notes taken for possible sub-themes. Next the data have been coded using the qualitative data analysis program, NVIVO 10. Participants' self-expressions, conceptualizations of existential psychotherapy, and expressions discovered by the researcher have been used as codes. At a later stage, the researcher examined the suitability of the codes and possible sub-themes and asked experts on these issues their opinions. Once the coding process has been completed and the codes and sub-themes finalized, the last stage is conducted to define and interpret the findings.

Findings

Awareness

Defining themselves. Although the vast majority of participants found stating their personal information easy, their attempts at existential definitions were seen to be difficult ($n = 8$). Regarding substance use, participants said it “strengthens their perceptions” ($n = 6$), “helps them socialize” ($n = 2$), “reorders their existential balance” ($n = 2$), and “helps their self-acceptance” ($n = 2$).

Defining their world. All participants were seen to describe the world as bad. Only one participant described the world as bad in the broad sense while also expressing that good things exist in the world. While defining the world through substance use, participants said it “makes perceiving the world easier” ($n = 6$), “has both good and bad effects” ($n = 5$), and “makes me peaceful” ($n = 1$).

Freedom and Responsibility

Freedom. According to the responses, all participants attached importance to freedom. They also expressed freedom as the basic element of life and stated trying to be free. On the relationship between perceptions of freedom and substance use with their definitions of freedom, half the participants stated that substance use liberates themselves while the other half stated that their perception of freedom was not related to substance use.

Responsibility. The participants seem unable to balance responsibility and freedom. Participants stated that they generally do not take responsibility for their lives ($n = 9$). However, they stated being responsible for their substance use ($n = 8$).

Loneliness. Participants generally expressed their freedom to result in loneliness ($n = 9$). This loneliness is perceived as a gradual isolation from society. On the relationship between substance use and loneliness, almost all participants stated that substance use to be the reason they can cope with loneliness ($n = 11$).

Meaning

Anxiety. In general, the participants have been observed to be anxious ($n = 8$). However, the participants stated not having any existential anxiety ($n = 7$).

Satisfaction sources. A large majority of the participants stated not having any spiritual sources ($n = 9$) and substance use to be a source of spiritual satisfaction for themselves ($n = 9$).

Life purpose. Participants generally stated having no goals in life ($n = 9$). One participant expressed internal goals (Deci & Ryan, 2000) while the other two participants expressed external goals (Deci & Ryan, 2000).

Discussion and Conclusion

After generally evaluating the findings, existential psychotherapy can be stated as a functional model when working with substance users and addicts. Supporting substance users and addicts in creating meaning, taking responsibility for their lives, and identifying their own existence would be beneficial for those working in this field. However, this study has certain limitations as it was conducted with a limited number of participants due to the difficulty in reaching people that could constitute the sample. More participants can be reached in future studies. Furthermore, the research has been conducted on university students. According to the researcher's observations, the overall profile of the participating university students shows them to have quite high skill levels for expression and culture. Therefore, paying attention to this issue is necessary when evaluating the research findings. Finally, empirical research designs can be constructed in future studies to examine the effects of existential psychotherapy on substance dependence and its effects on users. In this way, a healthier cause-and-effect relationship can be established.

Kaynakça/References

- Aksoy, K. (2006). *Lise öğrencilerinin bağımlılık yapan maddelere ilişkin tutumları ve bu tutumlara etki eden değişkenlerin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Aktaş, Y. (1997). Üniversite öğrencilerinin uyum düzeylerinin incelenmesi: Uzunlamasına bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 107–110.
- Alevsaçanlar, S. (2015). *Madde bağımlılarında erken dönem uyum bozucu şemalar ve şema sürdürücü başa çıkma davranışları: Şema terapi modeli çerçevesinde bir inceleme* (Yüksek lisans tezi, Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Alikaşifoğlu, M. ve Ercan, O. (2002). Ergenlerde madde kullanımı. *Türk Pediatri Arşivi*, 37, 66–73.
- Altıntaş, H., Temel, F., Benli, E., Çınar, G., Gelirer, Ö., Gün, F. A. ve Kundakçı, N. (2004). Tıp Fakültesi birinci sınıf öğrencilerinin madde bağımlılığı ile ilgili bilgi, görüş ve tutumları. *Journal of Dependence*, 5, 107–114.
- Avcı, E. (2017). *Madde bağımlılığı tedavisi görmüş bireylerde bilişsel davranışçı grup psikoterapisinin relaps eğilimi üzerindeki etkisinin sınanması* (Doktora tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Aydın, Y. (2015). *Alkol ve madde bağımlılığında beden algısı, benlik saygısı düzeyleri ve sosyal fobi görülme sıklığı: Karşılaştırmalı bir çalışma* (Yüksel lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.

- Bauman, S., & Waldo, M. (1998). Existential theory and mental health counseling: If it were a snake, it would have bitten! *Journal of Mental Health Counseling*, 20(1), 13–27.
- Birleşmiş Milletler Uyuşturucu ve Suç Ofisi. (2003). *Türkiye 'de sağlık hizmetleri, eğitim ve toplumsal girişimle madde kullanımının önlenmesi, madde kullanımı üzerine ulusal değerlendirme çalışması*. www.sosyalhizmetuzmani.org/ucucumaddeler.doc adresinden edinilmiştir.
- Bulut, M., Savaş, H. A., Cansel, N., Selek, S., Kap, Ö., Yumru, M. ve Vırt, O. (2006). Gaziantep Üniversitesi alkol ve madde kullanım bozuklukları birimine başvuran hastaların sosyodemografik özellikleri. *Journal of Dependence*, 7, 65–70.
- Carroll, K. M. (1998). Therapy manuals for drug addiction, manual 1: A cognitive-behavioral approach: treating cocaine addiction. *National Institute on Drug Abuse*. Retrieved from <https://archives.drugabuse.gov/sites/default/files/cbt.pdf>
- Chen, G. (2006). Social support, spiritual program, and addiction recovery. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 50(3), 306–323. <https://doi.org/10.1177/0306624X05279038>
- Chen, G. (2010). The meaning of suffering in drug addiction and recovery from the perspective of existentialism, Buddhism and the 12-step program. *Journal of psychoactive drugs*, 42(3), 363–375. <https://doi.org/10.1080/02791072.2010.10400699>
- Cohen, L., & Manion, L. (1994). *Research methods in education*. London, UK: Routledge
- Collins, K. M. T., Onwuegbuzie, A. J., & Jiao, Q. G. (2006). Prevalence of mixed-methods sampling designs in social science research. *Evaluation & Research in Education*, 19(2), 83–101. <https://doi.org/10.2167/eri421.0>
- Cooper, M. (2003). *Existential therapies*. London: Sage.
- Creswell, J. W. (2013). *Nitel araştırma yöntemleri beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni* (M. Bütün ve S. B. Demir, Çev. Ed.). Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. http://dx.doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Demirci, M. (2016). *Üniversite öğrencilerinde madde bağımlılığı ve intihar ilişkisi* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Du Plock, S., & Fisher, J. (2005). An existential perspective on addiction. In E. Van Deuzen & C. Arnold-Baker (Eds.), *Existential perspectives on human issues* (pp. 67–77). New York: Palgrave Macmillan.
- Emblen, J., & Pesut, B. (2001). Strengthening transcendent meaning. A model for the spiritual nursing care of patient experiencing suffering. *Journal of Holistic Nursing* 19, 42–56. <https://doi.org/10.1177/089801010101900105>
- Ehrmin, J. T. (2001). Unresolved feelings of guilt and shame in the maternal role with substance-dependent African American women. *Journal of Clinical Scholarship*, 33, 47–52.
- Ekinci, A., Ekinci, O., Türkçapar, H. ve Özbay, H. (2012). Alkol bağımlısı olguların sağlıklı kontrollerle emosyonel şemalar yönünden karşılaştırılması ve klinik özelliklerle ilişkisi. *Archives Of Neuropsychiatry*, 49(4), 286–293.
- Emniyet Genel Müdürlüğü KOM Daire Başkanlığı. (2014). *Kaçakçılık ve Organize Suçlarla Mücadele 2014 Raporu*. Ankara: Yazar. <http://www.kom.pol.tr/Documents/Raporlar/2014tur.pdf> adresinden edinilmiştir.

- Ercan, O. ve Alikasıfoğlu, M. (2002). *Ergenlerde madde kullanımı. Türk Pediatri Arşivi*, 37, 66–73.
- Eriksson, K. (1992). Different forms of caring communion. *Nursing Science Quarterly*, 5, 93.
- Fawcett, T. N., & Noble, A. (2004). The challenge of spiritual care in a multi-faith society experienced as a Christian nurse. *Journal of Clinical Nursing*, 13, 136–142.
- Frager, R. (2010). *Kalp, nefis ve ruh* (İ. Kapaklıkaya, Çev.). İstanbul: Gelenek Yayıncılık.
- Frank, V.E. (1999). *Duyulmayan anlam çılgılığı* (S. Budak, Çev.). Ankara: Öteki Psikoloji.
- Evcin, U. (2014). Alkol ve madde kullanımı ile ilgili dünyanın en büyük okul anketi: ESPAD üzerine bir değerlendirme. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 1(2), 135–142.
- Geçtan, E. (2012). *Psikanaliz ve sonrası*. İstanbul: Metis Yayıncılık.
- Güneltay, S. (2017). *Alkol ve madde bağımlılığı ile erken yaş dönemi uyum bozucu şemalar arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi, T.C. İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Gürsu, O. (2018). Madde bağımlılığı ve din: HİGED Örneği. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5, 37–54. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2018.5.1.0006>
- Hart, K. E., & Singh, T. (2009). An existential model of flourishing subsequent to treatment for addiction: The importance of living a meaningful and spiritual life. *Illness, Crisis & Loss*, 17(2), 125–147. <https://doi.org/10.2190/IL.17.2.d>
- İlhan, T. (2013). Üniversite öğrencilerinde yaşam amaçları ve madde kullanımı. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(2), 183–196.
- Karakaş Uğurlu, G., Uğurlu, M., Turhan, L. ve Türkçapar, M. H. (2012). Alkol bağımlılarında işlevsel olmayan inançlar: karşılaştırmalı bir çalışma. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1(2), 113–120.
- Karatay, G. ve Kubilay, G. (2004). Sosyoekonomik düzeyi farklı iki lisede madde kullanma durumu ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi*, 1(2), 57–70.
- Kurupınar, A. ve Erdamar, G. (2014). Ortaöğretim öğrencilerinde görülen madde bağımlılığı alışkanlığı ve yaygınlığı: Bartın ili örneği. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1), 65–84.
- Krefting, L. (1991). Rigor in qualitative research: The assessment of trustworthiness. *American Journal of Occupational Therapy*, 45(3), 214–222.
- Link, B. G., Elmer, L. S., Rahav, M., Phelan, J. C., & Nuttbrock, L. (1997). On stigma and its consequences: Evidence from a longitudinal study of men with a dual diagnosis of mental illness and substance abuse. *Journal of Health and Social Behavior*, 38, 177–190.
- May, R., & Yalom, I. D. (1989). Existential psychotherapy. In R. J. Corsini & D. Wedding (Eds.), *Current psychotherapies* (pp. 363–402). Itasca, IL, US: F E Peacock Publishers.
- Merriam, S. B. (2013). *Nitel araştırma desen ve uygulama için bir rehber* (S. Turan, Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık
- Merter, M. (2011). *Dokuz yüz katlı insan: Tasavvuf ve benötesi psikoloji (Transpersonal psikoloji)*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Morris, C. G. (2002). *Psikolojiyi anlamak* (B. Ayvaşık ve M. Sayıl, Çev.). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Murdock, N. L. (2014). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları* (F. Akkoyun, Çev., Ed.). Ankara: Nobel Yayınları.

- Olçay, G. U. (2016). *Alkol ve madde bağımlılığı tedavisi gören bireylerde algılanan sosyal destek ve umutsuzluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Onwuegbuzie, A. J., & Leech, N. L. (2007). A call for qualitative power analyses. *Quality & Quantity*, 41, 105–121.
- Özbay, Y., Yılmaz, S., Büyüköztürk, Ş., Aliyev, R., Tomar, İ. H., Eşici, H. ... Akyıldız, F. D. (2018). Madde bağımlılığı: Temiz bir yaşam için bireyin güçlendirilmesi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5, 81–130. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2018.5.1.0001>
- Özkan, S. ve Yılmaz, E. (2010). Üniversite öğrencilerinin üniversite yaşamına uyum durumları (Bandırma örneği). *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 5(13), 153–171.
- Öztekin, A. (2011). İbn Arabî'nin “Âyân-ı Sâbite”si ile Jung'un “Arketipler”i üzerine bir değerlendirme. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 5(1), 293–303.
- Rahat, E., & İlhan, T. (2016). Coping styles, social support, relational self-construal, and resilience in predicting students' adjustment to university life. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 16(1), 187–208. <https://doi.org/10.12738/estp.2016.1.0058>
- Randall, E. (2001). Existential therapy of panic disorder: A single system study. *Clinical Social Work Journal*, 29(3), 259–267.
- Rank, O. (2017). *Doğum travması* (S. Yücesoy, Çev.). İstanbul: Metis Yayıncılık.
- Rogers, M. A., & Cobia, D. (2008). An existential approach: An alternative to the AA model of recovery. *Alabama Counseling Association Journal*, 34(1), 59–76.
- Sherman, J., & Fischer, J. M. (2002). Spirituality and addiction recovery for rehabilitation counseling. *Journal of Applied Rehabilitation Counseling*, 33(4), 27–31.
- Songar, A. (1980). *Psikiyatri, modern psikobioloji ve ruh hastalıkları*. İstanbul: Serhat Yayınları.
- Strang, S. (2002). *Spiritual/existential issues in palliative care* (Thesis in medical science, Goteborg University, Institute of Selected Clinical Science, Departement of Oncology). Retrieved from <https://gupea.ub.gu.se/handle/2077/15563>
- Straser, F., & Straser, A. (1997). *Existential time-limited therapy*. New York, NY: Wiley.
- Turhan, E., İnandı, T., Özer, C. ve Akoğlu, S. (2011). Üniversite öğrencilerinde madde kullanımı, şiddet ve bazı psikolojik özellikler. *Türkiye Halk Sağlığı Dergisi*, 9(1), 33–44.
- Türkan, H. (2011). *Opiyat reseptör polimorfizmi ile madde bağımlılığı ilişkisinin araştırılması* (Doktora tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi, Ankara). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Türker, K. (2016). *Ergenlerde madde kullanımına neden olan psikososyal faktörlerin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Wiklund, L. (2008). Existential aspects of living with addiction—part II: Caring needs. A hermeneutic expansion of qualitative findings. *Journal of Clinical Nursing*, 17(18), 2435–2443.
- Wiklund, L., Lindstrom, U. A., & Lindholm, L. (2006). Suffering in addiction a struggle with life. *Theoria – Journal of Nursing Theory*, 15, 7–1.
- Yalom, I. D. (2018). *Varoluşçu psikoterapi* (M. Demirci, Çev., Ed.). İstanbul: Pegasus Yayınevi
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.

- Yöntem, M. K. (2015). Mevlana Mesnevi'sinde aşkın bilinç. *Akademik Bakış Dergisi*, 51, 10–28.
- Yöntem, M. K. ve Özer, Ö. (2018). The effect of adjustment training based on rational emotive behavior therapy on adjustment to university. *International Journal of Higher Education*, 7(4), 90–98. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v7n4p90>
- Yüncü, Z., Aydın, C., Coşkunol, H., Altıntoprak, E. ve Bayram, A. T. (2006). Çocuk ve ergenlere yönelik bir bağımlılık merkezine iki yıl süresince başvuran olguların sosyodemografik değerlendirmesi. *Journal of Dependence*, 7, 31–37.
- Zakrzewski, R. F., & Hector M. A. (2004). The lived experience of alcohol addiction: Men of alcoholics anonymous. *Issues in Mental Health Nursing*, 25, 61–77.