

PSIKODRAMA

DR. ABDÜLKADİR ÖZBEK PSIKODRAMA ENSTİTÜSÜ DERGİSİ

MAYIS 2009 / SAYI:1



Ülkemizde Psikodramaya Hayat veren İnsan:
Prof. Dr. Abdülkadir Özbek...

BİR YOLCULUK

Drama Terapi ile
Psikodramanın dengelenmesi

SIRA SÖZE GELMİŞKEN

Rol Kuramında
Yeni Gelişmeler

Yuvarlak Masa:

İÇİMİZDEKİ ROLLER

ROLLER TERAPİLER

İz Bırakanlar

GÜLÖREN ÜNLÜOĞLU

Drama Kavramından Türeyen Bir Dilek:

**PSIKODRAMA VE YARATICI
DRAMA İLİŞKİSİ**

Psikodrama Tez Özetleri

Farklı Sesler - Sözler

HABERLER / YAYINLAR

GİRİŞ

- Editörden, Fatma SAYMAN ...3
Sıra Söze Gelmişken, Bircan Kırilangıç ŞİMŞEK ...4

ÜLKEMİZDE PSIKODRAMA'YA HAYAT VEREN İNSAN: DR. ABDÜLKADİR ÖZBEK ...5-7

- Dr. Abdülkadir Özbek, Hakan KUMBASAR ...5
Bir Yolculuk, Fûruzan YAZICI ...7

ENSTİTÜMÜZÜN İÇİNDEN ...8-9

- Bir Geziyi Çıkmak, Arşaluyş KAYIR ...10

DOSYA (ROLLER/TERAPİLER) ...11-31

- Dramaterapi ile Psikodramanın Dengelenmesi, Robert J. LANDY ...11
Psikodrama, Rol Kuramı ve Kültürel Aşam; Rol Kuramında Yeni Gelişmeler, Sue DANIEL ...24

SÖYLEŞİ ...32-35

- Drama Kavramından Türeyen Bir Düet, Psikodrama ile Yaratıcı Drama İlişkisi, Nevin ERACAR ...32

YUVARLAK MASA ...36-42

- İçimizdeki Roller ...36

İZ BIRAKANLAR ...43-44

- Prof. Dr. Gülören Ünüboğulu, Ayla AYSEV ...43

PSIKODRAMA TEZ ÖZETLERİ ...45-49

- 2008 Psikodrama Tez Özetleri ...45

FARKLİSESLER / SÖZLER ...50-52

- İçimizdeki Hiyerarşi, Fatma Sayman ...50
"Çaykovski Sever misiniz?"
Ya da Öteki Halimizi Sahneye Taşımak, Turabi YERLİ ...51
Olumsuz Haller, Olumlu Haller, Sevilay KAHVECİ ...52
Beden'in Çağırışı, Barış TOK ...53

HABERLER ...54-56

PSİKODRAMA

DR. ABDÜLKADİR ÖZBEK PSİKODRAMA ENSTİTÜSÜ DERGİSİ

MAYIS 2009 / SAYI 1

Sahibi:

Dr. Abdülkadir Özbek Psikodrama Enstitüsü adına
Bircan Kurlangıç Şimşek

Yazı İşleri Sorumlusu:

Fatma SAYMAN

Bu Sayıyı Hazırlayanlar:

Fatma SAYMAN

Ganel Bingöl

Danışmanlar:

Bircan K. ŞİMŞEK

Nezzat U. MUHTAR

Emre KAPKIN

Hülya DENİZ

Nazmiye ATALAN

Dergi İletişim:

Şifa Sok. İlyas Bey Çıkmaçı

No: 41 34710 Moda / İstanbul

www.a.ozbek-psikodrama.com

www.psikodramatist.com

0216 450 63 21

Grafik Tasarım ve Kapak Tasarımı:

İletim Reklam, Basın Yayın Ltd.

www.gascartro.com

gas@gascartro.com

Baskı ve Çift:

Adım Center

0216 450 26 48

Dr. Abdülkadir Özbek Psikodrama Enstitüsü

www.a.ozbek-psikodrama.com



A ayda bir yayınlanır. Her hakta saklıdır. Yazılardan yazarların sorumludur.

Bu dergideki yazı, makale, fotoğraflar, çizimler ve illüstrasyonların elektronik ortamda yayımlanmak üzere yayınlanmadığı ve çoğaltılmaması izne tabidir.
Bu dergi Beşin Antak Yayınevine tabidir.

Merhaba...

Özellikle psikodrama serüveni 1980'li yıllarda Değerli Hocamız Abdülkadir Özbek ile başladı. O zamanlardan bu yana, giderek artan bir katılımla yolcu uçamızı sürdürüyoruz. Bu yolculuk, bireysel dünyamızda büyüme, bağımsızlaşma, bireyselleşme yolculuğu...yapısal bakımdan ise yapılaşmanın büyümesi, genişlemesi ve kurumsallaşma eylemlerini içeriyor.

Yayın etkinliklerimizin de otuz yıllık bir geçmişi var. Dr. A. Özbek-Dr. G. Leutz'un 'Psikodrama' kitabının ardından telif ve çeviri yayınlar devam etmekte...

Elinizdeki derginin temelinde amatör bir ruhla 10 sayı çıkan Psikodrama Bülteni var. Aynı amatör ruh ve aynı kısıtlı bütçeyle, şimdi de Dergi ile karşınızdayız.

Amatörlük, geliştirici bir heyecanın yanı sıra duygusalca yapılan hataları da kapsar. Bu dergi için de 'kuramsal yazılar çok uzun' eleştirisini duyar gibiyim. Yanıtımız şöyle: 'yazılar çok bilgilendirici, değerli yazılardı, kısaltmaya kıyamadık! ... Dergimizde gerek öz gerek biçim bakımından başka hata ve eksikler vardır mutlaka, bu seferlik affınızı ve gelecek sefer için katkılarınızı diliyoruz...

Bu ilk sayımıza, değerli hocalarımız Abdülkadir ÖZBEK'i ve Özlören ÖNLÜOĞLU'nu anarak başladık. Çalışmalarımız hakkında kısa bilgiler verdik.

Dergimizin 'Roller ve Terapiler' dosyasında, psikodrama, drama terapi ve rol teorisi alanlarında yeni ve zengin bilgiler ve genişletmeler yer alıyor. 'Yuvaklık masada, psikodramacılar rollerini yaşamda, drama sahnesinde ve tiyatrodaki yansımalarını, gelişmelerini kendiliğindenleri çerçevesinde tartışıyor. Nevlin Aracı, 'drama kavramından türeyen bir düet' başlıklı söyleşisinde, psikodrama ile yaratıcı drama ilişkisini, Uğur Değirmencioğlu ile birlikte indeliyor.

Bu sayıda ayrıca, psikodrama tez özetlerini, psikodramacıların çeşitli farklı yaklaşımları, yayınlardan seçtikleri, damıadan haberleri...bu acekımız.

Dergimizin kuramsal bakımından, yeni görüş ve gelişmeleri ulaştırın, bilgilendirici bir ağırlık taşımasını amaçlıyoruz. Ayrıca güncel haberleri ve farklı yaklaşımlara da yer vererek sayfa arımızı renklendirmek istediğimizi. Ama en önemli dileğimiz, dergimizin zaman içinde, yeni ve genç görüşlerin, önerilerin, geniş bir bakış açısı içinde tartışıldığı bir platform işlevini almasıdır.

Eleştiri ve katkılarınızı bekliyoruz.

Bu derginin hazırlanmasında değerli görüşleri ile katkıda bulunan Nevzat Uğrum Muhtar, Bircan K. Şimşek, Emre Kapkın ve Hilmiye Deniz'e, Tarihleri ve emekleri ile destek veren Cane Bingöl, Nazmiye Atalar, Dilek Güntepe ve Iğın Gökler Danışman'la teşekkür ederiz...

Yeni açılımlar dileği ile...

Fatma SAYMAN

Yaşamın özünün eylem olduğunu bilerek ve eyleyerek üretiyoruz. Eylediklerimizi tanımlamak, bir anlamda görmek gerektiğinde söze yaslanıyoruz. Şimdi söze yaslanarak görmeye çalışalım; değerli hocamız Dr. Abdülkadir Özbek Ülkemizin en doğusunda doğmuş, ülkemizin ortasında (Ankara'da) psikodramayı başlatmış ve en batısı Asklepion'da (Bergama'da) geleneksel Grup Psikoterapilerin Kongreleriyle konuşmasını sürdürmüştür.

Bizler, hocamızın ülkemizi bir baştan bir başa kucaklayan yaşam serüveninde yetiştiğimiz öğrencileriz. Ondan aldığımız mirası, sadece onun bize öğrettiği tekniklerle değil aynı zamanda değerler sistemiyle de sürdürme çabası içindeyiz.

Hocamız Ankara, İstanbul ve İzmir'de sürdürdüğü eğitimde üç ilin ilişkisini, birdiktel çi üçlü "sac ayağı"na benzetirdi. Birdi olmadan sacın ayakta duramayacağını söylerdi. Bizler de onu kaybettiğimizden sonra içsel eşitliğimiz bu yapıyı koruyarak yol almaya çalışıyoruz. Zaman yol aldıkça yaşamda başka kayıplar da yaşadık. Bunlardan Aysel Özlü var oluşun kaygısını anımsatarak unutamayacağımız destluğuyla bıraktıklarını.

Babamı kaybetmiş ve her biri, diğerinin eşi ki kardeşler olarak kullandık. İş ve görev paylaşımı yaptık. 2000 yılından, 2008 Mayısına kadar kurduğumuzun başkanlığını değerli arkadaşımız İnci Doğaner üstlenerek önemli adımlar atmamızda öncülük etmişir. Başkanlık rolünün değişiminden sonra da emeği ve katkılarıyla yol alışımızda önemli kazanımlar sağlanmayı sürdürmektedir.

Üç ilin temsilini esas alarak Eğitim Kurulu, Etik Kurulu, Yayın Kurulu, Arşiv Kurulu, Halk İlişkiler Kurulu, Araştırma Kurulu, Uluslar Arası İlişkiler Kurulu, Sınav Hazırlık Kurulu ve Sınav İnkelerini Geliştirme Kurulu oluşturduk ve kurullarımızla yönettiğimiz bir yapıya kavuştuk.

Avrupa Psikodrama Eğitim Organizasyonu Federasyonu'nun (FEPTO) üyesi olan kurumumuz eğitim yapısını da FEPTO standartlarında sürdürmektedir.

Geraksindiğimizde rol değişimi yaparak ve zamanı geldiğinde bayrağı yeni ve daha genç psikodramacılar bırakmaya hazırlanarak bugünü kurmaktayız.

Hocamızın oğlu Murat Özbek'i gönül kardeşimiz olarak sürekli aramızda hissetmek istiyoruz.

Bu derginin yayınlanma süreci de bu oluşumun bir parçasıdır. Daha önce İstanbul ekibimizden büfeli çıkararak sesini, sesimizi duyurmaya çalışan arkadaşlarımızın öncülüğünde, Ankara ve İzmir'den arkadaşlarımızın da katılımıyla derginin ilk sayısı doğmuştur. Dergimizin oluşması ve yayını armasını sağlayan herkese teşekkür ederim.

Yüreğin önünde ki, zaman, mekan ve aklın sınırlarını zorlayarak, İnsan olmanın (ama var oluşuna bizi götüren) 'PSİKODRAMA' yol arkadaşlığında yanımızda olmak isteyenlere hoşgeldiniz! diyecek, iyi okumalar diliyorum.

Bircan Kırilangıç ŞİMŞEK

Dr. Abdülkadir Özbek Psikodrama
Enstitüsü Başkanı

DR. ABDÜLKADİR ÖZBEK



Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi'nin ilk mezunlarından olan Özbeke 1920 yılında Doğu Beyazıt'ta doğdu. 1952 yılında Ruh ve Sinir Hastalıkları uzmanı oldu. 1967 yılında Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniğinde çalışmaya başladı. Almanya Moreno Öberlingen Enstitüsünde 15 yıl grup psikoterapisti ve psikodrama eğitimi olarak Ankara Tıp Fakültesine dönüldü. Kliniğimizin 4. katında Türkiye'de ilk olarak psikodrama, grup psikoterapisti eğitimi ve uygulamalarını başlattı. 1982 yılında Ankara Tıp Fakültesinde Psikiyatri araştırma görevlileri, uzman doktor, psikolog ve sosyal hizmet uzmanlarına bu konuda eğitimi vermeye başlamıştır. 1987 yılında Psikiyatri Anabilim Dalı Başkanı oldu.

Prof. Dr. Özbeke, psikiyatrik uygulamaların tedavisinde Grup Psikoterapilerinin Türkiye'de yaygınlaşması için uğraş veren bir bilim adamıydı. Bu uğraşları kapsamında Türkiye Grup Psikoterapistleri Derneği'nin kurulması ve Almanya Moreno Enstitüsü direktörü Dr. Grete Leutz ile işbirliği yaparak, özellikle psikodrama eğitiminin ülke çapında tanıtılması, yaygınlaşması ve kurumsallaşması için çaba sarfetti. İstanbul, Ankara, İzmir, Bursa, Adana illerinde yüzlerce psikiyatri, psikolog, sosyal hizmet uzmanı, hekim, rehber öğretmen, psikodrama yöneticisi, psikodrama terapisti Özbeke hocadan aldığı ilham ile eğitimlerini tamamladı.

Sistematik biçimde 1976 yılında Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniğinde başlayan bu eğitim ve uygulama sürecinde, meslek aynını yapmadan öğrenenlere yeni kavramları, yöntemleri öğretti, yeni fırsatlar yarattı ve destek verdi. Genç psikiyatristlere, psikodrama erodisiyle yalnız kendilerini fark etmeyi değil, diğer insanları da onların gözüyle görebilmelerine eğitim verdi.

Prof. Dr. Özbeke ilk olarak Ankara'da Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniğinde 1976 yılında başlatılan Uluslar arası Grup Psikoterapistleri Sempozyum ve Kongrelerinin, tarihsel süreç içinde dünyada 2500 yılı öncesinde ruhsal tedavilerin ilk uygun andeği yerlerinden biri olarak kabul edilen Bergama Antik Kenti'nin Asklepeionu'nda 1984 den itibaren sürdürülenel konusunda bütün bu yıllar boyunca Özbek ile çalıştı. Bir şeyin yaratıcılığını, imgelem gücünü kullanma olanağını veren bu eşsiz antik kente dönüşümde artık her yıl, ruhsal sağlık alanında çalışan farklı disiplinlerden gelen yerli, yabancı yüzlerce profesyonel deneyimleri paylaşarak, yeni deneyimler kazanıyorlar. Ankara'da başlayan grup psikoterapistleri kongreleri Prof. Dr. Abdülkadir Özbeke'nin girişimleri ile 1984 yılından itibaren Bergama'da yapılmaya başlandı ve devam ediyor.

Prof. Dr. Özbeke, 2000 yılı Mayıs ayında düzenlenen Uluslar arası Grup Psikoterapistleri 75. Bergama Asklepeionu'nda kongreye de katılımı bozuk olmasına karşın katılarak öğrencilerine ve öğrencilerine desteğini veraharlığını esirgemedi. Adeta bir misyonu tamamlarcasına ilk öğrencilerinden bazılarının sınav yerlerinde Bergama'da bulundu.

Kişisel konuşmalar sırasında "Kendisini yaptıkları değil, kendisinden sonra yapacakların önemli olduğunu" bu eğitimin devamlılığının önemini vurgulayan Özbeke, katıldığı bu son kongrede kongre üyelerine duygusal bir biçimde veda etti. Kongre katılımcılarının hep bir arada olduğu gale çecesinde dikti de, Özbeke sağlık sorunları nedeniyle resmi bir konuşma yapamayacağını bildirdiği habere, bir süre sonra güçlükle mikrofon başına gelerek, "Ben Ağrı'nın bir köyünde doğdum. Sizin köyünden bir türkü söylemek istiyorum" dedi ve "Hacı o diyan" türküsünü okudu. Başka hiçbir söz söylemeden de ağızlarında yerine söndü.

Özbek'in toprağa verildiği gün, Türkiye'nin dört bir yanından gelen ve son görevini yapmak isteyen, çeşitli mesleklere mensup insanların bir arada olması Örneğin ekili tohumların çimlenmesi için toprakta beklemeye başlamasıdır.



Özbek'in öğrencileri ve yönetim üyeleri son olarak şunları söylüyorlar:

"Sevgili hocamızı, bize kendimizi, diğer insanları da onların çözüyle görüp görmemiz sürecinde rehberlik ettiği, yeni yollar gösterdiği ve bizi yeni dünyayla tanıştırdığı için sevgi, saygı ve çften teşekkürlerimizle anıyoruz." Onun öğrettiklerini bizden sonraki kuşaklara sonsuz kadar bizler aktaracağız.

13.6.2000'de vefat ettiği Prof.Dr. Abdülkadir Özbek Grup Psikoterapileri Kongrelerinin 1984 yılında Bergama'da gerçekleştirilmesine öncülük etmiştir.

1984 yılında Türkiye Grup Psikoterapileri Derneğini kurulmasına öncülük etmiş uzun yıllar başkanlık görevini sürdürmüştür. Onursal başkan olarak hep bizlerin yanında olmuştur. Evli 2 çocukludur.

Biz öğrencilerimiz her zaman psikiyatride farklı bir bakış açısına bireysel, grup psikoterapileri, psikodrama eğitimimiz konusunda öncülük etmiş bu insanları bizlere sevdiren önce kendimizi, sonra hastalarımızı farklı yönleri ile tanımamıza, mesleğimizi farklı yönleri ile sevdirmemize önemli katkılar sağlamıştır.

Hakan KUMBASAR

Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi
Konsültasyon-Liyasyon Psikiyatrisi
Bilim Dalı Başkanı
Psikodramatist

BİR YOLCULUK



Sarıyer'de, 1 Eylül 2001 tarihi idi. Bir vakit nim Doğubayazıt'ta askerlik yapıyordu. O'nun yerini öğreni için yola çıkmıştık. Bu yolculuk önce ay önce kaybolduğumuz, sevgili hocamız Dr. Abdülkadir Özbeke'nin doğduğu 'Bu Diyar' lara da bir yolculuk idi. Benim O'nun anısına 'İç yolculuğum' idi.

Minibüsle Doğubayazıt'a yol alıyorduk. Minibüsteki yöre halkı ile 'havadan sudan' konuşuyorsak yapılan kimlik kontrolleri ile havadan sudanlık boğazımızda çözümlense de bu minvalde devam ediyorduk.

Psikodrama ve Hocamız ile 1984 yılında İstanbul'da ilk defa tanıştık. Çok kişisellik grubu ayırdık. Grubumuzda en yakın arkadaşlarımız yanında ilk defa karşılaştığımız grup üyeleri de vardı... İlk grup çaışmamızdan sonra, Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesinde, yakın çalışma arkadaşlarımız ile hocamızı paylaştık. Çok yakın arkadaş olduklarını, sevgili eşi Melhan Hanım'a 'Uyan Yarım Sabahlar Oldu' serbesti öykü edişini duyarak içimizi ısıttı.

Azlık hocamız ile daha 'Tanış' tık. Devam eden gruplarımızda tanışıklık' tan öte bağlar oluştu... İlk 1985 de Grup Psikoterapistleri kongresi için Bergama Asklepion' a gittiğimizde...

Ankara yanında İzmir, Bursa, Anadolu'nun dört bir yanından çeşitli s' lerimiz oldu. Bakıdan değışi tabiid, dış dünyanın en yetkili psikodrama isimlerinden teyz atırken tanıştık da eddik. Dr. Lautz, Franske, Gneist, Cassseau,

Burmeister isimleri içimizde idi' ve pek çok kişi artık hem hocalarımız hem dostlarımızdı.

Gruplarımız devam etti.. Hocamızın onay ile kendi yönettiğimiz gruplar başladı.

Tohumunu Hocamızın attığı köklenmiş düzende çoğaldık, zenginleştik, kendi yönettiğimiz gruplardan çok şey öğrendik. Tüm psikodrama camiası ile sadece birlikte olmayı değil, birlikteliği yaşamayı becerdik...

Doğubayazıt yolculuğu devam ediyordu. Yol boyunca, bulutlar ile kaplı, karlı Ağrı Dağı zirvesi, zaman zaman, bulutların açılması ile tüm ihtişamı ile ortaya çıkıyordu...

Ama benim için artık sadece "zirve" değildi. O zirveyi taşıyan etekleri, doğduğu yükseldiği tohumleşen topraklar, bu topraklardaki katman katman medeniyetler, yaşamış ve yaşayan tüm köllüler, bu köllülerin efsaneleri, bu köze değışi tohumlukları sevgi ve saygı idi. Doğruyanlış ben bu bakışış psikodrama ile kazandım.

Psikodrama sürecimde sevgili Hocam, memleketimin, mır dağları idi. Dağlar ata atınmış babalarımız idi. Bu kocaman dağların anası ise Anadolu'du. Onlar da Anadolu'nun oğulları idi. Anadolu'da yaşayan tüm halklar nasil O'nun kızları ve oğulları ise Hocamız da Anadolu'nun değerli iz biriken bir oğuldu...

Evet. Doğubayazıt'taki yerini öğreni. Neden ise, öğreniler sonrası baba ile evlatların vedesi içtirdi de olsa, kınayan göz yaşlarının ısıttığı gözler öpüp başa konan ellerin sarı toğunda sırta sevgi ve gururla dokunmuş, içimi ısıttı biraz...

Hocamız yıllar önce 'tamamı hazırsınız' demişti. O dedi ise, söyleyecek lafımız, yoktur. Cine de zor...

O'nun emeğine, emeğine emek kalan tüm psikodrama camiasına yani dostlara,

Teşekkürler, Teşekkürler...

Füruzan YAZICI

Psikolog, Psikodramatist



Prof. Dr. Leutz grupta... (2007 Bergama, Askleponları)

Dikemizde yaygın ve sistemli bir şekilde eğitimi başlatan ilk psikoterapötik yöntemli, psikodramatik sosyometrik grup terapisi olmuştur. 1970'lerin başında, Türkiye'de ilk kez düzenli bir tedavi programı içinde Psikodrama-Grup Psikoterapisi ve Sosyometri temelli tedavi yöntemini karma nevroz servisinde uygulamaya başlamıştır. 1984 yılında Ankara'da İİA Psikodrama Eğitim Grubu, Dr. Abdülkadir Özbek tarafından oluşturulmuştur. Bu eğitim Almanya'daki Überlingen Moreno Enst. TüSÖPne (kurucu başkanı Dr. Grete Leutz olan) paralel olarak planlanmıştır. Mayıs 1984'de Türkiye'de ilk kez kurulan Grup Psikoterapileri Derneği, Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı ve Bergama Belediye'sinin işbirliği ile Bergama Eskülap (Asklepon) Grup Psikoterapileri Sempozyumu gerçekleştirilmiştir.

Ankara'da Grup Psikoterapileri Derneği, İstanbul Psikodrama ve Grup Psikoterapileri Derneği, İzmir Psikiyatri Derneği kendi yapıları içinde Psikodrama Grup Psikoterapisi ve Sosyometri birimlerini oluşturarak bu birlik içinde çalışmaya karar vermiş, Psikodrama Eğitim Birliğini oluşturmuşlardır. Bu birliğin adı XIL (1995) Bergama Grup

Psikoterapileri Sempozyumu 25-27 Mayıs 1995 Genel Kurulunda sempozyuma katılan 100 üye ve psikodrama grup yöneticilerinin oy birliği ile Dr. Abdülkadir Özbek Psikodrama Enstitüsü olarak belirlenmiştir. 1984 yılından beri her yıl Mayıs ayında Bergama Eskülap'ta (Asklepon'da) düzenlenen Grup Psikoterapileri Sempozyumları, Türkiye Grup Psikoterapileri Derneği, Ankara Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Psikodrama ve Grup Psikoterapileri Derneği, İzmir Psikodrama Derneği, ve Bergama Belediyesi İşbirliği ile düzenlenmektedir.

Ağustos 2003'de Türkiye Grup Psikoterapileri Derneğimiz İstanbul'da IAGP Dünya Kongresini düzenledi. FEPTO (Federation of European Psychodrama Training Organizations)'ya üye olduk. Enstitümüz temsilcisini, yapılan seçimle FEPTO Yönetim Konseyine aktif üye olarak gönderiyorduk.

Ankara ve İstanbul'da Psikodrama Günleri düzenlenmeye başlamıştır, bu yıl İstanbul'da "Sahnedeki Gözlemler" başlıklı III. Psikodrama günleri düzenlenmiştir.

Dr. Abdülkadir Özbek Enstitüsü Ankara, İstanbul ve İzmir'de ortak illkelerle çalışan bir ekiple çalışmaktadır. 2001 yılından beri FEPTO standartlarına bağlı olarak çalışan bir eğitim kuruluşudur. Psikodrama eğitim kurslarına katılmak isteyen adayların yüksek öğrenimlerini tamamlamış olmaları gerekmektedir. Eğitim hazırlık aşamasıyla başlar. Hazırlık kurslarına üç doktoru, psikoloğ, psikolojik danışman ve rehberlik uzmanı, sosyal hizmet uzmanı, yüksek hemşireler katılabilirler. Konu ile ilgili başka bölüm mezunlarının başvuruları da, onlar için hazırlanmış eğitim paketleri çerçevesinde değerlendirilecektir. Programın içeriği, uygulamalı ve kuramsal olarak iki boyutta üç ilce sürdürülmektedir. Eğitim birimi 45 dakikadan oluşan birimdir. Belge almış bir psikodramatist, olabilmek için gereken en az süre FEPTO standartlarına göre 880 birimdir.

HAZIRLIK AŞAMASI

Bu aşama, psikodramatik sosyometrik grup terapisi yöntemini, genel çizgileriyle eğitim adaylarına tanıtmayı amaçlar. Bu aşama sırasında eğitim adayları psikodrama tekniği ile tanışarak, bu yöntemi çalışmalarında, mesleki uygulamalarında kullanıp kullanılmama konusunda seçim yapma amaçlı kararlar.

TEMEL AŞAMA (ASİSTANLIK AŞAMASI)

Bu aşamada temel amaç, grup üyelerinin kendi bireysel gelişimlerini tamamlama aşısıdır. Bu aşama, üyelerin, kendi sosyal atomlarıyla ilişkilerini, rol çalması ve tüzyonlarını, çekirdek çalışmalarını, etkileri ilişkilerini ayımsamaya ve çözümlenmeye çalışmaları, grup üyelerinin birbirleri ve/veya grup üyeleriyle grup liderleri arasındaki aktarımların çözümlenip, grup kohezyonunun gerçekleştirildiği bir



terapi/egitim sürecidir. Bu aşama, grup liderinin, yardımcısının ve grup üyelerinin, üyelerin bireysel olgunlaşma sürecini tamamladığı yolundaki bir uz aşamayla tamamlanır.

Temel eğitim aşamasındaki uygulamalar boyunca, her uygulamanın belli, bir bölümü süreç analizi ve kuramsal bilgi aktarımına ayrılır. Bu aşamadaki üyeler, isimma teknikleri, temel psikodrama teknikleri, rol kuramı, sporlanlık, yaratıcılık ve grup süreci konularında bilgilendirilir; okuma materyalleri tanıtılırken karşılıklı tartışarak etkin öğrenme zemini yaratılır.

İLERİ EĞİTİM AŞAMASI

(YÖNETİCİLİK/TERAPİSTLİK AŞAMASI)

Bu aşamanın temel amacı, adayın bağımsız olarak grup yönetmeyi ve yönetici konumunda psikodramanın özel tekniklerini uygulamayı ve kullanmayı öğrenmesidir. Yönelici adaylarının, grup sürecini yakalamaya; bir oturumun isimma, gelişme ve sonlanma aşamaları arasındaki denge ve hürün dğö sağlama konusunda gelişmelerine çalışılır. Bu aşamaya geçen üyeler bu grupların yönetimini süper vizyon altında gerçek estirirler.

TEZ

Tez konusu bir psikodrama grubunun süreç analizine ilişkin olabileceği gibi, psikodrama tekniklerinin başka terapi yöntemleri ile kıyaslanabildiği bir çalışma, sosyometrik bir çalışma ya da monodramada uygulanan tekniklerle ilgili olabilir.

Yukarıda ayrıntılı bahseddiğimiz eğitim grupları dışında, belli meslek grupları için özel eğitim paketleri ve belli problemlerle ilgili gruplar, isteyen herkese açık yabancı gruplarımız da uygulamaya konmaya başlamıştır.

Hülya DENİZ

Uzm. Dr., Psikiyatr
Psikodramatist



Prof. Dr. Arşaluyş Kayır ve öğrencileri asistanlık belge töreninden sonra (2007 Bergama, Aklepeleti)

Psikodramanın babası Moreno Freud'a "Sen insanlarla rüyalarını analiz ediyorsun, ben insanlara tekrar rüya görme cesaretini veriyorum" demiş, bu bana kendi yaşamımı içinde bir gezintiye çıkmayı öğretmiştir.

"Hayatım bir çarptı gibi gözümün önünden geçti" derken ayağa kalkar o yaşamın yöneticisi, oyuncusu ve eleştirel gözlemcisi oluruz...

Psikodramada beni en çok heyecanlandıran ve içine çeken şey, o gün o insanlarla ruhsal dünyamızda bir kesit gezisine çıkmış işleği uyanmasıdır. O gezintili sırasında neler mi olur?... O yürüyüşte edim mi öne çıkaran sahnede dir. Ruhsal dünyasına eşlik edenokler seçer, yerleşirler, grubun yol göstericisi ve katılanları ile elele hikayesini anlatır, oynar, oynatır, çoğunlukla teşekkül ederek sahnesini kapatır. İnsanoğlunun açarına, yasaklarına, özelemlerine, sevinçlerine, kederlerine, hayal kırıklıklarına, halatadıklarına, umutluluklarına..., daha bir çok duygu, düşünce ve eylemlerine yollar açılır. Ve elini bir diğerine vererek başka sahnelerin açılması için onları yönlendirir.

Çok geniş ve çeşitli alanları ve insanları olan, çok sevdiğimiz bir psikodrama bahçemiz var, orada yaşam hikayeleri bir araya gelir. Tanışmak ve buluşmak isteyenlere buyururudiyoruz.

Sevgilerimle

Arşaluyş KAYIR

Klinik Psikolog,
Prof.Dr., Psikodramatist

ROLLER TERAPİLER

Dramaterapi ile Psikodramanın Dengelenmesi



Bu denemede Robert Landy'nin "Dramaterapi ve Psikodrama" başlıklı yazısı temel alınmıştır. Bkz. *Handbook of Expressive Therapies* içinde, ed. C. Malchrodt, NY: Guilford Press, 2005, s. 90-116.

Çeviri: Emine AYHAN

Robert J. LANDY

Dr., RDI/BCI, LCAT

GİRİŞ

Gelişimsel bir bakış açısından hareketle söylemek gerekirse, drama, çocuğun tanınabilir ve ödüllendirilebilir olan ayrı bir kendilik olarak kendi bedenin farkına varmasıyla birlikte başlar. Dramanın ortaya çıkışı bilincin ortaya çıkışına benzer, zira iki süreçte de gelişmekte olan insan kendisine dışarıdan bakarak kendisini ayrı bir kendilik olarak görme kabiliyeti kazanır. Ben kendimi gözlemlediğimde, iki kendilik görüyorum: bir taraftan düşünen, duygusayan ve ödüllendiren diğer taraftan da hakkında düşünülen, duygularıyla eğlenen ve ödüllendirilen iki kendilik.

Psikolojiden ödünç terimlerle ifade etmek gerekirse, bu kendilikler sırasıyla "ben" ve "beni/bana"ya tekabül eder (bkz. James, 1950 and Mead, 1934). Öte yandan, dramatik terimlerle ifade edilirse, bu kendilikler oyuncu ile rol yahut oyuncu ile gözlemciye denk gelir.

İnsandaki dramattize etme kabiliyeti doğustandır, dolayısıyla sınırdan etini mez. Bütün insanlar içsel yaşantılarıyla düşünce yoluyla, toplumsal yaşantılarıyla ise eylem dilayetiyle ilişki kurar, ki bunların ikisi de "ben" ile "beni/bana" arasında, yani düşünen ya da eyleyen yan ile hakkında düşündüren ve eylemlenilen yan arasında bir ayırım olduğu ölçüde dramatik bir mahiyet taşır. En bariz drama biçimi, çocuğun bir rol üstlenerek ötekirmis gibi davranışlarıdır. Sözügelimi, bir kız çocuğu uyku vakti

gelişiminde annesinin rolünü üstlenerek en sevdiği oyuncak bebeğine şöyle der: "Uyumayan önce dişlerini fırçalar. Ammazsan, gecek kalırsın, ona göre."

İnsan varoluşunun doğal dramı genelikle başka alanlara da uygulanır. Dramatik etkinlik oyuncuların estetik amaçlarla yazılı bir metni seyirciler karşısında icra ettikleri tiyatro şeklinde olabileceği gibi, dramatik yaklaşımlarını öğrencilerin eğitime uygulandığı eğitsel drama şeklinde de karşımıza çıkarılır. Dramatik etkinlik, tekrar edilen ve ezberden oluşan ritüeller ve dualar şeklinde belli bir toplumsal topluluğuna yönelik olarak manevi ve toplumsal işlevler de üstlenabilir.

Başka bir drama uygulaması da tedavide devreye girer. Şamanlar çok çeşitli kültürlerde bir yıl ardı drama, dans ve ilahiden tedavi amacıyla fayda alıyor olsalar da, bu yazıda tedavi amaçlı görece yeni drama uygulamaları psikodrama ve dramaterapi konu edilecektir.

İki drama uygulaması da tedavi amaçlı olarak geliştirilmiş olduğu halde, her birinin kendine has bir tarihçesi vardır. Psikodramanın temelleri, yirminci yüzyılın başında dramatik tedavide radikal yaklaşımlar geliştiren Viyanalı psikiyatri J. L. Moreno (1889-1974) tarafından atılmıştır. Moreno, Freud'un etkili psikolojik değişimin esasen konuşma tedavisinde, yani psikanalitik ile hasta arasındaki söz alışverişisi sayesinde gerçekleştiği yollu görüşüne karşı çıkar. Moreno'ya göre, değişimin en açık biçiminde vuku bulunduğu süreç, dramatik canlandırma'dır. Moreno'nun psikodrama sisteminde, psikanalitik labi tutulan hasta kendi yaşamındaki rahatsız edici deneyimleri başka hastalardan oluşan bir seyirci topluluğu karşısında yeniden canlandırılan protagonist haline gelir. Seyircilerin işlevi, protagonistin rahatsız edici bir sannevi etkili bir biçimde canlandırılmasına ve dramalizasyon sürecinde uyarılan bastırılmış duygular serbest bırakılmasına yardımcı olmaktır. Psikodramatik canlandırmanın bitiminde, grup üyeleri protagonistte destek verir ve oyunun bizzat kendilerinde tetik ettiği duyguları paylaşırlar.

Moreno 1920'li yıllarda Avusturya'dan ABD'ye göç ettikten sonra New York, Beacon'da bir psikodrama merkezi kurar. Moreno burada psikodrama alanında pek çok fikir geliştirmekle kalmaz, bunların sosyal düzeydeki uygulamalarını da sosyodrama, sosyometri ve grup psikoterapisini geliştirir. Moreno fikirlerini medya ve iletişim alanları ile sosyolojik ve manevi ilgi alanlarını kapsayacak şekilde geliştirmiş olan yolculuk bilmez ve örökleme bir yenilikçidir.

Moreno ile eşgi Zerka yirminci yüzyıl boyunca önde gelen

psikodrama teorisyenleri ve pratişyenleri olmayı sürdürmüştür. Zerka Moreno çalışmalarına yirminci yüzyılda da faal olarak devam etmiştir. Zerka Moreno'nun derlenmiş eserleri (Moreno, Z.T., 2006) ve yayına hazırlanmakta olan anıları (Moreno, Z.T. yayına hazırlanıyor) onun psikodramanın gelişimi ve yayılmasındaki büyük etkisini ortaya koyar niteliktedir. Pratişyen kuşakları psikodramanın oyun (bkz. Blattner, 1996), din (bkz. Pitzzele, 1998), psikolojik travma (bkz. Dayton, 1997), ceza hukuku (bkz. Yablonski, 1992) ve toplumsal meselelerdeki (bkz. Sternberg ve Garcia, 1994) farklı farklı uygulamalarını keşfetmişlerdir. Bununla beraber, psikodramaya yakın başka biçimler de geliştirilmiştir. Bunlardan en dikkat çekicisi, Jonathan Fox ve Jo Sales (bkz. Sales, 1993, 2000) tarafından kurulan topluluk-temelli bir hikâye canlandırma biçimi olan Playback Tiyatrosudur. Danası, çeşitli ülkelerde kültüre özgül psikodrama biçimleri de geliştirilmiştir (örn. bkz. Rojas-Barmudez, 1996, and Kellermann, 1992, 2007). Bununla beraber, Moreno tarafından geliştirilen psikodrama biçimini, her türden psikodrama uygulamasına yönelik net bir yapı ve biçim sınıması bakımından bütün bu örneklerle temel oluşturmaya devam etmektedir.

Psikodrama, protagonistlerin hayatlarındaki sorunlu durumlar içinde bizzat kendilerini oynadıkları ve bunu, onlara dramada destek olan ve oyunun kendilerinde uyarıldığı kişisel tecrübeleri geri besleme yoluyla bildiren bir seyircinin karşısında yaptıkları aksiyona dayalı bir psikoterapi biçimi olarak tanımlanabilir. Aynı şekilde, dramaterapi de bireylerin, genellikle bir grup içinde ötekilerle birlikte, terapi amacıyla rol yaptıkları aksiyona dayalı bir psikoterapi biçimidir. Yine de, söz konusu iki dramatik tedavi biçimi arasında bazı önemli farklılıklar bulunur:

1. Birden fazla bireyin öncülüğüyle gerçekleşen dramaterapi de bir kaç farklı yaklaşım ortaya girer.
2. Dramaterapide protagonistler genellikle kurmacı bir çerçevede, bir oyun ortamı dahilinde, kenzillerinden farklı insanların ve nesnelerin rolünü üstlenerek, daha çok tiyatrunun yapısına uygun biçimde çalışır.
3. Dramaterapistleri hayali hikâyelerle, bazen de doğrudan oyun metinleriyle, yine doğrudan doğruya tiyatroya bağlı kurarak çalışma eğilimindedir.
4. Dramaterapistleri daha ekspresif bir tarzda, tek bir yöntemle bağlı kalmadan çalışma eğilimindedir.
5. Dramaterapistleri tedavi stratejilerinin bir parçası olarak psikodramatik kavramlara ve anlayışlara yer verirler.

BAŞLICA YAKLAŞIMLAR

Bu bölümde başlıca üç drama-terapi yaklaşımının yanı sıra, Moreno'cu klasik psikodrama yaklaşımını ele alacağız. Her yaklaşım, deneyimli kişiler, teatral ve pratik bir bakış açısından hareketle değerlendirileceğim.

Psikodrama

Bir sahne olarak dünya ve oyuncu olarak insan metaforundan fazlasıyla eskilenen Moreno çalışmaları, rol üstlenen insanların, bu rolü canlandırırken kendilerine has özellikleri açığa vurdukları yolu varsayımı çıkış noktası almıştır. Nitekim, Moreno ilk çalışmalarından birinde (1946) rolü şöyle tanımlar: "benliğin üstlendiği gerçek ve ele tutulabilir biçimler". Moreno rol teorisini hiçbir zaman tam olarak geliştirmemiş olsa da, birayların üstlendikleri rollerde sadece kendilerine has özellikleri açığa vurmaya kalmayıp, bastırılmış duygularını dışavurma ve serbest bırakma fırsatı buldukları, böylece kendilerini daha katırlı hissettikleri fikrine bağlı kalmıştır. Moreno'ya göre, dört rol türü vardır:

1. Bedene mahsus olan psikosematik ve fizyolojik roller. Uyuyan kişi, uyuyan kişi, seçen kişi ve narı kel eden diğ. bu rollerden dir.
2. Hava iç içüne mahsus olan psikodramatik roller ya da fantazi rolleri. Bu roller arasında tanrılar, şeytanlar ve hayvanlar bulunur. Kişinin başarı ya da güç elde etmek amacıyla arzuladığı roller de bu gruba sokulabilir.
3. Ötekilerle kurulan toplumsal ilişkilere bağlı toplumsal roller. Bunlar ötekiler ilişkisine dayanan aile, toplumsal dinîyet ve meslek rolleridir.
4. Belli bir çevrede olmanın getirdiği gereklere karşılık olarak gelişen kültürel roller. Bu roller kişilerin aile, toplumsal dinîyet ve meslek rollerini hangi yollarla icra edeceklerini belirler.

Moreno (1956) kişinin bir rolü, "toplumsal dünyadan bilinç dışına girerek, bilinç dışına şekil ve düzen kazandırmak amacıyla" üstlendiği kanısındadır. Moreno uzun yıllar boyunca, analizinde fabrikeler, evsiz çocuklar ve sırttan yetişkinlerin de bulunduğu çeşitli duygusal ya da toplumsal konudaki gruplarla çalışmış ve onların, psikodrama tiyatrosundaki toplumsal rollerini etkili biçimde canlandırarak iç dünyalarında bir düzen hissi tesis etmelerine yardımcı olmuştur.

Psikodrama'nın amacı insanların, rollerini daha spontanlıkla oynamasını sağlamaktır. Moreno (1946) bu teatral spontanlık kabiliyetinden bahsettiği bir yerde, oyuncunun "oyun yazarının kaleminden dökülen metnin seslik, edebi yorumuna bir yenilik, canlılık ve dramatik bir nitelik" kattığını söyler.

Moreno spontanlık fikrinden hareketle, net çizgilerle sınırlanmış bir yaklaşım geliştirir. Psikodrama grup fikrine dayanan bir yaklaşımdır. Üye sayısı 4 ile 20 kişi arasında değişebilen küçük ya da büyük grup ismiyle işe başlar. İşin amacı, grubu yaratıcı çalışmaya hazırlamak ve bir veya daha çok grup üyesinin kafasında belirli bir sorunun belirmesini sağlamaktır. Sözgelimi, odanın ortasına bir sandalye konur ve grup yöneticisi ya da grup üyesi bu sandalyeye Depresyon gibi bir isim verir. Ardından, bütün grup üyelerinden sandalyeye doğrudan konuşmaları istenir.

Grup üyelerinden biri ismi dışında, ya protagonist ya da psikodramadaki merkezi bir karakter olarak seçilir. Örneğin, Joanna isimli bir kadın Depresyon sandalyesiyle son derece dokunaklı bir tarzda konuşabilir. Bu deneyim ona eskiden annesiyle yaptığı bir konuşmayı hatırlatabilir. Bu durum gerçekleştiğinde, Joanna artık ismi değil, böylece yönetmen, grup üyesi ya da kendisi tarafından protagonistle aranabilir.

Senin bundan sonraki kısmında, gerçek canlandırmanın önceki hazırlık aşaması olan aksiyon aşaması denir. Hazırlık süresince yönetmen sahneyi, örneğin anne ile kız arasında geçen önemli bir tartışmayı netleştirmeye, sahnenin sınırlarını çizmeye ve grupta yer alan diğer kişilerin yan rollerini belirlemeye çalışır. Oyunda yan rollerde oynayacak grup üyeleri genellikle protagonist tarafından belirlenir. Sözgelimi, yukarıdaki örnekle geçen Joanna annesi rolünü oynaması için yaşlı bir kadını seçebilir.

Daha sonra yönetmen, protagonistin sahneyi anne ile kız arasında karşılaşmayı depresyon teması merkezinde kurmasına ve canlandırılmaya başlamasına yardım eder. En temel düzeyde, kız rolündeki protagonistle anne rolündeki yardımcı oyuncu birbirleriyle doğrudan karşılaşır. Fakat psikodrama'nın amacı, kendi iç dünyasının tezahürü ve katarsis veya duyguların serbest bırakılması olduğundan, yönetmen bu amaçlara ulaşmak için çeşitli tekniklerden faydalanır. Grup üyelerinden birinin protagonist tarafından onun için en uygun düşünceleri dilendirecek bir yardımcı ben olarak seçildiği esnasında protagonistten içinden geçen düşünceleri bizzat dilendirmesinin üstlendiği iç monolog ve protagonistle yardımcı oyuncunun gerçekten rolleri değiştirerek oyuna devam ettiği iç değişimi bu tekniklerden bazılarısı. Protagonistin oyuna daha

derinlemesine nüfuz ederek, tasvir edilen sorunun kabine inmesine yardımcı olmak üzere geliştirilmiş başka pek çok teknik daha vardır.

Oyun, genellikle duygusal katarsis yoluyla ulaşılan bir doruk noktasına ulaştığında, sürecin son aşaması olan paylaşım aşaması devreye girer. Bu aşamada, grup üyeleri protagoniste yönelerek, onun kendi dramatize edilmiş deneyimini değerlendirmesine yardımcı olur. Grup üyeleri, bununla da kalmayıp, oyunda ele alınan temaya, sözcüklere, anne-kız ilişkisine dair kendi deneyimlerini paylaşır. Bu grup paylaşımında, bütün grup söz konusu tema üzerinde düşünür ve bu temanın kendi hayatlarındaki anlam ve önemini kabul eder.

DRAMATERAPİDE ROL TEORİSİ VE ROL YÖNTEMİ

Rol teorisi psikodramada olduğu gibi, dramaterapide de insanların doğa bir ifade aracı olarak belli roller üslenip, bu rolleri icra ettiği öncüleriyle ortaya çıkar. Moreno gibi Landy de (2000) rol kavramını kesin çizgileriyle belirtmeye çalışmıştır. Landy bir rol tanımı yapmaya çalışırken, şöyle bir anımsatırmıştır:

Rol teorisine göre, insan deneyim belli bir ölçüde, duygu ya da eylem biçimine "şarj" edilen farklı davranış örüntülerinden hareketle kavranılabilmektedir. Rol bu örüntülere verilen isimlerden biridir. Her rol, her ne kadar başka rollerle ilişkili olsa da, kendine has nitelikleri, işlevi ve tarzı bakımından biriktir. Rol ile de değişmez bir kendilik değil, o rolü oynayan bireyin içinde bulunduğu değişken yaşam koşullarına göre değişip dönüşebilen bir kendiliktir. Gelgelelim, Jung'un arketip kavramına benzer biçimde, her rol de sahip olduğu özgül özelliklere ayırt edilebilir. Örneğin, bir kişi anne rolünü oynadığında, bir başkasını besleme ve ona bakma hissi de dahil, ayırt edilebilir belli özellikler ifade edecektir. Rolün arketipik tabiatı zaman içinde değişmeden kalsa da, anne rolündeki kişinin kendisinin bir anneve ihtiyacı olduğunu ya da çocuğuna karşı sorumluluklarını feshetmek istediğini ifade etmesi gibi durumlarda, bu role has belli özelliklerin değişmesi mümkündür.

Dolayısıyla, her rol kendine has arketipik nitelikleriyle ve bu niteliklerden sapma ölçüsüne göre anlam kazanır.

Landy (1993, 2006) bir rol kaynağı olarak tiyatroya dikkat çeker ve antik Yunan tiyatrosundan çağdaş tiyatro formlarına kadar Batı tiyatrosu literatürü konusundaki bir çalışmasından hareketle bir rol taksonomisi geliştirir. Landy Batı tiyatrosu tarihinde 84 rol tipi, bu tiplerle bağlantılı alt-tipler ve mükerrem figürler tayin ettikten sonra, bu teatral tiplerin hem dramaterapide, hem de hayatta geçerli olan insan rollerine özgü davranışları özettedilerine dair kanıtlar sunar.

Dahası, Landy dramaterapi tedavisinin amacının insanlara kendi çatışkılı rolleri arasında, örneğin kurban ve hayatta kalan rolü arasında bir denge bulmak ve rollerine has müphemliklerle başa çıkarak yaşamayı öğrenmek konusunda yardımcı olmak olduğunu ortaya koyar. Herhangi bir insanda rollerin tam biçimlerini, ki kişilik yapısına eşdeğerdendir bu, rol sistemi olarak adlandırılır (bkz. Landy, 1993).

Landy rol teorisinden hareketle taksonomide yer alan rollerle çalışmayı mümkün kılabilmek için uygulamalı bir model geliştirdi. Bu üç kısımlı modelde rol, karşırol ve rehber bulunur. Landy (2000) bundan her birini şöyle tanımlar:

Bir hasta dramaterapiye başladığında, rol teorisini temel alan terapisi genellikle hastanın hayatta üstlenmesi gereken en az bir rolün ya elverişli? ve az gelişmiş olduğunu ya da başka rollerle veya kendi rollerini oynayan başka kişilerle uyumsuz biçimde ilişkilendirilmiş olduğunu varsayar. O halde, terapinin öncelikli amacı, hastanın söz konusu role erişmesine ve onu tanımlamasına yardımcı olmaktır.

Tiyatrodan ödünç terimleriyle söylessek, rol, hastanın oyunundaki protagonisttir, ki protagonist figürünün kendi farkındalık kazanma ve bağlantı kurma arayışı yolunda gireceği mücadelelerden henüz haberdar olmaması hiçbir şey değiştirmez. Karşırol (KR) rolün karşı tarafında pusuya yatmış olan antagonist figürüdür. Bu figürünin karşıdaki kişi gibi düşümler karşı bir rol almaktan ziyade rolün, tek bir rol oynamanın etkili yollarını keşfetme arayışında inkâr edilebilir ecek, yok sayılabilecek ya da sakılabilecek olan ötekil yarıdır. KR ile de karanlık ya da olumsuz bir figür olmak zorunda değildir. Kiş toplumsal olarak anne rolünü oynuyorsa, KR de erkek kardeş, kız evlat ya da

haber rolü olabilir. KR'nin, daha çok hastanın sorunlarına mahsus olan, yardımcı gibi bir özellik olması da mümkündür. Böyle bir hastanın nazartula, anne bezalandırıcı ya da istismarcı bir figürü temsil ediyor olabilir.

KR'nin rollerden bağımsız varılması söz konusu değildir. Diğer taraftan, rol bağımsız bir varlığa sahip görünür ve çoğu hasta verili bir rolü belli bir yetkinlikle icra etmeyi umar. Ne var ki, rol bile muadili olan rollerle birleşme, bütünleşme eğilimindedir. Gerçek anlamda ahlaklı bir insan olmak, karşı tarafta sükut duran ahlaksız veya ahlak dışı özellikleri tamama veya bunlarla birtakım yaşamaya kabiliyetini gerektirir.

Rol ve KR genellikle yer değiştirirlerinden, belli aralıklarla rol değişimleri gerçekleşir. Hasta anlaki sorunlarla mücadele ederken, özizye doğrudan KR rolüyle çalışmayı seçebilir ve rollerden biri öngönlenden arkapana doğru geçerken rol değişimine uygun bir zemini yaratır.

Rehber, rol üçlenmesinin son parçasıdır. Rehber, Rol ile KR arasında duren ve bunlardan bir tarafından etkine giden köprü olarak kullanılır bir geçiş figürüdür. Rehberin başlıca işlevlerinden biri bütünleşmedir. Diğer bir işlevi ise, hastanın kendi yolunu bulmasına yardımcı olmaktır. Bu haliyle, Rehber, bireylere izlemeleri gereken yolları gösteren bir yardımcı, dümençi, pilot veya kılavuz gibidir. En temel düzeyde, rehber terapisttir. İnsanlar kendi toplumsal ya da intrapsikik dünyalarında etkili bir rehber figürü olmadıkları için terapiye gider.

Joanna'yla çalışmak için yeni bir yol bulmaya çalışan dramaterapist, ona rol ve karşırol figürlerini tanımlandırma ve bu ikisi arasında bir rehber vazifesi görebilecek üçüncü bir rol bulma konusunda yardımcı olur. Rehber rolü anne veya kız, çocuk veya baba gibi aileden bir figür olabileceği gibi, Depresyon veya İfade gibi daha soyut bir figür de olabilir. Bu bakış açısından hareketle çalışan dramaterapistin izleyeceği rol yöntemleri, Landy tarafından (2000, 2006) şu şekli de belirtilmiştir:

1. Rol saptamaya çalışma.
2. Rolü adlandırma.
3. Rolü canlandırma veya rol üzerinde çalışma.
4. Rol, Karşırol ve Rehber arasındaki ilişkiyi araştırma.
5. Rol oynama üzerine düşünme: rolün kendine

has niteliklerini, işlevlerini ve tarzlarını keşfetme.

6. Kurmaca rolü gündelik hayatındaki rollerle ilişkilendirme.
7. İşlevsel bir rol sistemi yaratmak için rolleri bütünleştirme.
8. Sosyal modellerle: hastanın roldeki davranışlarının sosyal çevresinde bulunan diğer kişilerle ne şekilde etkilendiğini bulma.

Dramaterapisti grupta çalışmasında, psikodramadaki benzer biçimde, isimlerle işe koyulur. İsimlerin amacı, her bireyin bir rol belirlemesine veya konumlandırılmasına yardımcı olmaktır. Rol bulunur bulunmaz, dramaterapist, hastalardan rolleri göndürerek, rol üstünde çalışmaya başlamalarını ister. Bu çalışma süresince dramaterapist hastaların karşıroler ve rehber roller bulmasına da yardım eder. Dramaterapisti, psikodramada olduğu gibi, kendi rollerini araştırmak üzere grupta çalışacak tek bir protagonist bulunmaya çalışır. Ne var ki, dramaterapist kimi zaman da grubun ortak figürlerinin araştırılmasını sağlayacak ipçimler bulma çabasıyla aynı anda grubun bütününde çalışabilir.

Joanna'nın grubundan odanın etrafında dolaşarak, kendi bedensel hareketlerinden bir rol figür çıkarmaları istenebilir. Söz konusu rolü adlandırması istendiğinde, Joanna şöyle diyebilir: "Kız." Bunun üstüne, Joanna'yla çalışmakta olan terapist de şöyle der: "Bize Kızın karşı tarafında hangi rolün olduğunu göster." Bunun ardından önce bir anne figürü, sonra belki de Depresyon ya da İfade gibi bir Rehber figürü belirtebilir. Bu figürlerin hepsi de grupta canlandırılabilir. Canlandırmanın ardından, terapist grupta oynanan rollerin manası ve Joanna'nın gündelik hayatıyla ilişkisi konusunda bir tartışmaya geçer. Refleksiyonluk paylaşım aşamasındaki benzer şekilde, grup üyeleri Joanna'ya destek vererek, anne ve kız, depresyon ve ifade konusundaki kendi kişisel hikâyelerini anlatırlar.

Dramaterapistteki canlandırılmalar ve düşünme, yorum edimleri boyunca terapist bireylerin ve grubun kendi rolleri arasında bir denge ve bütünleşme sağlamasını amaçlar. Çözüm yolu olarak terapiye yönelen çoğu kişi, ya etkili ya da örnek alınası bir rehberle sahip olabilir. O halde, bu çalışmanın işlevi, insanların kendi rol ve karşırolerini bir arada benimsenmesini sağlayarak, rehber figürleri inşa etmelerine ve içselleştirmelerine yardımcı olmaktır. Joanna açısından bakarsak, o annesinin depresyonuyla karşılaşırken, ona annesinden miras kalan adı verildi bir durumu kabul ederek, kendine ve kızına annelik yapmanın daha etkili bir yolunu geliştirmeye doğru adım atmış olur. Dramatik canlandırma arda, Joanna olumsuz bir rehber

olarak Depresyonu, daha olumlu bir karşı-figür olan İfade yoluyla yeniden değerlendirilmeye tabii olmuştur.

Rol yönteminin son aşaması sosyal modellemedir. Gruptaki birisi değişim geçirince, bu durum, grubun geri kalan bütün üyelerini etkiler. Joanna daha güçlü bir anne ve kızı, kendini daha rahat ifade eden bir bireye dönüştükçe, terapi grubunda, ailesinde ve başka sosyal gruplarda yer alan başka kişiler için de olumlu bir model arz eder.

BÜTÜNLEŞTİRİCİ BEŞ AŞAMALI DRAMATERAPİ MODELİ

Renée Emunah da (1994) belli devreleri yabuk aşamaları temel alan pratik bir tedavi modeli önermiştir. Bu modelde psikodramanın yanı sıra, rol teorisinde geçerli olan anlayış ve uygulamalar birleştirilmiştir. Modelde ayrıca dramatik oyuna, üyistroye ve dramatik ifade de yer verilir. Emunah teoriden ziyade, pratiğe dayanan bir model sunduğu için, ben de bu tartışmada modelin pratik yanları üzerinde duracağım. Gelgelelim, Emunah (2000) geliştirdiği bu modelde insanlı psikolojiyi, bilhassa da Rogers ve Maslow'un eserlerini temel aldığı ve varoluşsal, psikodinamik, bilişsel davranışçı yaklaşımlarda kullanılan kavramlardan yararlandığını söyler.

Birinci Aşama dramatik oyun aşamasıdır. Emunah'a göre, dramatik oyun bundan sonraki bütün aşamaları destekleyen yapı taşıdır. Psikodrama gibi, dramatik oyun da spontaneliği teşvik eder ve katılımcılar arasındaki olumlu sosyal etkileşimin gelişmesini sağlar. Dramatik oyun, katılımcıların en geliştirdiği doğaçlamalara dayalı olmanın yanı sıra, dramatik alıştırmalar, yaratıcı tiyatro çalışmalar ve tiyatro oyunlarına yer verir. Katılımcılar dramatik oyun yoluyla yaratıcılıklarını ve oyunculuklarını geliştirecek bir çalışma sürecinden geçer ve aralarında belli bir grup güveni gelişir. Dramatik oyun faaliyetleri birayın ya da grubun gereksinimlerine göre planlanabilir ya da planlanmayabilir.

İkinci Aşamada, yani sahne çalışması aşamasında, katılımcılar "gelişmiş roller ve karakterlerden oluşan arkaüst dramatik sahneler" geliştirmeye başlar (Emunah, 2000). Genel olarak konuşmak gerekirse, katılımcılar kurnaca roller üzerinde çalışırlar, ki söz konusu yaklaşımda bu noktada psikodramadan ayrılır. Bazı dramaterapistler,

grubu ilgilendiren belirli bir sorunla ilgili yazılı hikâyeler veya oyunlarla çalışsa da, sahneler genellikle doğaçlamadır. İkinci Aşama süresince, hastalar canlandırdıkları tema ve karakterler üstüne yarımla bulularak, Landy'nin rol modelinin 6. basamağında olduğu gibi, kurnaca oynula kendî gündelik hayatları arasında bağ kurar. İkinci Aşamamın bitiminde, sahne çalışmasını gözlemleyen seyirci veya hastalar, psikodrama seansının bitiminde gerçekleşen paylaşım sürecine benzer şekilde, kendi düşüncelerini belirtir. Emunah'a bakılırsa, hastaların kendî kişisel yönlerini açığa vururken güven hissi olmaları için Birinci ve İkinci Aşamada kurnaca çerçevesini muhafaza etmeleri dramaterapist açısından önemlidir.

Üçüncü Aşamamın odağında rolün canlandırılması yer alır. Emunah'a (2000) göre, "Üçüncü Aşamamın odağını bir yaşam provası olarak oyun kavramı oluşturur." Rol canlandırma yoluyla hastalar kurnaca tarzından gündelik hayat bağlamına geçer, böylece hayatlarındaki bir arkaüsa olan kurguluğun ifade edilmesi, abeveynlerden biriyle yapılan yarım kalmış bir konuşmayı bitirmek gibi belli sorun veya meseleleri gözden geçirirler. Rol canlandırmada hastalar iş görüşmeleri, önemli konuşma ve sunumlara yönelik olarak hazırlanırlar. Emunah bu aşamada rol teorisinden faydalandığını ve hastaların başlıca amaçlarından birinin kendi rol performanslarına ve gündelik hayatta oynadıkları rollerin niteliğine yönelik bir farkındalık geliştirmek olduğunu belirtir.

Üçüncü Aşamada hastalar psikodramatik rol değişimleri yaparak, yalnız kendilerini değil, onlar için önem arz eden başkalarını da canlandırmış olur. Örneğin, Joanna'dan annesinin rolünü üstlenerek, Joanna rolündeki başka bir grup üyesiyle bu rolü oynaması istenebilir. Üçüncü Aşamamla alternatif davranış biçimleriyle oynayarak, geçmişte genellikle gömülü kalmış durumlara yönelik yeni tepkiler geliştirme yollarını keşfetmeye odaklanır. Joanna annesinin bakış açisi hakkında daha çok şey keşfettikçe, annesiyle ilgili davranış biçimlerini değiştirme ve onunla kişisel sızdan daha manalı bir şekilde konuşma potansiyelini de kazanmış olur.

Dördüncü Aşama canlandırmanın doruğa ulaştığı aşamadır. Bu aşamaya, davranıştan merkezi meselelerin daha derinlemesine ifşa edilmesine geçiş demegisini vurur. Söz konusu geçiş, kişiyi daha içten ifşa edilebilir bir tarza sevk eder ve doğrudan doğruya psikodramatik süreçlerden geçerek rolün Emunah (2000) şöyle der: "Protagonistin içsel yaşantıları dramatik sızdan arastırıldığı ve bu yaşantılara dair hikâyeler ifşa edildiği için, grup içinde giderek biryeye odaklanılır." Emunah, kimi zaman hastaların "kendî kendini ifşa eden performansları" denen prova edilmiş oyunlar yaratmak yoluyla birer oyuncu olarak belli

bir yetkinliğe ulaşması bakımından, bu canlandırmaların psikodramadan daha teatral temelli olduğunu savunur. Demisi, Emmanah terapistlere bu doruk noktası canlandırmalarında süredir, destekleyici grup süreci çerçevesinde ayrılmama çağınsında bulunur, zira söz konusu sahneler grup sürecindeki doruk nokta andır ve muazzam ölçüde destek gerektirirler. Joanna ona annesinden miras kalan depresyonu kabullenme mücadelesini konu alan performansında, yalnızca grup tarafından kabul görüldüğüne değil, aynı zamanda temize çıkarıldığına dair bir his yaşamayı bekler.

Son aşama dramatik ritüel aşamasıdır. Bu Beşinci Aşamada dramatik gerçeklikten gündelik gerçekliğe, terapi grubunun sağladığı güven ve destek hissinden dış dünyadaki daha dengrölmez sosyal etkileşimlere geçiş gerçekleşir. Emmanah'ın bu aşamaya ritüel aşaması demesinin nedeni, bu aşamanın grup üyelerinin hayatlarındaki bir geçişe işaret etmesindedir. Bu aşama, aynı zamanda, her türden ritüel etkinliğin ayırt edici unsuru olan müşteri topluluk hissine de işaret eder. Uzun bir dramaterapi sürecinin ardından bir samimiyet hissi tesis edilir. Bu bağlanmışlık durumu dramatik ritüel yoluyla pekala simgeleştirilebilir. Beşinci Aşamadaki etkinliklerde, hepsi de grup sürecinin ve ona yapılan her bireysel katkıların önemini geçeni kıran imge ve metaforlar yoluyla hareket, ses ve hikâyeye dayalı grup anlatımlarına yer verilebilir.

GELİŞİMSEL DÖNÜŞÜMLER

David Rees Johnson (2000) gelişimsel dönüşümleri "oyun alanındaki cisimleşmiş karşılaşmalar" olarak tanımlar. Johnson'ın yaklaşımı serbest oyun dinamiklerinin bireyler ve grubun dramaterapi yoluyla tedavisine yönelik biçimde uygulanmasına dayanır. Gelişimsel dönüşümler, hasta ile terapistin hem bir oyun alanı olması, hem de gündelik gerçeklikten uzak olması bakımından dramatik mahiyet taşıyan bir çevre olarak tanımlanan bir alanda dramatik bir etkileşime girdiği bütünüyle doğaçlamaya dayalı bir yaklaşımdır.

Oyun alanının içinde, hasta oynamaya başlar, terapist de ona katılır. Hasta da, terapist de birer oyuncu olarak hem rollerinin, hem de oyun temalarının aksiyonun doğal seyri içinde ortaya çıkıp, değişmesine izin verir. Johnson'a (2000) göre, "oyun süreci, hasta en asli Varlık deneyimlerine ulaşmakla alaklı olan potansiyel yapıları... çözümesine

veya onlardan kaçırılmasına yönelik bir çareyle devreye sokulur... Nitekim, hastanın tedavide kaydettiği ilerlemenin aslında onu daha muazzam bir duygusal sağlığa götürecektir. Bu gelişimsel süreçler izlediği düşünüldü."

Bu model gelişimsel psikoloji ve nesne ilişkileri alanındaki bir dizi teorik yaklaşıma dayandığı halde, Johnson (Johnson ve diğ., 1996) modelinde esas aldığı başlıca kaynağın, oyuncunun beden ve ses yoluyla mevcudiyetinin tiyatro sanatının en temel unsuru olduğu yönündeki inceleme öncülüğünden Jerzy Grotowski olduğunu söyler.

Psikodramada olduğu gibi, gelişimsel dönüşümlerde de spontaneiteğin teşviki amaçlanır. Johnson gelişimsel dönüşümlerin amacını, Moreno'nun spontanlık tanımına yakın bir kavram olan "sıkı" ile tanımlar. Rol canlandırmada olduğu gibi, gelişimsel dönüşümlerde de hastaların gündelik hayatlarındaki rollerinin niteliği ve niceliğine ilişkin farkındalık kazanarak, bunları daha da geliştirebilecek hale getmeleri amaçlanır. Nitekim Emmanah gibi, Johnson da gelişiminde birkaç gelişimsel aşama tanımlar: toplumsal stereotipleri içeren sahne oyun, hastaların iç dünyalarındaki ve sosyal yaşamındaki hikâyelerin tasvirini içeren persona oyunu, terapisi hakkındaki görüşlerin tasvirini içeren yakın oyun ve terapist ile hasta arasındaki ilişkide açığa çıkan insanlık durumunun çetrefelliğine dair bir farkındalık içeren derin oyun.

Psikodramadan farklı olarak, gelişimsel dönüşümler, hem hastanın, hem de terapistin yaratıcı tedavi sürecine doğrudan katılması bakımından son derece doğışkenlidir. Bazen, bu ikisi arasındaki mesafeye dokunulmaz kadar azalır ve terapistin hastanın oyununu gözlemlemek için tanık çemberine girerek oyundan dışarı çıkması gerekir. Psikodramaya benzer şekilde, gelişimsel dönüşümler de son derece katarsise dayalıdır, zira terapist, hastayı duygularını bedensel yolla ifade etmeye teşvik eder. Ses, hareket ve değişen roller yoluyla depresyondan tedaviye geçmesi sağlandığından, bu durum, Joanna açısından son derece güçlü vericidir.

Rol teorisinden farklı olarak, gelişimsel dönüşümler tedavinin bütünüyle canlandırma sürecinde gerçekleştiği düşünülebilir. Canlandırmanın ardından formal bir dönüşüm süreci gelmez. Terapist "Son bir dakika," deyince, sahnin sonuna işaret etmiş olur. Rol yönteminde olduğu gibi, gelişimsel dönüşümlerde de öncelikle bireylerin kendi inşa edip canlandırdıkları kullandıkları yol ve araçların ortaya çıkartılması, ardından da onları bu rolleri daha dengeli bir hayat mümkün kılabilecek biçimde etkili olarak yapıbozuma uğratarak yeniden yapılandırmasına yardım etmek amaçlanır.

Beş Aşamalı Yöntemden farklı olarak, gelişimsel dönüşümlerde bir doruk noktası canlandırmasına geçişe gerek duyulmaksızın, dramatik oyunun karmaşık değerlerinin araştırılmasıyla yetinilir. Diğer tarafları, Beş Aşamalı Yöntem'dekine benzer şekilde, gelişimsel dönüşümler de, sonraki aşamaların önceki aşamalar üstüne bina edilmesi bakımından kademeli ve epizantektir.

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Alice Forrester (2000) rol oynama ve doğaçlama yoluyla gerçekleştiren psikolojik değerlendirme konusundaki literatürü etkili bir gözden geçirmeye tabi tutmuştur. Forrester bize dramatik psikolojik değerlendirme biçimlerinin II. Dünya Savaşı'ndan bu yana kullanılmakta olduğunu hatırlatır. 1940'li yıllarda Henry Murray ve meslektaşları Stratejik Hizmetler Dairesi tarafından bireylerin askerî görev rütbelerini Estlenmeye hazır olup olmadıkları değerlendirilmek amacıyla kullanılacak bir test geliştirir (bkz. OSS, 1948; McReynolds ve DeVoge, 1977; Landy, 2008).

Aşağı yukarı aynı dönemde, Moreno da (1946) görevli erin kendiliğinden rol oynama kabiliyetini ölçmeye yönelik bir test olan Spontanlık Testi'ni geliştirdi. Moreno bu test ve sonuçları hakkında pek yayın yapmadığı için, testin etkinliği ne ilkin fazla bilginlik yok.

1970'li ve 80'li yıllarda ise, Kendall (1984), Bandura (1977) ve Bancura ile Adams (1977) tarafından rol oynama yoluyla ölçmeye yönelik birkaç bilişsel-davranışsal yaklaşım geliştirilmiştir. Daha geleneksel psikolojik gerçeğe çalışan bu yazarların çalışmaları, Moreno'nun psikolojik dramatik çalışmalarından ayrı bir yerde durur.

Forrester, ayrıca, 1970'lerde David Read Johnson tarafından geliştirilmiş önemli bir dramaterapi ölçüm aracı olan Tanısal Rol Oynama Testi'nden (DRPT) bahseder. Söz konusu test seneler boyunca şizofrenlerin (bkz. Johnson ve Quinlan, 1993), Vietnam gazilerinin (bkz. James ve Johnson, 1997) ve normal / nevrozik yetişkinlerin de içinde bulunduğu çeşitli gruplar üzerinde uygulanmış bir test. Aynı zamanda, lisansüstü bir dramaterapi programı katılım alanına yönelik bir görüntüleme prosedürü olarak da kullanılmıştır.

DRPT'de, katılımcıya bir dizi görev verilen katılımlar, test sırasında kendileriyle etkileşime girmeyen test görevlisi

tarafından videoya kaydedilir. DRPT iki aşamalı bir testtir. DRPT 1 denen birinci testte, bir katılımcıdan tek tek beş toplumsal rolü canlandırması istenir: büyükbaba, diyetçi, politikacı, öğretmen, aşık. Katılımcıya rollerin icrası sırasında kullanması için 12 nesne verilir: çöp kutusu, masa, sandalye, sopa, kâğıt, fincan, kitap, şapka, telefon, erkek perdösüsü ve kadın elbisesi. Bunun ardından, katılımcıya şöyle söylenir: "Senden her söylediğimde beş ayrı rol oynamanı isteyeceğim. Her söylediğimde, bana bu kişilerin neler yaptığını göster..." (Johnson, 1988).

İkinci aşama olan DRPT 2'de ise, katılımcıya herhangi bir nesne ya da rol verilmeyiz. Bu aşamada, katılımcının diğerlerarası etkileşim konusundaki kabiliyetine odaklanılır. Test görevlisi katılımcıya şunları söyler:

Şimdi senden üç sahne canlandırmanı isteyeceğim. Sen her sahneden sonra bazı sorular yönelteceğim.... Üç kişi ya da soy arasında geçen bir sahneyi istediğin gibi canlandır. Seçtiğin bu kişiden ya da soylerden hangisi seni ilgilendiriyor, sahnenin biçiminde bana söyleyeceksin (Johnson, 1988).

Test görevlisi her sahnenin bitiminde katılımcıya şu soruları yönelir: "Bu sahnede ne oluyor, bana olabildiğince ayrıntılı bir şekilde anlat.... Şimdi, bu üç kişi ya da soyi tekrar tekrar tasvir et" (Johnson, 1988).

Johnson (1988) DRPT'nin bu iki aşamasını yorumlarken, kendi dramaterapi yaklaşımının veçhelerini katılımcının rol canlandırmasındaki şu veçheleri değerlendirecek şekilde sıralar:

1. spontanlık
2. gerçekliğin nesne geçme kabiliyeti
3. rol repertuarı
4. sahne erin düzenlenmesi
5. sahne erin dramatik içeriğindeki örüntüler
6. canlandırmaya yönelik tutum
7. rol canlandırma tarzı

Johnson (1988) yorum aşamasına, bu aşamaya katkıda bulunacak daha fazla gelişimsel kavram da eklemiştir. Bu kavramlardan bazıları şunlardır: mekânın yapısı, görev ve rol, temsil araçları, karakterler ile sahne erin karmaşıklığı, etki düzeyi ve biçimi.

Fişkonelik eğilimli bir dramaterapist olan Eleanor Irwin (1985) kukla yoluyla değerlendirme yönelik başka bir dramaterapi yaklaşımı geliştirmiştir. Kukla Müdahale denilen bu yaklaşımda, çocuklara bir sepet dolusu kukla sunularak,

bu ikiden birini veya daha fazlasını seçme eri istenir. Test görevlisi kuklayla yaptığı mülakatta, bir düzeyde, çocukların kuklaya ilişkin algılarını öğrenmeyi, daha psikodinamik bir düzeyde ise, çocukların kendilerine dair algılarını kuklaya yansıtılmış haliyle öğrenmeyi amaçlar. Daha sonra, çocuklardan bir kukla gösterisi sergilemeleri istenir, bu gösterinin ardından test görevlisi çocukların düşünsel bir tartışma gerçeğeleştirir. İkin çocukların gerçekleştirdiği kukla gösterisinin ve gösteri hakkındaki yorumlarının biçim ve içeriğini ölçmek için psikanalitik ölçütlerden faydalanır.

Landy 1997'den bu yana, Bir-Hikâye-Anlat (TAS) ve Rol Profilleri adlı iki dramatik değerlendirme aracı üzerinde çalışmaktadır. Bu iki araç da rol teorisi çerçevesine dayanır. İlk olarak, Rol Taksonomisi (bkz. Landy, 1993) klinik değerlendirmeyi kapsar şekilde genişletmek amacıyla Rol Profilleri geliştirilmiştir. Landy'nin hastanın rol sistemini değerlendirilmeye yönelik çalışmalarını ayrıntılandırmasıyla birlikte, Bir-Hikâye-Anlat bağımsız bir test haline almıştır. Bu testte, Landy birayın bir hikâye yazarı çerçevesinde roller seçilebilme, bu rollerin hikâyedeki anlamını bulabilme ve kurmaca rolleri kendi gündelik hayatındaki rollerle bağlantılandırabilme kabiliyetini ölçmeyi amaçlar.

TAS'da, test görevlisi şuta imatlarında bulunur:

Bana bir hikâye anlatmanı istiyorum. Anlatıcının hikâye gerçek hayatta senin ya da başka birinin başına gelmiş de olabilir, tamamen uydurma da olabilir. Hikâyede en az bir karakter bulunmalı (bkz. Landy, 2001).

Katılımcı hikâyeyi sözlü olarak anlatamayacak olursa, onu sözlü olmayan bir şekilde, mısela sesle, hareketle ya da kuklalar gibi yansıtma nesneleriyle anlatmaya teşvik edilir.

Hikâyenin ardından, test görevlisi katılımcıdan hikâyede yer alan karakterleri ve/ya önemli nesnelere saptaması ve adlandırması istenir. Daha sonra, katılımcıdan bu karakter ve nesnelere'nin niteliklerini, işlevini ve larzını belirtmesi istenir. Görevli, aynı zamanda, hikâyenin teması hakkında da sorular sorar. Sonuç olarak, test görevlisi katılımcıdan kurmaca karakterler ile kendi gündelik hayatı arasındaki bağları keşfetmesini ister.

Rol profilleri, her birinde bir rol ismi yazılı olan 64 dizin kartının kategorilere ayrıldığı daha planlı bir testtir. Test görevlisi şuta imatlarında bulunur:

Bu deneyin amacı senin kişiliğini, senki oyunlarda, filmlerde ve hikâyelerde rastlanan karakterlerden oluşuyormuş gibi incelemek. Sana bir dizi kart verilecek. Her kartta filmlerde, oyunlarda ya da hikâyelerde muhtemelen görmüş veya okumuş olduğun bir rolün ismi yazılı. Lütfen önce kartları iyice kanştır. Her kartı şu anda kendine ilgi hissettiklerini en iyi ifade edecek şekilde dört gruba ayır. Bu gruplardan her biri üzerinde şöyle yazan büyük kartların altında sınıflandıracak: Oluğum Kişi, Olmak İstedğim Kişi, Ölüme Duran Kişi, Bana Yardım Edebilecek Olan Kişi. Kartları mümkün olduğunca hızla sınıflandırmaya çalış.

Söz Dedilen 64 rol kartı şöyledir:

ROL TİPLERİ (her biri ayrı bir dizin kartında gösterilecektir)

| | | | |
|-----------------|----------------------|------------------|----------------|
| 1.ÇOCUK | 10.CANAVAR | 19.MASUM | 28.ÖFKELİ KİŞİ |
| 2.ERGEN | 11.SADAN İNSAN | 20.HAİN | 29.ASI |
| 3.YETİSKİN | 12.HASTA KİŞİ | 21.KURBAN | 30.ÂŞIK |
| 4.YAŞLI | 13.SAĞLIKLI KİŞİ | 22.YARDIMCI | 31.BENCİL |
| 5.ASEKSÜEL | 14.SAĞALTICI | 23.KORKAK | 32.ANNE |
| 6.HOMOSEKSÜEL | 15.AHMAK | 24.HAYATTA KALAN | 33.BABA |
| 7.HETEROSEKSÜEL | 16.SOYTARI | 25.ZOMLİ | 34.KARI |
| 8.BİSEKSÜEL | 17.ELLİŞTİRMEN | 26.KÖTÜMSER | 35.KOCA |
| 9.GÜZEL | 18.AKLI BAŞINDA KİŞİ | 27.YİMSER | 36.KIZ |

| | | | |
|--------------------|-------------------|---------------------------|----------------|
| 37.ÖÇÜL | 41.DOST | 51.ÖZGÜR KİŞİ | 58.ŞÜPHEÇİ |
| 38.KIZKARDEŞ | 45.MÜKEMMELİYETÇİ | 52.KATİL | 59.TANRI |
| 39.ERKEK KARDEŞ | 46.TANIK | 53.MÜNTEHİR (MUTHER EDEN) | 60.AZİZ |
| 40.YETİM | 47.YOKSUL KİŞİ | 54.KAHRAMAN | 61.SFYTAN |
| 41.MUHAFAZAKÂR | 48.ZENGİN KİŞİ | 55.ÖNSEZİLİ KİŞİ | 62.BÜYÜCÜ |
| 42.RADİKAL | 49.SAVAŞÇI | 56.GÜNAHKÂR | 63.SANATÇI |
| 43.DİŞİ ANMIŞ KİŞİ | 50.KÖLE | 57.MÖMİN | 64.HAYALPEREST |

Karlıların sınıflandırılması sonrasın, kendisine bir dizi scru yöneltilen katilimci rolleri anlamlandırma ve roller arasında bir denge bulma kabiliyetini değerlendirmesinde test görevlisine yardımcı olacak bir tartışmaya sokulur.

Rol Profilleri normal / nevroatik kişilerin bedenliler (Tangorra, 1997) ve şizofrenlerin de içinde bulunduğu çeşitli grupların değerlendirilmesinde kullanılmıştır. Diğer dramaterapi değerlendirmeleri gibi, Rol Profillerinin de daha ileri klinik deneylere ve güvenilirlik, geçerlilik ve genelleştirilebilirlik testlerine tabi tutulması gerekir.

PRATİKTE PSİKODRAMA VE DRAMATERAPİ

Yirminci yüzyılın büyük bir kısmında uygulanmış olan psikodramanın yirmi birinci yüzyılda daha da gelişeceğine şüphe yoktur. Psikodrama Moreno'nun New York, Beacon'deki psikodrama enstitüsünde ve Washington D.C.'deki St. Elizabeth's Hastanesi gibi psikiyatri kuruluşlarında akıl hastalarının tedavisine yönelik bir gelenektir. Psikodrama uzmanları ikisi de Kuzeydoğu Amerika'da bulunan Caron Kuruluşu ve Four Winds Hastanesi gibi merkezlerde alkolikler ve madde bağımlılarıyla önemli çalışmalarına imza atmıştır. Diğer psikodrama uzmanları çalışmalarını post-traumatik stres bozukluğu, cinsel veya fiziksel istismar gibi pek çok rahatsızlık teşhis konan kişilerle tedavisinde uygulamıştır.

Moreno ilk deneylerine çocuklar ve sosyal uyumsuzlarla gerçekleştirdiği çalışmalara başlamış olsa da, çalışmalarını daha çok duygularını ifade güçlüğü çeken ve düşünsel, rasyonel anlamlandırmanın ötesine geçmelerine yardımcı olacak yaklaşımlara ihtiyaç duyan yetişkin gruplarla özdeşleşmiştir.

Psikodrama en çok da bir grup tarzı olarak uygulanmış, dolayısıyla protağoristin oyunundaki yan rolleri üstlenecek ve sahnenin sonunda kendi duyguları ve düşüncelerini paylaşacak bir seyirci topluluğuna bağlı olagelmıştır.

Psikodrama gibi, dramaterapi de normal / nevroatiklerden şizofrenlere kadar çeşitli hastaların tedavisinde kullanılmaktadır. Öte yandan, dramaterapi daha çok gelişimsel açıdan karmaşık sahneleri canlandırma ve sahneler konusunda sözlü yorumda bulunma yetisi kazanmamış daha genç gruplarda uygulanmıştır. Aslında, gelişimsel açıdan konuşmak gerektiren, ilk dramaterapi biçimi, terapinin oyunda dolaylı olarak ifade edilen imgelerden bir dil oluşturması için çocukla birlikte çalıştığı oyun terapisiydi. Dramaterapistleri fiziksel ve cinsel istismara maruz kalan genç insanların tedavisinde başarılı sonuçlar elde etmiştir.

Dramaterapistleri gelişimsel spektrumun öteki ucunda yer alan, yanırları derece bunaklık ve Alzheimerdan mustarip olan yaşlı hasta larla da çalıştıracak Dramaterapi alanındaki en iddialı ve etkili çalışmalardan bazıları akıl hastası, evsiz yetişkinler (bkz. Scrymgeour, 1986), Vietnam gazileri (bkz. James ve Johnson, 1997) ve çeşitli duygusal bozukluklara sahip genç insanlarla (bkz. Weber ve Haen, 2005) gerçekleştirilmiştir.

Dramaterapi esasen grupla uygulanmasına karşın bireysel bir tedavi biçimi olarak da kullanılır. Dramaterapide, gelişimsel dönüşümdeki etkileşimli oyunlar, rol yöntemindeki daha hasta merkezli hikaye kurma ve rol canlandırma ya da bes aşamalı eklektik yöntem de bu şekilde uygulanabilmektedir.

Dramaterapistler psikodramatik ilke ve tekniklerden faydalanıyor olsa da, dramaterapi'nin en kendine has özelliği yansıtıcı doğasıdır. Yansıtıcı doğa türken, dramaterapistlerin gündelik gerçeklikle aralarına belli bir

mesafe koymak için hastaların oyun alanındaki kurmaca rolleri çirmesine yardım etmesini kastediyordum. Her alandaki dramaterapistin kuklalar ve oyuncak bebekler, maskeler ve makyaj, kostümler ve sahne ışıkları, hikâye anlatımı, kum oyunu, oyun kurma ve her türden rol canlandırma gibi çeşitli yaratıcı tekniklerden faydalanması mümkündür.

DİĞER UYGULAMALAR

Kriz durumunda, dramaterapi gerek bireysel tedavide, gerekse grup tedavisinde çocuklara yönelik etkili bir yaklaşım arz eder. Amerika'daki 11 Eylül 2001 saldırılarından sonra çok sayıda çocuk derajsız bir kriz hissi yaşamıştır. Dünya Ticaret Merkezi saldırısında annesiyle babasını kaybeden bir erkek çocuğu, yaşadığı bu travmaya, annesinin kendisini tebellemesiyle yüz yüze gelen Brian'ın sergilediğinden daha aleni ve düşmanca saldırganlıklarda bu unarak tepki geliştirmiştir. Kısa Joe diye adlandıracağım on yaşındaki bu çocuğu teselli etmek imkânsızdı. Joe'nun dramaterapi eğitimini görmüş terapisti, Joe'yla gerçekleştirdiği terapiye, Brian'ın terapistinde ku lanılanlara benzeyen bir kum havuzu ve minyatör nesnelere ku lanmanın iyi bir fikir olacağını düşünmüştü. Joe havuzu görün görünce içine atılıp, içindeki bir avuç dolusu asker ve itfaiyeci oyuncaklarını kuma gömmeye başlamıştı. Oyuncakların hepsini gömmeye kadar tam bir dikkate hareket etmişti. Terapisti ona sonraki aşamada ne yapacağını sorunca, Brian tereddüt etmeden, gömdüğü oyuncakları aramaya koyulmuş ve onları kumdan tek tek dışarı çıkarıp, temizleyerek raftaki yerlerine geri koymuştu.

Brian gibi, Joe da bu sahneler sonra daha bir canatlamıştı. Televizyonda gördüğü ve kulak misafiri olduğu parçalı konuşmalarda duyduğu korkunç ritüelleri dolaylı olarak tekrar canlandırmak yoluyla belli bir anlayış ve yetkinliğe ulaşmıştı. Kurban rolündeyken, kendini yolunu kaybetmiş ve allak bulak hissetmişti. Karşırol olan kurtarıcı rolünde ise, kontrolün elinde olduğunu duyumsamıştı. Terapist yine bir rehber figürü olarak iş görmüş ve sıkıntı verici kişisel dramıyla başa geçebileceği hayali oyun alanında Joe'ya ilavuzluk etmişti.

Trajedî Aşağı Manhattan'ı ilk vurduğunda, bir dizi yetişkin e kriz danışmanlığı seansları düzenledim. Yetişkinler, çocuklardan farklı olarak, yaşadıkları bu korkunç deneyimi dolaylı yoldan canlandırma ihtiyacı duymıyorlardı. Tek ihtiyacı duydukları, kendi hikâyelerini olabilecek en doğrudan şekilde anlatmaktı. Anlattıkları hikâyeler bek-

açısı bakımından büyük çeşitlilik gösteriyordu. Kimisi Dünya Ticaret Merkezinden kaçmayı başarmış, kimisi bitişik binalardan tahliye edilmiş, kimisi de bütün dramı apartman dairelerinden, evlerinden ve arka bahçelerinden izlemişti. Bazıları haberleri öğülürken ya da ofiste çalışırken duymuş, kulaklarına inanmamıştı. Sevdiklerini, arkadaşlarını kaybedenler vardı, bu kayıpları tanıyanlar. Orada hayatını kaybeden kimseyi doğrudan tanımayanlar ise, hem ölenlerin, hem de içinde buldukları çaresizliğin yasını tutuyordu.

Anlatılan bu hikâyeleri dinlerken, ortak bazı rolleri ve karşı rolleri not ettim: hainler, kurbanlar, kahramanlar, çaresizler, yardıma koşanlar, ağır dindarlar, hoşgörülü müminler, savaş politikası yapanlar ve barışseverler. Hikâye anlatan bu kişilerin çoğunun anlayış, bazıları da intikam istiyordu, ama hepsi de tedavi olmak için can atıyordu. Kriz ve travma durumunda, insanlar kendi hikâyelerini anlatma ihtiyacı duyar. 11 Eylül 2001'den sonra New York da hikâye anlatıcılarıyla dolu bir şehre dönüşmüştü.

Hikâye anlatıcısının karşı tarafında ise, yaşadığı ya da tanık olduğu denşetli olayları bastırma gayretleriyle sessizliğe gömülenler yer alıyordu. Bu trajediden sonra gerçekleştirdiğim dramaterapi sürzeli boyunca, insanlar kataloğundaki karşırollerle başa çıkmak ve aktif olmuş duygularını ifade etmek için gruplar halinde toplandı. Bu buluşmalar, psikodrama olmadığı gibi, özel bir dramaterapi biçimi de değildi. Daha ziyade, insanların destekleyici bir topluluk oluşturmasını ve kendi erindeki korku duygularını ile kurban edilene yönelik acıma hislerini serbest bırakmasını amaçlayan ritüel bir hikâye anlatma faaliyeti ve grup tedavisinin en temel biçimiydi bu.

11 Eylül'ü takip eden haftalar boyunca birkaç gruba rehberlik ettim. Daha fazla hikâye dinledikçe, hikâye anlatıcısının karşı tarafında sadece duygularını bastırarak kişi rolünün değil, hikâye anlatıcısının hikâyesini dinleyen, kendi içinde duyan ve onun önemini kabul eden tanık rolünün de olduğunu fark ettim. Tanık rolü bütün bu gruplarda karşılaştığım temel rollerden biri olarak, bünyesinde hem anlatma ihtiyacını, hem de bunun karşısında yer alan bastırma ihtiyacını bir arada barındırıyordu. Bir rolümüzün hikâyelerine tanıklık edildikçe, havatta kalınlardan oluşan küçük topluluklar oluşturduk, artık bir gayemiz de vardı. Gömülü duran bütün hikâyeleri kum havuzundaki askerler gibi yüzeye çıkarıncaya dek olabildiğince ku lak vererek dinlemek.

Saldırdan sonra rehberliğin üstlendiğim bir yetişkin grubunda, hikâyelerin gerçekliğinden hayali canlandırılmaya geçmeye hazır olanlar vardı. Bu kişiler doğaçlama bir oyun kurdular. İçlerinden biri öğretmen rolünü üstlenirken, diğerleri öğrenci rolünde oynadı. Öğretmen,

çocuk ara Dünya Ticaret Merkezi saldırıları konusunda ne hissettiklerini sordu. Öğrencilerden bazıları bedenleriyle ki yüksek binayı canlandırmışken, diğerleri de uçak rolünü üstlendiler. Uçakların binalara çarpmasıyla bütün öğrenciler kahkahalar içinde üst üste yere devrildi. Bu canlandırma üstüne öğretmen öğrencilerini kutlayınca öğrenciler son derece memnun oldu.

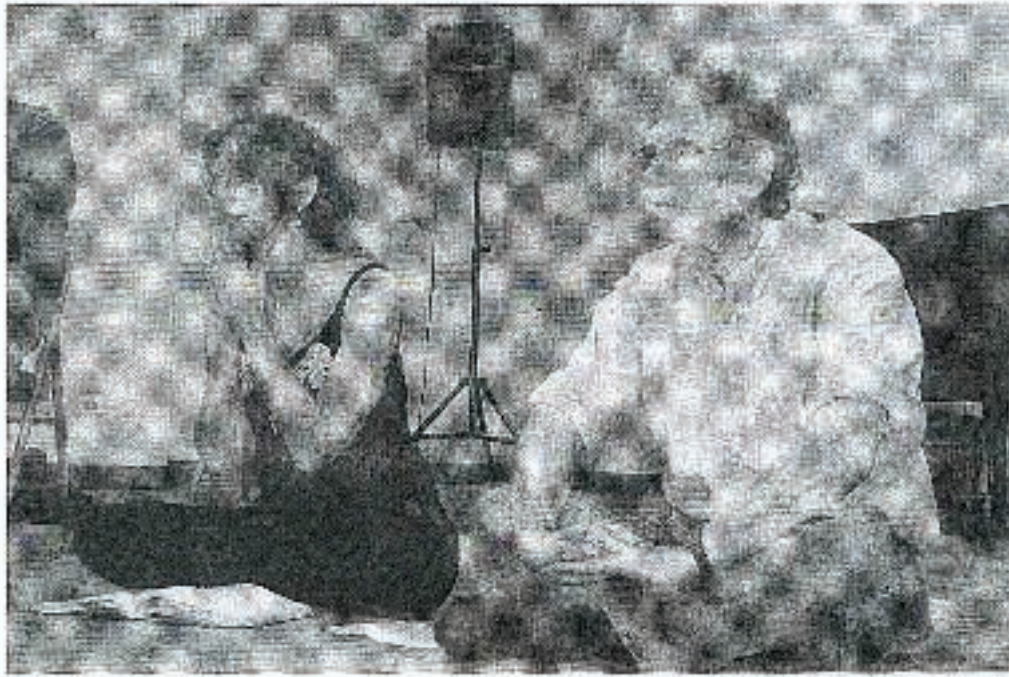
Rollerinden çıkan yetişkinler, bu rol canlandırımı konusunda karşılıklı yorumlarda bulundular. 11 Eylül'ü izleyen günlerde duygularını serbest bırakmanın güç bir iş olduğu konusunda hemfikir oldiler. Korkmuş ve altüst olmuşlardı. Bazıları da geleneksel rehber figürleri siyasi liderler, ruhani figürler, Tanrı, hatta kendi rasyonel beklentileri tarafından kendi kaderlerine terk edildiklerini düşünüyordu. Gündelik hayattaki ve aile içindeki rollerini etkili bir şekilde canlandırmakta güçlük çekiyorlardı. Çocuk rolüne girerek, yaşadıkları kayıp duygusunu yeniden tecrübe etmiş ve oyun yoluyla bu duyguları serbest bırakmış olurlar.

Bazılarına göre, çocuk rolü tipik bir rehber figürü gibiydi. Zira birbirine zıt çözünen kurban ile hayatta kalan kişi rollerini çocuklukla canlandırıyor ve bir arada bulan bir figürdü çocuk. Çocuk rolünde kendi "Londra Köprüsü Düşüyor" uyarlamasını oynarken, gruptakiler felaketlere, bombalamalara ve insanın insana yaptığı saymakla bitmez insanlıksızlıklara yönelik doğan korkularını dindirmenin anlamlı bir yolu olarak, kendilerinden öncelikle başka kuşakların yaptığı gibi kaygılarını koyuverdiler.

SONUÇ

Dramatik tecrübe çocukların doğal oyunlarından oyuncuların profesyonel teatral gösterilerine kadar geniş bir yelpazeyi kapsar. Psikodrama ve dramaterasi yoluyla tedavi amaçlı uygulanmasında, dram kaçınılmaz bir hedefe yönelir. Kendi çelişkilerini canlandırırken, acılarımızla sese bürünürüp serbest bırakırken, etkili rehber figürlerinin arayışına girerken, dengeyi bulmaya adım adım yaklaşıyoruz.

Klasik trajedyalardan öğrendiğimiz gibi, hem hainin, hem de kahramanın ölümünden ve eski düzenin yıkılmasından sonra hep yeni bir düzen kurulur. Kaos sallantı sallantı düzen ile dengeye dönen sarkacın bir ucudur yalnızca. Dram yoluyla tedavinin can alıcı noktası da, "ç dnyamızdaki" ve dış gerçekliğimizdeki kaosu yeniden canlandırılması yoluyla yeni bir düzenin tesis edilmesidir. Dengeyi bulunca, kaosu ve düzeni, rolü ve karşırolü bir arada barındıran o rehberlik edici i kevi, yani dengeleyicüyü de bulmuş oluruz.



KAYNAKÇA

- Hanzen, A. and Adams, N.F. (1977). Analysis of self-efficacy theory of behavioral change. *Cognitive Theory Research*, 7, 287-310.
- Bandura, A. (1977). *Social foundations of thought and action*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Blattner, A. (1986). *Acting in: Practical applications of psychodramatic methods*, 4th edition. New York: Springer.
- Dwyer, T. (1995). *Haarlemhuis: The impact of unrequited love and grief on relationships*. Dordrecht/Brazil: Health Communications.
- Fennell, R. (2000). The integrative five-phase model of drama therapy. In Lewis, P. and Johnson, D.R., Eds. *Current approaches in Drama Therapy*. Springfield, IL: Charles C. Thomas, 2000.
- Fennell, R. (1996). Acting for Real—Drama therapy process, technique, and performance. New York: Brunner/Mazel, 2000.
- Forrester, A. (2000). Role-playing and dramatic improvisation as an assessment tool. *The Arts in Psychotherapy*, 27, 235-243.
- Geske, A. (1997). *Non-playing in Forensics*. London: Jessica Kingsley.
- Geske, A. (1992). *Earth Tales*. London: Green Press.
- Geske, A. (1997). *Reflections on therapeutic storytelling*. London: Jessica Kingsley.
- Grunstein, R. (1998). *Drama and healing: The roots of dramatherapy*. London: Jessica Kingsley.
- Grings, R. (1995). *The Glass of Heaven—The path of the dramatic world*. London: Jessica Kingsley.
- Irwin, B. (1985). Puppets in therapy: An assessment procedure. *American Journal of Psychotherapy*, 32, 489-498.
- James, M. and Johnson, D.R. (1997). Drama therapy in the treatment of combat-related post-traumatic stress disorder. *The Arts in Psychotherapy*, 23, 3, 393-395.
- James, W. (1900). *The principles of psychology*. New York: Dover.
- Jennings, S. (1974). *Bemoral Drama*. London: Pitman.
- Jennings, S. (1987). Ed. *Dramatherapy: Theory and Practice for Teachers and Clinicians*, Vol. 1. London: Routledge.
- Jennings, S. (1993). *Dramatherapy with families, groups and individuals: Working in the wings*. London: Jessica Kingsley.
- Jennings, S. (1997). *Introduction to dramatherapy: Aristotle's hall of mirrors*. London: Jessica Kingsley.
- Johanson, D.R. (1988). The diagnostic role-playing test. *The Arts in Psychotherapy*, 15, 23-36.
- Johanson, D.R. (2000). Developmental transformation: Toward the body as presence. In Lewis, P. and Johnson, D.R., Eds. *Current Approaches in Drama Therapy*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Johnson, D.R. and Quinlan, D. (1992). Can the mental representations of paranoid schizophrenics be differentiated from those of normals? *Journal of Personality Assessment*, 60, 588-601.
- Johnson, D.R., Forrester, A., Dinich, C., James, M. and Schmal, G. (1995). Towards a procedure in therapy. *The Arts in Psychotherapy*, 23, 4, 291-306.
- Jones, P. (1996). *Drama in Therapy: A guide to acting*. London: Routledge.
- Kellermann, P. (1993). *From an psychodrama: The therapeutic aspects of psychodrama*. London: Jessica Kingsley.
- Kellermann, P. (2007). *Seelichnisse und collective memory*. London: Jessica Kingsley.
- Kendall, P.C. (1984). Behavioral assessment and task analysis. In *The American Review of Behavioral Therapy: Theory and Practice III*, 47-86.
- Landy, R. (1995). *Persona and Performance—The making of role in drama, this year and everyday life*. New York: Guilford.
- Landy, R. (2000). Role theory and the role method of drama therapy. In Lewis, P. and Johnson, D.R., Eds. *Current approaches in Drama Therapy*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Landy, R. (2001). Role profiles—An assessment instrument. In *New Frontiers in Drama Therapy: Explored horizons*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Landy, R. (2008). *The Coach and the Stage: Integrating Play and Action in Psychotherapy*. Lanham, MD: Jessica Kingsley.
- Lewis, P. and Johnson, D.R. (2000). Eds. *Current approaches in drama therapy*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- McReynolds, P. and DeVege, S. (1977). Use of improvisational techniques in assessment. In D. McReynolds, Ed. *Advances in psychological assessment*, Vol 4, 133-177. San Francisco: Jossey-Bass.
- Mead, G.H. (1934). *Mind, Self and Society*. Chicago: University of Chicago Press.
- Moreno, J.L. (1946). *Psychodrama*. Boston, New York: Beacon House.
- Moreno, J. L. (2006). *The unidimensional Archai: Essays by Jerka Moreno on psychodrama, sociology and group psychotherapy*. London & New York: Routledge.
- Moreno, J. L. (in press). *To dream again, Jerusalem*. Publisher to be determined.
- OSS Assessment Staff. (1948). Assessment of men: Selection of a manual for the Office of Strategic Services. New York: Knorledge.
- Pitule, P. (1988). *So funny, so sad: Drama in schools of public drama*. Los Angeles: Torah Arts Productions.
- Rojas-Hernandez, J. (1995). Structures in psychodrama: Methodological considerations. *Psychodrama and Psychoanalysis*, 3, 1.
- Saiz, J. (1993). *Improvising our life: Personal story in play and drama*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt Publishing.
- Saiz, J. (2000). Playback theatre: A frame for healing. In P. Lewis and D. Johnson, eds. *Current approaches in drama therapy*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.
- Schnee, G. (1986). Drama therapy in the treatment of the homeless mentally ill. *The Arts in Psychotherapy*, 13, 33-60.
- Slade, P. (1954). *Child Drama*. London: University Press.
- Slade, P. (1995). *Child Play*. London: Jessica Kingsley.
- Sternberg, E. and Curtis, A. (1994). *Autodrama: What's in your mind?* Westport, CT: Praeger.
- Tangora, J. (1997). *Monkeys of puppets: Drama, the creative assessment of the adolescent*. MA thesis, New York University.
- Waller, A. & Hoen, G. (2005). Eds. *Child Applications of Drama Therapy in Child and Adolescent Treatment*. NY: Routledge.
- Wisniewski, L. (1992). *Psychodrama: Resolving emotional problems through role playing*. N.Y.: Brunner/Mazel.

ROLLERTERAPİLER



PSİKODRAMA, ROL KURAMI VE KÜLTÜREL ATOM; ROL KURAMINDA YENİ GELİŞMELER

16. Uluslararası Grup Psikoterapileri Kongresi (IAGP, Sao Paulo, Brezilya, 2006) Work Shop'ta dağıtılan metindir.

Çeviri: İnci DOĞANER

Sue DANIEL

Australya

Biz ilişkilerimiz olmadan neyiz? Dünyayı ve kendimizi, başkalarıyla ve bizi çevreleyen dünya ile etkileşimlerimiz aracılığıyla anlamlandırdık (make sense of the world and ourselves). Kendimizi ve başkalarını bu yaşayan deneyim aracılığıyla tanıdık. Gerçekten uygun şekilde bize aynı tutulduysa kendimize ilişkin bir duyum geliştirdik; kimiz, neyi sever neyi sevmeyiz? Bize tutulan aynı karşıkça kendimize ilişkin gerçek bir duyum yerine, başkalarını yansıtan bir duyuma, bir noktaya geliniz.

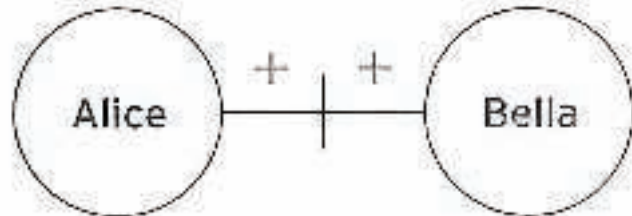
Bu bölümde, kültürel atom kavramına ilişkin fikrine odaklanan bir rol kuramı çerçevesi (Daniel 2002, 2004) vereceğim ve rol şemasına yeni bir rol kategorisi eklemeyi önereceğim. Çalışma, bugün uygulanan rol kuramının genişletilmiş bir sekini sunmaktadır. Rol kuramının öğretimi ve öğrenilmesine ilişkin olarak, ufak ama zamanında yapılmış gelişmelerin etkisini, rol kuramının avantajlarını, bireysel ve grup psikoterapisinde rol eğitimi yaklaşımının önemini anlatacağım. Rol ve rol ilişkileri kavramına ilişkin olarak, Gregory Bateson, Konrad Lorenz, Jacob Moreno ve Zerka Moreno'nun belli görüşlerini sunacağım.

İlişki rol kuramında en önemli öğedir. Bu fikir, sosyal ve kültürel atomdan oluşan ilik katonu etkileyen psikodramatiste tanıdık gelecektir. Sosyal atom, bizim yaşamımızda yer alan ve aramızda akan telerdir. Kültürel atom ise, bizim rollerimiz ve bu roller arasında ki ilişkilerdir. Rol kuramının ana paradigması karşıklılıktır, tele ile

doldurulmuştur. Sözcük olarak Yunanca'dan gelen ve anlamı uzaktan ya da uzakta olan tele, mesafe içinde iki yönlü ilişki duyumudur. Fizikteki dalga ve parçıkül gibi, sosyal ve kültürel atom da birbirinden ayrılmaz şekilde iç içe geçmiştir. Yaşamın ve yaşamın sürecin bir gerçeğidir.

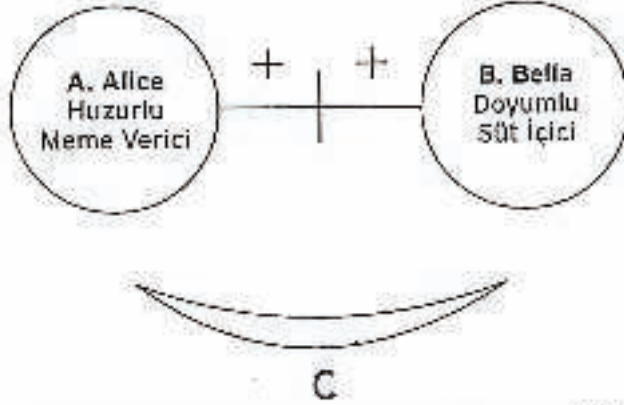
SOSYAL VE KÜLTÜREL ATOM

Rol kuramının esas bileşenleri belirli bir zamanda iki ya daha fazla insan arasında var olan roller ve rol ilişkileridir. Bunu göstermek için bir ana-çocuğa bakalım. İlk Alice, ikincisi Bella. Üçüncüsü ise, onların görece gelecekte eğitimleri aracılığıyla kendisini gösteren ilişkileri (Şekiller 1 ve 2).



Şekil 1. Alice (anne) ve Bella (çocuk)'nın sosyal atomu. Tele karşıklı olumludur.

Şekil 2. Alice ve Bella'nın kültürel atomu. Alice (A) ve Bella (B) karşılıklı olumlu bir rol ilişkisi içindeler; Huzurlu Meme Verici ve Doyumlu Süt İçici rolleri. Bu iki rol arasındaki ilişki karşılıklı olumlu ve iki taraflıdır. Bu noktada, rol ilişkisi (C) sıcak ve yakındır.



C. Yaşamda karşılıklı yer almakla ilgili Öretken, sıcak ilişki

Rol Kuramı ve Karşılıklı Etkileşim Alanı (Interactional space)

İnsanlar arasındaki alan çok önem taşıyor çünkü bu, birbirleriyle karşılaştıkları ve ilişkilerini var olduğu yerdir. Dışarıdaki ağaçlara bakın, yapraklara dallara. Şimdi de aramızdaki alanlara bakın; gökyüzüne, çölgülere. Bu alanların şekli vardır. Meltem değişince yaprak ve dalların arasındaki alanın şekli değişir. Her şey başka bir şeyle ilişki içindedir. Sanatçılar ve mimarlar bu alanı bilir, tanı ve işlemin esas bileşeni olarak kabul ederler. Nessam bir resim yaptığında ya da fotoğraf sanatçı bir fotoğraf çektiğinde alanlar, sahnadaki nesnelere eşit önem taşırlar. Bitmiş resim ya da fotoğraf bütünü gösterir, o bir anda yakalanan bir resmin tümünü. Jackson Pollock başlangıçta bu nedenle o kadar dâvri mi bulunmuştur, o alanı algıladığı şekilde tanımlamamıştır. Ancak, onun resimlerinde renk nedeniyle ve yönlüğe nedeniyle uzamsal bir tanım vardır.

Sanatçının Rolü

Psikodrama uygulamalarının rol repertuarında sanatçı rolü oldukça yararlıdır çünkü, bilginin sınırlarını aşar ve hayal gücünün önemini gündeme getirir. Çözümünün önünde olanın ne olduğunu yorumlamak yerine onu görmek, bir ilişkinin dışavurumunun anlamını kavramak, diğerinin nasıl onu algıladığını anlamak ve ilişkiyi o anda olduğu şekliyle görmek gibi bir anlam vardır. İnsanları ve dünyayı böyle görmek, kişilik ve ilişkiler dünyasında yeni şeyler yaratılabileceği anlamına gelir. Yaygın inanışın aksine,

kişilik baş ya da yedi yaşta tamamlanmaz; yeni rollerin gelişimi ve bu rollerin bağlanması ve bütünleşmesi araçlığıyla her zaman yaratılış içindedir.

Rol Kuramının Yaratıcısı

Rol kuramının yaratıcısı, psikodrama, sosyometri ve grup psikoterapisinin babası Dr. Jacob Moreno idi (Moreno, 1934, 1946). Temel işbirliği ve eşi Zerka Moreno ile birlikte, bir psikodramatistler kuseğini ve sosyal bilimler alanındaki başkalarını, rol kuramını, sosyometriyi, sosyodrama ve psikodramayı düşünmek ve kullanmak konusunda etkiledi (örneğin, Bethel ve Maine'deki Ulusal Tıbbi Laboratuvarının kurucuları Kurt Lewin ve Ron Lippitt ve Gestalt yöntemini geliştiren Fritz Perls gibi) (Moreno ve Moreno 1959, 1969). Bizim toplumumuzda psikodrama ruhi sağlığı ve insan hizmetleri alanına sızmıştır ve bunun sonucunda, her ne kadar pek çok insan bu fikirlerin mereden kaynaklandığını bilmiyor olsa da, Moreno'nun, grup psikoterapisi, grup yöntemi ve rol kavramı dünyada yaygın şekilde uygulanmakta ve bilinmektedir.

Rol kuramı, insanlık için, 20. yüzyılın ilk çeyreğinde olduğu kadar önemlidir. İnsanların kendileriyle ve diğerleriyle ilişkilerinde tamamen yeni bir düşünüş şekli yaratmıştır. Bu, insanlar ve çevreleri üstünde büyük bir etkiye sahiptir çünkü, bizlerin spontanlık ve yaratıcılığımız yaratılışıyla her zaman bağlantılı içinde olduğumuzunu öne sürer.

Rol Kuramı Çerçevesi

Rol kuramı çerçevesi basit ve kullanışlı bir perspektiftir ve bir bir danışma ve psikoterapide, aile ve çiftlerle çalışmada, iş alanında, kurullarda, psikodramanın geliştirilmesinde ve günlük yaşamda kullanılabilir. İlgilili fırsat yaratır ve bizi şimdi-burada yaşamaya davet eder.

Rol Kavramı

Rol kuramı, sosyometri ve psikodramanın kalbidir. Düşünce, duygu ve eylem takütlerini içererek bütün insan matrisini kapsayan rol kuramı davranışsal değilse de, davranış, rol kuramı matrisinin bir parçasıdır. Moreno, roller ve kısmi kendilik oluşturan rol kümeleri arasında operasyonel bağlantılardan söz etmiştir (Moreno 1946). Ona göre, rol, işlev ve örgütlenme birimidir. Davranıştan öte bir görümlü biçimdir diğer görümlülerle ilişki içinde. Özel bir durumda gözlenebilir (Moreno, 1946: iii). Roller psikosomatik (fizyolojik), psikodramatik (psikolojik) ya da toplumsal olabilir ve iç içe geçebilir.

Bir Rolün Üç Bileşeni

Bir rolün üç bileşeni vardır: düşünce, duygu ve eylem. Düşünce, duygu ve eylem uyum içinde ise rol uyumludur. Bazen, bir rolde gözlemlenen bloklar vardır ve bunlar uyumsuzluk işaretleridir. Bir insanın düşünce ve duyguları senkronize ama eyleme geçemeyebilir. Bir kişinin duygu ve eylemleri uyum içinde olabilir ama düşünce almayabilir; ya da, düşünce ve eylem uyumludur ama duygu bileşeni kayıp ya da az gelişmiş olabilir (Şekil 3).



Şekil 3: Rolün Bileşenleri

Rol Şeması

İlişkilerin gelişimine ve ilerlemesine yardım etmek amacıyla, kişinin (rol içi ilişkiler) ya da grupların (roller arası ilişkiler) rol sistemleri ile ilgili çalışmak ve değerlendirmek amacıyla rol haritası veya şeması kullanılır. Şema üç bölüme ayrılır: Bütünlük ve yaşam kalitesinin yaşantısıyla olan ilişkileri roller (progressive); aile ve sosyal sistemlerde yaşamı sürdürmede optimal yollar olan başa çıkıcı roller (coping) ve kişinin perçalanmış duygularını içeren, şimdiki duraya ait olmayan geriletici (retroresif) roller. Ben, 20 yıldır kullanıma da oldığım rol çerçevesini biraz daha genişlettim (Clayton 1982, Daniel 1992, 2004) ve başa çıkıcı roller bölümüne dandarıcı (freezing) roller alt bölümünü ekledim. Çerçeve, drama da ya da sahnede bir noktada, duruma bakabilmek için kullanılan bir haritadır. Tüm roller diğer rollerle ilişki içinde görülür ve rol sistemi yaklaşımı aracılığıyla belirlenebilir.

Rol kategorileri

Geriletici roller kategorisi iki alt bölüme ayrılır: "iyi gelişmiş" (well developed) ve "gelişmekte olan" (developing). Başa çıkıcı ya da sağ çıkıcı roller üç alt bölüme ayrılır: "e doğru giden" (going towards); "den uzaklaşan" (going away) (withdrawing geri çekilen); "karşı giden" (fighting dövuşen) ve yeni rol kategorisi olan "dandarıcı roller"

(freezing). Geriletici roller iki bölüme ayrılır: "kayılan" (diminishing) ve "sabit" (fixed) (Tablo 3.3'ün takip ediniz).

Bu terimler benim eğitim ve pratiğimde kullandığım terimlerdir (Daniel 2001). Temel rol tiplerinden herhangi biri (psikosomatik, psikodramatik ya da sosyal) duruma göre bu kategorilerden birine yerleştirilebilir. Örneğin, sosyal roller: sıcak öğretmen, takdir eden öğrenci; psikodramatik roller: Yaşam aşığı, kıyamet tellalısı; somatik roller: Özlü ağlayan, sıcak kulağıyıcı olabilir. Ancak, rolün sadece bir rol olduğunu (Moreno 1999) unutmamak önemlidir. Bağlam içinde bakıp, zaman ve yer göz önüne alınarak ve rol ilişkisi içindeki bağları noktasına bakarak rolleri yeterince adlandırma şansına sahibiz.

Tamamlayıcı ve simetrik rol ilişkileri

Gregory Bateson (1979), tamamlayıcı ve simetrik rol ilişkileri terimlerini kullanmıştır. Tamamlayıcı rolde farklılık önem taşıyor; örneğin, ebeveyn/çocuk; aşık/kavgacı. Öte yandan simetrik rolde benzerlik vardır:

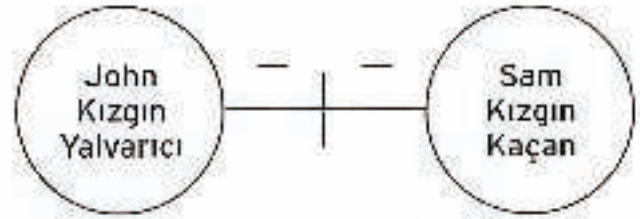
Ebeveyn/ebeveyn, kavgacı/kavgacı gibi. Bazı durumlarda, duruma göre, tamamlayıcı ve simetrik roller almak insanlar uluslararası ilişkilerde yardımcı olur. Birbirlerini sevmeseler de çatışmaların çözülmesine vesile olur. Zayıf, güçlü; doğru, yanlış rol olmadıkları bilinmelidir. Mesele, bağlam içinde, rollerin yeterliliğidir. Tamamlayıcı ve simetrik rollerin gerçekleştirilmesi, özellikle ilişkiler çıkmaza girmiş, çatışmalı ya da yarışmalı ise yararlı olur.

GRUP PSİKOTERAPİSİNDE ROL KURAMININ UYGULANMASI

Bu bölümde, bir protağonisiz rol eğitimi aracılığıyla rol kuramının uygulanışı gösterilecektir. Burada yeni rol kategorisi ile yer almaktadır. Tartışma bölümünde uygulamalar için yol göstermeler vardır.

John protağonisizdir. Rol eğitimi hemen hemen tamamlandı. İlk sahnede damadı, Sam ile bir cetsin yemek sahrunda karşılaşmıştır. Sam ve kızı Rachel (John'un kızı) birlikte yemek yemişlerdir. Kısa bir tartışma ardından Sam yemek katıp masayı terk etmiş ve nazlıca şöyle söylemiştir: "Bu terapi zıvalarını dinlemek istiyorum". John Sam'in arkasından koşup dinlemesi için yalvarmıştır (Şekil 4).

John'un hareketleri robot gibi, bedeni oldukça gergindir. Sam'e, değerlerine saldırdığı için kızgındır. John iktidarsız hissetmiş ve kendini değiştirmektedir. Rol eğitim süreci John'a biraz mola alma şansı tanımıştır. Bu şekilde kendisini ayna konumundan izlemiş, ilişkili görme şansı kazanmıştır. Kendisini diğerlerinin gördüğü gibi görmüştür. Sam'a grup üyeleri değişik roller örneklemiştir. Onun bu süreç içinde çok dikkatli ve düşünceli olduğunu gözledim. Tablo 1, başa çıkıcı roller şemasını göstermektedir. Bu, Tablo 3'teki 3 bölümden birisidir.



Şekil 4. John'un başlangıç rol sistemi.

| Başa çıkıcı (sağ çıkmaya yarayan) rol sistemi | | | |
|---|-----------------------|----------------------------|-----------|
| - e doğru giden | uzaklaşan | - e karşı giden | dondurucu |
| | b) kızgın kaçan (Sam) | a) kızgın yalvarıcı (John) | |

Tablo 1. John ve Sam'in antağonistik ilişkileri

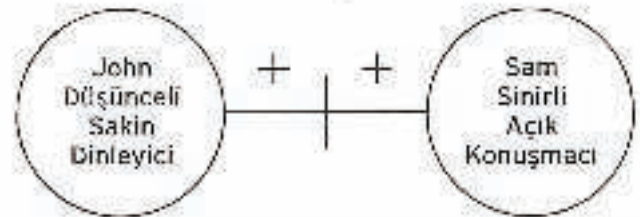
a ve b, tamamlayıcı rollerdir; karşılıklı ofansız tele ilişkidir.

Yeni bir rolün gelişimi

Bir sonraki sahne John, Sam ve Rachelle doğru gelip şöyle dedi: "Rachel, lütfen Sam'le konuşur musun?" Bu yeni bir şeydi. Rachel ile rol değiştirdiğinde şöyle dedi: "Tabii". Ve kalıp Sam'in karşısına oturdu. Rol testi sırasında bir çok rol değiştirme yapıldı. Bu sefer John (Sam rolünde) gergin olmasına rağmen mesajı terk etmedi. (Tablo 2 rollerdeki değişimi göstermektedir.) Rol eğitim sürecinde John, Sam ve Rachelle ilişkide yeni roller geliştirdi. John, ilk kez Sam'in kendisinden çok korktuğunu fark etti. Kendi rolüne döndüğünde çok gerginleşti; yüzü kızardı. Ben, "John nefes al" dedim. Derin bir nefes aldı. İki kez daha yapmasını söyledim, bu şekilde rolü maksimize etti. Kendisinin de korktuğunu fark etti. Bu yeni içgörü ile sakinleşip, rahat düşünür hale geldi. Bedeni gevşedi. Sam'in ondan korktuğunu fark etmek onun için çok önemliydi. Bir sonraki adım, bu yeni bilginin kutlanması idi. Daha önce hissettiği korku onu içine çekmesi olanaksız bir rol durumuna sokuyordu. Onun için çok değerli olan insanları kaybetmek korkusu, o kadar yoğundu ki o salkıda donmuştu ve nefes alması bile durmuştu. Eylemi yavaşlatarak ona nefes alma konusunda nazikçe koçluk etmek onun kendisi ile ilişkiye geçmesini yardımcı olmuştu. Daha sonra Sam ile rol değiştirebildi ve böylece Sam'i tüm farklılığı içindeki öteki olarak keşfedebildi; bir insan olarak. Bu gerçek bir gelişmeydi.

Yeni tanımak ve kutlamak

Daha önce görülmeyen, bilinmeyen bir şeyi fark etmek ve bu farkında içi kullanmakla büyük değer vardır. Farkında olmadığımız şeyi bilemeyiz; yani farkındalığı kutlamak iyi bir duygu yaratır. Bu yeni rolü korunmasını sağlar, protağonistin şimdi burada geleceğini sağlamlaştırır ve kişinin derine bakmasını kolaylaştırır. Ayrıca, bu çalışmanın sökülmesini önler. Özellikle de kişiler kendilerini çok eleştiren kişiler ise. Kişi netleşince, terapistlik çalışma tamamlanmıştır. Yine de, şimdi o, Sam'i dinemesi gereken kendisi olduğunun farkına varmıştır. Dramanın son sahnesinde sessizce oturmuş ve demadına yaklaşarak onu yüreği ve kalbiyle dinlemiştir. "Düşünceli, sakin dinleyici" şeklindeki tanımlayıcı rol onun Sam'i dinleyebilmesine olanak vermiştir. (Şekil 5) Nefesin serbestleştirilmesi John'un korkusunun uçup gitmesini sağlamış, spontanliğini ortaya çıkmasına yardımcı olmuştur. Dunların sonucunda Sam'e yeni ve yeterli bir tepki vermiştir. Protağonist çok gergin ve duygu yıldırtı olduğunda her şeyi yavaşlatıp, protağonist' nefes almaya teşvik etmek çok yararlı olabilir. Bu her iş için de yararlı, spontanlık spontanlığı doğurur (Tablo 3'e bakınız).



Şekil 5. John, Sam ile ilişkisinde tamamlayıcı bir rol alır. Tele karşılığı olumsuzdur.

| İlerleyici (Yaşam) rolleri | | Başa Çıkıcı (Sağçıkma) Roller | | | Geriletici (Canstız) Roller | | |
|----------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------|-----------------|-----------------------------|--------|-------|
| iyi gelişmiş | gelişiyor | - e giden | uzaklaşan | - e karşı giden | donan | azalan | sabit |
| | a) Yaşam gücünü salıklayan (John) | | → | | b) Korumuş robot (John) | | |
| | c) Açık kalp i hissedici (John) 1 | | | ↙ | | | |
| | d) Açık sakin dinleyici (John) 2 | e) Sınırlı açık konuşmacı (Sam) 3 | | | | | |
| | f) İş görücü öğrenen (John) | ↘ | | | | | |

(a ve b, b ve c, c ve d, d ve e ve e ve f, tümü tamamlayıcı rollerdir. 1 ve 2 ve 2 ve 3 karşılıklı olumlu rol ilişkileridir.)

İki yönlü oklar rollerin ilerleyişini ve roller arasındaki işlevsel bağlantıları göstermektedir. İki yönlü oklar karşılıklı olumlu teleyi gösterir.

Tartışma

Bir insanın nefes nefes aldığı yakından gözlemek çok yararlıdır. Bazen korku sıcak bir pelerindir, kişinin bırakmaya hazır olmadığı eski tanıdık bir rolüdür. Böylece, nefes almak ve duygularla bağlantıya geçmek bazen korkutucu olur. Bu, yeni roller gelişinceye ya da kişi korkulu role geçişine dek roller ve kristalize olmuş rol kümeleri arasında yeni işlevsel bağlantılar gelişmesi gerektiği anlamına gelebilir. Herhangi bir korkudan, yılan korkusundan talan sözlemiyorum, deha özel bir korkudan, dehşet olmasa da kişinin kendiliğinin bir yönünü, tehlike algıladığı ve güvenle hissetmediği için donduran duygudan sözlemiyorum.

Yeni kategori: Donma

Tablo 2 ve Tablo 3'te başa çıkıcı roller arasında yeni, dördüncü kategori bulunmaktadır. Bu yeni kategorini ortaya çıkışı, pratik içinde hiçbir kategoriye uymayan rol kategorilerinin saptanmasıyla olmuştur. Örneğin, John'un dramasında "donmuş robot", e- karşı giden (dövüşen), uzaklaşan (geri çekilen) ya da e- giden rol kategorilerine uymamıştır. Başa çıkmaya çalıştığı için, bu rolü, geriletici

rol kategorisine sokma olasılığını dışladım. Başka bir durumda, bu, geriletici sayılabilirse de, görüşme sırasında bunu başa çıkıcı olarak değerlendirdim. Cinsel taciz ya da aile içi şiddet olayları ile ilgili çalışanlar, hastalarda ve danışanlarda sıklıkla bu donan rolü sıklıkla gözlemler. Donan rol, otoriter sistemlerde, teröre katkı olarak, kişinin yaşamını fiziksel, ruhsal, sosyal olarak tehlikeye sokan durumlarda ortaya çıkar. Hayvanlar bunu içdüdüsel olarak bilir. Etholojist Konrad Lorenz, dövüşen kurtları gözlemlemiş, kavgaın belli bir noktasında birinin yıkılıp ötekine teslim olduğunu ve donan bir rolle bunu yaşadığını saptamıştır.

Hasmına bu şekilde boynunu sunan köpek ya da kurt, bu şekilde asla ciddi bir şekilde ısırılmaz. Öteki, nırlıdan, gürlen, dişlerini havaya geçirir, hatta bir sırtık bile almaksızın o o s havada bir şeyleri öümüne sarstıyer gibi hareketler yapar. Ancak bu, ısırılmadan kaçınma hareketi yenilmiş köpek ya da kurt, o tevazu tutumunu koruduğu sürece sürer. Kavga bu hareketle durduğu için, çalip kendisini, rahatsız bir pozisyonda uzanan mağlup hasmının üstünde dikelmis vaziyette bulur. Burnunu alttaki köpeğin boynunda tutarak kalmak şampiyonu sonunda bilir: İstirahatınca da geri çekilir. Bunun üzerine anlayışlı köpek aceleyle kendisi ile üstün olan arasına mesafe koymaya çabalayabilir. Ama çözümler burada başarılı olmaz çünkü katı teslimiyet tutumunu bırakır bırakmaz öteki üstüne şimşek gibi çulanır, kurtarı yine eski postürle donmak zorundadır. (Lorenz 1952:188)

Girişimlerde bulunmada rol kuramının kullanılması

Net gören rolü (o anı bilen/gören kişi) John'da başlangıçta yoktu. Korkusu Sam'i netlikle görmesini engelliyordu ve o korktuğunun farkında değildi. Bazen, kendi duygularını kabul edene dek protagonistler rol değiştiremezler. John'un durumunda, düşünmek ve eylem bir arada idi ancak donmuş korku duygusu bir engel (blok) haline gelmişti. Rol değişimi John'a görülmeye ve işlenmeye fırsat verdi. Rol değişebilir olur olmaz derin bir erinme yaşamıştır. Bu deneyimle, bütünleşme arınması (entegrasyon katarsisi) gerçekleşmiş roller bütünleşmiş ve uyumlu hale gelmiştir. John da barışa erişmiştir.

BİREYSEL PSİKOTERAPİDE ROL KURAMININ UYGULANMASI

Rol kuramı, bireysel psikoterapi, danışmanlık, siper-vizyon, kaçılık etme ve birliklikte (consulting) kullanılabilir. Uygulamacı, küçük parçaları görmeye cesaretlendirilmeli ve küçük kelimeler, küçük rol değişimleri ile çalışabilmelidir. Bu küçük şeyler bazen kişinin konuşmalarında ve kullandığı sözcüklerdedir. İnceletir ve duyarlılığa görüründe küçük olanı şeylerle çalışmada büyük, pizil güçler (potansiyer) söz konusu olabilir. Birlikle olmak, sessiz ve etkin şekilde dinlemek, aynalamak ya da eşleme aracılığıyla kendini onun yerine koymak ya da rol değişimleri çok yararlı olacaktır. Rollerde değişim ve kaymalar aniden olabilir bu nedenle uygulamacının spontanlığı ve akışa gidebilme yetisi çok önem taşır. Aşağıda, bireysel psikoterapiye uygulanmış bir rol kuramı yaklaşımları örneği yer almaktadır.

Jude

Jude oturdu ve kafasında çok şey olduğunu söyledi. Ben kalktım, masadan bir kupa mendil aldım, onun oturduğu yere doğru yürüyüp mendilleri ona verdim. Yerine yarıdan otururken ona, "Tamam, bir mendil çekip kafandaki şeyi kendine söyle, sana bunun ne olduğunu söylemene gerek yok, sonra yeni bir tane daha çek, sonra yine devam et" dedim. Üzüntüyle güldümsedi ve "yeterince var mı?" diye sordu; ama, üçüncüyü çektikten sonra, yüzü kızardı ve ağlamaya başladı. Ona, nazikçe, nefes almasını, duygularını yaşamasını ve yaşam gücüne izin vermesini söyledim.

Tartışma

Bu Jude'un terapisinde önem taşıyan bir noktaydı çünkü bu zamana kadar kimsenin önünde ağlamamıştı. Köken ailesi özellikle acı veriyordu; bir erkek kardeşinde şizofrenik bozukluk vardı. Bu kardeş onu günde defalarca arıyor, sıklıkla ona sözel aşağılama yapıyordu. Bir kızkardeşinde henüz yeterli laneti almamış ruhsal bir hastalık vardı ve öteki erkek kardeşi beyin felçliydi. Jude 1 yıl eroin kullanmış bana çekmeden iki yıl önce bırakmıştı. Hala bazı haplar alıyordu ama eroin kullanmıyordu. Jude'la ilişkim çok güçlüydü ve onun benim yönergelerimi izleyeceğinden emin idim. Birkaç aydır haftada bir geliyordu, bu noktaya kadar eylem tekrarı kullanmamıştım. Burada şaşkınlık ve zamanlama öğeleri de önem taşıyordu. Kızgınlık duygularında hiç zorluk çekmeyen Jude, özünüsüyle beklenti kurabildiği ve ağlayabildiği için rahatlamış ve minnetliydi.

ROL KURAMININ ÇİFTLERDE UYGULANMASI

Çifte, ilişkinin, üçüncü bir mevcudiyet olduğu fikrini sunmak, kendilerini ilişki de nasıl gördüklerine ilişkin belirgin bir farklilik yapabilir. Bazı insanlar ar sadece "sembel" "doğru-yanlış" "zayıf-güçlü" şeklinde düşünürler. Rol kuramında doğru yanlış, zayıf güçlü yoktur. Rolende yeterlilik ve roller arasındaki ilişkiler meselesi vardır. Çiftlere "Şimdi nasıl bir ilişkiye sahipsiniz?" gibi sosyometrik sorular sormak yararlı olabilir ve onlara ilişkilerinin bir resmini ve karşı tarafın bunu nasıl algıladığını görme fırsatı sağlar. Bazen ben aralarına bir perde koyar ve ilişkiyi ayrı bir mevcudiyet olarak somutlaştırmalarına yardımcı olurum. İlişkinin kendi eseri olduğunu asla fark etmemiş olabildikleri için bu çenelikle çok etkili olur. İnsanlar bir kere ne yapabileceklerini ve söyleyebileceklerini ya da ilişkiyi düzeltmek için bir rol almayı düşündüklerinde seçim ve kendisi için sorumluluk alma tabloya girer: "Seni değiştiremem ama kendimi değiştirebilirim, bu da bizi etkileyecektir". Bu bir potansiyel çok güçlü ilkedir ve acildir.

ROL ARASI BAĞLANTILILIK

Bir insanın rollerini birbiriyle ilişkili oldukları şeklinde düşündüğümüzde, onun nereye var olduğunu, sonra ne geldiğini, ötekini tepkisinin ne olduğunu ve ik' insan arasında burada şimdi ne geliştiğini düşünebilirsiniz. Sadece bir şey dışı vermek yetmez, onun nasıl alındığını da görmek önem taşır. Bir rolü, ötekini görmeden ve ne durumda olduğumuzu görmeden adlandırarsak, yaptığımız şey bir insanı etiketlemek ve bu rolün öteki insana atacağı çapa olmadığı gibi davranırız. Bu solipsizme sınırlı geliriz, yani kendiliğinden her şey olduğu ve birleşebilecek tek şey olduğu düşüncesine. Rollerimizin birbiriyle bağlantılı olduğu da olduğu fikrini akılda tutmak akıllıca. Roller yazılmış değilendir, çünkü biz yazılmış değiliz; biz her zaman bir şeylerle bağlantılıyız.

ROL KURAMINI ÖĞRETMEK

İnsanlara rol ilişkilerine hakmak için yardımcı olurken ya da rol kuramını öğretirken, terapistin danışana ya da yöneticinin grupe işbirliği yaparak çalışması tavsiye edilir. Bu çok yoğun bir süreçtir ve uygulamacının yetenek ve zamanlamasını içerir. Yazı tahtası ya da bir perçe kağıt kullanarak, danışanın ilişkide olduğunu gözlediğiniz kişilere rollerini listelersiniz. Rolün genel kategorisini yazdıktan sonra ona bir sıfat eklersiniz ya da bunu tersinden yaparsınız. Hayal gücünüzü kullanarak tahtaya resimler çizebilirsiniz; ya da danışanlarımız kağıda kendi diyagramlarını defter kağıdına çizerler.

Rolleri isimlendirmek bir çeşit spontanlık eğitimidir

Rolleri isimlendirmek bir etiketleme süreci değil, bir çeşit spontanlık eğitimidir. Bir eğitim grubunda, paylaşım esnasında, bir çay arasından sonra eğitimci grubu rol işleme (role processing) aşamasınaatabilir. Ahtaya rol şeması çizdikten sonra grup üyeleri drama üzerine gözlemler (role helms) yapar ve drama da gözledikleri rolleri adlandırmaya gayret ederler. Bundan sonra eğitimci genellikle protagoniste dönerek onun yorumlarını alır ve yazılanlar arasından hangi rolün en çok çinlendiğini

(yanıladığını, resonance) sorar. Bir rol, genellikle çok çabuk seçilir. Bazen eğitimci, öğrenciden, bu rolü daha çok geliştirmek için neler yapabileceklerini düşünmesini ister. Grup üyelerinden, protagonislini bu rolü sürdürmesine yardımcı olmak üzere ortaya bazı fikirler atmalarını da isteyebilir. Bu durumda süreç bir çeşit rol eğitimine döşür. Roller adlandırmak süreci bir aynalama sürecidir ve bunun amacı, protagonislin ve grubun spontanlığına yardımcı olmaktır.

Kültürler arasında rol kuramı dili

Dillerin değişik yapıları, bizi, bir rolü adlandırırken yaratıcılık kullanmaya ve spontan olmaya zorlar. İngilizce'de bir rol, genellikle bir ya da birden fazla sıfat ve bir isim kullanılarak tanımlanır; büyük top-büyük kırmızı top-beyaz kumlandanda ziplayan büyük kırmızı plaj topu. Her eklenen sıfatla birlikte yeni bir imge belirir ve bundan dolayı imgelemenin ve dilin gücü de eklenir. Örneğin, belli bir protagonist, hayali sevinmektedir; bisiklet sürerken şarkı söyler, İngilizce'de onu, "açık yürekli yaşam aşığı" (openhearted lover of life) olarak adlandırabiliriz. Rusca'da ya da Japonca'da onu, "yaşamı bütün yüreğiyle seven adam" olarak tanımlayabiliriz. Bu gerçekten fark etmez; önemli olan rolün özünü ulaştırmasıdır. Örneğin, evinden ayrılarak ilk kez dünyayı maceraya atılan birinin rolünü "Marco Polo" olabilir. İmgelerin gücü dil farklılıklarını aşar.

Uygulamacılar ve eğitimciler için öneriler

Yöneticiler, protagonistleri ile çalışırken, zihinlerine gelmiş imgelemeleri kullanmalıdır. Onlar sıklıkla resmi rol diyagramlarının ve protagonist ve gruplarının daha önünde piden sezgisel araçlara sahiptirler; bu yöntem isimlerini yerine geçen. Eğitim gruplarında bile her zaman rol diyagramları yapmak gerekmez çünkü bu iş bazen isminin önüne engel çıkarabilir ve protagonistle ilişkinize konu dışı bir şeyler sokabilir. Bir rol kuramı çerçevesinin getireceği şey, rollere ve bunlar arası ilişkiye bakarken bir yapı sağlamasıdır. Kendi başına bağımsız olarak mevcut bir rol ya da kişilik profili yoktur. Rol diyagramı, topumsa ve kültürel atomlar içerelebeye yarayan ve sadece şimdi ve burada'ya uygun dinamik bir yapıdır. Akıllıca kullanılmalıdır.

Gerçek öz (the real self)

Biz, insanların kendilerini alışkanlıkla tanımlamak ya da özünü çarpıtılmış şekilde aynalamak için kullandıkları sözcükleri, rol kuramı terimleriyle yeniden çerçevelayabiliriz (reframe). Bu anlamsal (semantic) esneklik,

patolojize edilmiş kelimelere karşı eğilimi önlediği içi özellikle yapıcı olur. Yeni rol tanımlamaları yapmak etkili ve özgür bir terapötik girişimdir. Örneğin, kendisine, sıklıkla yardım bulduğu söylenen (enerji dolu, meraklı, girişimci, baş baş tepelerinde dolaşan) bir çocuk, kendisine ilişkin doğru olmayan ve olumsuz bir bakış açısı geliştirebilir. Yeni aynalamada, erişkin kişiye, onun, geçmişte "kesur bir maceracı" ve "yaşam dolu biri" olmuş olduğu söylenebilir. Kendisini doğru bir aynalama ile görmek kişinin, kendisine ve dünyaya bakış açısını değiştirebilir. Doğru aynalamalarda kişiler, genellikle daha enerjik, spontan hale gelir ve kendi fikirleriyle bağlantıya geçerler. Yeni kararlar alır ya da daha önce yaptıklarını daha güvenli bir şekilde yapmayı sürdürürler. Christopher Bollas'a göre, gerçek öz, spontan gibidir: "Çerçək öz, Beethoven sonatı dinler, yürüyüşe çıkar, gazetesini spor sayfasını okur, basketbol oynar ve talil hayalini kur" (Bollas 1989: 21).

SONUÇ

Kendimizi rollerimiz aracılığıyla dışavurup, süreyen olarak rol ilişkilerimizi geliştirdiğimiz ve sürdürdüğümüzde, rol kuramı yaşayan bir süreç haline gelir. Ancak bundan sonra insanların ne yaptıklarını kaydedebiliriz ve onları dünyalarıyla ilişki içindeki şekliyle anlayabiliriz. Rol kuramı, şimdi burada doğasında olduğu için ve her insanın yaratıcı gizliliğini tanımladığı gerçeğiyle, tazeleyicidir (refreshing). Bu nedenle her şey olasıdır. Yeni şeyler açığa çıkar. Bu, simdiki zamanda olmaktadır. Gelir yaratıcı esinler ve imgelerimizi ortaya çıkırları gibi kullanabiliriz. Biz eğitimcilerimiz ve yaşamımızda olumlu, karşılıklı ve yaşamı destekleyici rol ilişkileri geliştirecek ve sürdürüleceksek, bu gereklidir.

NOT: Gizlilik ilkesi gereği, bu bölümde geçen isimler ve bazı ayrıntılar değiştirilmiştir.

KAYNAKÇA

- Karson, G. (1979) *Mind and Nature*, U.K: Wildwood House.
- Bollas, C. (1985) *Form of Unbeing: Psychoanalysis and Human Existence*, London: Free Association Books.
- Clayton, L. (1982) The Use of the Culture: A Case to Record Personality Change in Individual Psychotherapy, *Journal of Group Psychotherapy, psychoanalysis and Sociometry*, Vol. 35, 3, Heldref Publications, Washington, D.C. 20016.
- Daniel, S. (1992) *Building a Healthy Culture: A Psychoanalytic Intervention*, Unpublished Thesis, Board of Examiners, ANZFA.
- Daniel, S. (2001) *Psychodrama Training Curriculum*, Psychoanalytic Institute (Melbourne), Australia.
- Daniel, S. (2004) Through the Mirror: Role Theory Expanded *British Journal of Psychoanalysis and Sociometry* 75, 2.
- Levin, K.Z. (1952) *King Solomon's Ring*, London: Methuen.
- Morgan, J.L. (1954) *Who Shall Survive?* New York: Beacon House.
- Morgan, J.L. (1946) *Psychodrama: Volume One*, Amble, Pennsylvania: Beacon House, Inc.
- Morgan, J.L. and Morgan, Z.T. (1959) *Psychodrama: Volume Two: Fundamentals of Psychotherapy*, New York: Beacon House.
- Morgan, J.L. and Morgan Z. T. (1969) *Psychodrama: Volume Three: Action Therapy and Principles of Practice*, New York: Beacon House.
- Morgan, Z.T. (1989) Training Workshop, Harwell, UK.

DRAMA KAVRAMINDAN TÜREYEN BİR DÜET

Uğur Değirmencioğlu ile
“Psikodrama ve Yaratıcı Drama İlişkisi, Benzerliği
ve Farkı” üzerine söyleşi

Kaynak Kişiler:

Nilgün Tuluk

nilguntuluk@mynet.com - Arıkça Ünl. Eğitim BİLİMLERİ Ens. Yaratıcı Drama Bölümü

Uğur Değirmencioğlu

ugurdegirmencioglu@duzcesu.edu.tr - TÜBİTAK

Nevin ERACAR

Yrd. Doç. Dr.

Klt. Psk. Psikodramatist

Sağlık ve eğitim alanlarında zaman zaman Psikodrama ve yaratıcı drama alanlarının karıştırıldığını, ya da bu iki alanın yer yer karıştığını biliyoruz. İnsan gelişimi, m.hsallığı ve eğitim üzerine eğilen bu iki disiplinin bazen karıştırıldığına da rastlarıyor. Belki farkları değil de benzerlikleri daha çok önemsemeye eğilimine yakınız. Belki yakın ve benzer olan her şey için farkları özerle ve dikkatle ayırtmalıyız. Her birinin bir bütün olması için...

Psikodramanın Türkiye’de gelişim serüvenine bakınca aşağı yukarı aynı zamanlara denk düşen bir başka büyük yaratıcı drama alanında karşımıza çıkıyor. Bu beraber geliş 1960’li yıllarda başlıyor. Her iki alanın da yakın zamanlarda sahneye çıkışı belki de eğitim ve ruh sağlığı alanlarında var olan ihtiyaçların daha dikkat çekici hale gelmesine bağlıdır. Benzerliklere vurgu eğiliminin bu alan ortaklığı ile de bağlanabilir belki.

Tüm bu olasılıkları gözden geçirmek ve bu iki alan arasındaki farkları konuşmak üzere Uğur Değirmencioğlu ile bir söyleşi yapmanın doğru olacağını düşündüm. Kendisini 1999 Marmara depremi sonrasında İstanbul Şehir Tiyatroları Harbiye, Muhsin Ertuğrul Sahnesi tuayesinde bir toplantıda tanışmışım. Toplantı deprem bölgesi için kimin ne yapabilceğini araştırmak üzere planlanmıştı ve tabii ki havada su dövülen bir toplantı idi. O gündün öster tek önemli şey Uğur’u tanımak oldu. Daha sonra pek çok çalışmada düşünce, söylem, fikirler, çıkarım ve tabii ki heyecan paylaşımımız oldu. Bunlardan belki de bu yazı açısından en önemlisi 2001 yılında Bülent İle yürütüğümüz Psikodrama eğitim grubunda psikodrama ve yaratıcı drama arasındaki farkları aradığımız ortak grup

çalışması olmuştur. Ki günlük bir maraton sürecini içeren bu buluşmanın gerek biz eğitmeni psikodrama grup liderleri, gerekse grup üyesi öğrencilerimiz için hayli verimli ve bir o kadar aydınlatıcı olduğunu net bir şekilde hatırlarım.

Özellikle farkları üzerine odaklanan bu yazıyı biraz da bu deneyimlerin etkisiyle düşündüm. Kendisine telefonda bu isteğimi belirtince aynı gün bana 15 sayfalık bir tanıtıcı metin yolladı. Böylece özellikle tanım, teknikler ve tarihçe açısından ön bilgilerinin ışığında söyleşme şansımız oldu. Bu yüzden, söyleşi notları arasında yerli geldikçe bu bilgileri ekleyerek sundum sizlere.

Uğur’la, Cihangir’de kimililer tarhinin hangi sayfasından arata kalmış güzel ve özel bir mekanda, onun evinde buluştuk. Şubat ayının soğuk ve yağın geçen bir haftanın ardından, yerini sıcak bir soluk, güzel tınılar ve heykeltıraş Ayşe Değirmencioğlu’nun mülteğircaı nefis tadlara bıraktı. Her istina hem pişirme işlevi gören bir ocağın (şömine demiyorum) eşliğinde yaklaşık 2 saat süren söyleşimiz uzun ekşammahabetinin öcüsü oldu...

Tanım: İnci San yaratıcı dramayı şöyle tanımlar: “Yaratıcı drama: boşboğalama, rol oynama vb. tiyatro ve sa drama tekniklerinden yararlanırarak, bir grup çalışması içinde, bireyin bir yaşantıyı, bir olayı, bir fikri, kimi zaman bir soyut kavramı ya da bir davranışı, eski bilşsel örüntülerini yeniden düzenlenmesi yoluyla ve gözlem, deneyim, duygu ve yaşantıların gözden geçirildiği ‘oyunsu’ süreçlerde anlamlandırması, canlandırmasıdır. Ancak, yaratıcı eğitici drama çalışmaları 1) tiyatro ve pratik 2) oyunculuk değildir.”

N.E. Benzerlik ve farklılık deyince aklımıza daha çok benzerlikler gelir. Yakın oluşumların neredeyse aynı olduğunu düşünmeye daha yatkın gibiyiz. Komşu ülkeler, kardeşler, akrabalar, konu akrabalıktı olan bilye ve uygulama alanları aynı imiş ya da "aynı şey" lermiş gibi düşünme eğilimi dikkatimi çeker. Psikodrama ve Yaratıcı Drama hakkında da belki terim benzerliği tuzağına da düşerek ve ikisini aynı şeyler gibi görme yanılgısı ile karşılaştığım oluyor. Ancak "drama" diyerek neisini işaret ediyoren bazı konuşmalar bunlar. Oysa iki ayrı alan benzerlikleri yerine ayrılma noktaları açısından tanımlamak daha doğru, hatta gerekli diye düşünmekteyim. Psikodrama ve yaratıcı drama arasındaki farkları tanımlayarak başlayalım istersen. Ne dersin?

U.D. Haklısın. Örneğin tiyatro ve futbol arasındaki benzerlikleri dikkate alarak düşünmekle yetinirsek, ikisi aynı şeydir yanılgısına düşebiliriz. Çünkü ikisi de topluluk önünde oynanır, bilet alınarak izlenir, alkışlanır...Bir de aamlara dışarıdan yüklenen anlamlar var tabii. Kavram karışması da sıkça ortaya çıkıyor. Yatkın olmayan ve biraz eğitim almış bazı kişiler, Yaratıcı dramayı "her şey" sanır. Dışında kalan bazıları da oyun içeren her şeyi "yaratıcı drama" sanır. Bu yanılgıların kavramlar düzeyinde irdelemeleri gerektiriyor. Oysa farkları ayırtmaya varmak

için kavramsal dayanaklarla düşünmek gerek. Yaratıcı drama ve psikodrama teriminde ortak bir kavram var. Drama; katılım, yaşanılanlardan ders çıkarma ve drama lideri kavramları açısından her iki alanı da kapsar görünüyor. Burada sanırım kavramlar ve terimler arasındaki benzerlik, farklılık ve etkileşim süreçlerini dikkate almak gerek. Yaratıcı drama katılım kişi veya kişilerin bu süreçten nasıl bir kazanımla çıkacağı hakkında bir öngörüyü içerir. Oysa psikodramada durum bu kadar net değil sanırım.

N.E. Evet. Psikodrama sahnesi yaratıcı çalışması unsurlar içerir. Sahne yaşanılan ve eylemlerinden doğacak kazanımları herhangi bir tasarıma dayanması mümkün değildir. Moreno'nun yaratıcılık tanımı da kişinin kendi doğal yaratıcılığını geri kazanması yönündedir. Bu yüzden çıkarımlar, katılımıya, protagonistle birlikte, yorum yapılmaz.

U.D. Yaratıcı dramada diyebiliriz ki bir tür çeyre doğru tasarım söz konusudur. Yani yaratıcı drama teknikleriyle çalışılan bir kişi veya grup için bu çalışmanın sonunda hedeflenen kazanımları tasarlamak durumundayız.

N.E. Bu kazanımları açık sayabilir misin?



U.D. Genel olarak "öğrenme" diyebiliriz. İlişkiler, iletişim, insan tanıma, (kendini ve başkalarını), yakınlaşma, kavrama, problem çözme, strateji geliştirme, hayal kurma, yaratıcılık, tasarım, ferakedlilik gibi acillerler sıralanabilir.

N.E. Özellikle eğitim amaçlı kullanım mı söz konusu olur?

U.D. Evet, yaratıcı drama teknikleri, her türlü sanat alanlarını da içeren ve aynı zamanda tarih, felsefe, millî değerler de yarılan bir vizyonla uygulanır. Sanat eseri, sanatçı, sanat alanı (kolektif sanatlar, fonetik sanatlar, yazılı sanat, sahne ve gösteri sanatları, disiplinlerarası sanat,) sanat akımları, dönemler gibi kavramlarla da ilişkilendirilen bir eğitim olmalıdır.

N.E. Yaratıcı drama lideri yetiştirmek de uzun soluklu bir süreç olmalı değil mi?

U.D. Yaratıcı drama lideri yetiştirilmesi ile ilgili sistemli bir program var. Türkiye'de de uygulanıyor.

N.E. Yaratıcı Drama lideri yetiştirmek için amaç nedir acaba?

U.D. Yaratıcı drama vizyonu ile yetişmiş eğitimci ve liderler yetiştirmek olmalıdır.

N.E. Yılladığınız bilgi notundan da anlaşılıyor gibi görüyor olursanız da dersler çok yer alıyor. Burada amaç nedir?

U.D. Bu biraz da amaçları sınırlı bir durum altında. Gerçek amaç öğrencilerin ve liderlerin kendi branş öğretmenleri için öğrenmeyi kolaylaştırıcı, zevkli ve kalıcı kılan, yaşam pratiğini yakalayabilen bir biçimde işleyebilmeleri amacı olmalıdır. Ancak öğrenciler için yaratıcı drama dersi olarak yer alan bir uygulamaya dönüştü. Genç çocuk ve gençlerin ilişki ve iletişim becerilerinden bir kavranılması olması gibi bir amaca hizmet ediyor. Bu da hiç yoktan iyidir demek işleyebiliriz.

N.E. İşlev ve hedefler açısından bakmak istersek ne uygun ve tanımlanmış kavramları yaratıcı dramada nasıl yer almaktalar?

U.D. Tanıma kısaca geri dönersek, yaratıcı drama; Tiyatro yöntem ve tekniklerinden yararlanılarak gerçekleştirilen bir "yaparak ve yaşayarak öğrenme" etkinliğidir. Burada

Bilgi notu:

1990'li yıllardan sonra eğitimde dramatisasyon çağına yaklaşımlarla ve bilimse olarak ale alınmaya başlanmıştır. Özellikle Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Genel Sanatlar Eğitimi Enstitüsü Üyesi, Çağdaş Drama Derneği Olağan Başkanı Prof. Dr. İnci SAN ve Devlet Tiyatrosu sanatçılarından Tamara Fırtına'nın Ankara'da birliktelik yakınlıkları çalışmalarını sürdürdüğü eğitimde dramatisasyonu bilinen anlamda herhangi bir içeriği tanımlanmış bir şekilde, Eğitimde Yaratıcı Drama kavramı olarak yerleştirilmeye çalışılmıştır. San ve Levent Ünlü yaptıkları çalışmaları diğer öğretmenlerle paylaşarak önce yaratıcılık yeteneklerini geliştirmek, iletişim becerilerini arttırmak, bireyin kendisi ile ve başkalarıyla tanışma özgürlüğü bir dizi drama serileri ve kurslarından geçmek, sonra öğrenen bu alanlarla kendi hedef kitleleri için yönelik aynı aşamaları bu şekilde erce yaşanması amaçlanmıştır.

1985 yılı yaratıcı dramada Türkiye'deki çağdaş kullanımını kamuoyuna açması yönünde önemli yıldır. Ankara'da ilk kez gerçekleştirilen Birinci Uluslararası Eğitimde Dramatisasyon Konferansında "Eğitimde Yaratıcı Drama'nın bilinen "Dramatisasyon" kavramından farklı ve çağdaş anlamına yönelik genel bir bilgilendirme amaçlanmıştır.

Eğitimde Yaratıcı Drama Seminerleri bugüne değin 10 kez gerçekleştirilmiştir ve ilk yıla da bir gerçekleştirilmektedir.

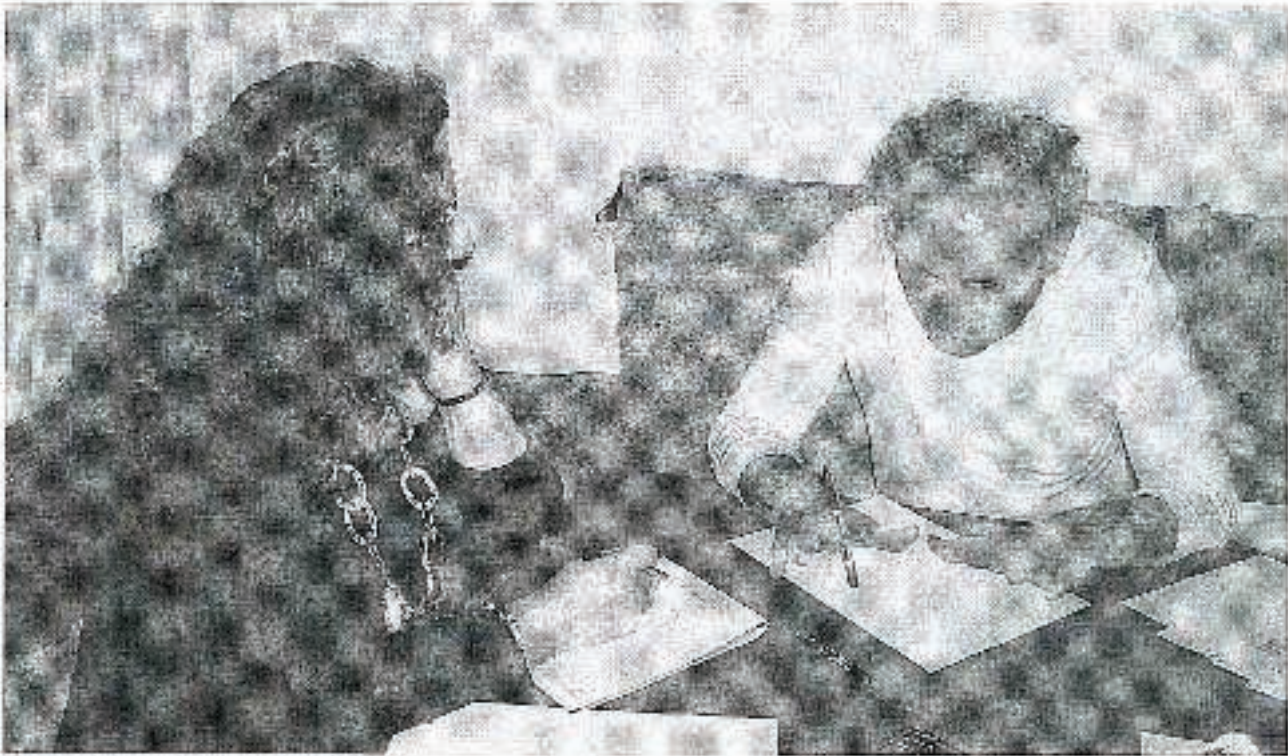
1999 yılından başlayarak A.Ö. Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Sanatlar Eğitimi Anabilim Dalında Yaratıcı Drama, Eğitici Drama, Eğitici Yaratıcı Drama, Yaratıcı Eğitici Drama gibi adlarla yaklaşık 100 dersler açılmıştır. Aynı yıllarda Hacettepe ve Öncü Üniversitelerinin çeşitli bölümlerinde yaratıcı drama ve drama eğitimi dersleri açılmıştır ve yüksek lisans düzeyinde dersler açılmaya başlanmıştır. Daha sonraki yıllarda DTCF Tiyatro Bölümünde de bu tür dersler açılmıştır. Ankara'da yaratıcı drama çalışmalarında bir başarı ile daha bir ders olarak özel ilköğretim Okulu ders programında yer aldığı görülmüştür. San ve Levent Ünlü yönettiği atölye çalışmalarında yetişen drama öğrencileri artık çok sayıda değişik amaçlarla dersler vermeye başladılar.

Türkiye'de 1980'li yıllardan bu yana Eğitici Yaratıcı Drama (Eğitimde Yaratıcı Drama) olarak isimlendirilen drama yöntemi AHD'de Creative Drama (yaratıcı drama), İnci Ünlü'de Promoteur Education (eğitimde drama), Ankara'da Solo and Theaterpedagocik (oyun ve tiyatro pedagojisi) olarak adlandırılmaktadır.

Yaratıcı Drama, ilköğretim okullarında 4,5,6 ve 8. sınıflarda 1997-1998 ders yılından itibaren seçmeli ders olarak kabul edilerek Talim Terbiye Kurulu Başkanlığınca Drama Dersi 1999 programı hazırlanmış, Tebliğler Dergisi, Eylül 1998'de yayınlanarak uygulamaya konulmuştur.

İlköğretim okullarında seçmeli olarak okutulmuş Yaratıcı Drama dersinin yanı sıra yeni bir öğretim yöntemi olarak kullanılan Yaratıcı Drama Çağdaş Drama Derneği ve Milli Eğitim Bakanlığı gibi birliği ile Hizmetçi Eğitim Programları oluşturularak eğitim kurumları öğretmenler ile atölye çalışmaları yapılarak yürüten öğretmen ve öğrenciler için uygulanması sağlanmaktadır.

Nilgün Tuluç,
Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü,
Yaratıcı Drama Bölümü



Uyatro alanından gelen iki kavram var. Rol oynama ve canlandırma. Burada, oyun kavramı geçici olarak bir beşkası gibi davranmak, ancak oyun oynadığını bilmek şeklinde tanımlanmalıdır. Kişi bu oyun içerisinde şu aşamaları katerebilmektedir: Algı, çözümleme, bütünsel bekebilme, ilişkilendirebilme. Bunların varması beklenen hedef yaratıcılık olarak tanımlanır. Bir başka deyişle: "şey"leri hi-bir-ile-değişik biçimde ilişkilendirebilme seçilme'idir. Bu kişinin düşünme ve eylemlerinde yenilik, inovasyon sağ a yararaktır.

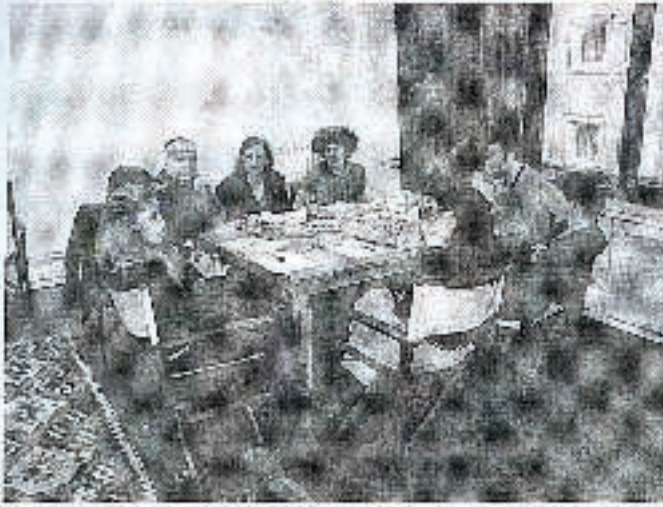
Örnek verecek olursak; Bir fabrikanın firariminden sorumlu bir grup mühendisin, şimdiye kadar yapamadığı eylemlerin ötesinde, belki 2019 yılı için önçrebileceği üretim formlarını tahayyülünü geliştirecek bir serimta hedeflenebilir. Bu hedef bu grubun, inovasyon, yerleşme çizgisini yükseltecek bir aç lmsağlar.

N.E. Bu geniş ağımlı söyleşinin kalantı daha da kentsirilebilecek noktalara gideceğinden de biraz kaygı duyarak sohbetimiz şimdilik aralıyoruz.

Psikodrama ve yaratıcı dramanın görüldüğü gibi çok çok benzerliği var. Oyun, rol, yaratıcılık kavramları özellikle kafa karıştırıyor. İste tam bu noktada Moreno'nun psiko-

drama için tanımadığı temel kavram ve felsefenin hak eiliği biçimde öğrenilmesi ciddi bir önem kazanıyor. Moreno, yaratıcılığın öğretilmesinden değil, doğumla birlikte insanda zaten var olan yaratıcı gücünün geri kazanımından yola çıkmaktadır. Rol, insanın evrensel gelişim i çerisinde kendiliğinden ortaya çıkar ve gelişimi tetikler. Dışarıdan alınan bir şey değil, kendiliğinden var olan bir unsur olarak tanımlanır. Oyun, esasen doğmacadır. İnsanın doğasında var olan eylem gücünden doğar. Psikodramada sahne, spontanlığın geri kazanımı için güvenli bir alan ve bir çerçeve oluşturur. Oyun, kurumsal değildir. Sonuçları hakkında önceden belirlenen bir kazanım tasarımı yoktur. İnsan, evrenin tüm oluş dinamiğini bünyesinde taşır. Zaman ve mekânın sınırsızlığı içerisinde kendi varoluşunu evrensel bütünü bir parçası olarak açıklayabilmesi yönündeki gelişim, somatik, psikik, sosyal rollerin ağırlık transandantal(askin) rollerle yönelim sağlar. Bu yüzden kurumsal oyun psikodrama sahnesinde yer almaz.

Sonucu kısa bir şekilde söylesek; psikodrama, evrensel boyutta bir yerleşme hedefli i çeride içten dışa bir gelişimdir. Yaratıcı dramanın hedefli öğrenme ve eğitimdir. Dıştan içe öneriler de içerir. İnsan yaşamının vazgeçilmez bir parçası. "iyilik ve akl" zaman zaman bir döl gibi dinlayabilirler. Güzel de olur.



İÇİMİZDEKİ ROLLER

Düzenleme:

- Fatma Sayman (F)** (Psikolog, Psikodramatist)
Arşulus Kayır (A) (Psikolog, Prof. Dr., Psikodramatist)
Canel Bingöl (G) (Aile Hekimliği Uzmanı, Psikodrama Asistanı)

Katılanlar:

- Behice Boran (B)** (Psikolog, Psikodramatist)
Deniz Kaptan (D. K.) (Dramaturg, Tiyatro Oyuncusu, Yazar)
Dilek Güntoza (D.G.) (Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Uzm., Psikodrama Asistanı)
İşlay Altıntaş (İ.) (Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Uzm., Psikodrama Asistanı)
Nefrin Tokyay (N) (Tiyatro Oyuncusu, Psikodrama Öğrencisi)
Turabi Yerli (T) (Hekim, Amaçlı Tiyatrocu, Psikodramatist)

F. Hoş geldiniz... Konumuz roller... Bilirsiniz persona, kişilik, maske eşanlamlı sözcükler. Eski Yunandan bu yana kişilikle roller, maskeler bir arada gidiyor.. Hayatımızda baktığımızda rollerle yaşadığımızı görüyoruz. Biz dramacı olarak sahnedeki rollerden geçici gibi, içimizdeki rolleri dışarı vurur gibi roller oynuyoruz. Roller alıyoruz ve bize roller veriliyor.. Bazen, özellikle drama eğitiminin başlarında, rolleri bilişsel yönüne ağırlık vererek, yani daha farkında olarak, hesaplayarak, akılcı bir şekilde oynuyoruz. Ama çocukluk ve özellikle de psikodrama eğitiminde ilerledikçe sahnedeki rollerimiz doğaçlama, spontan olma niyor. Adeta verilen rolleri içimizde bularak kendiliğinden hazırlıyoruz. Havatta da pek çok rolümüz var, pek çok rol alıyoruz. Bizden beklenen bazı rolleri hiç almıyoruz. Örneğin bir çocuk rolü oynuyor. Kadınsak anne rolü... Erseksek asker rolü gibi... Rollerimizle ilişkilere geçiyoruz.. Bir de tiyatrocuların rol yaşantısı var, oyuncunun rol yaşantısında farklı boyutlar da olmalı... Psikodrama sahnesinde ise bütün bu rollerle adeta kendimizle bir karşılaşma, vüçleşme, farkındalığın artması, farkına vardığımız bir takım yönlerimizle barışta olanı geliştirme gibi şeyler de yaşayabiliyoruz...

biliyoruz... Bir canı larına, boğalına, katarsis sağlayabiliyor roller bize... Kendimizi aşmak kapılarını da açabili en işlevleri oluyor rollerin... Empati kuruyoruz, telediş kişisine doğru yol alıyoruz.. Şimdi, bütün bunları tartışmak, rol yaşantılarımızı incelemek ve paylaşmak için buradayız..

A. Biz hem zamanı hem mekanı kullanıyoruz psikodramada.. Ne yapıyoruz, bu bizi nereye götürüyor? Bence bizi değiştiriyor... Farkına vararak rollerimizi yaptığımıza yeni roller ekleniyor, bir değişim ve gelişime geçiyor.. Roller insanlar arası ilişkilerimizi nasıl etkiliyor? Önce nasıldık şimdi nasıl? Kendinle ilişkileriniz? Çünkü, kendi kendimle de bir sürü roller veriyoruz, ve o roller kendiyle karşılaşırız. Mesela hiç yaşamam dediğimiz roller var, ya da benim tam zıtım dediğim rollerde neler oluyor..

N. Çok geniş bir skalası var oynadığımız rollerin.. sahnede her şeyi deneyebiliyoruz..Konser varlardaki doğaçlamadan daha farklı bir şeyler var psikodramadaki doğaçlamada.. Psikodrama da kendi kişiliğiniz sizin karşınıza bir cana geliyor. Burada bir rol yok.. Burada kendim varım..



F. Kendinle karşılaşma olayını tiyatrodan da yaşıyorsun...

N. O kadar yaşıyorsunuz ki... Çünkartı denirken kendi kişiliğinden yola çıkarak rolleri tasarlıyorsunuz... Yani böyle rolü dışardan yapay olarak yapıyorsunuz, bütün roller kendi öz yaşamınızdan da kaynağını alıyor. Orolardan yola çıkarak rolleri inşa ediyorsunuz...

D.K. Aslı olan, zaten kişi kendi olmadan bir role dönmez. Eğer kendisi ortadan kalıyorsa orada bir şey, gerisinde bir şey görmüyorsunuz demektir. Kendisi olabilen, aynı zamanda diğeri olabilmeye ilişkin bir duruma karşı karşıya kalıyor. Oyuncudan o kişileri o masını istediğimiz kadar; aynı zamanda olmamasını da istiyoruz. Çünkü izleyicinin bu rol kişiyi eleştirebilmesi, değerlendirebilmesi için kişinin rolüyle bir çakışma içine girmesi gerekiyor. Bu noktada hem kendisi hem rolle bir ilişki kuruyor. Ama sanırım asli olan, bir kendilik hali olmadan bir diğeri eleştirmek ya da o rolü gerçekleştirebilmek pek mümkün değil...



N. Hatta şöyle diyebilirim bir oyuncunun oyunculuğunda ilerleyebilmesi, sürekli olarak farkındalığını keskinleştirilmesiyle doğru orantılı. Netlik, farkındalık, doğruluk, içgözlem, dışgözlem... Bunlar olmadan oyuncu yerinde sayabilir.

A. O zaman belki acaba rol vermiş diye olumsuz kul anılan kelimelere zaman mı kullanılıyor?...

N. Rolle poz kesmevi ayırmak gerekiyor.

D.G. Bir şey sorabilir miyim?... Şöyle bir şey... Bir o canlandırdırken, hani o doğal olanı bulma süreci, o bir keşif süreci ve orada içsel o an bir şey var... Çünkü, o rolü keşfetmeye çaışan insan için o bir an... Büyüklü bir an... Ama tiyatrodan bu sahneler sonra tekrarlayan an haline geliyor. Yani o sahne artık daha önce keşfettiği sürecin pozunu kesmek olmaktan nasıl kurtuluyor...



N. Her gece başka seyirci geliyor ama...

D.G. İçsel süreç açısından, bu benim aklıma takılan bir şey oldu... Psikodramada çünkü o an asla bir daha tekrarlanmıyor, geri döndüğü asla yok. Mesela hiçbir psikodrama sahnemi bir daha yaşamaya şansım olmadı... Yaşamaya şansım olsaydı, muhtemelen aslında başka bir rol oynayacaktım ben, aynı sahnede... Dolayısıyla bunu bildiğim için, sahnedeyken, o sahne asla geri gelmeyecek bir an olduğu için, orada son derece açık gözlerle ve son derece kendimi bir kez olarak yaşıyorum bunu... Çünkü biliyorum ki başka dönüşü yok. Ama tiyatrodan bu sürekli tekrarlayacak bir an gibi...

D.K. Burada aslı olan, siz süreci kendiniz için yaşıyorsunuz psikodrama'da.. Tiyatroda bir yazılı metin ve seyirci için öncelikle oluşturmayı düşünüyorsunuz. Sanatçının her gün gerçekleştirildiği ve o rolleri açığa çıkardığı şey, seyircinin o rol özelliğini görmesi, çatışmasını görebilmesi, bunun için rolü oluşturuyor oyuncu...

A. Biraz psikodramayı konuşursak... Tiyatro ile farkları. Nedir, ne değişir?

T. Siz, sizde olmayan hiçbir şeyi tanıyamazsınız.. Yani, sizde parçası olmayan hiçbir şeyi tanıyamazsınız. Sizde karşı tarafı tanımayan hiçbir şeyi tanıyamazsınız.. Tanıyamadığınız hiçbir şeyi de ne ifade edebilirsiniz, ne de canlandırabilirsiniz.. Dolayısıyla, psikodramada da ister önceliği deyin, ister diğerini anlamak deyin.. Diğerini anlamak aslında bendeki önceki planı anlamak.. Tiyatroda da aynı şey geçerli.. Bendeki önceki planı anlamak.. O anda zaten karşı tarafı anlamış oluyorsunuz.. Karşı tarafı anadığınız boyut da ancak bendeki kadardır. Onun ötesinde karşı tarafı anlayamam ben.. İsterseniz bir rol bir kere oynasın, şeye benziyor bu, kar tanesine benziyor.. Hiçbir kar tanesi diğerinin aynı değildir, hepsinin kendine özgü bir şeyi vardır.. O anda bir oyuncu her seferinde başka bir noktasını başka bir kristalini, başka bir ucunu yakalar aslında.. Bu kendi içindeki derinleşmesi devam ettiği sürece o rolü dinamaya devam edebilir..



A. Biraz da kendi yaşadığınızdan örnekler verseniz.. Psikodramadan önce..? Psikodramada neler oluyor? Hayatınız nasıl yansır? İlişkilerinize nasıl yansır? Öyle şeyler bırak...

D.G. Psikodrama sürecimin sonlarındayım.. Sonlara denk çeşitli bir gelişmelerimin bazı alanlarda ne kadar takılmış olduğunu fark ettim.. Kendim çok rahat ve stabili hissetti



tiğim bazı alanlarda aslında yıllardır poz testimi fark ettim.. Onan rolü olduğunu kendim fark ettikten sonra ona devam etmem mümkün değil..

A. Onun içinde kendini koruma var mıydı?

D.G. Bunu fark ettikten sonra kendimdeki değişikliklerden anladığım, aslında baktığı çok önceleri davrandığım gibi davranmaya başladım şimdi.. Çocukluğumdaki gibi sanki.. Aaa, ben bunu yapıyordum! ben bunu yaparken 5-7 yaşlarındaydım... Falan... Halbuki o yıllarda ketlenme yaşamamış olsaydım ya da örselenmiş, o rol gelişim sürecim devam edecekti.. Ama orada bir vakit, bir şekilde, ketlenme ile soru bir kalıp oluşmuş, o kalıp içinde güvensiz ve rahat olunmuş.. Ve yürümek, yürümek, yürümek... Ta ki bunun dışardan bindirilen ya da savunma amaçlı bir rol olduğunu anlayana dek sürdü bu.. Bunu anladıktan sonra artık öyle devam etmesi pek kolay olmuyor..

A. Psikodrama cesaret kazandı mıyor diyebilir miyiz?

T. Cesaret kazandı mıyor aynı zamanda aslında karşıdakini anlama becerin yükseliyor..

A. Canel biraz da sana dönelim..

C. Psikodramanın bende açığa çıkardığı en önemli kavram kök meseleleri oldu.. Bu iç yolculuk meselesi biraz daha kök meselesine dönüşü ben de.. Köklerime doğru bir yolculuğa dönüşü sonra..

F. Bu dilsel bir olay mı, duygusal mı?

C. Aslında benim de tam deşifrelenmediğim bir soru bu.. Dilsel olarak yaptığım bir yolculuk bu.. Yalnız bana yön



veren, benim yolumu bulmama yardımcı olan trafik işaretçileri biraz duygular gibi.. Psikodrama bu duygularla beni bu yolculuğa sürüklüyor...

A. İşley'in de söylediği gibi cesaret'in yüzleşme, karşılaşma ile ilgili.. Değil mi?..

C. Beni bana çok korkutuyor..

I. Şaşkınlığı da ekleyebiliriz aslında.. Yani gözler görüyor, senre ayrı konu, aynı gözler, ama gözler başka görüyor..



A. Psikodramanın en sevimi yanı sürpriz yanı.. Çocuklaşma, her an bir şey keşfetme..

I. Winnicott'un da vardır ya yanı, çocuğun en keyifli an oyun içinde böyle kendi kendine yaşadığı an.. Psikodramada müdahale de daha az.. Kendi kendine daha rahat yaşayabiliyorsun.. Yorum olmadığı için.. Yönlendirme olmadığı için.. Grupta birbirine ısınınca çok çok önemli tabii.. Çok güzel oluyor..

A. Onu biraz açabilir misin? Winnicott'un çocuk için söylediğini..

I. Bir iç dünya var, bir de dış yani gerçek var..ve bu iç dünya ile dış dünya arasında bir bölge var..Ara bölge..Çyun bölgesi..Ne çok gerçek, ne çok düşsel.. Yani gerçeklikle bağlantısı var ama aynı zamanda da düşsel bir taraftan.. Delaysi ile aslında bir şekilde ara bölgede oturuyorsunuz psikodramayı.. Hem içinizden.. hem dışınızdan..Çocuk oyunu gibi..Gerçeklikten kopmuyorsunuz çünkü..Gerçek yeniden yazıyor..Biraz böyle ruhun özgürleşmesi diye bir şey var Moreno'nun..Aynı şey, özgür eşliyor..

T. Tiyatro yönetmeni ile psikodramatist arasındaki fark, yönetmen rol konusunda daha ısrarcı olırken, psikodramatist, protagonistin engelini, sorununu, çalışmaya yönelir.. Zorlayıcı olmaz..

A. Böyle durumlarda biz rol değiştirme yaparız.. Daha esnek yaklaşımlarla kolaylaştırma tekniklerim? olur.. Ya da birisi protagonistin arkadan eşler..Burada zedeleyen bir şey olmaz..

T. Ama ile oynayacak diye beklenti nizi yoktur sizim..

B. Alternatiflerin' gurubun üyeleri gösterin onu.. Daha ne yapabilir.. ne roller alabilir, nasıl bir tavır geliştirebilir o sahnede.. En az dört beş tane şey görme şansınız olabilir..

I. Rol seçim kriteriniz, yani fizik dışında? Ne?..

N. Role uygun olup olmaması.. Herkes her rolu oynayamaz bana göre.. Tabii ki her oyuncu her rolu oynar ama her oyuncunun da bir kasti vardır..

A. Psikodramada da makbul olan her role girebilecek esneklikler kazanmamızdır..

F. Pekiyi oyuncu olarak her role girebiliyor musunuz?..

N. Olabilir. Ama herkes kendi repertuarını bilmek durumunda.. Yatkinlik da önemli.. Kişiliğimizin yatkin olması da uygun bazı roller.. Onları çok daha iyi oynarsınız..

A. Ben biraz da şey' birlikte düşünelim istiyorum.. Konsantrasyonu.. Psikodramada sahneye çıktığın anda konsantrasyonu nasıl geliyor? Ne zaman o role iyi giriyorsunuz? Yönetici'le bağlantılı olarak nasıl bir şey oluyor? Mesela diğer grup üyelerin' rol almayanlar çözüyor musunuz? Sürekli yöneticinin farkında mısınız? Keler oluyor?..

I. Sesler daha az geliyor, insanları görünmeye başlıyorum.. Mümkünse terapist arkamda dursun önüme gelmesin.. Biliş bu anki içi gibi..

B. Ben bu anın nasıl geçtiği, hangi nerede o biliş bu anki içi, ya da grupta ne zaman kendimizi açmak kısmı ile ilgili şöyle düşündüm.. Aslında ilk şey gruba güvenmek'e başlıyorum. Ben o sahneye bu insan anı hepsinin önünde çıkabilirim, duygusu ilk geldiği anda başlıyorum.. yani belki ilk oyunlar biraz daha tutuk ama sonrasında daha açılarak, daha iç dünyamızdaki her şeyi ortaya koyarak oluyor.. Tiyatro ile düşündüm.. Tiyatrodaki mesela bir dekor var, zamana ait şeyler var.. ama psikodramada sandalyelerden ve minderlerden başka başka hiçbir şey yok.. İnsan bütün o kendi kafasındaki koreyi biliş dışından getiriyor ortaya.. Bütün herkese de o sahneye böyle bir anlatıyor ki ya da gösteriyor ki herkes oradaki eşyayı biliyor, o evi biliyor, o bahçeyi biliyor.. Dolayısıyla kendi içimizden çıkarıyoruz bunu.. kendi içimizden birden ortaya çıkarmış oluyoruz..



T. Evet.. Kritik kelime güven gibi geliyor.. Psikodrama sahnesinde de böyle, tiyatro sahnesinde de böyle aslında.. Her ikisinde de güven duygusu olduğu anda, rolü açığa çıkartabiliyorsunuz..

A. Benim hasta grupları geldi ki ma..Orada psikodramayı bilmiyorlar.. tiyatro bilmiyorlar.. Yani rol ama, sahneye çıkma bilmiyorlar.. ama doğrudan bir oyun koyabiliyorlar.. rollerinden geri bildirim verebiliyorlar.. Ve kendi iç dünyalarını da protagonist olduklarında oynuyorlar.. Güven oynuyor onları..

T. Güven oynatıyor onları..

I. Komutolarla vermeden hem de.. Hem teorik bilgi vermeden de yapabiliyorlar bunu.. Kendi içinde bir sınırı var psikodramanın.. Yani hangi dinsel kimsenin olayıyla ilgili yorumlamayı açık bir şekilde yapmıyor.. Himm, yorumlamamalıym diye zaten o duyguyu getirmiyor o süreç..

A. Mesleğinizde, gelişken psikodrama ne sıklıkla geliyor sıklıkla?.. Uyguluyor da olabiliyorsunuz.. Yani ne işinize yaradı psikodrama böyle diyelim..

T. Ben kullanıyorum.. Mesela, sigara bırakma çalışmalarında psikodramayı teknik olarak uyguluyorum.. Bu bir ikinci şey kolaylaştırıyor, yani her türlü rolü daha kolay algılamamı kolaylaştırıyor.. Karşı taraf hangi rolde, benimle hangi rollerden konuşuyor şu davranış ne hangi rolde? Buradan bir adımı daha atıyorum.. Bu role neden ihtiyaç duyduğunu da sorguluyorum..

F. Yanlışsa'nın empati gücünü arttırdıydınız?..



T. Arttırma dan da öle genişletti... Birkaç kat manı görmemi, daha geniş görmemi sağlıyor.

F. O zaman onun da alanını genişletmiş oluyorsun.

T. Yani dolayısıyla oradan bahsetmek mümkün oluyor. Çünkü görüldüğü bir verden bahsedebilirim, onunla konuşabilirim. Görmediğim bir verden konuşmam. O zaman bunu konuşmaya başlayınca, hele de oynatmaya başlayınca o kişinin kendi biline alanını genişletmesini, derinleşmesini kolaylaştırılmış oluyor.

D.G. Ben şöyle düşünüyorum. Psikodrama bana neler yapıyor diye düşünme ortamında. Demin çeşitli alanlarda örneğimize yaptığın ya da giyindi bulduğumuz rolleri seçmekten ama bir zaman sonra bunun aslında yapay bir rol giyinme olduğunu fark etmekten bahsetmişim. Bu mesela doktorlukta da çok sık insanın içine düşebileceği bir durum. Bir doktor tavrı. Çünkü çeşitli prototipler görüyoruz. Tamam, bir tane değil ama çeşitli sayıda. Birini seçip kendimize en uygununu seçip, giyinip yaşayabiliriz. Doktorluğun böyle bir yanı var bence. Ama diğer yandan çok senata açık, aslında çok kendin gibi doktor olabilme alanı da var doktorluğun.

Psikodramanın, işte bu yönüyle, bu hazır prototiplerden birini seçmek yerine kendi doktorluk sanatını icra etmede cesaretlandığı bir güç olarak hayatında olduğunu düşünüyorum. Bu cesareti aldığım yerlerden biri de psikodrama olsa gerek. Onun dışında, bu biraz libbi kaçacak ama, hastanın psikopatolojisini anlamaya açısından da psikodrama yeni bir çerçeveyi sunuyor. Yani her şey hastayı anlayabilmek için. Çeşitli teoriler yöntemler var, ama bir hasta için bu yöntem işe yaramıyor, şu yöntem

işe yaramıyor. Psikodramanın kuramı işe yarıyor bazen. Çünkü psikodramanın da getirdiği bir kuram var. Bu oyun emalar, yaşarmalar. Rol kuramı var. Bazen hastada o yöntem bu yöntem, ya da o teori bu teori değil, psikodramanın kuramı çerçevesinden çok daha açık görünüyor ve hissediliyor.

A. Nasıl mesela?

D.G. Mesela, aile sistemlerinde. Belki çocuk psikiyatristi olduğumuz için buna çok daha fazla ihtiyaç duyduğumuzu düşünüyorum. Anne baba çocuk karşılayıcı, hasta olarak çocuk getirilmişken, oradaki giyindiler rolü roller içindeki o çarpışmalarda, rol kuramı çerçevesinden o tabloyu daha net hissedip, daha net görebiliyorsun. Uygu ama kısmi ise, elbette zaman zaman yöntem olarak da psikodrama uygun amalarımıza giriyor.

L. Ben şöyle yaşıyorum Arşo. Çok basit bir teknik kullanıyorum. Özellikle bunlar beş yaşına kadar olan çocukların anneleri. İyi annelik doğru annelik gibi böyle kafa karıştıran bir rol var. İyi mi? Kötü mü? gibi. Hemen çocuğun rolüne geçiyorum ve çocuğun ağzından konuşuyorum. Hiçbir şey söylemem gerek kalmıyor. O kadar yani. Tabiki annenin psikopatoloji derecesi de o role girilmesinde çok önemli tabiki, çünkü herkesle bunu yapamıyoruz. Çünkü ciddi değişiklik patolojileri olan anneler o role kolay giremiyorlar.

F. Çok çeşitli, çok zorlukları olan anneleri de anlamada yani empati kurmada psikodrama ile yol aldın herhalde. Değil mi, böyle anlıyorum.

L. Örneğin enkopresis diye bir hastalık var. Çocuk biliyor ama kakasını altına kaçırtıyor, bu ergen bile olabilir. İnsan anlıyor ya da gerçekten. Bir grup olsa ne çıkar, nasıl yaşantılar ortaklı geçmişlerinde, oynansa ne çıkar. Beni heyecanlandırıyor böyle küçük gruplar. Teorikle yaşantının biraz birleşmesi lazım. Psikodrama, hastaları o şekilde merak etme duygularını geliştirdi.

A. Aslında ilişkide olduğu kişiyle. Mesela ben ve İnismus grubunda giderek onu çok fark ediyorum. Gececiklerinde kendilerini eşlerinin yanına koyamıyor kadınlar. Desime onlara kendi verdikleri rolden, kendi ettikleri rolden daha çok bahsediyorlar. Ama onları anlama konusunda zayıf deiyorlar, empatileri zayıf. Dolayısıyla rol değişimliliğinin zaman, yani eşinin rolünde nasıl davranıldığını yaşıyor, son böyle yaptığında o nasıl, bir em, göster dediğinde o zaman

hızlı değişim başlıyor. Orası çok çabuk hızlanıyor. O zamana kadar hep aynı nakaratta giderken, "A, şimdi anladım!" diyor. Mesela o'nun rol değişimiyle, "şimdi anladım" diyor ve şaşırıyor. Şaşıyor, o da insanmış, o da böyle şeyler hissetmiş gibi. Sen güldüğüne göre senin hayatında da mı oluyor böyle şeyler?

D.G. Ben hiperaktivitesi olan çocuklarla ilgili düşünüyordum o sırada.. Annelerinde ilgili, rol değişimi konusunda.. Olası sonuçlarını düşünüyordum, nasıl olur diye.. Çoğu hiperaktivitesi olan çocuk gözünden de biz çok sıkıcıyız.. İnanılmaz yavaş hareketlerimiz.. Oturduğumuz yerden kalkmadan mesela 4 saat burada durabiliyoruz..

F. Biraz da katılık yani rijidite üzerinde dursak.. Rijid olma insan niverinde saymasını, senin öldüğün yerde kalmanı sağlayan seni döndüren bir özellik.. Drama, verdiği spontanlık imkanlarıyla kişiyi özgürleştirerek katılıkları uzlaşma yolunu açabilir. O zaman bütün dünyayı ilişkileri daha geniş perspektiflerden görebilirsin.. Kendi hayatın değiştiği gibi sana toplumda verilen rollerde de değişim oluyor, bakışın değişiyor, inanç sistemlerin, ideolojiler n... Hepsinde esnemeler gelişmeler olabilir.. Bu bakımdan ne dersin?...

T. Bu alt yapı üst yapıyı belirliyor diyorsunuz..

D.G. Bu benî bazen psikodrama ile de ilgili biraz tereddüt ettiren bir konu aslında.. Rijidite'nin ortadan kalkması, çok

azalması ne kadar iyi?.. Bu kadar esnek olmak çok mu iyi?.. O zaman sert durmamız gereken yerde ya da bir şeyin karşısında duruşumuzu da zayıflatıyor aslında, bazı şeylerin karşısında da birşeylere tutunarak bazen sert durmamız gerekiyor.. Çok düşünme geçip, öteki gibi hissettiğinizde.. Bilmeyorum ben bunu zayıflama olarak görüyorum..

F. Daha geniş perspektiflerden bakılmak diyelim..

T. Ben şöyle algılıyorum bu durumu.. Bir kere insanları tek bir rollerden görüyoruz.. Bir rol ve o rolde, o davranışla insanı eleştiriyoruz, yargı da oradan başlıyor.. Psikodrama ile insanın farklı rollerini görme şansımız oluyor. O insana o rolden mürekkep bakmıyoruz artık.. Belki o asmini eleştirebiliriz ama o insani yargılamıyoruz, onun başka parçalarını da görüyoruz..

C. Ben katılıktan esnekliğe geçiş kavramını birazcık da şöyle algıladım.. Modernleşen ya da uygarlaşan bireyin, arzu olan içüdü edilmiş bireyin, kendisine yaşadığı yolculuğa bir yöntem biçimi olarak müdahale eden bir araç gibi görüyorum psikodramayı.. Bu anlamıyla kendi içsel yolculuğuna doğru, birey olma arzusuna doğru hareket eden ve ettiren bir motivasyon belki de.. Yok aynı bir şey.. Hani böyle, rijidite ve esneklik kavramında, bu antagonizmada daha çok uygarlaşma ve insanlaşma gelişmesini, bu anlamıyla da psikodramayı insanlaşma sürecine bir katkı olarak algılıyorum..





PROF. DR. GÜLÖREN ÜNLÜOĞLU

"Birey, kişiler arası ilişkilerinin
farkına vardığı ölçüde ruhsal sağlığa kavuşur"
Harry Stuck Sullivan

Ayla AYSEV

Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi
Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı
Bölüm Başkanı / Psikodramatist

Prof. Dr. Gülören Ünlüoğlu, 27 Eylül 1931'de İstanbul Nispetiye'de doğmuş, 33 günlükken elim bir kaza sonucu babasını kaybetmiş ve daha sonra yaşamını Ankara'da sürdürmüştür. Çok sevgi dolu bir evde büyümüş, sevimli, akıllı, zeki bir çocuk olarak 6 yaşında Ankara Atatürk İlk Okulu'nu bitirip 10 yaşında gittiği Üsküdar Amerikan Kız Lisesi'nden 1949'da mezun olmuştur. Başkente atanan ilk kadın hükümet tabibi olan teyzesi kadın doğum uzmanı Dr. Mediha Eldem'den etkilenerek Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi'ne girmiştir. 1958 yılında mezun olmuş ve uzmanlık eğitimi için gittiği ABD'de Başlangıçtaki Kadın Doğum Hastalıkları Uzmanı olmak düşüncesinden vazgeçerek Ruh Sağlığı Hastalıkları alanında uzmanlık eğitimine başlamıştır.

1964 yılı sonunda Ruh Sağlığı ve Hastalıkları alanında uzmanlık eğitimi tamamlamış bunun yanı sıra analist oryantasyonlu terapist eğitimi ve Moreno'da grup terapisi eğitimi de alarak yurda dönmüştür. 01.01.1965 yılında hocası Prof. Dr. Rasim Adası'nın isteğiyle Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Araştırma Dalı'nda göreve başlamıştır.

Hemşire, psikolog, sosyal hizmet uzmanının psikiyatrideki özel işlevlerini uygulamaya kazandıran çabalarıyla ekip çalışması ruhunun psikiyatride yerleşmesinde önemli rol oynamıştır. Destekleyici ve güven verici ekip ilişkisini

sürdürerek bireysel ve grup terapilerinin temellerini Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniğinde ve delevi-
siyle de Türkiye'deki ilk örneğini oluşturmuştur.

Gülören Ünlüoğlu 1970'li yıllarda ağraş tedavisi ve grup tedavilerini önce açık servislere daha sonra psikiyatrik ve alkolik hastaların yattığı kapalı servislere baş atmıştır. Grup çalışmalarının sonunda kalabalık ekibe saatlerce bıkmadan usanmadan, en beşirgin özelliğinden birisi olan "öğretici" yani ve enişin bilgisi ile hoca bu grup çalışmaları için her birinde her konuşmasıyla, sözünden çıkan her cümleyle bütün tedavi ekibine mesleğiyle, kendileriyle, yaşamla ilgili bir öğreti olarak süpervizyonlar verirdi.

Grup psikoterapi uygulamaları yerleşik bir görünüm kazandıkça hoca, taburcu olduktan sonra da hastaların gruplara devamının hem kendi nükslerinin önlenmesi hem de yatan hastalar için umut düzeyini arttırmada etkin olacağı düşüncesiyle evkân grupların oluşmasını çok önemsemiştir. Bu bağlamda daha sonra hastaların tedavisinin aile ile bütünleştirilebilmesi ve sürdürülebilmesi amacıyla hasta yakınları ve aileleriyle de "aile grupları" oluşturmuştur. Kansere, Behçet gibi kronik hastalıkların tedavi edildiği diğer kliniklerde de fizyolojik bağlamında grup çalışmaları başlatmıştır.

Gülören hoca sorumluluk almamızı, etkin olmamızı, insiyatif kullanmamızı ister. Grupla birliktelikten sonra uyarılarını o keşif, duyarlı, güçlü kişiliğine uygun olarak bizlere indirilmeden, özmeden, kendi hatamızı yapma özür-Üçünümü hoş görerek ve "telafi edebileceğimizi" hissettirerek hatamızı düzeltilebileceğini gösterir. Bizleri doğruya yönlendirir. Başarıyı her fırsatta ödüllendirir; bir lafı söz, bir güzel bakış, bir dokunuş, bazen de küçük bir hediyeye olurdu ödülümü.

Bu çalışmaların oluşturduğu birikim Gülören Hoca ile birlikte "bir süre önce Almanya'dan Türkiye'ye dönmüş olan Abdülkadir Hoca'nın", grup psikoterapistleri uygulamalarının beşinci yılında çalışmalarını daha geniş kitlelere paylaşmak üzere 1980 yılında ilk grup psikoterapistleri sempozyumunu yazınlarına yol açtığını görüyoruz. Bu arada Türkiye Grup Psikoterapistleri Derneği de Gülören Hoca ve Abdülkadir Hoca'nın uğraşları ile kurulmuştur. 1983 yılından beri de Bergama'da Grup Psikoterapistleri ve Psikodrama Sempozyumları yapılmaktadır. Gülören Hoca pek çok kez Bergama'daki toplantılarda gerçek konferans vererek gerekirse de Türkiye'den konuşmacıları davet ederek evsahipliği yapmıştır.

Sonuçta çok önem veren, akılcı fikirdi ve çok yönlü bir Cumhuriyet kadını olan Hoca'nın resim, tiyatro ve mimariye derin bir ilgisi vardı ve "doktor olmasam mimar olurum" derdi. Evinde her kesinden insanla karşılaşırdınız, kapıları hep açık dururdu, o akşam bir makale yazmak, bir şeyler öğrenmek için evine gittiğinizde, siz masaya oturur, evinde Ayten Gökçor ya da Rafiye Aytaç ile karşılaşabilir veya onun ortabakıl arkadaşları ünlü bir avukat olan Selma Hanım ile çok farklı bir tavla oynarken görürdünüz veya İnsan Doğramacı ya da ünlü bir siyasetçi ile yüksek öğrenim kurumu hakkındaki bir tartışmanın ortasında kendinizi bulabilirdiniz. Hoca'nın evinde ünlü kişilerin cat kapı içeri girmelerine her zaman hazırlıklı oluyordunuz. Siz o güzel saatlerin nasıl geçtiğinin farkında olmadan belki yazmayı düşün-Öğün-Öğün-Öğün makaleye değeremis de bilirdiniz ama yaşamla ilgili bir dolu bilgiyi yıldırım iş olarak o evden çıkarırdınız.

Hoca'nın insan ilişkileri yalansız ve gerçekçiydi. Kimseye alakımacalı bir söz söylemez, her şeyi yüzüne yüze söylemez, bu onu sahici kılan özellikleriydi. Genç / yaşlı ilişkisi kurduğu insan-

larla alışveriş çok yoğundu. Herkese dostluk e ilinizdi. Hastalarını hiç aklından çıkarmaz, onlarla çok yakından ilgilenir, iyileşmeler de ilişkisini kesmez, onları izler, yaşamlarının dönüşüne girme için maddi manevi olarak yardım eder ama buna onlara hiç hissettirmezdi. Mesleğini sürdürürken, o çok ilgi duyduğu mimarlık alanına ayrıntıdaki özene uygular. Sayısını hatırlamadığım kadar çok hastanın yeri ve ilaç paralarını verdiği için tanık olmuşumdur.

Toplum çalışmalarına da çok önem verirdi. Aile Planlaması Derneği'nde gençlerin cinsiyet eğitimi, üreme sağlığı üzerinde de çok çalıştı. Teyzesi Dr. Mediha Çimen'in kurmuş olduğu Yardımsaverler Derneği'nde maddi manevi olarak hep çalıştı. Sosyal Hizmet mesleğinin önemini hep vurgular ve gelişmesine katkıda bulundu. Bu bağlamda yaşamını paylaştığı kızını ve kardeşim dediği uzun yıllar Sosyal Hizmetler Yüksek okulunun müdürlüğünü yapmış ve kendisini bu mesleğe adanmış insan olan Prof. Dr. Sema Küllü'ye olan desteğini de her zaman sürdürdü.

Gülören Ünlüoğlu 1999 yılında sağlık sorunları yüzünden fakültedeki öğretim üyeliği görevinden emekliye ayrıldı. Ancak öğretmekten hiç emekli olmadı. evinde de gece gündüz ne zaman istenirse hem hastalarına hem de bizlere öğretilmeye devam etti.

Gülören Hoca'dan hem meslek hem de yaşamla ilgili pek çok şey öğrendik. Hocamız / Öğretmenimiz bana ve sanırım yorum pek çok kişiye manevi olarak rehberliğini sürdürüyor.

Gülören ÜNLÜOĞLU, Abdülkadir ÇAZİR, Selma TAŞKIN
(Bergama Delsöyçe Heyeti), Ayşin BAYGARA





2008 PSİKODRAMA TEZ ÖZETLERİ

Görme Engelli Çocuklarla Çalışan Bir Grup Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencisinin Benlik tasarımlarının ve Empatik Eğilimlerinin Psikodrama Yoluyla Geliştirilmesi

Çalışmada, görme engelli çocuklarla çalışan bir grup H.Ü.T.F. öğrencisinin benlik tasarımlarının ve empatik eğilimlerinin psikodrama yoluyla geliştirilebilirliği değerlendirilmiştir.

Çalışma, Tıp Fakültesi 5-6. sınıfta, yaşları 23-26 arasında değişen 6 öğrenciyle, oniki oturumda gerçekleştirilmiştir.

Öğrencilere Benlik Tasarım Envanteri ve Empatik Eğilim Ölçeği uygulanmıştır.

Ön test son test puanları ve özgül farklılıkları değerlendirildiğinde psikodramadan yararlandıkları saptanmıştır.

Psikiyatri Kliniğinde Çalışanlarla Ekip Oluşturmada Psikodramanın Kullanımı

Bu çalışmada, psikiyatri kliniğinde görev yapan başlıca hekim, hemşire ve sağlık personelinin çalışma ortamına uyum sağlayacakleri için psikodrama yöntemini kullanmıştır.

Grup süreci içerisinde ekip oluşturma, etkili iletişim, sosyal ve mesleki roller, psikiyatri hastasına yaklaşım konuları üzerine psikodrama teknikleriyle çalışılmış ve çalışmanın sonunda grup üyelerinin bu konularda farkındalık geliştirdikleri gözlemlenmiştir.

Uyanık ATİK

Aslı SARANDÖL

Tip 2 diabetes Mellituslu bireylerde diyabeti anlama, kabullenme, diyabetin ve komplikasyonlarının yarattığı zorluklarla başetmede psikodramanın etkisi

Diyabet fiziki ve psikososyal boyutları olan çok yönlü kronik bir hastalıktır. Diyabetli bireyler açısından fiziksel rahatsızlığın yanı sıra ruhsal, duygusal, sosyal bir dizi sorun ve çabaları gündeme getirir. Diyabetin kendisinin ve komplikasyonlarının bireylerle doğal sıklığından kayıplı tepkisine kadar değişen problemlere neden olarak kızgınlık, değersizlik hissi, gelecek endişesi, yakınları ile çatlama gibi sorunlar ortaya çıkardığı vurgulanmıştır. (Katon M.D, Korff SCD, Russo PHD ve ark 2004, *Epidemiology, psychosocial research-behavioral and clinical factors associated with depression among individuals with diabetes Diabetes Care* 27:914-920)

Tüm bunların ışığında yapılan bu çalışmada Tip 2 Diabetes Mellituslu olan bireylerde diyabetlilerin hastalık anlama, kabullenmede hastalığın ve komplikasyonlarının yarattığı kişisel, sosyal problemleri belirleme, baş etme ve zorlukları paylaşmada, bireylerin tedaviye uyumunu artırmada bir psikoterapi yöntemi olan psikodramanın etkinliği araştırılmıştır.

Diyabetlilere yönelik eğitim seminerlerinin daha çok vasaclar, 'meli'/'ma'ların çoğunlukta olduğu bir çerçeveye içinde oluşturulduğu düşünülünce; diyabetlilerin psikodrama yöntemi ile diyabeti anlama, kabullenme ve onunla yaşamada ve belki hastalığın yaşamaya etkilerini daha yararlı yöntemlerle taşıyabilme gücünü kazanabilecekleri düşünülmüştür. Bu çalışma daha önceden grup yöneticisi tarafından ve Akdeniz Üni. Aile Hekimliği Anabilim Dalı tarafından takip edilen Tip 2 Diyabetli hastalar arasından gönüllü olanlar ile Akdeniz Üni. Aile Hekimliği Anabilim Dalı eğitim salonunda gerçekleştirilmiştir. Çalışmalar her hafta, haftada bir kez, her oturum 3 saat olarak planlanmış ve 11 oturum gerçekleştirilmiştir. 8 kişi ile başlayan grup çalışmaları, 4 kişi ile sonlandırılmıştır.

Grubu oluşturan bireylere grup çalışmaları başlangıcında ve sonunda HADÖnustano anksiyete depresyon ölçeği), ADDQoL (diyabet yaşamı standardı belirleme ölçeği), HbA1C (glikaliz hemogloblin) düzeyi belirlenmiş, grup başlangıç ve sonunda üyelerden diyabet ve grup çalışmalarına ilgili yazılı geri bildirim alınmıştır. 5 grup oturumu ve üzerindeki grup çalışmalarına katılan bireylerin sonuçları değerlendirilmeye alınmıştır. Bireylerin sadece ikisine çalışma sonunda ADDQoL uygulanabilmiştir.

Grubta değerlendirilmeye alınan bireylerin çalışma başlangıç ve bitiş anksiyete ve depresyon değerlerinde fark olmasına karşın bunlar istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Aynı şekilde çalışma başlangıç ve bitiş HbA1C düzeyleri arasındaki farklar da istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Bunu istatistiksel değerlendirmeye alınan birey sayısının azlığına da bağlayabiliriz. Ancak genel geçer bir ifade kullanılmak yerine, gruba katılmış olan diyabetik kişilerin bu çalışmadan bireysel olarak yarar sağladığı noktaları hakkında bir veri olarak görmek gerekmektedir. Çalışma başlangıç ve bitiş ADDQoL karşılaştırıldığı zaman farklılıkların kişisel, arkadaşlık ve aile ilişkilerinde yoğun yaşığı gözlemlenmiştir. Üyelerden alınan geri bildirimlerde genel olarak diyabet tedavisine uymalarının arttığı, ara öğünlere, egzersizlere dikkat etmeye başladıkları diyabetle ilgili sorunlarında yalnız olmadıklarını fark ettikleri, stresin diyabete etkisi ile ilgili farkındalık kazandıkları gözlemlenmiştir.

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre önleyici tedbirler alınmazsa 2025 yılına kadar 10m dünyada 380 milyon diyabetli olacağı belirtilmektedir (World Diabetes Foundation 2006 Diabetes Atlas, 3rd edition). Bu durumda birçok birey önümüzdeki yıllarda diyabetle birlikte yaşamak durumunda kalacaktır.

Diyabet ve benzeri kronik biyolojik hastalık anda ikincil ruhsal sorunlar açısından koruyucu çalışmalara ihtiyaç vardır. Bir psikoterapi yöntemi, ama aynı zamanda sağ am gelişimsel bir kurama dayanan psikodrama gerek ortaya çıkmış ruhsal problemlerin ele alınmasında, gerekse koruyucu ruhsal önleme için kullanılabilir.

Özlem PEÇEN

Annelik Tutumları Üzerinde Psikodrama Uygulamalarının Etkisinin İncelenmesi

Bu çalışma çocukları anaokuluna devam eden bir grup annenin çocuk yetiştirme konusunda yaşadıkları sorunlara, grup çalışmasında psikodrama yöntemini kullanarak yardımcı olma amacıyla gerçekleştirilmiştir. Psikodramanın değişime katkı sağlayıp sağlamadığını değerlendirmek amacıyla ön test ve son test olarak PAMİ (Anne Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Ölçeği) uygulanmıştır. Son test lehine, ikisi arasında anlamlı bir fark çıkmıştır. Psikodrama çalışmasının annelerin çocuklarına gösterdikleri baskı-disiplin ve eği kontrol (koruyuculuk) boyutunda anlamlı derecede olumlu değişime neden olduğu bulguları elde edilmiştir.

Çarek istatistiksel açıdan elde edilen bulgular, gerekse grup üyelerinin verdikleri geri bildirimlerde; grup çalışmasının annelerin yetersiz kalan tutum ve davranışlarını fark etme ve değiştirmeleri kısa sürede sağlanmıştır.

Necla TAŞPINAR

Sınav kaygısı yaşayan ergenlerle psikodrama çalışması

Bu çalışmada amaç; üniversite sınavına hazırlanan ve sınav kaygısı yaşayan grup üyelerinin kaygılarını azaltmak ve psikodramanın sınav kaygısını azaltmadaki etkinliğini görmek ve göstermektir.

Özel bir dershaneve devam eden ve sınav kaygısı yaşayan ergenlerden oluşan bir grupla çalışılmıştır. 14 oturumlu grup uygulamalarına 16 üye katılmıştır. Grup liderinin üyelerin süreçlerini değerlendirmesi için üye eden 1. oturumun öncesinde ve 12. oturumun sonunda sınav hakkında duygu ve düşüncelerini anlattıkları yazılı metinler alınmıştır. Psikodrama yönteminin sağladığı yararları incelemek için alınan bu metinlerden yararlanılmış ve bunun yanında, grup lideri, üyelerin süreçlerini gözlemlemiş ve değerlendirmiştir.

Eşleme, rol değiştirme, ayna temel teknikleri kullanılmıştır.

Çalışmanın sonucunda, grup üyelerinden alınan geri bildirimler ve liderin gözlemleri psikodramanın sınav kaygısı yaşayan bireylerde uygulanabilir ve yararlanabilir bir psikolojik yöntem olduğu kanısını güçlendirmiştir.

Sükran Arslan DİKME

Kronik şizofreni hastalarında psikodramayla sosyal işlevselliğin arttırılması

Bu çalışma psikodrama grup psikoterapisi eğitimini öğrenme tekniği için oluşturulan bir grup psikoterapisi uygulamasıdır. Uygulamaya 14 şizofreni hastası katılmıştır. 14 oturumlu grup çalışması sonunda hastaların sosyal işlevselliklerinde artış ve depresif semptomlarında da azalma beklenmiştir. Sosyal İşlevsellik Ölçeği (SİÖ) ve Calgary Şizofrenide Depresyon Ölçeği (CŞDÖ) ön test-son test uygulaması yapılmış ve sonuçlar değerlendirilmiştir. Grubun sosyal işlevsellik puanlarında artış ve depresif semptomlarında belirgin bir azalma gözlenmiştir. Bulgular ve tartışma bölümünde hastaların grup uygulamaları sırasında yaşadıkları psikodramatik durumları üzerinden değerlendirilmiş ve yorumlanmıştır. Bu değerlendirme ve yorumlar ölçeklerden elde edilen bilgileri destekleyici niteliktedir.

Burak İSMANUR

Sağlıklı Duyusal İlişkiler Geliştirmede Psikodramanın Etkisi

Bu çalışmanın amacı psikodrama uygulamasının genç yetişkinlerin karşı cinsle sağlıklı ilişkiler yaşamalarını sağlama yönünde etkisi olup olmadığını belirlemektir.

Çalışmanın katılımcıları, Başkent Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tezsiz Programlarına 20072008 öğretim yılında devam eden 21 öğrencidir. Deney grubu 8 kadın, 3 erkek 11 öğrenciden oluşmaktadır. Deney grubundaki öğrencilerin yaşları 23 ile 29 arasında değişmektedir ($\bar{x}=25,6$; $SS=1,96$). Kontrol grubu ise 7 kadın, 2 erkek 9 öğrenciden oluşmaktadır. Kontrol grubundaki öğrencilerin yaşları 24 ile 29 arasında değişmektedir ($\bar{x}=25,5$; $SS=1,74$). Araştırmada öntest-sontest kontrol gruplu seçkisiz deneysel desen kullanılmıştır. Bu desen doğrultusunda araştırmanın başlangıcında deney ve kontrol gruplarında yer alan deneklerin bağlanma biçimlerini belirlemek için öntest olarak Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II) uygulanmıştır. Öntestten sonra deney grubunda yaratılmak istenen beş kişilik için psikodrama yöntemi uygulanmıştır. Psikodrama uygulaması Mart-Haziran 2008 tarihleri arasında, 12 hafta süreyle haftada bir gün 2 saat süreyle devam etmiştir. Bu süre içerisinde kontrol grubunda yer alan deneklerle placebo niteliğinde bir çalışma yürütülmüştür. Deney grubu ile yapılan uygulama tamamlandıktan sonra bir hafta sonra deney ve kontrol gruplarında yer alan deneklere YİYE-II tekrar uygulanmıştır.

Çalışmanın niteliksel bulguları, üyelerin psikodrama grup sürecinden kendilerine ve romantik ilişkilerine ilişkin farkındalıklarının artması, yaşadıkları sorunların berrak olduğunu, görünerek rahat olma, daha girişken olma, kendine güven ve empati becerilerini geliştirme konularında gelişme sabırlıklarını ortaya koymuştur. Diğer yandan niceliksel analizlerden elde edilen bulgular, psikodrama grubuna katılanların Kaygı alt ölçek öntest-sontest puanları arasında son test lehine anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir. Bu bulgu, psikodrama uygulamasının grup üyelerinin kaygı düzeylerinin azalmasında etkili bir yöntem olduğunu göstermiştir. Sonuç olarak, çalışmanın niteliksel ve niceliksel bulguları birlikte değerlendirildiğinde, psikodrama uygulamasının genç yetişkinlerin karşı cinsle sağlıklı ilişkiler yaşamalarını sağlama yönünde etkili bir yöntem olduğu sonucuna varılmıştır.

Türkan DOĞAN

Şizofreni Hasta Aileleri İle Psikodrama Grup Çalışması

Konu: Şizofreni hasta aileleri ve psikodrama

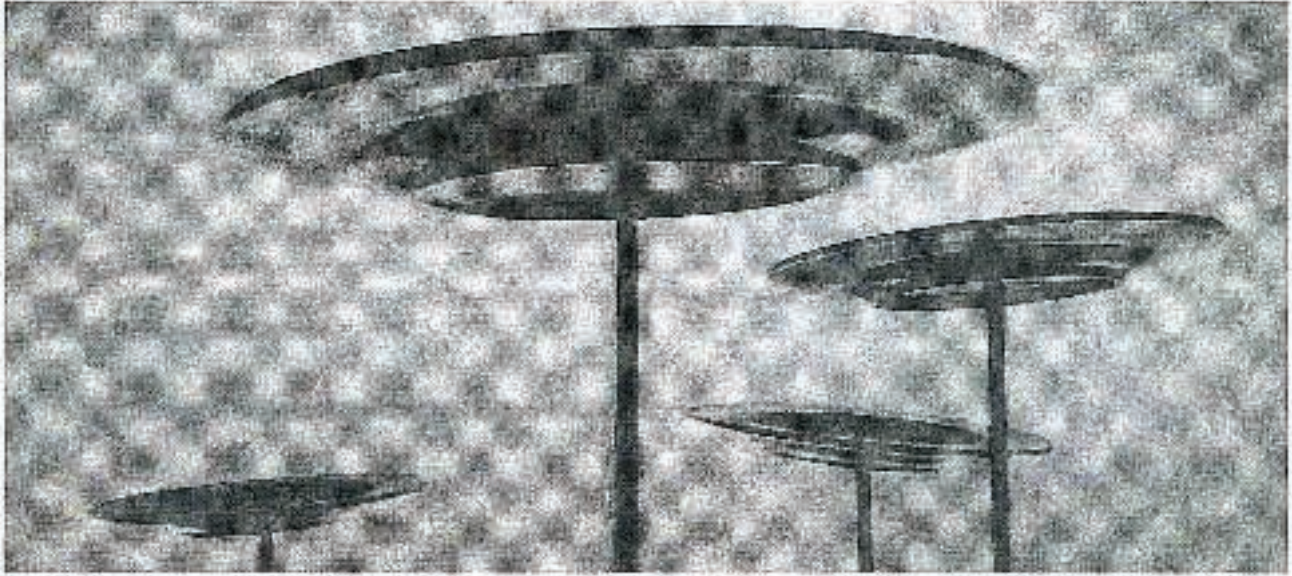
Özet: Şizofreni hasta bakımı üstlenen aile üyelerinin bir psikodrama grubunda kendi duyguları ile çalışmalarının hastaları ve kendileri üzerinde olumlu etkileri olacaktır.

Yöntem: Şizofreni hasta ailelerinden gönüllü olan 10 kişi ile iki yönetici eşliğinde ve 6 ay boyunca, iki haftada bir 4'er saat olmak üzere kapalı bir psikodrama grubu oluşturuldu. Çalışmanın başında ve sonunda; Genel Sağlık Anketi, Belirti İyileme Listesi(SCL-50R) ve Beck Depresyon Ölçeği uygulandı.

Sonuç: Gruplara başlanmadan önce ve süreç tamamlandıktan sonraki ölçümlerde depresif belirtilerde ve Genel Sağlık Anketi puanlarında anlamlı düşüşle değişim saptandı.

Bu çalışmada psikodrama grup uygulamalarının olumsuz duyguları değiştirerek psikiyatrik belirtileri azaltmada uygun bir yol olacağı sonucuna varılmıştır.

Derya İren AKBIYIK



Erken Çocukluk Travmalarının Erilşkin Yaşamdaki Etkilerinin Ve Kuşakaşkın İzlerinin Açığa Çıkarılması, İşlenmesi Ve Onarılmasında Psikodramanın Yeri

Bu çalışmanın amacı travmatik yaşantıları olan ve çocukları ile çatışan anneleri psikodrama yolu ile desteklemek ve başa çıkma becerilerini artırmaktır.

SHİÇEK Ankara Fatma Özer Aile Danışma Merkezine çocuklarının sorunları nedeniyle başvuran ancak çocukları ve anneleri ile yapılan görüşmelerde, ailelerde boşanma, ölüm, ayrılık vb. travmaların yaşandığı saptanan olgulardan gönüllü olanlar bu çalışmaya dahil edilmişlerdir. Aralık 2006- Haziran 2007 tarihleri arasında, 20 hafta süreyle haftada bir yaklaşık 2 saat süreli devam eden psikodrama grubu 1 üye ile tamamlanmıştır. Başlarken her üye için kısa ruhsal değerlendirme yapılmış ve üyelere hem gruba başında hem de son grup tamamlandıktan sonra Genel Sağlık Anketi(GHQ12), Beck Depresyon Ölçeği(BDS), Manchester Yaşam Kalitesi Ölçeği(MANSA) ve Belirli Harama Listesi(SCL90R) verilmiştir.

Üyelerin yaş ortalamaları 43, eğitim düzeyleri ortalaması lise ve çocuk sayısı ortalamaları ise 1.5 idi. Tüm üyelerin fiziksel, cinsel, duygusal ve Aveya ekonomik olarak aile içi şiddete maruz kaldıkları görülmüştür. Yaşamları çeriye dönük olarak incelendiğinde, 17 kişi dışında tüm grup üyelerinin erken çocukluk travmaları yaşadıkları görülmüştür. Böylece, psikodrama grubu üyeleri erken çocukluk travmaları, bu olaylarla kişilerin aile ilişkilerine yansımaları ve sonraki kuşaklara aktarılanlarını göz önüne alacak şekilde yapılandırılmıştır.

Bu yolla, çoğunlukla psikodrama yolu ile açığa çıkan erken çocukluk travmatik olaylarına özellikle odaklanarak travmanın etkileri giderilmeye çalışılmıştır. Grup üyelerinin çocukları ya da ebeveynleri gibi birinci derece yakınları ile olan ilişkileri yeniden yapılandırılmıştır.

Psikodrama grubu uygulamalarının ruhsal bremalar ve psikiyatrik belirtiler üzerinde sadeleştirici ve olumlu etkisi olduğu sonucuna varılmıştır.

Tulin KUŞGÖZOĞLU



İÇİMİZDEKİ HİYERARŞİ

Psikodrama canlası, 30 yılı yakın bir süredir, güçlü bir şevk, motivasyon, heyecan ve içtenliği ile çalışma anını sürdürüyor. Böylesine uzun bir zamanda birlikte iş yapmanın coşkusu ve keyfi azalmadı, birlikte çalışmanın verdiği güçle gelişme ve büyüme hızlandı, yeni ufuklara yolken açıldı... Böyle oluşumlara ülkemizde pek sık rastlanmıyor. Genellikle büyük idealler ve çocuklarla başlayan ve çöze kurtarıcı başarılarla devam eden girişimler birdenbire seneler gelişmelerinin girdabında dibe doğru sürükleniyor... Biz nasıl oldu da yıkılmadık-çöktüküz? Önce Hocamız Abdülkadir Özpek sayesinde. O coşkusu, enerjisi, sevgisi ile büyük bir sinerji yarattı... Ve hepimiz bu sinerjinin kapsama alanı içineydik. Böylece Hocamız "Babamız" olduğu büyük bir aile oluşmuştu. Baba ortadan çekildikten sonra aile dağılmadı, bölünmedi... Ama aile özünde ve yapısında değişmeye başladı. Çünkü artık grup üyeleri büyüme, bağımsızlaşma, bireyselleşme sürecindeydiler ve ilerleme adımları giderek hızlandı... Ailenin kadroları kırıldı ve şimdi profesyonelle kurumsallaşma aşamasına geçtik...

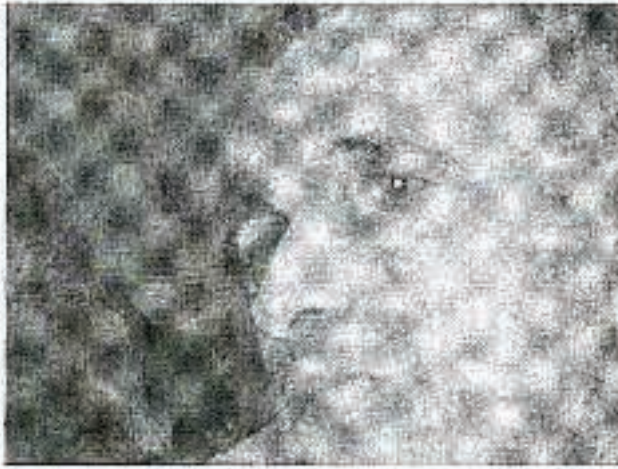
İnanıyorum ki bundan böyle hep ayakta kalacağız ve daha da gel seçeceğiz ama önümüzde bölünme değil de bozulma tehlikesi yok mu? Korunaklı aile kurumundan özenle bir kuruma doğru evrilen içimizdeki bazı hastalıklar başımıza ne gibi işler açabilir? İçimizden ne gibi hastalıklar dışarı taşabilir?... Bence kültürümüzde, kurumsallaşmanın içinde taşıdığı en büyük tehlike HİYERARŞİ ilişkilerinin hep

askerist ruhunu taşıması beraberinde yapımcılığı ve ötekileştirmeyi de getirir. Kurulları daha üsttedir, daha doğrudurata... diğerleri ise daha eğriçizler, daha bir ötekidirler.

Moreno'nun konserva roller kuramını anımsayalım... Konservelerdeki roller kavramı, kültürde kuşaklar boyunca muhalaza edilen rolleri ve aynı zamanda da değişmeye, yaratıcılığa, spontanlığa kapalı olan kalıplaşmış davranış biçimlerini kapsıyor. Bu açıdan baktığımızda, hiyerarşik davranış biçimlerinin kalıplaşmış bir rol tarzı olarak içimizde var olduğunu düşünemez miyiz?... Davranışlarımızda bir de, içimizdeki alışlagelen hiyerarşik kalıpların bozguna etkileri açısından bakarak geliştirebiliriz olmaz mı? Derişimizle "Farklı Sesler-Sözler" saygılarında, kendimize, farkı farkı açılardan bakalım diyoruz... Ve Katkılarımızı Bekliyoruz...

Fatma SAYMAN

Psikolog, Psikodramatist



“Çaykovski Sever misiniz?” Ya da Öteki Halimizi Sahneye Taşımak

Kolay mı? Ne kadar açabiliyoruz kendimizi? “Tutku ve özlem dolu bir üslup” diye tanımlanıyor Çaykovski’nin üslubu. Neden tutku ve özlem? Toplumun ondan beklentileri ve kendi arasındaki farktan mı? Kaynaklar Çaykovski’nin eşcinsel olduğunu buna rağmen 37 yaşında iken dedikodu artı önlemek için evlilik yapıldığını söylüyor. Duyguları müziğe taşımak daha mı kolay? Peki ya sahneye taşımak? Psikodrama sahnesine taşımak?

“Özel Bir Gün” isimli filmin bir sahnesini hatırlıyorum. Scuola’ nın 1977’de yaptığı ve Sophia Loren ve Marcello Mastroianni’nin oynadığı film. Hitler’in Roma’da Mussolini’yi ziyarete geldiği gün herkes kutlamalara çıkar. Bir ev kadını ile eşcinsel olduğu için işten atılan bir radyo programcısı apartmanlarındadır. Kadın sorar sen neden faşistlere karşıydın diye. Komşusu, “ben onlara karşı değilim ki, onlar bana karşı” der.

Herkes’in, ya da herkes olmasa bile oldukça önemli bir çoğunluğun size karşı olduğunu bilmek. Düşünmek demiyorum, bilmek. Nasıl taşınır sahneye o zaman?

Şimdi ne işisi var demeyin, bir sorun var? “En iyi erkek oyuncu”, “en iyi kadın oyuncu”. Bu tanıtımlar garip geliyor mu? Yoksa normal geliyor? Şart mıdır ya, zorluk değerlendirilken kadın ya da erkek vurgusu? Şartsa neden şarttır? Hadi sporda eşit koşullar açısından ayırmak gerekebilir. Bazı spor dallarında aynı kiloların aynı yarışması gibi, aynı cinsiyetler aynı kas gücü vs. den dolayı aynı yarışabilirler. Peki ya oyunculuk, cinsiyetin iyi oyuncu olmaya etkisi var mıdır ki aynı değerlendirilir?

Az önce geldi, kendini “kadın” ya da “erkek” gibi hissetmeyen biri “en iyi kadın oyuncu” ya da “en iyi erkek oyuncu” seçilmediği anda ne hisseder? Rolüne devari eder halinde.

Psikodrama sahnesinde ne kadar rollerimize devam ediyoruz. Ya da norm dışı yanlarını sahneye getirenlere karşı tutumumuz ne oluyor? Bir alt grup olarak toplumun genelinden daha farklı normlarımız olabilir. Ama bizim de bunun dışında olanlar için önyargılarımız var mı? Muzaffer Şerif’in sosyal psikoloji kitabında bir örnek vardı. İnsanlar elf bıçaklı bir beyaz adamla, renkli çapkalı bir karadereyi kovaladığını gördükleri halde, bıçağın karaderecinin elinde olduğunu iddia edebiliyorlar. Kesil bir duygu acaba öylesi bir ortamda karadereci olmak? Hadi çık ve sahnele. Blues değil ama bu. Müzikle bir şeyleri anlatabilişin. Çaykovski de anlatıyor. Karşı çıkıyor İsa’yan Kapriçyosunda olduğu gibi. Karşı çıkıyor ama yeniliyor sonunda eserin. Ya hayati? Belki burada da yeniliyor ve tilitir oluyor.

Hülasası şu: Çaykovski dinlemek beni çok etkiler. Hayatını hiç merak etmemiştim. Yeri öğrenirim. Müziğine yansıyan fırtınaları görür gibi oldum. Toplumla çatışmasını da. Peki ya biz dedim. Fırtınalarımızı sahneye taşıyor muyuz? Ya da birilerinin bunu sahneye taşımalarına izin veriyor muyuz?

Turabi YERLİ

Dr., Prt. Hekim, Psikodramatist



Olumsuz Haller, Olumlu Haller

Psikodrama şimdiye dek denemeye hiç cesaret edemediğim hatta üstüne almayı hayal dahi etmediğim yeni roller almamı sağladı. Kimi zaman bir masadaki kötü kalpli kraliçe oldum kimi zaman öfkeli bir kişi. Onların gözünden dünyaya bakmak bazen eğlenceliydi bazen korkutucu. Farkında olmadığım yönlerimi onların gözünden gördüm. Ancak bu yolda ilerledikçe üstüne aldığım rollerimin hep eksik yönlerimi gösteren roller olduğunu görmeye başladım. Bu roller bir yandan kendimi tanımlayabiliyem için motive ediyordu ancak bir noktadan sonra bunların altında ezilmeye başladığımı hissettim. Yönerçeler ne olursa olsun kendime dönüp yoğun laştığımda hep yetersizliklerimi, yetersizliklerimi, başkalarının bana hakaret yaptıklarını düşündüğüm onları hatırlamaya ve onlara yoğunlaşmaya başladığımı gördüm. Bu kendimi geliştirebilmek için bir imkân sağlıyordu sağlamasına ama kendi üstüne o kadar gidiyordum ki kendimi o kadar zavıf görüyordum ki değişimi gerçekleştirebilecek gücü kendimde bulamıyordum. Bir bakıma kendimi güçlüğe daha güçsüz hissetmeye başladım. Aslında düşüncümden hiçbir yönerge beni bu şekilde yönlendirmiyordu ama ben doğal bir şekilde o yolları kendiliğinden ilerletiyordum. Genel olarak bakıldığında aslında bu benim, arkadaşlarının, tanıdıklarının hepsinin yaşadığı bir durumdu. Yaptığımız eleştirilerde, değerlendirilmelerde ve verdiğimiz geri bildirimlerde yapılan şeyleri geçiştirip, güçlü yönleri arka plana atma ve daha çok yapılamayan, becerilemeyen ya da eksik olan yönleri vurgulamaya eğilimindeyiz. Bu satırın bizim kültürümüzün önemli bir yönü. Daha çok küçük yaşlarımızda bile bize hep neyi yapamadığımız, roller yapmamız gerektiği söylenirdi, o kadar çok kişi tarafından ve o kadar çok kez söylenirdi ki artık büyüdüğümüzde biz

kendimizi bu şekilde değerlendirir olduk. Kendimizi tanımlarken başaramadıklarımız üzerinden yaptık bu tanımları. Dolayısıyla psikodramadaki sözcüm de bu şekilde ilerledi. Bunların farkına varmak ise gelecek için daha umutlu olmama neden oluyor. Artık kendime döndüğümde iyi giden şeyleri de değerlendirebilmek istiyorum. Biliyorum damarıma işlemiş bu tarzı değiştirmek çok kolay olmayacak, ancak psikodrama yoluyla hayatım boyunca devam edecek, bu da bana yeterli kadar zaman sağlayarak diye umut ediyorum. Psikodrama elimizi kolumuzu bağlayan, bizi engelleyen etkenlerden kurtulma yolculuğu ise bu yolculuğun bir bölümü de bana kötürümden miras kalan bu bağlardan kendimi kurtarmak olacak.

Sevilay KAHVECİ

Psikolog, Psikodrama Öğrencisi
İleri Aşama



BEDEN'İN ÇAĞRISI

Psikodrama; hareketin, dansın, sportanlığın, kâhkahanın, farkındalığın, yan yana hisselmenin, yerim-süz geri bildirim verebilmenin ve alabilmenin, duyguya paylaşımının, gerçek anlamda ötekine yardım edebilmenin coşkulu ve etkin yolu. Uzun bir aradan sonra psikodramaya dönüş yapmak çok heyecan verici bir yaşandı. Tıpkı dört yıl başka bir projede ergenlerle çalışıp iyi bir deneyim kazandıktan sonra, hastaneme dönmenin yaşattığı "yuvaya dönmek" duygusu gibi.

Psikodrama eğitimine artık bir yönelici olmak üzere ileri aşamaya yeniden başlamayı en iyi anlatan ise "ayağa kalkmak" cümlesi olur sanırım. Son beş yıldır yaşadığım birayes psikoterapi deneyiminden sonra ve "divan"a uzanacak ya da evde kâkacaktım; divan analiz, ayağa kalkmak psikodrama demektir. Ayağa kalkmayı seçtim, bedenimden gelen çağrıyı dinledim.

Psikodrama en çok beden Hadesi ile çalışmak konusunda beni etkilemiştir, düşünce ve dil gerçek duyguya ulaşmakta çaresiz kalsa da beden hep aslanları biliyor ve söylüyor. Bedenle konuşmanın, bedeni anlamının yolunu bana açan anahtar psikodrama oldu. Sosyal farkında içimi geliştiren ve çok sevdiğim dansı tüm beden olanaklarımı sinayarak ve utandırmadan yaşamımı göstermemi psikodramaya borçluyum.

Ve.....

"Hoşgeldin, biz de seni bekliyorduk, sandalyen bir sürece senin için boş, büyük olur"

yeni grubum henüz bu cümlelere kabul etti, hep o gruptaymışım gibi aldılar aralarına. Böyle güzel bir çağrışı yapmak da sanırım bir tek psikodramada mümkün.

Barış TOK

Psikoloğ, Psikodrama Öğrencisi,
İleri Aşama

HABERLER



3. İstanbul Psikodrama Cünleri 17-18 Ocak 2009'da Bilgi Üniversitesinde yapıldı. 'Sahnedeki Gölgeler' teması, konferans, panel, sosyodramalar ve yaşantı gruplarında işlendi. Cüçlü bir etkileşim ortamı kurulduğu katılımcılarla birlikte ufuk açarı, geliştirici, heyecanlı iki gün yaşandı...



ULUSLARARASI BAĞLANTILARIMIZ GÜÇLENİYOR..

*** FEPTO (Federation of Psychodrama Training Organization) Yönetim Kurulunda,
- İnci Doğaner İki dönem çalıştı..
- Arşaluyş Kayır ikinci dönem çalışmakta..

*** Behar Gökler, Emre Kapkın, Nevzat U. Muhtar, İnci Doğaner, Arşaluyş Kayır FEPTO All Gruplarında görevlerini sürdürmektedir.

*** Şişli Bulut, İAGP (International Association of Group Psychotherapies) Yönetim Kuruluna aday gösterildi.

Kırtlayor, Nice Başarılar Diliyoruz..

Kıvanç Duyuyoruz!..

İnci Doğaner
2009 Ege'de Yıllık Toplantı Öncesi Konferans'ta
Yaşantı Grubunu Yönetti
Konu: Tele
Yeri: Belçika, Gent, Deinze
Süre: 12 Saat

İZMİR PSİKODRAMA DERNEĞİ KURULDU. (27.03.2009) Kutlu Olsun.

Prof. Dr. Emine Kılıç İstanbul'a yerleşti.
Yeditepe Üniversitesinde
çalışmalarını sürdürüyor..
İstanbul Psikodrama Grubu olarak
kazançlıyız ve mutluyuz...

HABERLER

Sevgili İlçin Gökler ile Berk Danışman 17.01.2009'da evlendiler.. Genç çift İstanbul'a yerleşti ve İlçin Maltepe Üniversitesi, Klinik Psikoloji Bölümünde Y. Doç. olarak görevini sürdürüyor.

İlçin'a Berkle beraber büyü mutluluklar diliyoruz, ve İstanbul'a hoş geldiniz diyoruz.

Çocuklarının mürşvetini görme mutluluğu içindeki Değerli Bahar- Ayhan Gökler çiftini kutluyoruz...



DOĞUM

Şennur ve Umut Meri Aksey'in 17.02.2009'da bir oğulları oldu. Ahmet Kerem'e dünyamıza hoş geldin diyoruz...

En büyük DEDE bizim DEDE DORA'nın dedesi ? KAPKIN EMRE

Özlem Ulutas Akarken ve eşi Sökhan'ın bebekleri Çınar Devrim 10 Şubat 2009 tarihinde dünyaya geldi. Mutlu bir ömür diliyoruz.



Yeni Yerimiz oldu:

İstanbul Psikodrama Derneği
01 Aralık Şubat 2009'dan itibaren yeni yerimizdeyiz:
Lamarlin cad. Meri İş Hanı No: 36 K: 7 TA45İM

Yeni yerimizde ilk toplantı:
Koordinatörler toplantısı.

HABERLER

Nevin Eracar'ın Kurucu Başkanı olduğu **Ötistikler Derneği**'nde yürütülen **Ötistikler Yaşamla Bütünleşme Köyü Projesi** hızla ilerliyor.

En son **Türkan** da bu yeri çalışmalarına katıldı.



Türkan, Ece ve arkadaşları...

**Bircan Kırlangıç
Şimşek'in
Yayınları:**

Selvinin Dalları
Sistem Yayıncılık, 2004

Kapı
Elips Kitap, 2007

**Evlilik ve
Sadakatsizlik**

Aliye Mavili Aktaş

Kanguru Yayınları
Ankara, 2009

İstanbul Üniversitesi Psikoloji Bölümü'nden
Yrd. Doç. Dr. GÜL ŞENDİL, Doçent oldu

Kutluyoruz

KİTAP DUYURULARI

PSİKODRAMA

Grup Terapisinde Sahnesel Etkileşim
J.L. Moreno'ya göre Psikodrama
Prof. Dr. Abdülkadir Özbek, Dr. Grete Leutz
Gözden Geçirilmiş 2. Baskı
Yayına Hazırlayan: Doç. Dr. Ülgen Okyavuz
Ayrıntı Basımevi, Ankara, Ağustos 2003

GRUP PSİKOTERAPİLERİ

Kongre ve Sempozyum Bildirileri, 1984-1987
Bergama Eskülap
Düzenleme Kurulu
Doç. Dr. Abdülkadir Çevik, Dr. Psk. Birsen
Ceyhan, Psk. Funda Gürçan
Aşama Matbaacılık Sanayi, Ankara Mayıs
1988

PSİKODRAMA İLE İLETİŞİM DÜNYAMIZA ADIMLAR(Acting-In)

Dr.H. Adam Blatner
Çeviri Editörü: Prof. Dr. Abdülkadir Özbek
Çeviri Ekibi: Uz. Dr. Gönül Akçay, Uz. Psk.
Feride Aksoy, Psk. Semra Azizoğlu, Psk.
Sevim
Erdal, Psk. Güler Nemika Ergin, Doç. Dr. Hakan
Kumbasar, Psk. Arzu Oral, Uz. Psk. Sabahat
Taylan, SHU Tülin Yücat, Psk. Hade Ayşe Yücel
Eret Basın Yayın Ltd. Şti, Ankara Mayıs 1993

PSİKODRAMA

Yöntemlerin Bir Özet Sunumu
Anne Schützenberger Ancellin
Çeviren: Prof. Dr. Abdülkadir Özbek
Editörler: Prof. Dr. Bahar Gökler, Doç. Dr. Işıl
Bulut, Doç. Dr. Hakan Kumbasar
Varan Matbaası, Ankara Mayıs 1995

GRUP PSİKOTERAPİLERİNE GİRİŞ

Doç. Dr. Birsen Ceyhan
Mediko Graphics, Ankara, 1998

XXII. ULUSLARARASI GRUP PSİKOTERAPİLERİ KONGRE KİTABI

Yayına Hazırlayanlar: Prof. Dr. Işıl Bulut,
Prof. Dr. Hakan Kumbasar
Mediko Graphics, Ankara 1998

DEPREM PROTAGONİSTLERİ

Doç. Dr. İnci Doğaner
Atadost Matbaası, İzmir, Şubat 2000

KÖSTEK Mİ? DESTEK Mİ?

Yakın İlişkiler, İç ve Dış Dünyalar
Doç. Dr. İnci Doğaner
Atadost Yayınları, İzmir Mayıs 2001

İÇİNİZDEKİ MÜZİĞİ EYLEMEK

Müzik Terapisi ve Psikodrama
Joseph J. Moreno
Çeviri Ekibi: İnci Doğaner, Hüsnü Uğur, Gülçin
Başdemir, Ayşen Esen, Gülnur Bayezid İşiker,
Ayşe Eryavuz, Zehra Çalışkan, Cenap Akpınar,
Emel Erkmenol
Çeviri Editörü ve Düzeltmeni: İnci Doğaner
Atadost Yayınları, İzmir Mayıs 2001

PSİKOTERAPİDE MASALLAR

Eski ve Yeni Masalların Yaratıcı Kullanımı
Erich Franzke
Çeviri: Ömer Demircan
Çeviri Editörü ve Düzeltmeni: İnci Doğaner
Atadost Yayınları, İzmir Mayıs 2001

KATATİMİK GÖRÜNTÜ YAŞANTISI

H. Leuner
Çeviri: Hüsnü Uçar, Yurdal Topsever
İzmir Büyükşehir Belediyesi Kültür Yayınları,
İzmir Haziran 1992

İNSAN VE SEMBOLLERİ

C.G. Jung
Çeviri: Ali Nahit Babaoğlu
Okuyanıs, İstanbul Mayıs 2007

AVRUPA GÖZÜYLE PSİKODRAMA EĞİTİMİ

Editör: Pierre Fontaine
Çeviri Editörü: İnci Doğaner
Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir 2007



PSİKODRAMA

DR. ABDÜLKADİR ÖZBEK PSİKODRAMA ENSTİTÜSÜ DERGİSİ

MAYIS 2005 / SAYI 1