

# Psikodrama

Artı Gerçeklik ve İyileştirme Sanatı

Psychodrama, Surplus Reality and The Art of Healing

Zerka T. Moreno, Leif Dag Blomkvist, Thomas Rützel

Çeviren: Barış ŞİMŞEK



ROUTLEDGE



nobel

---

## Çeviri editörünün ön sözü

---

J. L. Moreno'nun yaşadığı yıllara baktığımızda onun 1. ve 2. Dünya Savaşlarına tanıklık ettiğini görüyoruz. Büyük olasılıkla bir bilim insanı ve kanımca bir "dâhi" olarak tanık olduğu yıkımlarla baş edebilmek için bir karşı enerji, insanın gizilgüçlerini harekete geçirerek yapıcı bir kuram geliştirmek istedi. Bu bakış açısıyla "insanı-insana sevgi ve kabulle" kazandıracak, bunun gerçekleşmesinin önündeki engelleri kaldıracak, geçmişte yaşananları yeni bir anlayış ve algılayışla üzerinde çalışılabilecek bir malzemeye dönüştürdüğünü görmekteyiz. Bu yeni algılayış ve anlayış geçmişi onarmakla kalmayıp aynı zamanda ve doğal bir sonuç olarak geleceği "yeniden" kurma fırsatı verecektir. Bu durum ise, insanın bir diğerini onun gerçekliğiyle tanıması ve kabul etmesinin yolunu açacaktır. Açılan bu yol yaşamın yeniden yapılanmasında işlev görecektir ve bu böyle döngüsel olarak sürüp gidecektir. Kanımca Moreno'nun dehası bunu gerçekleştirebilmek için o zamana kadar ele alınmamış bir yaklaşım ve çalışma alanı işlevi görecektir "Artı Gerçeklik" kavramının ortaya koymasını sağlamıştır. Çok önemli bir kavram olmasına karşın artı gerçeklikle ilgili Moreno'ya ait yazılı bilgi pek yoktur. Çoğunlukla kavrama dair bilgileri Moreno'nun uygulamalarından ve sonraki kuşak psikodramacıların yazılarından öğrenmekteyiz. Bu nedenle J. L. Moreno'nun, hem yaşam hem de çalışma arkadaşı Zerka T. Moreno, Zerka T. Moreno'nun öğrencisi Leif Dag Blomkvist ve onun öğrencisi Thomas Rützel'in yazdığı bu kitap Türkçe alan yazın için önemli bir kaynaktır. "Artı Gerçeklik ve İyileştirme Sanatı"nı oluşturan yazarların psikodramanın üç kuşağını bir araya getirmiş olmasıyla birlikte çevirisinin de iki kuşağı bir araya getirdiğini kıvanç duyarak belirtmeliyim: oğlum Barış Şimşek ve beni. Kitabın çevirisini oğlum Barış Şimşek yaptı. Çeviri süreci boyunca sık sık büyük ozan Nazım Hikmet'in "Babamdan ileriyim, oğlumdan geri" sözlerini anımsatıcı durumlar yaşadım. Özverili ve özenli çabasını, Türkçeye hâkimiyetini bir kez daha görmekten onur duydum. Tüm emeği için teşekkür ederim.

*Artı Gerçeklik ve İyileştirme Sanatı* “artı gerçekliği” anlaşılır bir dille açıklamasının yanı sıra kapsadığı başlıklar açısından pek çok başka alanda çok konuşulup uygulansa da az yazılmış konuları da içermektedir. Böylelikle, psikodramanın oluşum sürecini, önemli tekniklerinin hangi gereksinimlerden geliştirildiğini, insanın en temel varoluşsal soru ve sorunlarına nasıl yaklaştığını öğrenme fırsatı vermektedir. Bu nedenle de psikodramaya ilgi duyanların yanısıra insanın varoluşsal soru ve sorunlarıyla ilgilenen herkes için önemli bakış açısı geliştirme işlevi göreceğine inanıyorum.

Türkiye’ye psikodramayı taşımış değerli hocamız Dr. Abdülkadir Özbek’in sürdürmemiz için bizlere emanet ettiği psikodrama yolculuğunda, çeviriler aracılığıyla ülkemize değerli kaynaklar kazandırma çabamızdan bir beklentimiz de bu ve basılacak diğer kitapların sonraki kuşak psikodramacıların bir araya gelerek insanlığa hizmet edecek ürünler vermelerine esin olmasıdır.

Psikodrama çeviri dizisine başlayabilmemizde konuya kucak açan Nobel Akademik Yayıncılık Genel Yayın Yönetmeni Nevzat Argun’a ilkeli, içten ve özenli destek ve katkılarından dolayı Enstitümüz adına sonsuz teşekkür ederim. Böylelikle insanlık için iyi eserler bırakmaya çalışan iki kurumun içtenlikli iş birliği gerçekleşebildi. Süreç boyunca değerli katkılarını aldığımız Yayın Koordinatörü Pınar Gülter’e ve emeği geçen tüm Nobel Akademik Yayıncılık çalışanlarına yeni dostlar kazanmış olmanın mutluluğuyla Enstitümüz adına teşekkürlerimizi sunarım.

Editör

*Bircan Kırlangıç Şimşek*

*Dr. Abdülkadir Özbek Psikodrama Enstitüsü Başkanı*

---

# İçindekiler

---

<i>Psikodramanın başlangıç tarihi</i>	<i>xvii</i>
Giriş	1
1 Zaman ve ölüm	6
2 Şaşırma anı	11
3 Coşu ve rol değiştirme	14
4 Artı gerçeklik	17
5 Klinik uygulamalar: mizahın ve sihirli eşyaların kullanımı	24
6 Gerçeküstü deneyim	31
7 Psikodrama ve kasten çarpıtılmış ayna tekniği	40
8 İyileştirme tiyatrosu olarak psikodrama	48
9 Trajedi olarak psikodrama	58

10	Psikodramada tanı	61
11	Psikodramada paylaşım	63
12	Eş oluşturma	66
13	Psikodramada yansıtma ve katılım gizemi	72
14	Grup psikoterapisi ve birey	80
15	Protagonist	85
16	Sosyometri	92
17	Trajik kendilik	114

*Son söz – 119*

*Notlar – 121*

*Kaynakça – 123*

*Dizin – 125*

# Psikodrama

Artı Gerçeklik ve İyileştirme Sanatı

Psychodrama, Surplus Reality and The Art of Healing

Zerka T. Moreno, Leif Dag Blomkvist, Thomas Rützel

Çeviren: Barış ŞİMŞEK

İnsanın sadece hasta olan yanılla değil aynı zamanda ve belki daha fazla sağlıklı olan yanılla da ilgilenen psikodrama, insana, her anını yeni bir gerçeklik kazandırarak yeniden yaratma cesareti, güveni ve becerisi sağlamaktadır. Her yeni anı yaratma serüveni dış nesnel gerçeklikten hareketle başlasa da J.L. Moreno'nun dâhiyane buluşu artı gerçeklik düzleminde oluşmaktadır. Artı gerçekliği deneyimleyen her insanın söylediği gibi "hayal bile edemediği hayallerini yaşama" olanağı sunan bu önemli kavramla ilgili ne yazık ki çok az yazılmıştır. Türkçemizde ise "Artı Gerçeklik ve İyileştirme Sanatı" bu konudaki ilk kitaptır.

Ayrıca "Artı Gerçeklik ve İyileştirme Sanatı"nda psikodramada temel olan "zaman ve ölüm", "mizah" gibi daha önce hemen hiç değinilmemiş ya da çok az değinilmiş pek çok konu yer almaktadır.

J.L. Moreno'nun, hem yaşam hem de çalışma arkadaşı olan Zerka T. Moreno, Zerka T. Moreno'nun öğrencisi Leif Dag Blomkvist ve onun öğrencisi Thomas Rützel'in yazdığı bu kitap, oldukça akıcı ve sürükleyici biçim ve içeriği ile sadece psikodramatistler değil aynı zamanda konuya ilgi duyan pek çok insan için başucu kaynak niteliğindedir.



NOBEL AKADEMİK YAYINCILIK EĞİTİM DANIŞMANLIK TİC. LTD ŞTİ.

ANKARA DAĞITIM Kültür Mah. Mithatpaşa Cad. Nu: 74 B-01/02

Tel: 0312 418 20 10 Faks: 0312 418 30 20 Kızılay / ANKARA

www.nobelkitap.com nobel@nobelkitap.com

MERKEZ İÖSB Abdülkadir Geylani Cad. Nu: 2/A

Tel/Faks: 0312 386 00 91 Ostim / ANKARA



ISBN 978-605-133-446-2



9 786051 334462



www.nobelkitap.com