

Peter Felix Kellermann

M. K. Hudgins

Zerka T. Moreno'nun Ön Sözü ile

**PSYCHODRAMA WITH TRAUMA SURVIVORS**

ACTING OUT YOUR PAIN

TRAVMADAN SAĞKALANLARLA  
**PSİKODRAMA**

ACIYI EYLEME DÖKMEK

Çeviri Editörü: Prof. Dr. Süheyla Ünal



## Sunuş

İnsanlık tarihine baktığımızda, var olduğundan bu yana acıların zorlanmaların olmadığı bir döneme rastlamıyoruz. İlk ne zaman yaşanan acılara bir tanım yapma gereği duyulmuştur bilmiyoruz ancak belki de kabul edilip baş edilmesi en zor olan travmanın insandan insana olduğu gerçeği de açıktır. Yaşadığı travmalarla baş edebilmek için karşı enerji oluşturabilme ve bunu çeşitlendirme, geliştirme becerisine en çok sahip olan da yine insanoğludur.

Pek çok insan kendi bireysel baş etme yollarını bulup yaşamına geçirebilmekteyken bazıları ise sadece kendilerinin değil, aynı zamanda tüm insanlığın baş etme becerilerini geliştirebilmesinin öncüsü, rehberi ve umudu olabilecek yol, yöntemler geliştirmişlerdir. Sanırım başkalarının baş etme güçlerini geliştirmek de ayrıca kendi bireysel baş etmelerine katkı sağlamıştır, sağlamaktadır da. J. L. Moreno bunlardan biridir. Yaratıcılığını dehasıyla buluşturarak yaşadığı dönemin dünya savaşlarının yıkımlarına karşı tüm dünyada din, dil, sınır ayrımı olmaksızın evrensel insani değerleri kendi gizil güçleriyle buluşturup sıradanlığın üstüne çıkarak yaratıcılıklarını etkinleştirecek yol ve yöntemler gösteren psikodramayı bulup insanlığın hizmetine sunmuştur. Sanırız bu karşı enerji oluşturan yaklaşımının amacı, göçlere zorunlu kalmış kendi aile köklerinin acılarını da onarmaktı bir bakıma. Değerli hocamız Abdülkadir Özbek'in psikodramayı ülkemize getirerek başlattığı yıllar 1980 başlarıdır. O yıllar ülkemizin pek çok acıyla baş etmek zorunda olduğu dönemdir.

Günümüzde ülkemizde ve dünyada teknolojiye yaşanan hızlı değişmelere paralel yaşanan acılar, yıkımlar, kıyımlar önceki dönemlerden daha az değil. Üzülerek söylemeliyiz ki azalarak ya da artarak ama hep devam edeceğini öngörmek fazla karamsarlık olmasa gerek. Bu açıdan da bakıldığında *Travmadan Sağkalanlar ile Psikodrama 'Acıyı Eyleme Dökmek'* bir karşı enerji oluşturma, baş etme becerilerini geliştirmede deneyim, bilgi paylaşım ve umudu besleyen bir araç olarak her zaman güncel ve işlevsel olacak bir kaynaktır.

Kitabın editörlüğünü üstlenen Süheyla Ünal'ın psikodrama serüveni, psikodrama eğitimini değerli hocamız Abdülkadir Özbek'ten almasıyla başlamıştır. Psikodrama eğitimciliği, hocamız tarafından kendi yönettiği eğitim grubuna önce yardımcı yönetici olarak daha sonra hastalığı başladığında grubu emanet alarak gerçekleşmiştir. Süheyla Ünal'ın eğitici olma süreci de bir anlamda Abdülkadir Hocamızın daha sonra kaybıyla sonuçlanan hastalığının yarattığı travmasıyla baş etmesinde işlevsel olmuştur: Ülkemizde

başlattığı psikodrama hareketini devam ettirecek güvendiği gençler yetiştirmiş olmanın verdiği duygunun önemli olduğu kanısındayım. Sayın Ünal, psikodrama eğitiminin Malatya'da da başlamasına öncülük ve ev sahipliği yapmaktadır. Tüm bu çaba ve katkılarından dolayı Süheyla Ünal'a ve değerli katkılarıyla kitabın çevirisini yapan çeviri ekibine ayrıca teşekkür ederim.

Psikodrama çeviri dizini oluşturmamızda konuya içtenlikle kucak açmış olan Nobel Akademik Yayıncılık Genel Yayın Yönetmeni Nevzat Argun'a ilkeli, içten, özenli destek ve katkılarının yanı sıra ülkemizin içinde bulunduğu koşullar, çözülmeye çalışılan sorunlarda da işlevsel olabilecek bu kitabın dilimize kazandırmış olmalarından dolayı ayrıca Enstitümüz adına sonsuz teşekkür ederim. Bu süreçte değerli katkılarını aldığımız Yayın Koordinatörü Pınar Gülder'e ve emeği geçen tüm Nobel Akademik Yayıncılık çalışanlarına yeni dostlar kazanmış olmanın mutluluğuyla Enstitümüz adına teşekkür ederim.

Bircan Kırılğaç Şimşek  
Dr. Abdülkadir Özbek  
Psikodrama Enstitüsü Başkanı

# İçindekiler

SUNUŞ	4
ÇEVİRİ EDITÖRÜNÜN ÖN SÖZÜ	6
Z. T. MORENO'NUN ÖN SÖZÜ	7
GİRİŞ	11

## Kısım 1. Eylem Yoluyla Travma Tedavisi

1. Travmayla Örselenmiş Kişilerle Psikodramanın İyileştirici Yönleri	23
<i>Peter Felix Kellermann</i>	

## Kısım 2. Kayıp: Travmanın Merkezindeki Duygu

2. Yası Kolaylaştırıcı Psikodrama Yöntemleri	41
<i>Adam Blatner</i>	
3. Kısa Psikodrama ve Yas	51
<i>Marisol Filgueira Bouza ve José Antonio Espina Barrio</i>	

## Kısım 3. Örselenmiş İnsanlar: Kurbanlardan Sağkalanlara

4. Tecavüz ve İşkencenin Psikodraması: On Altı Yıllık Bir İzleme Olgusu Çalışması	63
<i>Marcia Karp</i>	
5. Travma Kurbanlarında Psikodramanın Kullanımı	83
<i>Eva Roine</i>	
6. Ailenin Mahkûm Ettikleri: İstismara Uğramış Çocuklarla Psikodrama	97
<i>Anne Bannister</i>	
7. Travma ve Bağımlılık Tedavisinde Psikodramanın Kullanımı	114
<i>Tian Dayton</i>	
8. Cinsel Suçtan Hükümlü Gençlerle Psikodrama	137
<i>Marlyn Robson</i>	
9. Zamanın Çarpıtılmış Aynası: Yetişkin Erkek Cinsel Saldırganlarla	

- Travma Çalışması 155  
*Clark Baim*
10. Disosiyatif Kişilik Bozukluğunun Psikodrama ile Tedavisi 176  
*Kerry Paul Altman*
11. Psikodramada Bilincin Ayrışmış Durumlarının  
 Görünümleri ve Tedavileri 187  
*Grete A. Leutz*
12. Trafik Kazazedeleri ile Psikodrama 198  
*Jorg Burmeister*

#### **Kısım 4. Sağaltımın Yaşantısal Modelleri**

13. Terapötik Sarmal Modeli: TSSB'nin Eylem Yoluyla Tedavisi 229  
*M.K. Hudgins*
14. Sağaltım Döngüsü: Gelişimsel Travmanın Tedavisi 255  
*John Raven Mosher ve Brigid Yukman*

#### **Kısım 5. Bağlantıların Kırılması: Geçiş**

15. Sağlık ile Ölüm: Aile Ağacının Çıkardığı Gizli İlişkiler 283  
*Anne Ancelin Schützenberger*
16. Vietnam Gazileri ve Aileleriyle Psikodrama: Hepsi de  
 Travmatik Stres Kurbanı 299  
*Michael Burge*
17. Travmanın İkincil Kurbanları: İkincil Kurbanların  
 Ortaya Çıkışı 317  
*Rory Remer*

KATKIDA BULUNANLAR	342
KONU DİZİNİ	345
YAZAR DİZİNİ	351



# TRAVMADAN SAĞKALANLARLA PSİKODRAMA

ACIYI EYLEME DÖKMEK

Çeviri Editörü: Prof. Dr. Süheyla Ünal

PSYCHODRAMA WITH TRAUMA SURVIVORS

ACTING OUT YOUR PAIN

Peter Felix Kellermann - M. K. Hudgins

Zerka T. Moreno'nun Ön Sözü ile

“Kuram, modeller, kavramlar, teknikler, örnek olaylar ve tartışma bölümleriyle bir bilgi zenginliği sağlanmıştır. Bu çok iyi kaleme alınmış kitap, insan travmasını oldukça duyarlı ve akıllıca bir şekilde derinliğine ve genişliğine ele almaktadır. Travmatize insanlarla ve kültürlerle çalışan tüm klinisyenlere tüm kalbimle bu kitabı öneririm.”

*Avustralya'da Psikoterapi*

Doğal, sosyal, politik felaketlerin günlük yaşam gerçeği olduğu bir dünyada terapistlerden giderek artan bir şekilde yas, depresyon, bağımlılık, savaş travmaları, işkence, cinsel saldırıyı da içeren travma mağdurlarını iyileştirecek hızlı ve etkili yöntemler bulmaları istenmektedir. Bu kitaba katkıda bulunanlar, psikodramanın çok şiddetli travmaya uğramışlar da bile güvenli bir değişim oluşturmak için kullanılabileceğine ikna edici kanıtlar sunmakta ve kuşaklar boyu olası geçiş gösteren travma kalıplarındaki etkilerini tartışmaktadır.

**Peter Felix Kellermann** New York Moreno Enstitüsünden sertifikalı klinik psikologdur. İsrail'de ve tüm dünyada psikodrama öğretmektedir. Jessica Kingsley Yayıncılık tarafından basılmış Psikodramaya Odaklanmak kitabının yazarıdır.

**M. K. Hudgins** ABD'de klinik psikolog ve psikodrama eğitimcisidir. Küresel toplumda travma mağdurlarına psikodrama aracılığı ile yardım etmek için kurulan Uluslararası İyileştirme Spirali Yardım Derneğinin yöneticisidir.

Kitap, psikodrama teknikleri, örnek olaylar ve tartışmalarla, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.

Kitap, travmatize insanların yaşadıkları acıyı eyleme dökme ve bu acıyı paylaşma yöntemlerini öğretmektedir.



jessica kingsley publishers



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.nobel yayin.com nobel@nobel yayin.com

MERKEZ IOSB Abdülkadir Geylani Cad. Nu: 2/A  
Tel/Faks: 0312 386 00 91 Ostim / ANKARA

