

## TİYATRO YOLU İLE RUHSAL TEDAVİ “PSİKODRAMA”

Prof. Dr. Engin GEÇTAN  
(Orta Doğu Teknik Üniversitesi)

Ruhsal tedavi için başvuranlar genellikle nevrotik denilen kişilik özelliklerini gösteren kimselerdir. Nevrotik, yaşamının erken yıllarındaki aksak ana-baba ve çocuk ilişkileri sonucu yetişkin yaşamda biribiri ile çatışma durumunda tepkileri ve duyguları olan, bu çatışmaları çözemeyen, bir yandan diğer insanlara bağımlı diğer yandan onlardan korkan kişi olarak tanımlanabilir. Böyle bir durumun kişide oluşturduğu duygu anksiyetedir. Anksiyete sürekli alarm ve gerginlikle belirlenen bir varoluş biçimidir, günlük yaşamın olağan sorumluluklarının büyük bir savaş veriliyormuşcasına yaşanmasına neden olur. Bütün bu sorunlar nevrotik kişinin kendisini ve dünyayı yanlış algılamasına ve içinde bulunduğu durumlara uygun olmayan tepkiler geliştirmesine neden olur.

Anksiyete sürekli bir varoluş biçimi olmakla birlikte bu duygunun yaşandığı durum, olay ya da ilişkiler günü boyunca değişebilir. Bir diğer deyişle, kişi yaşadığı her olayda ya da tüm insan ilişkilerinde bu duyguyu yaşar. Anksiyete öylesine acılı bir duygudur ki ona karşı kısa dönemde çare bulma çabası uzun dönemli çözümlerin görülmesini engeller. Bunu yaparken nevrotik kişi kendisine çizmiş olduğu dünyaya uymayan ip uçlarını ve seçenekleri görmezlikten gelir. Dolayısıyla çevresinden belirli bir tutum bekler ve öylesine davranır ki diğer insanların kendisine bu tutumu göstermelerini sağlar. Örneğin, insanların kendisini değersiz bulacaklarına ve reddedeceklerine peşin olarak inanan bir kişi onlarla ilişkiye geçtiğinde öylesine tepkiler geliştirir ki sonunda gerçekten reddedilir.

Böylesine esenlikten yoksun ilişki biçimleri geliştirmiş olan nevrotik kişinin katılığının kökeninde özsaygının önemli derecede hasara uğramış olması gerçeği bulunur. Sürekli engellenmeler ve yenilgiler sonucu yeni bir şeyi denemek istemez, kendisine yeni bir gözle bakmaktan korkar; çünkü yeni denemeler bazı riskleri de beraberin-

de getirmektedir. Nevrotik davranış örüntüsü acı verici de olsa onlara alışkındır, neler olabileceği önceden bellidir.

Ruhsal tedavi süreci içinde terapist hastasını<sup>1</sup> duygusal yönden desteklemek<sup>2</sup>, duygusal tepkilerini harekete geçirmek ve<sup>3</sup> yeni denemeler yapması için gerekli ortamı sağlamakla yükümlüdür. Bireysel, yani terapist ve hasta ilişkileri üzerine kurulan psikoterapi yöntemleri sonucu koşulu yeterince karşılayamazlar. Çağdaş toplumsal yaşam ikili ilişkilerin yanısıra kişinin grup içinde de bir varlık olabilmesini gerektirmektedir. Üstelik bireysel tedavide hasta terapist karşısında o denli çaresizdir ki içinden gelse de bir tartışma çıkaramaz, terapistin sevgisini yitirmekten ürker. Özellikle İkinci Dünya Savaşını izleyen yıllarda, psikolojik sorunları olan kişilerin grup halinde, tek bir terapistin yönteminde tedavi edilmesi biçiminde uygulanan tedavi yöntemleri dünyanın çeşitli yerlerinde giderek yaygın bir biçimde uygulanmaya başlamıştır. Önceleri hasta sayısı fazlalığına karşı terapist sayısının yetersiz kalması sonucu geliştirilen bu yaklaşımın çok sayıda hastanın aynı anda tedavi edilmesini sağlama yararının yanısıra bireysel tedaviden farklı bazı katkılar da getirdiği gözlenmiştir.

Dreikurs'un da belirttiği gibi batı kültüründe bireyin bir grubun üyesi olabilmesi için bazı olumlu niteliklere sahip olması gerekmektedir. Oysa tedavi grupları, içine katılabilmek için zayıf olmayı gerektiren tek grup türüdür. Grup terapide eşit statüde ve güçte kişiler birbirleri ile tartışır, otorite olan terapist tarafsız kalır. Ancak gerçeğinde bir ya da diğer tarafı savunucu tutumlar takınır, çığırından çıkmak üzere olan bir durumu yatıştırabilir ya da bir duygusal sürecin sürekliliğini sağlar. Grup terapi ortamında kişi sorunlarından ötürü yaşamakta olduğu yalıtılmışlık duygusundan kolayca kurtulur. O güne değin bu tür sorunların yalnız kendisinde varolduğuna inanırken grup üyelerinin maskeleri düştükçe bu yargısında yanıldığını anlamaya başlar. Grup ortamında üyelerden biri bir sorunu ortaya koyduğunda tüm üyeler terapist rolünü üstlendiğinden, destek ögesi bireysel tedavidekine oranla daha güçlü olur.

Grup ortamı hastanın duygularının ve normal dışı tutumlarının yanısıra yapıcı niteliklerini de ortaya çıkarır. Serbest tartışma ortamı, duyguların özgürce ve içtenlikle ortaya konması bunu sağlar. Ayrıca gruplarda birey giderek saldırıya uğrayabildiği kadar saldırgan olabileceğini de görür. Bu gerçeği görmek aşırı düşmanca duyguların denetimini kolaylaştırır. Ve grup öyle bir ortamdır ki kızgınlığa karşın etkileşim sürdürülür.

Grup tedavilerinde gerçek yaşam ortamına oldukça yakın bir varoluş biçimi vardır. Aynı materirlin bireysel tedavideki ve grup tedavisindeki yankıları farklıdır. Nevarki gerek bireysel ve gerek grupla yapılan tedavilerde asal teknik, serbest çağrışım ya da sözlü anlatımdır. Gerçek yaşamda var olan serbest davranım ögesinden yoksundurlar. Üstelik tedavi kişinin yaşadığı doğal çevreden farklı bir sentetik çevrede yani klinikte yapıldığı için kişinin dünyasını orada yeniden canlandırma ve yaratma gereğini de ortaya çıkarmıştır. Aksiyon terapi ve psikodrama denilen yaklaşım işte bu gereksinmeyi karşılama amacı ile geliştirilmiştir.

Gerçekte psikodrama kökenini insanlık tarihinin çok eski çağlarından alır ve bu tür uygulamalara ilkel insanın dramatik ayinlerinde sıklıkla rastlanır. Yağmurun yağmasını, güneşin doğmasını sağlamak ya da kabileyi doğal afetlerden korumak amacı ile yapılan bu ayinlerde baş rol sihibaz ya da din adamları tarafından oynanırdı. Günümüzde de bazı ilkel topluluklarda ruhsal hastalıkların tedavisinde “psikodramatik şok” tekniğinin kullanıldığı bilinmektedir. Antropolog Bernard Aginski, California kıyılarında yaşayan Pomo kızılderiilerinde bu tür yöntemlerin kullanıldığını gözlemiştir. Aginski'nin tanık olduğu bir olguda kendinden geçmiş ve görünürde ölmekte olan bir adam Pomoluların yaşadığı köyün alanına getirilir. Anlatılanlara göre yaşlı adam ormanda gezerken ömründe ilk kez bir yaban hindisi ile karşılaşınca paniğe kapılmış ve kokudan bu duruma gelmişti. Olayı duyduktan sonra kabile sihibazı yaşlı adamın bulunduğu alandan ayrılır ve biraz sonra yardımcıları ile birlikte döner. Olay tüm ayrıntıları ile yeniden canlandırılır ve sihibaz, yaban hindisi rolünü oynar. Yaşlı adam olayı tekrar yaşar, ancak bu arada hayvanın zararsız bir yaratık olduğunda farketmeye ve iyileşmeye başlar.

Çağdaş bir ruhsal tedavi yöntemi olarak psikodrama Viyana'lı hekim **J. L. Moreno** tarafından geliştirilmiştir ve kökenini Avusturya'nın geleneksel kültüründe bulunan varoluşçu türde dinsel bir psikodramadan alır: *“İki kişi karşılaşrlar; göz göze, yüz yüze; yakınlıştıklarında Ben senin gözlerini çıkarıp kendime takacağım, sen benim gözlerimi çıkarıp kendine takacaksın. Böylece, sen bana benim gözlerimle, ben sana senin gözlerinle bakacağız.”*

Çağdaş psikodramanın oluşmasında en önemli etmen kuşkusuz **Steigreiftheater** olmuştur. Moreno çocukluk günlerinde dahi zihininde oyunlar tasarlar, arkadaşlarına rolleri dağıtır ve bu oyunları yönetirdi. Tiyatro tutkusu genç bir hekim olduktan sonra da sürdü ve 1921'de

Viyana operası yakınında, Maysedergasse'de Steigreiftheater'i (the Theater of Spontaneity=Doğmaca Tiyatro) kurdu ve yönetmeye başladı. Bu tiyatrodaki oyuncular bir konuyu belirli bir tekste bağlı kalmaksızın içlerinden geldiğince oynuyorlardı. Tiyatronun oyuncularından Barbara isimli bir genç kız romantik rolleri büyük bir başarı ile sürdürmekte idi. Barbaraya tutkun olan George isimli genç bir şair her akşam tiyatrodaki en öndeki sıraya oturur ve Barbara'yı büyük bir hayranlıkla izlerdi. Aradan aylar geçti ve bir gün George ve Barbara evlendiler. İlk günlerde çok mutlu iken bir süre sonra George, Moreno'ya başvurarak eşinden yakındı. Başlangıçta iyi huylu, duyarlı bir genç kadın olan Barbara giderek hırçınlaşmış, sık sık küfreden olmuş ve bir akşam önce kocasını yumrukalamıştı. Moreno, George'a bu konuda kendisine yardımcı olacağına söz verir ve aynı akşam oyundan önce Barbara'ya çok uzun bir süredir romantik rolleri oynamış olmasından ötürü halkın kendisinden bıkabileceğini ve artık karakter rolleri de oynaması gerektiğini öğütler. Barbara bu öneriyi derhal benimser. O günün Viyana'da en önemli gazete haberi, kenttin Ottkring semtinde müşteri arayan bir fahişenin bir yabancı tarafından bıçaklanarak öldürülmesi idi ve polis katili aramaktaydı. Moreno'nun önerisi üzerine o akşam tiyatrodaki bu olay canlandırılır ve Barbara fahişe rolünü oynar. Oyun sahnede o denli iyi canlandırılır ki bıçaklanma sahnesinde seyirciler yerlerinden fırlayarak oyunun durdurulması için haykırırlar. Bu başarı üzerine Barbara romantik rolleri tümünden bırakarak hizmetçi, oynak sevgili, yalnızlık çeken evde kalmış kız, kocasından intikam alan kadın, bar kadını, v.b. rolleri başarı ile oynar. Ne varki bir yandan bu rolleri oynarken, Barbara evinde giderek yumuşar ve kocası ile olan ilişkileri düzelir. George, giderek bunun bir tedavi yöntemi olduğunu ve Barbaranın her akşam sahnede duygularından arınımının ilişkilerine denge sağladığının farkına varmaya başlar. Akşamları Barbara evde bir tartışma başlatsa dahi kısa bir süre sonra sahnedeki rolünü anımsayarak gülmeye başlar, George da Barbarayı sahnede değişik duygusal durumları yaşarken izledikçe onun içsel dünyasına karşı bir anlayış kazanır.

Daha sonraları Moreno, George'a Barbara ile birlikte oynamalarını önerir. Böylece, evli çift her akşam sahnede evlilik sorunlarını, birbirlerine olan sevgilerini ve geleceğe ilişkin tasarılarını canlandırmaya başlar. Barbara ve George evliliklerine ilişkin sorunları sahnede çözümlerken canlandırdıkları durumlar da tiyatrodaki büyük bir başarı sağlar ve seyirci bu sahnelerin kendilerini neden daha çok etkilediğini sormaya başlar (seyirci tedavisi).

İşte bu ve benzeri denemelerden kökenini alan psikodrama 1925’de Amerika Birleşik Devletlerine geçti ve orada gelişti, çeşitli türleri oluştu. Daha sonraları dünyanın birçok ülkelerinde çeşitli alanlarda uygulanmaya başladı.

Psikodrama aşağıdaki öğelerden oluşur:

1) Protagonist (Ruhsal sorunları konu olarak alınan kişi ya da baş oyuncusu)

2) Yönetmen (Terapist)

3) Yardımcı egolar (Protagonisttin yaşantılarında ve ruhsal sorunlarının oluşumunda yeri olan kişileri canlandırmak üzere seçilen grup üyeleri)

4 Seyrici (Tedavi grubu).

5) Sahne ya da bu amaçla kullanılan bir alan.

Psikodramanın iki temel yönelimi vardır.

a) Protagonisti merkez alan psikodrama: Ruhsal tedavi amacı ile uygulanan bu türde grup üyelerinden birinin kişisel bir sorunu sahnede canlandırılır.

b) Grubu merkez alan psikodrama. Bu tür uygulamada seçilen konu grubun ortak bir sorunudur. Daha çok okul, fabrika v.b. yerlerde uygulanır.

Psikodramanın başarılı bir biçimde uygulanabilmesi için protagonistin sorunlarını ortaya koyabilmeye, bilinçli ya da bilinçsiz, güdülenmiş olması gerekir. Bu güdü özgerçekleştirim, grup içinde kendini gösterebilme isteği ya da anksiyete duygusu olabilir.

Psikodramatik sürece karşı başlangıçta varolabilecek direnci kırmak terapistin becerisine bağlıdır. Çoğu kez, bu direnci azaltmak amacı ile bazı özel teknikler kullanılır. Bu tekniklerin uygulandığı başlangıç dönemine “ısınma” (warming up) denir.

Çeşitli ısınma tekniklerinden en sık kullanılan “Boş iskemle”dir. Bu teknikde protagonist sahnede karşılıklı konmuş iki iskemleden birine oturur ve karşısındaki boş iskemlede gerçek yaşamında, kendisine sorun yaratan kişi varmışçasında konuşmaya başlar. Protagonist bu monoloğunda gerekli bir duygusal gerilime ulaştığı varsayıldığı anda bu ikinci kişi rolünü oynamak üzere daha önceden seçilmiş

olan yardımcı ego boş iskemleye oturarak protagonistin söylediklerini cevaplandırmaya başlar. Böylece monolog, diyaloga dönüşür ve psikodramatik süreç başlar. Canlandırılan yaşantı, protagonistin yaşamında birden fazla kişileri kapsıyorsa bu rolleri oynayacak yardımcı egolar da terapistin uygun gördüğü anlarda sahneye çıkararak sürdürülmekte olan iletişime katılırlar.

Psikodramatik sürecin iyi işleyebilmesi için yardımcı egoların canlandırılmakta olan konuyu iyi bilmeleri gerekmektedir. Eğer yardımcı egolar protagonistin çevresindeki kişileri iyi canlandıramıyor ve kendilerini oynuyorlarsa protagonist bundan rahatsız olur. Böyle bir durumda yardımcı egolar değiştirilir.

Psikodramanın temel amaçlarından biri duyguların denetim altında dışa vurulmasına (acting out), sözlü anlatımın yerini eyleme bırakmasına olanak sağlamaktır. Moreno'ya göre klasik psikanalizde terapist, hastasının özellikle düşmanca ve cinsel nitelikteki davranışlarının dışa vurulmasından ürker. Bir hastanın terapisti tokatlamaya ya da kucaklamaya girişmesi can sıkıcı bir durumdur. Oysa duyguların dışa vurulmasına denetim altında olanak sağlamak gerçek yaşamda girişilebilecek taşkın davranışları önleyebilir. Örneğin, intihar etme eğiliminde olan bir hastanın, bir intihar sahnesini tüm ayrıntıları ile canlandırmasının sağlayabileceği duygusal boşalım, bu kişinin gerçek bir intihar eylemine kalkışma isteğini engelleyebilir.

Psikodrama davranışların kendiliğindenlik (spontaneity) ve yaratıcılık kazanmasını sağlar. Bu yönden protagonist, (a) ortaya çıkabilecek yeni durumlara uygun, yeterli davranışlar gösterebilmek; (b) eğer bunu yapamıyorsa, hiç olmazsa daha önceki davranışlarına bir yenilik getirmekle yükümlüdür.

Klinikte izlediğimiz bir olguda, bir genç adam yaşamı boyunca ilişki kurmak istediği kadınlar tarafından reddedileceği ön yargısı ile onlara yaklaşmamış, uzaktan ve tek yönlü mazoşist nitelikte duygular geliştirmişti. Bu kadınların kimi genç adamın bu ilgisini farketmemiş, kimi farketse bile büyük bir olasılıkla girişimin karşı yandan gelmesini beklemişti. Çünkü genç adamın ilgisi çoğu kez konu olan kadına uzaktan, mahzun ve anlamlı bakışlar yöneltmekten öteye gitmemişti. Hasta, son ilgilendiği ve iş yerinde her gün karşılaştığı kadının da kendisine dostça davrandığını, ne varki eğer ona yaklaşp duygularını açarsa reddedileceğinden hiç kuşkusu olmadığından söz ediyordu. Durumun psikodrama yolu ile canlandırılmasına grupça ka-

rar verildikten sonra genç adam önce boş iskemle ile, sonra da ilgilendiği kadın rolünü oynayan yardımcı ego ile konuşmaya başladı. Duygusal yükü oldukça fazla olan bu diyalog sırasında protagonist, girişimde bulunmanın sandığı kadar tehlikeli olmayabileceğini görmeye başladı ve psikodrama sona erince yapılan grup tartışmasında protagonistin bu olumsuz beklentisi ile çocukluk döneminde kendisine hiç ilgi göstermemiş olan annesi arasındaki olası ilişki üzerinde de duruldu. Bir sonraki grup toplantısında genç adam, arada geçen bir hafta içinde bu kadınla konuşma yürekliliğini gösterebildiğini ve ilgisinin karşılıksız kalmadığını gruba bildirdi.

Özellikle toplumumuzda sık görülen girişim ve özerklikten engellenmiş bireylerin tedavisinde böylesine bir boyut getirebilme yönünden psikodrama yararlı bir yöntem olabilir. Yalnızca kendiliğindenlik değil, bu varoluş biçimi ile zekânın en üstün biçimi ve insan davranışlarında birincil güç olan yaratıcılık arasındaki ilişki de psikodramanın temel öğelerinden ibiridir.

“Tele”, Yunancada uzak, uzaktan etkileme anlamlarına gelir. Bireysel psikoterapide, hasta terapistini adeta zihninde süsler, önemli bir yere koyar. Bilinçdışı bir kendi kendine telkinle (autosuggestion) oluşan bu görüngüye “Transferans” denir. Moreno’ya göre, hasta ile terapist arasında bir diğer duygusal görüngü daha oluşur. Kendi kendine telkin ürünü olmayan bu duygu, bir insanın diğerini sezgi yolu ile tartmasıdır. Tele denilen bu görüngü, bir bireyin diğeri hakkında hissettiklerinin, algıladıklarının tümüdür ve telefon gibi iki yönlü bir iletişimin ürünüdür. Grupları, dostlukları ve ilişkileri oluşturan işte bu duygudur. Psikodramatik süreçte de protagonist, yardımcı ego lar ve terapistin arasındaki telik ilişkilerin yoğunluk derecesi tedavinin başarısını belirler.

Moreno, klasik psikanalizin iki kişi arasında gelişen bir diyalog olmayıp bir yorumcunun karşısında söylenen bir monolog olduğundan söz eder. Ona göre, psikodrama da kişiler arasında geçen bir diyalog değildir, diyalogdan ötede bu yaşantıdır. Bu yaşantı içinde serbest davranımın yanısıra serbest çağrışım da vardır. Ne varki psikodramada serbest çağrışım tüm varoluşun sadece bir parçasıdır.

Duygulardan arınım anlamına gelen “Katarsis” ilk kez Aristo tarafından ve Grek dramasının seyirci üzerindeki etkisini tanımlamak için kullanılmıştır. Psikodrama, bu kavrama da bir farklılık getirmiş, tedavi uygulamalarında yazılı dramadan spontane (psiko) dramaya ge-

çişte, katartik önem de seyirciden aktörlere geçmiştir. Psikodrama, seyirciden çok aktör üzerinde katartik ve özgünleştirici bir etki yaratır.

Moreno'ya göre psikodrama tekniklerinin dört temel kuramı vardır:

1) Seans süresince ortaya çıkan yapım (prodüksiyon), gözlem ve tedavi için tek algı dayanağıdır.

2) Psikodramatik süreç, geçmiş yerine yaşanan zamana odaklaşır.

3) Serbest çağırışım yerini serbest davranım ve etkileşime bırakır ki bunun içinde sözcüklerle serbest çağırışım da vardır.

4) Klasik psikanalizde divan ya da koltukla kısıtlanan davranış alanı toplumsal mekânla yer değiştirir. Bu amaçla çıplak bir oda ya da sahne kullanılır.

Psikodramanın başlangıç yıllarından bu yana pek çok sayıda teknik de geliştirilmiştir. Tümünü burada incelemek olanak dışı olduğundan daha sıklıkla kullanılan bazı tekniklerden örnek vermeye yetineceğiz:

1) Boş iskemleye konuşma tekniği.

2) Kendi kendine konuşma tekniği:

Protagonist seyirci karşısında tek başına bir monolog söyleyerek sorunlarını dile getirir.

3) Kendini tanıma tekniği:

Protagonist kendisini, aile üyelerini ve yaşamında önemli yer alan diğer kişilerin tümünü tek başına canlandırır.

4) İkili Teknik:

Protagonist sorunlarını anlatır, bir yardımcı ego anlatılanları sahnede canlandırır.

5) Özgerçekleştirime yönelik teknik:

Protagonist, yardımcı egolar eşliğinde geleceğe yönelik tasarılarını canlandırır.

6) Ayna tekniği:

Protagonist seyirci arasında oturur, bir yardımcı ego onun sorunlarını sahnede canlandırır.

## 7) Düş tekniği:

Protagonist gördüğü bir düşü sözlü anlatmak yerine sahnede canlandırır. Önce yatar, bir süre uykuya dalmış görünür, sonra yerinden kalkarak düşünüy sahne oynamaya başlar.

## 8) Yardımcılar eşliğinde “dünya” tekniği:

Protagonist, kendi dünyasını yardımcı egolar eşliğinde sahnede canlandırır.

Psikodrama uygulamalarında özen gösterilmesi gereken en önemli yön, çoğu kez hızla oluşan yoğun duygusal süreçle birlikte dışa vurulan anksiyetenin denetimden çıkmamasını sağlamaktır. Bunda terapistin yeterlik ve becerisi en önemli bekleyicidir. Psikodramada çoğu zaman birey, dıştan gözlenebilen davranışları oluşturan psikolojik savunma mekanizmalarını istese de kullanamaz ve gerçek kişiliği çok kısa bir süre içinde tüm çıplaklığı ile ortaya çıkabilir. Bu durum uygulama sona erdikten sonra kişide bazen utanç ve suçluluk duyguları ile birlikte çöküntü yaratabilir. Bunun için uygulama sonrası grupla birlikte yapılan tartışma özellikle kişinin diğer üyeler tarafından yargılanmak yerine daha iyi anlaşılabilmiş olduğunu görebilmesi yönünden yararlı olur.

Psikodramanın başlıca ve bağımsız bir tedavi yöntemi ya da yalnızca bir teknik olduğu tartışılabilir. Bu bildirinin yazarı klinik yaşıntısında psikodramayı 1968 yılından bu yana tedavi grupları içinde, ancak gerektiğinde uygulanan bir teknik olarak kullanmıştır. Amaç duygusal arınımdan daha çok ortalama insan için olağan karşılanan, ancak nevrotik kişide ürküntü yaratan girişimlere geliştirilen duyarlılığı azaltabilmek ya da bireyin kişisel sorunlarına içgörü geliştirebilmesini sağlamaktır. Bu nedenle psikodrama uygulamasından sonra protagonistin de katıldığı grup tatışması, gerek grup desteğinin sağlanması gerekse grup üyelerinin protagonistin içgörü kazanmasına yaptıkları katkı yönünden oldukça yararlı sonuçlar vermiştir.

Örneğin, grup üyelerinden evli bir erkek sürekli olarak eşinin anlayışsızlığından ve saldırganlığından yakınıyordu. Her akşam eve girdiği anda başlayan tartışmalarda ve genel olarak evliliklerinde varolan diğer sorunlarda kendi payını ve katkısını göremediği gibi grup üyelerinin bir bölümünün acıma ve sempati duygularını da toplayabilmişti. Bir grup toplantısında terapistin önerisi üzerine bu üyenin akşam eve dönüşü, eşi rolünü oynayan bir diğer grup üyesinin yardımı

ile canlandırıldı. Grup üyeleri (seyirci) kısa bir süre sonra gerçeği sahnede açık seçik bir biçimde görmeğe başladılar. Gerçekte evdeki tartışmayı başlatan protagonistin kendisi idi. İşinden çıktıktan ve kent merkezinde uzunca bir süre dolaştıktan sonra evine korku ile dönüyor, bu korkuyu bastırabilme çabası hırçın ve olumsuz davranışlara dönüşüyor, benzer davranışlar eşinden kendisine yöneltiliyor ve tartışma giderek yoğunlaşan bir biçimde geliyordu.

Sonradan yapılan grup tartışmasında protagonistin eşi ile olan sorunlarına kendi katkısı sahnede gözlenmiş olan algı dayanakları ile kendisine gösterildiği gibi, akşamları eve dönüşü karşı geliştirdiği korkunun kendisini sık sık yüksek sesle azarlamış olan annesi ve yine oldukça sık dayak yediği babasının evinde geçirmiş olduğu çocukluk günleri ile ilişkisi de araştırıldı.

Psikodrama, Amerika Birleşik Devletleri dışında en çok Fransa'da uygulama alanı bulmuştur. Bireye yönelik bir tedavi yöntemi olmasının yanısıra Japonya'dan Güney Amerika ülkelerine değin bir çok yerde okullarda ve fabrikalarda grup sorunlarını çözümlmek ve kişiler arası ilişkileri geliştirmek amacı ile de yaygın bir biçimde uygulanmaktadır. Özetle denilebilir ki, psikodrama Steigreiftheater'den bu yana çeşitli uygulama alanları ve yeni tekniklerle çok gelişmiş ve çağdaş ruhsal tedavi yöntemleri arasında oldukça önemli sayılabilecek yerini günümüze değin koruyabilmiştir.

#### KAYNAKÇA

- 1 - DREIKURS, R. "The Unique Social Climate Experienced in Group Psychotherapy". *Group Psychotherapy*. 1951, 3, 292-299
- 2 - FRANK, J.D. "Therapy in Group Setting". *Contemporary Psychotherapy* (Ed. M. Stein), Free Press, N.Y. 1961., 42-59
- 3 - LEBOVICI, S. "About Tele, the Function of the Unconscious and Acting Out," *Group Psychotherapy*, 1955. 8, 177.
- 4 - MORENO, J.L. *The First Book of Group Psychotherapy*, Beacon House, N.Y. 1958.
- 5 - MORENO, J.L. "Fundamental Rules and Techniques of Psychodrama". *Progress in Psychotherapy*, Vol. III, Grune, N.Y. 1958
- 6 - MORENO, J.L. "Psychodrama". *American Handbook of Psychiatry* (Ed. S. Arieti) Vol. II, Basic Books, N.Y. 1959.