



KARYA JOURNAL OF HEALTH SCIENCE

journal homepage: www.dergipark.org.tr/kjhs

PSİKODRAMA TEMELLİ MÜDAHALE PROGRAMLARI: SİSTEMATİK BİR DEĞERLENDİRME

PSYCHODRAMA-BASED INTERVENTION PROGRAMS: A SYSTEMATIC EVALUATION

Deniz ŞARLAK^{1*}, Erdiñç ÖZTÜRK²

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Seydikemer Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Sosyal Hizmet Bölümü, Muğla, Türkiye

²İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü, Sosyal Bilimler Ana Bilim Dalı, İstanbul, Türkiye

ÖZ

Bu çalışma psikodrama temelli müdahale araştırmalarının sistematik derlemesini yapmak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda PubMed, Medline, PsycINFO, ResearchGate, DergiPark, Google Akademik ve Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi elektronik platformlarında 1998-2020 yılları arasında yayınlanmış olan bilimsel eserlerin başlık, özet ve anahtar kelimelerinde; “Psikodrama”, “Psikodrama Gözden Geçirme”, “Psikodrama Sistematik Araştırma”, “Psikodrama Meta-Analiz” kelimeleri Türkçe ve İngilizce olarak taranmıştır. Toplamda 53 makaleye ulaşılmış olup; 8 etkililiği olmayan çalışma, 17 lisansüstü tez ve 10 olgu sunumu araştırmaya dahil edilmemiştir. Derleme çalışmasında 18 makale yer almaktadır. Verilerin toplanmasında makalelerin özelliklerini ortaya koymak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Araştırma Özet Formu kullanılmıştır. Çalışmalarda 1 tane öz-şefkat, 1 tane aleksitimi, 1 tane sigara bırakma, 1 tane istismar, 3 tane depresif belirtiler gibi çeşitli konularda bağımlı değişkenler yer almaktadır. Psikodrama temelli müdahale programları 4 ile 21 oturum arasında değişmektedir. İncelenen araştırmalar sonucunda psikodrama müdahale çalışmalarının bireylerin empati kurma becerileri, öznel iyi oluş, umutsuzluk, depresif belirtiler, kaygılı bağlanma ve sigarayı bırakma üzerinde etkili olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Psikoterapi, Psikodrama, Grup Terapisi

ABSTRACT

This study was carried out to make a systematic review of psychodrama-based intervention research. In this context the words “Psychodrama”, “Psychodrama Systematic Review”, “Psychodrama Systematic Research”, “Psychodrama Meta-Analyses” were screened both in Turkish and English in the titles, abstracts and keywords of scientific work published on electronic platforms like PubMed, Medline, PsycINFO, ResearchGate, DergiPark, Google Academic and Presidency of Higher Education Council Thesis Center between the years 1998-2020. A total of 53 papers were reached and eight studies lacking efficiency, 17 master’s theses and ten case presentations were not included in the study. The compilation study included 18 papers. In collection of the data the Research Abstract Form which was prepared by the researcher to reveal the features of the papers were used. The studies had dependent variables on a variety of subjects as; one for self-affection, one for alexithymia, one for smoking cessation, one for abuse and three for depressive symptoms. Psychodrama-based intervention programs vary between 4 and 21 sessions. As a result of the studies reviewed, the psychodrama-based intervention studies were observed to be effective on people’s skill of establishing empathy, subjective well-being, hopelessness, depressive symptoms, anxious attachment and smoking cessation.

Keywords: Psychotherapy, Psychodrama, Group Therapy

GİRİŞ

Psikodrama grup terapisi bireylerin yaşadıkları sorunların ele alındığı farkındalık odaklı bir psikoterapi yöntemidir. Bireyler bu süreçte bir grup ortamında diğerleri ile etkileşim halinde oldukları rollerle kendileriyle ilgili farkındalık kazanırlar. Psikodrama bireylere, dramatik canlandırma yoluyla, geçmiş ve güncel sorunlarını ve çatışmalarını ya da geleceğe dair beklenti, kaygı ve güçlüklerini ele alarak başa çıkma becerilerini görme ve bunları deneme olanağını sağlar. Bu yönüyle psikodramanın terapatik etkisinin yanı sıra bireysel gelişim adına pedagojik etkisinden de söz edilebilir [1].

Moreno’ya göre psikodrama, insan ruhuna dramatik eylem yoluyla bakan bir keşif bilimidir. Kişi, kendisini dünyanın bir mikro evreni olan grup içerisinde değerlendirebilmekte; sorunlarını, amaçlarını, rüyalarını ve korkularını oynayarak çözüm bulabilmektedir [2]. Moreno tarafından geliştirilen psikodramanın kuramsal temelleri

1920’li yıllarda oluşmaya başlamıştır. Psikodrama, psikoeğitimden psikoterapiye, sahne sanatlarına kadar çok geniş bir alanda kullanılmaktadır [3,4]. Moreno, psikodramayı yalnızca klinikte kullanılan bir yöntem olarak değil, bir yaşam aracı olarak tasarlamıştır. Psikodrama oturumlarında grup üyeleri geçmişte yaşamış oldukları olayları sergilerler. Yaşantılarının hangi dönemleri olursa olsun psikodrama oturumlarında yaşanan tüm olaylar “şimdi ve burada” ilkesine göre yeniden oluşturulmaktadır [5].

Psikodramada genellikle derin duygusal yaşantıların yaşanması ve çözümlenmesi söz konusudur [6]. Psikodrama yaşantısında grup üyelerinin deneyimlemiş olduğu geçmiş dönemdeki olaylar çeşitli teknikler kullanarak canlandırılmakta ve yeniden yaşanmaktadır. Bu sırada üyeler, kendilerini üzümüş, öfkelenirmiş, farklı duygular yaşamasına neden olmuş olayları, duygu ve düşüncelerini grup içinde oyunlaştırarak paylaşma ve dönüştürme fırsatı bulmaktadırlar [2,6].

Makale Bilgisi/Article Info

Gönderim tarihi/Submitted: 22.02.2021, **Revizyon isteęi/Revision requested:** 16.03.2021, **Son düzenleme tarihi/Last revision received:** 30.03.2021, **Kabul/Accepted:** 05.04.2021, **Çevrimiçi yayım tarihi/Published online:** 30.04.2021.

Sorumlu yazar/ Corresponding author: Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Seydikemer Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Sosyal Hizmet Bölümü, Seydikemer/Muğla, Türkiye.

¹Email: sarlakdeniz@gmail.com, ²Email: erdinceincine@hotmail.com.

Bu çalışma, yazarın “Psikodrama Temelli Bir Müdahale Programının Hafif Düzey Depresyonu Olan Üniversite Öğrencilerinin Umutsuzluk ve İntihar Eğilim Düzeyleri Üzerine Etkisi” başlıklı doktora tezinin bir bölümünden genişletilerek üretilmiştir.

Bireyi grubun içinde duygu ve düşüncelerini paylaşmaya yönlendirmekteki amaç, diğer grup psikoterapilerinde olduğu gibi davranış ve duygularda istenilen değişimleri meydana getirebilmektir [7].

Psikodramada şimdiki zamana ilişkin sorunlarla başlama, bunların yakın geçmiş deneyimlerle olan benzerliklerini bulma, daha uzak geçmişle olan bağlantılarını keşfetme, kişiye yaşam sürecini anlamasında yardım etme, sorunları, tercihleri ve eylemleri, kişinin şu anki işlevsel olmayan durumu içerisinde somutlaştırmasına ve yaşamdaki seçenekleri görmesine yardım etme, bilişsel ve duygusal açıdan bütünleşmesine yardımcı olma ve iyileşmesine destek olma gibi süreçler çalışılır [8].

Literatürde psikodramanın pek çok farklı alanda kullanımı ile ilgili çalışmaların yapıldığı bildirilmiştir [3]. Psikodrama, anksiyetenin azaltılması, umutsuzluğun giderilmesi, benlik saygısının yükseltilmesi, iletişim becerilerinin iyileştirilmesi, sosyal becerinin geliştirilmesi, ölüm temasının ele alınması, krizle ve bağımlılıkla mücadele edilmesi, depresif duygu durumu ve kanserle baş edilmesi, infertilitenin getirdiği yük ile çalışılması, sınav kaygısı gibi pek çok farklı alan ve gruba uygulanmaktadır [8,9]. Psikodrama yöntemi spontanlık eğitimi, girişkenlik eğitimi ve rol model olma gibi davranış değişikliğine yol açan eğitimler için de kullanılmaktadır [10]. İnsan ve iletişimin olduğu her alanda ihtiyaç duyduğumuz temel becerileri kazandırmada en etkili yöntemlerden biridir. Özellikle bireysel kendini tanıma yolculuğu aracılığıyla insanın kendini ve çevresini değiştirmesine aracılık etmektedir [9].

Psikodrama bir grup terapisi olarak kavramsallaştırılsa dahi hem bireylere hem de çiftlere de uygulanabilmektedir. Klinik alanda ise travma sonrası stres bozukluğu, tanı almış psikiyatrik vakalarda ve sağlıksız duygu durum içindeki diğer hastalarda kullanılmaktadır. Ancak yalnızca ağır vakalarda değil, günlük hayat sıkıntılarıyla baş eden bireyler için de oldukça uygun bir yöntemdir. Bunun yanında sadece bir konuda beceriyi ve farkındalığı arttırmak için kullanılabilceği gibi her yaşa da uygundur. Yapılan çalışmalar göstermektedir ki, psikodrama uygulamaları grup üyelerinde iyileşme, umut, olumlu yönde değişim ve ilerleme sağladığı konusunda etkili olduğu kabul edilmiş bir yöntemdir [10].

Psikodrama konusunda son yıllarda yapılan araştırmaları ele alacak olan bu sistematik derleme çalışması psikodramanın etkililiğini tartışmaktadır. Bu derleme çalışmasında psikodrama müdahalelerinin kullanıldığı nicel, nitel ve sistematik araştırmalar incelenmiştir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Bu çalışma psikodrama temelli müdahale araştırmalarının sistematik derlemesini yapmak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda PubMed, Medline, PsycINFO, ResearchGate, DergiPark, Google Akademik ve Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi elektronik platformlarında 1998-2020 yılları arasında yayınlanmış olan bilimsel eserlerin başlık, özet ve anahtar kelimelerinde; Psikodrama, Psikodrama Gözden Geçirme, Psikodrama Sistematik Araştırma, Psikodrama Meta-Analiz kelimeleri Türkçe ve İngilizce olarak taranmıştır. Çalışmaya dahil edilen araştırmalar için şu kriterler gözetilmiştir:

- 1) *Çalışma Dizaynı*: Araştırmaya en az iki gruplu (deney-kontrol) seçkisiz kontrollü çalışmalar, tek gruplu çalışmalar ve meta analiz çalışması dahil edilmiştir.
- 2) *Katılımcı Türü*: Yaş grubu ve cinsiyete bağlı bir eleme yapılmamıştır. Grup çalışmaları ele alınmıştır, tek kişilik olgu sunumları dahil edilmemiştir. Psikiyatrik tanısı, kronik hastalığı ve hastanede yatan hastalarla yapılmış olan çalışmalar dahil edilmemiştir. Hastaların kullandığı ilaçların psikodrama uygulamalarını etkileyebileceği düşünülerek dışlanmıştır.
- 3) *Müdahale Türleri*: Müdahale çalışmalarında yöntem olarak yalnızca psikodrama veya psikodrama ile beraber farklı terapi yöntemlerinin kullanıldığı çalışmalar araştırmaya alınmıştır.

4) *Sonuç Türü*: Ön test ve son testleri yapılmış olan, karşılaştırmalı araştırmalar ele alınmıştır. Psikodramanın tek başına etkililiği ve diğer yöntemlere karşı etkililiğini ölçen çalışmalar dahil edilmiştir.

5) *Veri Erişebilirliği*: Türkçe ve İngilizce çalışmalar ele alınmıştır. Tam metni olmayan ve ulaşılmayan çalışmalar araştırmaya alınmamıştır.

Toplamda 53 makaleye ulaşılmış olup; 8 etkililiği olmayan çalışma, 17 lisansüstü tez ve 10 olgu sunumu araştırmaya dahil edilmemiştir. Derleme çalışmasında 18 makale yer almaktadır. Tablo 1'de makalelere ilişkin bilgiler yer almaktadır. Tablo 1'de makalelerin yapıldığı tarihlere sırasıyla yer verilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında makalelerin özelliklerini ortaya koymak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Araştırma Özet Formu kullanılmıştır [12]. Araştırma Özet Formunda makalelerin özelliklerini belirlemeye yönelik 10 madde (yazarlar, çalışma yılı, çalışmanın yapıldığı yer, bağımsız değişken, bağımlı değişken, araştırma deseni, oturum sayısı, örneklem sayısı, ölçme araçları, sonuç) yer almıştır.

BULGULAR

Bağımsız değişken olarak farklı temalar (rol oynama tekniği, resim yapma) bazen eşlik etse de her çalışmada psikodrama bağımsız değişken olarak ele alınmıştır. Öz-şefkat, aleksitimi, sigara bırakma, istismar, umutsuzluk ve depresyon gibi çeşitli konularda bağımlı değişkenler yer almaktadır. Bu değişkenlere ait bilgiler her çalışmanın paragrafında belirtilmiştir. Psikodrama temelli müdahale programları 4 ile 21 oturum arasında değişmektedir. Tablo 1'de incelenen araştırmalara ait bilgiler çalışma yılına göre sıralanarak özetlenmiştir.

Tablo 1'de yer alan psikodrama temelli müdahale programları 1998-2020 yılları arasında yapılmıştır. Dökmen "Empatinin yeni bir modele dayanarak ölçülmesi ve psikodrama ile geliştirilmesi" adlı araştırmasında empatinin tanımı, iletişimdeki yapısı, basamakları, empatinin ölçülmesi ve eğitimi başlıklarına yer vermiştir. Geliştirdiği modelin adı "Aşamalı Empati Sınıflaması" dır. Geliştirilen ölçme araçları Empatik Beceri Ölçeği A ve B Formu, Empatik Eğilim Ölçeğidir. 20 kontrol 20 deney grubu olmak üzere 40 deneye yarısı kız yarısı erkek olup üniversite öğrencileridir. Deney grubu ile 8 ay içerisinde farklı aralıklarla 14 psikodrama oturumu yapılmıştır. Oturumlarda empati konusu çalışılmamış hatta kelime olarak bile kullanılmamış sadece psikodrama etkinlikleri yapılmıştır. Araştırma sonucunda; deney grubunda Empatik Beceri ön ölçüm son ölçüm puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur [13].

İşiker ve Fırıncı "Terapide psikodrama ve resim kullanılmasının savunma tarzları ve sosyal ilişkiler ağı üzerine etkileri" adlı çalışmayı 25 deney, 25 kontrol grubu olmak üzere 50 kişi ile gerçekleştirmiştir. Ölçme aracı olarak; Savunma Tarzları Ölçeği ve Sosyal İlişkiler Ağı Ölçeği kullanılmıştır. Sonuç olarak sanat terapisi ile birlikte psikodrama uygulanan grupla sadece psikodrama uygulanan gruba katılan öğrencilerin savunma tarzları ve sosyal ilişkiler ağı ölçeği alt boyut ön test ve son test puanları arasında anlamlı düzeyde farklılaşma bulunmuştur [14].

Karataş ve Gökçakan "Psikodrama teknikleri kullanılarak yapılan grup uygulamalarının ergenlerde saldırganlığı azaltmadaki etkisinin incelenmesi" adlı araştırmada Saldırganlık Ölçeği'ni kullanmış, 14 oturumluk psikodrama uygulaması gerçekleştirmiş ve ölçek uygulamasını tekrarlamışlardır. Çalışmaya kontrol grubunda 12, deney grubunda 11 öğrenci alınmıştır. Saldırganlık ölçeği ön ölçüm ve son ölçüm puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde farklılık vardır. Uygulanan psikodrama oturumları öğrencilerin saldırganlık puanlarında bir azalmaya neden olmuştur. Deney grubunun son ölçümü ve son ölçümden 16 hafta sonra alınan izleme ölçümleri karşılaştırıldığında ise aralarında fark çıkmamış ve etkinin uzun süre devam ettiği görülmüştür [15]. Alan yazına bakıldığında Hamamcı ve Karataş psikodrama çalışmasından sonra aldıkları izleme ölçümünde deneysel işlemin kalıcı etkisini tespit etmişlerdir [16,17].

Doğan “Psikodramanın genç yetişkinlerin bağlanma stilleri üzerindeki etkileri” adlı çalışmada 12 deney, 9 kontrol grubu olmak üzere 21 kişilik bir örneklem ile çalışmıştır. Ölçme aracı olarak Yakın İlişkilerdeki Revize Edilmiş Deneyimler formu kullanılmıştır. Deney grubuna 12 oturum psikodrama programı uygulanırken, kontrol deneklerine plasebo çalışması yapılmıştır. Deney grubundaki genç yetişkinlerin kaygılı bağlanma düzeylerinde anlamlı düzeyde azalma olduğu görülmüştür [18].

Aytemur ve ark. “Sigara bırakmada yoğun klinik girişime psikodrama eklenmesi ve bırakma sonuçları üzerine etkisi” adlı çalışmada sigara bırakma yoğun klinik girişim üzerine psikodramanın etkisini değerlendirmeyi amaçlamıştır. Örneklem 61 deney, 52 kontrol grubu olmak üzere 113 kişiden oluşmuştur. Kontrol grubuna bilişsel davranışçı terapi uygulanırken deney grubuna bu terapilere ek olarak psikodrama uygulaması da yapılmıştır. Psikodrama uygulaması 8 oturum şeklinde uygulanmıştır. Katılımcıların birinci, üçüncü ve altıncı ayda sigarayı bırakma başarıları değerlendirilmiştir. Birinci ve üçüncü ayların sonunda sigara bırakma oranları deney grubunda %80.3 ve %63.9, kontrol grubunda %59.6 ve %46.2 bulunmuştur (sırasıyla, $p<.05$, $p<.05$). Altıncı ayda sigara bırakma oranı, çalışma grubunda %50.8 ve kontrol grubunda %38.5 olarak görülmüştür ($p=0.130$) [19].

Ulupınar “Psikodrama uygulamasının hemşirelik öğrencilerinin sorun çözme becerisine etkisi” adlı çalışmada sorun çözme becerilerinin geliştirilmesinde psikodrama grubunun etkisini araştırmayı amaçlamıştır. Araştırmada yarı deneysel ön test-son test çalışma deseni kullanılmıştır. Örneklemi son sınıf 10 öğrenci oluşturmuştur. Psikodrama oturumları haftada bir, üç saatlik oturumlar şeklinde düzenlenmiş ve toplam 21 grup oturumu yapılmıştır. Veriler bilgi formu, grubu değerlendirme formu ve problem çözme ölçeği kullanılarak grup öncesi, grubun bitiminde ve bir yıl sonra (e-posta yoluyla) olmak üzere üç kez toplanmıştır. Katılımcıların grup öncesi, grup bitimi ve gruptan bir yıl sonraki problem çözme puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur. Öğrenciler geri bildirimlerinde kendini değerlendirme, farkındalık kazanma, duygu ve düşüncelerini ifade edebilme, yaratıcılık, empati ve problem çözme yeteneklerinde gelişme olduğunu belirtmişlerdir [20].

Dağlı ve ark. “Çocuk istismarı ve ihmali eğitiminde psikodrama yönteminin kullanılması” adlı çalışmalarında üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çocuk istismarı ve ihmali eğitiminde psikodrama yönteminin kullanılmasının sonuçlarını incelemeyi amaçlamıştır. 11 öğrenci ile çalışılmıştır. Karma desen kullanılan çalışmada ön test-son test ölçümü ve odak grup görüşmesi yapılmıştır. Ölçüm araçları olarak Bilgi Testi ve Farkındalık Ölçeği kullanılmıştır. Psikodrama oturumları 16 hafta, haftada bir gün ve 2.5 saat olarak gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerin eğitim öncesi ve sonrası bilgi testi puanları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Ancak eğitim öncesi ve sonrası farkındalık ölçek puanları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$). Odak görüşmesinde öğrenciler bireysel farkındalıklarının ve empati düzeylerinin arttığını, çocuk ve istismar konulu haberlere karşı duyarlı olduklarını ve insanları yargılamamayı öğrendiklerini belirtmişlerdir [21].

Gökkaya ve Özdel “Rehber öğretmenlerin mesleksi tükenmişliğini azaltmada psikodramanın etkinliği” adlı çalışmada mesleksi tükenmişliği azaltmada psikodrama terapisinin etkinliğini araştırmayı amaçlamıştır. Çalışma, 14 rehber öğretmenle haftada bir, 16 oturum olarak yapılmıştır. Çalışmada Maslach Tükenmişlik Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği kullanılmıştır. Psikodrama terapisinin mesleksi tükenmişliği azaltmada kullanılabilir bir yöntem olduğu görülmüştür. Beck Depresyon Ölçeği ve Beck Umutsuzluk Ölçeği toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir [22].

Bakalım ve ark. [23] “Psikodrama grup yaşantısının rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin öz-duyarlık düzeylerine etkisi” adlı çalışma, 46 gönüllü öğrenci ile haftada üç saat, toplam 8 hafta

sürdürülmüştür. Kontrol grubuna ise herhangi bir işlem uygulanmamıştır. Çalışmada karma desen kullanılmıştır. Psikodrama grup yaşantısının öğrencilerin toplam öz-duyarlık düzeylerini ve öz-duyarlığın pozitif alt boyutları olan öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma, bilinçlilik düzeylerini anlamlı olarak arttırdığı ve öz-duyarlığın negatif alt boyutları olan öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme düzeylerini anlamlı olarak azalttığı görülmüştür. Deney grubundaki öğrencilerin psikodrama grup sürecinde kendini tanımak, farkındalık, hayal gücü, günlük sıkıntılardan uzaklaşmak, duyguları yönetmek konusunda kazanımlar edindikleri görülmüştür.

Orkibi “Ergenlerin benlik saygısı ve yalnızlık duygusu: psikodrama” çalışmada benlik saygısı ve yalnızlık üzerinde psikodramanın etkisini belirlemeyi amaçlamıştır. Çalışmaya 27 deney grubunda, 13 kontrol grubunda olmak üzere 13-16 yaş aralığında toplam 40 öğrenci alınmıştır. Ölçme aracı olarak Harter Ergenlerde Benlik Algısı Ölçeği ve Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Deney grubuna 16 oturum psikodrama programı uygulanırken kontrol deneklerine plasebo çalışması yapılmıştır. Oturumlarda davranışsal, bilişsel, duygusal açılma ve terapatik değişim ele alınmıştır. Ergenlerin benlik saygısı alt boyutlarında ön test ve son test puanlarında pozitif yönde anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmuştur. Yalnızlık Ölçeği puanlarında psikodramadan sonra anlamlı düzeyde azalma olduğu ortaya çıkmıştır [24].

Şarlak ve Öztürk “Görme engelli bireylerin depresif belirtilerine yönelik psikodrama temelli grup uygulaması” adlı çalışmada depresif belirtilere ve olumsuz duygulara sahip görme engelli bireylerin depresif belirtilerinin ve olumsuz duygularının azaltılmasında psikodrama temelli grup uygulamasının etkisini incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmada, gerçek denemeli modellerden ön test-son test kontrol gruplu deneysel model uygulanmıştır. Sosyal medya aracılığıyla ulaşılan 50 görme engelli bireye Beck Depresyon Ölçeği ve Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği uygulanmış olup, depresif belirtilere ve olumsuz duygulara sahip 36 görme engelli birey çalışmaya alınmıştır. Tespit edilen görme engellilerden gönüllü olan 36 görme engelli bireyin, depresif belirti puan değerleri ve cinsiyet oranları dikkate alınarak 18’i deney grubunda, 18’i kontrol grubunda yer almıştır. Psikodrama temelli grup uygulaması haftada 2 gün ve 3 saat süren 13 oturumdan oluşmuştur. Kontrol grubuna deney grubundaki tüm oturumlar bittikten 4 hafta sonra psikodrama temelli grup uygulaması yapılmıştır. Yapılan çalışma sonucunda deney grubundaki görme engelli bireylerin depresif belirtileri ve olumsuz duyguları azalmıştır [25].

Servotte ve ark. “Acil serviste kötü haber vermede kısa bir rol yapma eğitiminin etkinliği” adlı çalışmada tıp öğrencilerinin acil serviste kötü haber verebilmek ve iletişim becerileri üzerinde psikodrama rol oynama tekniğinin etkisini incelemeyi amaçlamıştır. Çalışmada ön test-son test kontrol gruplu deneysel desen kullanılmıştır. Örneklem 37 deney, 31 kontrol grubu olmak üzere 68 öğrenciden oluşmuştur. Ölçme aracı olarak Öz-Yeterlik Ölçeği kullanılmıştır. Bu çalışmanın sonuçları, bilgilendirme oturumu ile psikodrama tabanlı bir eğitimin, tıp öğrencilerinin ve acil servisteki stajyerlerin öz-yeterliklerini, kötü haber verebilmek becerilerini ve iletişim becerilerini geliştirebileceğini göstermiştir [26].

Ulusoy ve Güçray “Psikodrama teknikleri ile bütünleştirilmiş etkileşim grubu uygulamasının karşılıklı bağımlılık üzerindeki etkisi” adlı çalışmada ön ölçüm, son ölçüm ve izlem ölçümlü yarı deneysel bir çalışma yapılmıştır. Örneklem grubu kadınlardan oluşmuştur. Deney grubunda 14 ve kontrol grubunda 14 psikolojik danışman yer almıştır. Katılımcılara Bileşik Karşılıklı Bağımlılık Ölçeği uygulanmış ve odak grup görüşmeleri yapılmıştır [27]. Oturumlar haftada bir kez 14 oturumdan oluşmuştur. Bu çalışmanın sonucunda, deney grubunda Bileşik Karşılıklı Bağımlılık Ölçeği’nin karşılıklı bağımlılık, kendini feda etme, duyguları bastırma alt boyut puanlarında anlamlı düzeyde azalma olduğu ancak kişilerarası kontrol alt boyutunda ise azalma olmadığı görülmüştür.

Tablo1. Araştırmaların genel özeti

Yazar	Çalışma Yılı	Yayın Türü	Çalışmanın Yapıldığı Yer	Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	Araştırma Deseni	Oturum Sayısı	Örneklem Sayısı Deney Grubu Kontrol Grubu	Ölçme Araçları	Sonuç
Dökmen	1988	Özgün araştırma	Ankara	Psikodrama	Empatik beceriler, Empatik eğilim	İki parçalı desen (2x2 faktörlü, son faktörde tekrar ölçümlü)	14	Ö:40 D:20 K:20	Empatik Beceri Ölçeği B Formu Empatik Eğilim Ölçeği	Öğrencilerin empati kurma becerilerinin arttığı tespit edilmiştir.
Işiker ve Fırıncı	2008	Özgün araştırma	İzmir	Psikodrama ve Resim	Savunma tarzları, Sosyal ilişkiler ağı	Ön test- son test, kontrol gruplu deneysel desen	7	Ö:50 D:25 K:25	Savunma Tarzları Ölçeği, Sosyal İlişkiler Ağı Ölçeği	Sanat terapisi ile psikodramanın birlikte uygulandığı deney grubunda ön test ve son test savunma tarzları ölçeği puanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur.
Karataş ve Gökçakan	2009	Özgün araştırma	Adana	Psikodrama	Saldırganlık	Deney, kontrol, ön ölçüm, son ölçüm ve izleme ölçümlü karışık desen	14	Ö:23 D:11 K:12	Saldırganlık Ölçeği	Öğrencilerin saldırganlık puanlarında azalma görülmüştür.
Karataş	2009	Özgün araştırma	Niğde	Psikodrama	Problem Çözme, Saldırganlık	Ön test- son test, izlem karışık desen	10	Ö:24 D:12 K:12	Çatışma Çözme Davranışını Belirleme Ölçeği	Saldırganlık puanlarında azalma gözlenmiştir. Çatışma çözme becerilerinde etkisinin olduğunu ortaya çıkarmıştır.
Doğan	2010	Özgün araştırma	Ankara	Psikodrama	Bağlanma stilleri	Ön test- son test, kontrol gruplu deneysel desen (vaka çalışması, gözlem ve görüşme)	12	Ö:21 D:12 K:9	Yakın İlişkilerdeki Revize Edilmiş Deneyimler Formu	Grup psikodrama programının genç yetişkinlerin kaygılı bağlanma düzeylerini azalttığı ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte, deney ve kontrol grupları arasında kaygı boyutu açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır.
Aytemur ve ark.	2012	Özgün araştırma	İzmir	Psikodrama	Sigara bırakma	Ön test- son test, kontrol gruplu deneysel desen	8	Ö:113 D:61 K:52	-	Çalışmada, yoğun klinik girişim üzerine psikodrama eklenmesinin erken dönemde sigarayı bırakma girişiminin başarı oranını artırdığı sonucuna varılmıştır.

Karataş	2014	Özgün araştırma	Burdur	Psikodrama	Öznel İyi Oluş ve Umutsuzluk	Öntest, sontest, izlem gerçek deneysel desen	12	Ö:30 D:15 K:15	Öznel İyi Oluş Ölçeği, Beck Umutsuzluk Ölçeği	Katılımcıların öznel iyi oluş düzeylerinin arttığı ve umutsuzluk düzeyinin azaldığı görülmüştür.
Ulupınar	2014	Özgün araştırma	İstanbul	Psikodrama	Sorun çözme becerisi	Yarı deneysel, tek gruplu ön test-son test çalışma deseni	21	Ö:10 D:10 K:-	Problem Çözme Ölçeği	Katılımcıların problem çözme becerilerinin ön test- son test puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu tespit edilmiştir.
Dağlı ve ark.	2015	Özgün araştırma	Ankara	Psikodrama	Çocuk istismarı ve ihmali eğitimi	Karma desen Ön test-son test ölçüm	16	Ö:11 D:11 K:-	Bilgi Testi Farkındalık Ölçeği	Bilgi testinin sonuçlarında anlamlı bir fark bulunmuştur. Farkındalık ölçeği sonuçlarında ise anlamlı bir fark bulunmamıştır.
Gökkaya ve Özdel	2016	Özgün araştırma	İzmir	Psikodrama	Mesleki tükenmişlik	Yarı deneysel, tek gruplu ön test son test çalışma deseni	16	Ö:14 D:14 K:-	Maslach Tükenmişlik Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği, Beck Umutsuzluk Ölçeği	Öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri azalmış ve yaşam doyumları puanları artmıştır. Beck Depresyon ve Beck Umutsuzluk toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir.
Bakalım ve ark.	2017	Özgün araştırma	Uşak	Psikodrama	Öz-duyarlık düzeyi	Ön test- son test, kontrol gruplu deneysel desen	8	Ö:46 D:23 K:23	Öz-Duyarlık Ölçeği	Öğrencilerin toplam öz-duyarlık düzeylerinin anlamlı düzeyde arttırdığı ve öz-duyarlığın negatif alt boyutları olan öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme düzeylerini anlamlı olarak azalttığı görülmüştür.
Orkibi	2017	Özgün araştırma	Hayfa	Psikodrama	Benlik algısı, Yalnızlık	Ön test- son test, kontrol gruplu deneysel desen	40	Ö:40 D:27 K:13	Harter Benlik Algısı, Yalnızlık Ölçeği	Ergenlerin benlik saygısı alt boyutlarında ön test ve son test puanlarında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmuştur. Yalnızlık Ölçek puanlarında anlamlı düzeyde azalma olduğu görülmüştür.
Göveç ve ark.	2017	Özgün araştırma	İstanbul	Psikodrama	Kaygı	Ön test- son test, kontrol gruplu deneysel desen	16	Ö:11 D:11 K:10	Sınav Kaygısı Ölçeği, Durumluluk Sürekli Kaygı Envanteri,	Öğrencilerin toplam sınav kaygısı ve sürekli kaygı puanları açısından, birinci grupta uygulanan psikodrama teknikleri, ikinci grupta uygulanan bilişsel davranışçı tekniklerine göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Şarлак ve Öztürk	2019	Özgün araştırma	Muğla	Psikodrama	Depresif belirtiler, Olumsuz duygular	Ön test- son test, kontrol gruplu deneysel desen	13	Ö:32 D: 18 K: 18	Beck Depresyon Ölçeği, Pozitif Negatif Duygu Ölçeği	Çalışma sonucunda deney grubundaki görme engelli bireylerin depresif belirtileri ve olumsuz duyguları azalmıştır.
Servotte ve ark.	2019	Özgün araştırma	Belçika	Psikodrama	Kötü haber verebilme, İletişim becerileri	Ön test- son test, kontrol gruplu deneysel desen	4	Ö:68 D:37 K:31	Öz-Yeterlik Ölçeği	Bu çalışmanın sonuçları, bilgilendirme oturumu ile psikodrama tabanlı bir eğitimin, tıp öğrencilerinin ve acil servisteki stajyerlerin öz-yeterliklerini, kötü haber verebilme becerilerini ve iletişim becerilerini geliştirebileceğini göstermiştir.
Ulusoy ve Güçray	2019	Özgün araştırma	Malatya	Psikodrama	Karşılıklı bağımlılık	Ön test- son test, kontrol gruplu deneysel desen	14	Ö:28 D:14 K:14	Bileşik Karşılıklı Bağımlılık Ölçeği	Bu çalışmanın sonucunda, deney grubunda Bileşik Karşılıklı Bağımlılık Ölçeği'nin karşılıklı bağımlılık, kendini feda etme, duyguları bastırma alt boyut puanlarında anlamlı düzeyde azalma olduğu ancak kişilerarası kontrol alt boyutunda ise azalma olmadığı görülmüştür.
Wang ve ark.	2020	Derleme	Çin	Psikodrama	Depresyon ve kaygı	Sistemik Derleme	-	-	9 çalışma	Bu derleme Çin kültürel bağlamında psikodramanın olumlu etkilerini destekleyen güçlü kanıtlar sunmaktadır. Psikodrama, hem depresyon hem de anksiyete için anlamlı derecede yararlı bulunmuştur. Ayrıca psikodramanın klinik olmayan katılımcılarda klinik katılımcılara göre daha etkili olduğu gösterilmiştir.
Özsoysal	2020	Özgün araştırma	İzmir	Psikodrama	Akran ilişkisi	Ön test- son test, kontrol gruplu deneysel desen	16	Ö:38 D:21 K:17	Akran İlişkileri Ölçeği	Deney grubundaki öğrencilerin bağımlılık, güven, kendini açma ve sadakat puanlarının kontrol grubundaki öğrencilere göre anlamlı derecede fazla olduğu tespit edilmiştir.

Wang ve ark. meta analiz çalışmasında Çinli katılımcılarda depresyon ve anksiyete tedavisi için psikodrama etkinliğini araştıran makaleleri incelemiştir. Bu amaçla 9 deneysel çalışma ele alınmıştır. Farklı katılımcı türlerini (klinik ve klinik olmayan) ve farklı psikodrama türlerini (klasik ve sahne) karşılaştırmak için alt grup analizleri yapılmıştır. Sonuçlar psikodramanın Çinli katılımcıların Batı kültüründeki çalışmalarından elde edilen bulgulara benzerlik gösterdiğini depresyon ve anksiyete semptomlarını önemli ölçüde azalttığını göstermiştir. Bir diğer sonuç psikodrama uygulamalarının kaygılı ve/veya depresif duyguları olan ancak klinik tanıları olmayan katılımcılar için klinik tanısı konan ve hastaneye yatırılan hastalara göre daha etkili olmasıdır. Bunlara ek olarak Çin'de güncel bir psikodrama türü olan sahne psikodramasının katılımcılar üzerinde olumlu etkisinin olduğu tespit edilmiştir [28].

Özsoysal "Psikodrama yaklaşımına dayalı grupla psikolojik danışmanın kız ergenlerde akran ilişkilerine etkisi" isimli çalışmada deney grubunda 21 öğrenci ile kontrol grubunda 17 öğrenci yer almıştır. Oturumlar 16 hafta sürmüştür. Veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu ve Akran İlişkileri Ölçeği kullanılmıştır. Çalışma, deney ve kontrol gruplu ön test, son test ve izleme testi modeline dayalı yarı deneysel bir araştırmadır. Bu süre içerisinde kontrol grubu ile herhangi bir çalışma yapılmamıştır. Elde edilen bulgular, deney grubundaki öğrencilerin bağlılık, güven, kendini açma ve sadakat puanlarının kontrol grubundaki öğrencilere göre önemli derecede arttığını göstermiştir. İzleme ölçümünde bağlılık, güven, kendini açma ve sadakat puanlarındaki artışın üç ay süresince devam ettiği gözlenmiştir [29].

TARTIŞMA

Bu derleme çalışmasında kronik hastalığı ve psikiyatrik tanısı olan vakalar üzerinde yapılmış deneysel çalışmalar, lisansüstü tezler, olgu sunumları tarama kayıtlarından çıkarılmıştır. Araştırmaya dahil edilme kriteri çalışmaların ön test-son test ölçümlü ve kontrol gruplu olarak yapılandırılmasıdır. Bu şekilde değerlendirilen verilerin sonuçlarının daha güçlü olacağı düşünülmüştür. Çalışmaların ilgilendiği değişkenlerin ise farklı olmasına dikkat edilmiş, bu şekilde hem yapılmış olan çalışmaların genel bir portfolyosuna ulaşmak hem de psikodramanın hangi alanlarda faydalanılabileceği konusunda bir fikir verilerek istenmiştir.

Türkiye'deki ilk psikodrama temelli deneysel çalışmalardan birisini gerçekleştiren Dökmen, 20 deney grubunda 20 kontrol grubunda olmak üzere 40 üniversite öğrencisi ile 14 haftalık oturumlar şeklinde yapılan psikodrama grup süreci sonunda, empatik becerilerin psikodrama sayesinde arttığı ancak empati eğiliminin ise değişmediğini bulgulamıştır [13].

Üniversite öğrencileriyle yapılmış bir diğer önemli ve özgün çalışma ise, çocuk istismar ve ihmal eğitiminde psikodramanın kullanılmasıdır [21]. Bu çalışmanın özgün olması ve sonuçları umut vericidir. Böyle hassas bir konuda çalışacak bireylerin ve insana yardım eden meslek gruplarının psikodrama konusunda bilgi sahibi olmasının gerekliliği ortadadır. Nitekim Bakalım ve ark. tarafından Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik son sınıf öğrencileri ile yapılmış olan, psikodramanın özduyarlılığa etkisini araştıran çalışması da diğer bir örnektir. Çalışma sonucunda öğrencilerin özduyarlılık puanları anlamlı düzeyde yükselmiştir [23]. Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik öğrencileri ile yapılan bir diğer çalışmada İşiker ve Fırıncı psikodramayı sanat terapisi ile birlikte kullanarak savunma mekanizmaları ve sosyal ilişkiler ağı üzerinde farklılaşma durumunu incelemiştir. Yalnızca psikodrama kullanımı ile psikodrama ve sanat terapisinin beraber kullanımı arasında ciddi bir fark görülmemekle beraber ikisinin de öğrencilere fayda sağladığı gözlenmiştir. İşlevsiz savunma mekanizmaları kullanımında azalma ve sosyal ilişkiler ağında farkındalık ve değer atfetme konusunda olumlu yönde değişimler yaşanmıştır [14]. Bu durumda psikodramanın tek de olsa eklettik de olsa güçlü bir grup terapisi yöntemi olduğu söylenebilir. Psikodrama ile bütünleştirilmiş bir çalışma da kadın psikolojik danışman adaylarıyla yapılmış karşılıklı bağımlılık düzeyine psikodramanın

etkisini inceleyen çalışmadır [27]. Karma desen olan çalışmada 14 oturum sonunda, ölçeklerden alınan puanların kontrol grubuna göre bağımlılık puanlarında anlamlı düzeyde azalma gösterdiği odak grup geri dönütlerinde katılımcıların ilişki kurma, duygularını bastırma, öz değerlendirme, kendini feda etme düzeylerinde ise olumlu ilerlemeler görüldüğü bildirilmiştir. Yardım veren çalışma gruplarında önemli bir konu olan bağımlılığa karşı müdahale yöntemi olarak psikodramanın kullanılması gelecek çalışmalar için de örnek teşkil edecek güncel bir çalışmadır. Yükseköğrenim öğrencileri ile yapılmış çalışmada, psikodramanın öznel iyi oluşu artırdığı, umutsuzluk puanlarının düşmesinde etkili olduğu gösterilmiştir

Psikodramanın ergen gruplardaki etkisine bakmak için ise, Karataş ve Gökçakan tarafından saldırganlık üzerine yapılan çalışma iyi bir örnektir. Saldırganlık, düşmanlık gibi davranışları üst düzeyde yaşayan lise öğrencilerinin, yapılan 14 oturumlu psikodrama grup terapisi sonunda toplam puanlarında azalma göstermeleri ve bu etkinin 16 hafta sonra bile devam etmesi psikodramanın oldukça etkili bir terapi yöntemi olduğunu kanıtlanı niteliktedir [15]. Karataş bir diğer çalışmasında psikodrama uygulamasının üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ve umutsuzluk puanlarına etkisini incelemiştir. Deney grubundaki öğrencilerin öznel iyi oluş puanlarının kontrol ve plasebo grubuna göre önemli derecede arttığını, umutsuzluk puanlarının önemli derecede azaldığını göstermiştir [30]. Lise öğrencilerinin bir diğer büyük sorunu olan sınav kaygısı için müdahale programlarını karşılaştırdığı Göveç ve Başgül çalışmasında, bir grupta bilişsel davranışçı terapi, diğer grupta psikodrama ile çalışmıştır. Sonuçlar karşılaştırıldığında iki grubun da sınav kaygısı puanlarında düşüş olduğu, ek olarak psikodramanın durumluluk kaygısını da azalttığı görülmüştür. Buna göre, psikodramanın sınav kaygısında etkili bir terapi kuramı olan Bilişsel Davranışçı Terapi kadar hatta daha etkili olabileceği söylenebilir [31].

Ele alınanlar arasında, yetişkinlerle ve engelli bireylerle yapılmış ilk ve tek çalışma Şarlak ve Öztürk tarafından gerçekleştirilmiş olan, görme engelli bireylerin depresif belirtilerini azaltmaya yönelik psikodrama uygulaması olmuştur. On sekiz kişilik deney ve kontrol grupları olan çalışmada, 13 oturum sonunda deney grubunun son test sonuçlarının ön testten ve kontrol grubundan anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür. Bu bağlamda, depresif belirtiler göstermeye yatkın bir grup olan görme engelli bireylerle psikodrama çalışmasının oldukça etkili olduğu sonucu gelecekteki çalışmalar için önemli bir bulgu oluşturmuştur [25].

İncelenen çalışmalar ele alındığında, psikodrama üzerine pek çok değişken ile farklı yaş gruplarında uygulamalar yapılmış olduğu görülmektedir. 13-18 yaş ergen gruplarla çalışma yapılmış olsa da 7-12 yaş arası çocuklarla yapılmış araştırmaya rastlanılmamıştır. Yine de yapılmış olan çalışmalardan önemli nitelikte olumlu sonuçlar alınması, müdahalenin etkili olduğunu nitel ve nicel olarak analiz edilebiliyor olması psikodramanın bir grup terapisi olarak etkisini kanıtlamaktadır. Lise gruplarıyla; saldırganlık, öfke ve sınav kaygısı, üniversite gruplarıyla; öznel iyi oluş, sosyal ilişkiler, empati, özduyarlılık, yetişkinlerde ise; depresif belirtiler ve umutsuzluk gibi alanlar psikodramanın pozitif yönde etki gösterdiği alanlardır. Birey ve sistem var oldukça devam edecek olan bu arayış için farklı alternatiflerin üretilmesi bireyin ve literatürün faydasıdır. Öyleyse, bu çalışmalar ve diğerleri ışığında psikodrama her yaşta ve grupta insana ulaştırılmaya devam edilmelidir.

Psikodrama ile ilgili uluslararası literatür tarandığında, psikodrama üzerine gözden geçirme, meta analiz ve meta sentez çalışmalarının Türkiye'de önemli bir eksik olduğu ortaya çıkmıştır [28, 32, 33]. Dolayısıyla makalede bu derleme çalışmasına da yer verilerek, farklı ülkelerde gerçekleştirilmiş olan çok sayıda uygulamaya ve genellenmiş sonuçlara ulaşılmak istenmiştir. Kellerman'ın 1952-1985 yılları arasında psikodrama ile ilgili 23 çalışmayı değerlendirdiği araştırma ilk meta analiz çalışmalarındandır [34]. İncelenen bu çalışmalardaki grupların; üniversite öğrencileri, cezaevinden çıkanlar, alkol bağımlıları, şiddet gösteren anneler ve konuların saldırganlık,

anksiyete, depresyon, stres ile ilgili psikodramatik çalışmaların olduğu görülmektedir [34]. Türkiye örnekleminde olduğu gibi çocuklarla olan çalışmaların yine çok sınırlı sayıda olduğu, grupların genelde ergen ve yetişkinlerle gerçekleştirildiği de görülmektedir.

Bu konudaki en yeni meta-analiz çalışması Wang ve ark. [28] tarafından 2020 yılında yayınlanmıştır. Derleme çalışmalarının daha çok Batı toplumlarında yapıldığı ve Çin için böyle bir çalışma eksikliğinden yola çıkılarak hazırlanmıştır. Dokuz araştırma üzerinden sonuçlar incelendiğinde, psikodramanın Çinli bireylerde depresyon ve anksiyete üzerinde etkisi olduğu ve klinik tanısı olmayan vakaların olanlara göre psikodramadan daha fazla yarar sağladığı görülmüştür.

SONUÇ

Bu çalışma psikodrama temelli müdahale araştırmalarının sistematik bir derlemesini yapmak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Son yıllarda Türkiye ve dünyada psikodrama ile ilgili araştırmaların arttığı saptanmıştır [13-20]. İncelenen bu araştırmalarda psikodramanın birçok ruhsal sorunları azaltmada etkili olabildiği ve etkili bir müdahale yöntemi olarak aktif şekilde kullanılabileceği ifade edilmektedir. Değişiklik meydana getirmek istenilen konuya göre oturum sayısı ve süresinin ayarlanabilmesi avantajlardan biridir. Araştırma sonuçlarında psikodrama aracılığıyla bireylerin çevresindekilere, iş yaşamlarına ve iletişim yaklaşımlarına olumlu katkıda bulunduğu görülmektedir. Uygulanabilirliğini arttıran en önemli faktörlerin başında oldukça geniş bir yaş grubuna uygulanabiliyor olması ve belirgin mesleklere yönelik olmaması gelmektedir. Ancak özellikle insana yardımın merkezde olduğu mesleklerde daha etkili olduğu görülmüştür. Bireye yardım süreci insanın kendisini iyi hissetme hali ile daha da etkili olmaktadır. Farklı terapi yaklaşımları ile uyum sağlayabilmesi de çalışmalara eklenmesini kolaylaştırmaktadır. Derlemede yer alan araştırmalarda psikodramanın farklı ruhsal sorunları azaltmada ve eğitim amaçlı kullanıldığında etkili müdahale yöntemi olduğunu söylemek mümkündür. Sonuç olarak psikodrama, psikoterapi ve eğitim alanlarında yaygın ve etkili bir şekilde kullanılabilir.

Teşekkür: Doktora tez çalışmamın başlangıcından sonuna kadar olan süreçte bilgi ve deneyimleri ile yol göstericim olan, gelişimimi destekleyen, hoşgörülü, sabır ve etkili iletişim tarzıyla huzur içinde çalışma fırsatı bulduğum çok değerli doktora tez danışmanım Sayın Prof. Dr. Erdiñç Öztürk'e katkılarından dolayı teşekkürü borç bilirim.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan etmiştir.

Finansal destek: Yok.

Yazar Katkısı: Fikir: DŞ, EÖ; Tasarım: DŞ, EÖ; Veri Toplama: DŞ; Verilerin istatistiksel analizi: DŞ; Literatür taraması: DŞ; Makale yazımı: DŞ, EÖ; Eleştirel inceleme: EÖ.

KAYNAKLAR

- Altınay D. Psikodrama grup terapisi el kitabı. İstanbul: Epsilon Yayınevi; 2015: 36-44.
- Dökmen Ü. Sosyometri ve psikodrama. İstanbul: Remzi Kitapevi; 2017: 52-66.
- Altınay D. Psikodramada çağdaş yaklaşımlar. Epsilon Yayınevi; 2015:48-68.
- Tomic M, Djuric Z, Veljkovic J. Psikodrama yeni başlayanlar için bir rehber. Nobel Akademik Yayıncılık; 2015: 41-52.
- Schützenberger-Ancelin A. Psikodrama: yöntemlerin bir özet sunumu. (Çev: Özbek A.) Ankara: Grup Psikoterapileri Derneği Yayını. 1979: (4); 23-28.
- Özbek A, Leutz G. Psikodrama, grup psikoterapisinde sahenel etkileşim (2. Baskı). Ankara: Abdülkadir Özbek Psikoterapi Enstitüsü Yayını; 2003: 42-89.
- Kaner S. Psikodrama-kuram, teknik ve araçlar. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi. 1990; 23(2): 457-480.
- Orkibi HA. Adolescents' Dramatic Engagement Predict Their in-Session Productive Behaviors: a Psychodrama Change Process Study. The Art in Psychotherapy. 2017; 55: 46-53.
- Geçtan E. Tiyatro yolu ile ruhsal tedavi "psikodrama". Tiyatro Araştırmaları Dergisi. 1976; 7(7): 103-112.
- Gökler B. Bir grup psikoterapisi yöntemi olarak psikodrama. Türkiye Klinikleri Dergisi. 2017; 3(2): 77-83.
- Blatner A. Morenean approaches: Recognizing psychodrama's many facets. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry. 2007; 59(4): 159-170.
- Moher D, Liberati A, Tetzlaff J et. al. The PRISMA Group Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and MetaAnalyses: The PRISMA Statement. 2009.
- Dökmen Ü. Empatinin yeni bir modele dayanılarak ölçülmesi ve psikodrama ile geliştirilmesi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi. 1988; 21(1): 155-190.
- Işıker Bayezid G, Fırıncı M. Terapide psikodrama ve resimin kullanılmasının savunma tarzları ve sosyal ilişkiler ağı üzerine etkileri. Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi. 2008; (23): 69-80.
- Karataş Z, Gökçakan Z. Psikodrama teknikleri kullanılarak yapılan grup uygulamalarının ergenlerde saldırganlığı azaltmadaki etkisinin incelenmesi. Türk Psikiyatri Dergisi. 2009; 20(4): 357-366.
- Hamamcı Z. Bilişsel davranışçı yaklaşımla bütünleştirilmiş psikodramanın temel inançlar üzerine etkisi. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. 2003; 2(19): 7-13.
- Karataş Z. Psikodrama ile yapılan grup çalışmasının ergenlerin sürekli kaygı düzeylerine etkisi. Çağdaş Eğitim Dergisi. 2009; 34(360): 31-37.
- Türkan D. The effects of psychodrama on young adults' attachment styles. The Arts In Psychotherapy. 2010; (37): 112-119.
- Aytemur ZA, Pişmişoğlu B, Kılınc O. Ark. Intensive clinic intervention plus psychodrama in smoking cessation and effects on cessation outcome. Türkiye Klinikleri J Med Sci. 2012; 32(3): 630-637.
- Ulupınar S. Psikodrama uygulamasının hemşirelik öğrencilerinin sorun çözme becerisine etkisi. Anadolu Psikiyatri Dergisi. 2014; (15): 55-62.
- Dağlı FŞ, Taşkıran C, Krespi MR ark. Çocuk istismarı ve ihmali eğitiminde psikodrama yönteminin kullanılması. Klinik Psikiyatri. 2015; (22): 175-186.
- Gökkaya F, Özdel O. Rehber öğretmenlerin mesleki tükenmişliğini azaltmada psikodramanın etkinliği. Anadolu Psikiyatri Dergisi. 2016; 17(5): 354-361.
- Bakalım O, Yörük C, Şensoy G. Psikodrama grup yaşantısının rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin öz-duyarlık düzeylerine etkisi. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi. 2017; 17(67): 949-968.
- Orkibi H, Azoulay B, Snir S, et al. In-session behaviours and adolescents' self-concept and loneliness: A psychodrama process-outcome study. Clinical psychology & psychotherapy. 2017; 24(6): 1455-1463.
- Şarlak D, Öztürk E. Görme engelli bireylerin depresif belirtilerine yönelik psikodrama temelli grup uygulaması. Mediterranean Journal of Humanities. 2019; 9(1): 301-314.
- Servotte JC, Bragard I, Szyld D et al. Efficacy of a short role-play training on breaking bad news in the emergency department. Western Journal of Emergency Medicine. 2019; 20(6): 893-902.
- Ulusoy Y, Güçray SS. Effect of encounter group application integrated with psychodrama techniques on codependency. Current Approaches In Psychiatry. 2019; 11(1): 246-260.
- Wang Q, Ding F, Chen D, et al. Intervention effect of psychodrama on depression and anxiety: a meta-analysis based on Chinese samples. The Arts in Psychotherapy. 2019; 1-49.
- Öz Soysal FS. Psikodrama yaklaşımına dayalı grupla psikolojik danışmanın kız ergenlerde akran ilişkilerine etkisi. Eğitim ve Bilim. 2020; 45(203): 231-251.

30. Karataş Z. Psikodrama uygulamasının üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ve umutsuzlukları üzerindeki etkisi. Eğitim ve Bilim. 2014; 39(173): 118-128.
31. Göveç Taşpınar N, Başgül ŞS. psikodrama ve bilişsel davranışçı terapi yöntemi ile grup çalışmasının sınav kaygısı üzerindeki etkileri. Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi. 2017; 5(1): 1-5.
32. Kipper DA, Ritchie TD. The effectiveness of psychodramatic techniques: a meta-analysis. Group dynamics, theory, research and practice. 2003; 7(1): 13-25.
33. Liberali R, Grosseman S. Use of psychodrama in medicine in brazil: a review of the literature. Interface-Comunicação, Saúde, Educaçã. 2015; 19(54): 561-571.
34. Kellermann PF. Outcome research in classical psychodrama. Small Group Behavior. 1987; 18(4): 459-469.