

Travma Tedavisinde Psikodramanın Kullanımı: Sistematik Gözden Geçirme

Fatma Selda ÖZ SOYSAL¹

Samiye OGAN²

Öz: Travmatik yaşantılar insan yaşamının kaçınılmaz bir parçasını oluşturmaktadır. Psikodrama ise, travmatik yaşantıların çözümlenmesinde ve travma sonrası gelişen ruh sağlığı problemlerinde sıklıkla kullanılan müdahaleler arasında yer almaktadır. Bu çalışma, ergenler ve yetişkinlerle yürütülen travma odaklı psikodramanın etkililiğini araştıran çalışmaları sistematik olarak gözden geçirerek bu çalışmalara yönelik genel bir değerlendirme sunmak amacıyla tasarlanmıştır. Araştırma modeli, sistematik gözden geçirmedir. Sistematik gözden geçirme için; PRISMA rehberi kullanılarak ScienceDirect, Scopus, PubMed, Cochrane Library, Wiley Online Library ve ULAKBİM veri tabanlarında tarama gerçekleştirilmiştir. 2021 yılı temmuz ayına kadar yayınlanan çalışmalara yönelik yapılan taramada, Türkçe ve İngilizce dillerinde, “travma”, “psikodrama”, “rol oynama”, “psikolojik travma”, “stres bozuklukları, akut travma” ve “stres bozuklukları, travma sonrası” terimleri kullanılmıştır. Dâhil etme ve hariç tutma kriterlerine göre toplam 14 araştırma çalışmada incelenmiştir. Bu kapsamda deneysel ve karma yöntem içeren çalışmalar ele alınmıştır. Çalışmalar; araştırma desenleri, çalışma grupları, ölçme araçları, uygulanan müdahaleler, seans sayıları/sıklıkları/süreleri ve elde edilen bulgular açısından değerlendirilmiştir. Sonuç olarak, ergenler ve yetişkinlerle yürütülen travma odaklı psikodrama çalışmalarının travma tedavisinde etkili olduğu görülmüştür.

Anahtar kelimeler:
Travma, Psikodrama,
Ergen, Yetişkin,
Sistematik gözden
geçirme

The Use of Psychodrama in Trauma Treatment: A Systematic Review

Abstract: Traumatic experiences are an inevitable part of human life. Psychodrama, on the other hand, is among the interventions frequently used in the resolution of traumatic experiences and mental health problems that occur after trauma. This study was designed to provide a general framework by systematically reviewing the studies examining the effectiveness of trauma-focused psychodrama with adolescents and adults. The research model is systematic review. For systematic review; The databases of ScienceDirect, Scopus, PubMed, Cochrane Library, Wiley Online Library and ULAKBİM were searched using the PRISMA guide. In the search for studies published until July 2021, the terms “trauma”, “psychodrama”, “role playing”, “psychological trauma”, “stress disorders, traumatic acute”, and “stress disorders, post-traumatic” were used in Turkish and English. A total of 14 studies were examined in the study according to inclusion and exclusion criteria. In this context, studies involving experimental and mixed methods are discussed. Studies; were evaluated in terms of research designs, study groups, measurement tools, applied interventions, number of sessions/frequency/duration, and findings. As a result, trauma focused psychodrama studies conducted with adolescents and adults were found to be effective in trauma treatment.

Key Words:
Trauma, Psychodrama,
Adolescent, Adult,
Systematic review

Geliş Tarihi : 19.03.2022
Kabul Tarihi : 25.08.2022
Yayın Tarihi : 30.12.2022

¹ Doç. Dr., Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, selda.oz@gmail.com, ORCID: 0000-0001-5406-7786

² Doktora Öğrencisi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, ogansamiye@gmail.com, ORCID:0000-0003-4064-0371

GİRİŞ

Psikolojik travma, gerçek bir ölümün ya da ölüm tehdidinin, ağır yaralanmanın, fiziksel ya da yaşamsal bütünlüğüne ait bir tehdit durumu olduğu zamanlarda bireyin yaşadığı veya şahit olduğu olağandışı olaylar olarak tanımlanmaktadır (American Psychological Association, 1994). İnsan yaşamında travmatik olaylar ve kayıplar oldukça yaygın görülmektedir. Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) farklı sosyo-ekonomik düzeyde olan 24 ülkeden yaklaşık 70.000 katılımcı ile yürütmüş oldukları araştırma sonuçları, katılımcıların %70,4'ünün hayatlarının bir döneminde en az bir tür travmatik olay yaşadığını göstermektedir (Kessler ve ark., 2017). Travmatik olayların spesifik olarak oranları ise şu şekildedir: %14'ü yakın partner veya cinsel şiddet, %34,3'ü kaza veya yaralanma, %22,9'u fiziksel şiddet, %13,1'i savaşa ilgili olaylar, %34,1'i sevilen birinin beklenmedik veya travmatik ölümü ve %35,7'si ise sevdiği bir insanın yaşadığı travmaya şahit olmaktır. Kessler ve ark. (2017) bu tür çok üzücü travmatik olayların insan yaşamının herhangi bir döneminde görülmesini olağan olarak değerlendirmektedirler.

Psikolojik travmanın, bireylerin ruh sağlığı üzerinde bir risk faktörü olduğunu pek çok araştırma sonuçları ortaya koymaktadır (Mandelli ve ark., 2015; Teplin ve ark., 2002). Travmayla ilişkisi bulunan belli başlı ruh sağlığı sorunları arasında; depresyon (Karstoft ve ark., 2020; Scheepstra ve ark., 2020), anksiyete (Hovens ve ark., 2012; Kascakova ve ark., 2020), alkol ve madde bağımlılığı (Najavits ve ark., 2017), intihar davranışı (Marshall ve ark., 2013) kendine zarar verme (Howard ve ark., 2017) yer alırken dürtüsellik (Roy, 2005; Tunç ve Köse, 2019), düşük benlik saygısı (Fasciano ve ark., 2021) ve duygu düzenleme güçlüğü (Tull ve ark., 2020) gibi uyum sorunlarını da yol açmaktadır. Bununla birlikte, travmatik olayların etkisi, olaya doğrudan maruz kalanların ötesine geçerek; yakın ilişkileri, sosyal çevreyi ve genel olarak toplumu da etkilemektedir (Kleber, 2019). Bu nedenlerden dolayı olumsuz yaşam deneyimlere sahip bireylerin, travmanın olumsuz etkileriyle sağlıklı bir şekilde başa çıkabilmeleri için uygun tedavi ve yaklaşımları belirlemek önemli görülmektedir.

Travma tedavisinde en sık kullanılan psikoterapi yaklaşımları arasında Herman'ın travma ve iyileşme modeli, (Herman, 2016), bilişsel davranışçı terapiler (Deblinger ve ark., 2011), kısa süreli psikodinamik terapi (Burton, 2004), EMDR terapisi (Shapiro, 1995), sanat terapisi (Schouten ve ark., 2014) ve psikodrama (Kellerman ve Hudgins, 2013) yer almaktadır. Bu psikoterapi yaklaşımları içerisinde grup psikoterapisi olarak sıklıkla yürütülen yaklaşım ise psikodramadır.

Psikodrama, Moreno (1946) tarafından geliştirilen bir psikoterapi yöntemidir. Psikodrama, sorunların üzerinden konuşmaktan çok eylem yoluyla ifade edilmesine (dramatize etmesini) dayalı bir psikoterapi yaklaşımıdır. Fiziksel eylem yoluyla öğrenme, sözlü öğrenmeden çok daha etkili olabilmektedir (Kim, 2003). Travma ve etkileri genellikle dile getirilemez veya kelimelerle ifade edilmesi zordur. Psikodramanın eyleme dayalı müdahaleleri, travmadan kurtulanlara sözel olmayan veya sembolik ifadeler için yollar sağlar (van der Kolk, 2014). Psikodrama, grup üyelerine fiziksel hareket yoluyla ortaya çıkardığı duyguları, ikilemleri ve önerdiği çözümler yoluyla bir hikâye anlatmaya veya yaşadığı durumları betimleme fırsatını sunmanın yanı sıra kişinin bu hikayesini yeniden canlandırılması için de olanak sağlar (Kipper,1992). Psikodrama yoluyla, katılımcılar travmanın fizyolojik, duygusal, bilişsel, sosyal ve varoluşsal etkilerini yeniden müzakere edebilirler (Giacomucci ve Stone, 2018). Amerikan Grup Psikoterapisi ve Psikodrama Derneği'ne (ASGPP) göre psikodrama, deneyimsel yöntemleri, sosyometriyi, rol teorisini ve grup dinamiklerini kullanarak bilişsel, duyuşsal ve davranışsal düzeylerde içgörüyü, kişisel gelişimi ve entegrasyonu kolaylaştırmaktadır (ASGPP, 2013). Bununla birlikte psikodrama özellikle travma yaşamış danışanlar için de uygun bir yöntemdir (Kellerman ve Hudgins, 2013, s.24). Dayton'a (2005, s.21) göre, travma sadece zihnin etkili bir şekilde başa çıkma konusundaki yetersizliğinin bir ürünü değil aynı zamanda bir "beden-zihin fenomeni" dir. Travmatik anıları hatırlama sadece bilişsel algılarla sınırlı da değildir, bununla birlikte bedenin anılarını veya duygusal tepkilerini de içermektedir. Psikodramanın amacı, travmanın zihin ve bedenle bağlantılı olduğunu ve iyi temelli bir tedavi planıyla beden-zihin yaklaşımını beraber ele almaktır. Bilişler zaman zaman belirsiz ve kafa karıştırıcı olabileceğinden, danışanların bedenlerini de aktif olarak katılmaya teşvik etmek önemlidir (Clark ve Davis-Gage, 2010).

Psikodramada kullanılan tekniklerin arasında rol oynama, rol değiştirme, eşleme, aynalama ve artı gerçeklik sahnesi yer almaktadır. Rol oynama tekniği, geçmiş bugüne getirildiğinden, danışana daha önce ifade edememiş olduğu duyguları keşfetmesine, söylemek veya yapmak istediği şeyleri söylemesine veya yapmasına (Dayton, 2005) fırsat sunmaktadır. Aynı zamanda, umut aşılıyarak ve suçluluk duygularından da kurtulmasına yardımcı olmaktadır (Jacobs, 2002). Rol değiştirme (bir başkasının rolünü oynama) da etkili bir rol oynama tekniğidir. Sadece kişinin travmaya dâhil olan diğerlerini anlamasını sağlamakla kalmaz, aynı zamanda danışanın kendisini bir başkasının merceğinden görmesini sağlar (Dayton, 2005). Bu yaklaşım özellikle travma hastalarında etkilidir

çünkü çoğu zaman bedenlerinden bir ihanet duygusu ve onu reddetme arzusu hissederler. Bu duygular sadece bedenin travmatik durumlardan kaçamamasından değil, aynı zamanda bedeniyle ilgili yanlış inançlardan da kaynaklanabilmektedir (Clark ve Davis-Gage, 2010). Eşleme tekniği ise danışanın, iç sesi, beden duyularını, hislerinizi ve düşünceleri yansıtılmasıdır (Hudgins, 1998). Travmatik materyalle çalışırken eşleme, özellikle önemli hale gelir çünkü danışanın travmatik deneyimin ezici doğası nedeniyle daha önce bilinçaltına itilmiş olan duyguların ve düşüncelerin bütünleşmesine yardımcı olur (Hudgins ve Toscani, 2013). Aynı zamanda danışana, güçlü yanlarını ve kendini besleme yeteneğini hatırlatır (McVea ve Gow, 2006). Aynalama tekniği ise danışanın kendisini uzaktan gözlemlemesi ve kendini başkalarının onu gördüğü gibi görmesine yardımcı olan bir tekniktir (Moreno, 1946, s. 182). Bir psikodrama canlandırmasında, grup lideri, başka bir grup üyesi veya yardımcı bir ego, danışanın aynada kendisine bakıyormuş gibi görmesi için sahne yeniden canlandırırken, protoganistin seyirciler arasında oturmasına izin verebilir (Moreno, 1965/2006). Bu, özellikle danışanın bir role takılıp kaldığı, savunmalarının çok fazla arttığı veya tepkilerinin başkaları tarafından nasıl algılandığının farkında olmadığı durumlarda kullanışlıdır. Aynalama tekniği, sahneden duygusal bir mesafe sağlar, danışana daha büyük bir perspektif geliştirmek için durumu dışarıdan görme fırsatı sunar ve kendini daha net ve şefkatle görmesini sağlar (Dayton, 2005). Aynalama, danışana uyumsuz ilişki kalıplarını görmesine yardımcı olmak için yararlı olsa da olumlu sahnelerin entegrasyonu için bir araç olarak da yararlıdır. Danışana sahnede yarattıkları değişikliği tam olarak görmek için ayna konumuna geçmeye davet etmek bütünleştirici olabilmektedir (Giacomucci, 2021). Artı gerçeklik sahnesi ise nesnel gerçeklik ve fantezi arasındaki sınırlarını, söylenmeyenleri söylemeyi, geçmiş, şimdi ve geleceği yaşanmasına fırsat sağlamaktadır. Danışanlar fantezilerini sahnede yaşamaya ve kendi yaşamının yaratıcısı olmaya cüret ederler. Duyuları uyanır, hayal gücü ve yaratıcılığı ile yeniden bağlantı kurarlar. Spontanlığın gelişimini kolaylaştırmak, sosyal atom onarımını sağlamak ve pozitif bir kimliğin oluşumuna yardımcı olmak için psikodramanın en güçlü araçlarından biridir (Watersong, 2011). Artı gerçeklik sahneleri, travmatize olmuş insanlarla kendilerine yapılanları geri almak gerekenleri yapmak için psikodramaya dâhil edilebilir. Artı gerçeklik sahneleriyle trajik yaşam senaryolarını sembolik olarak değiştirme ve farklı bir duygusal tepkiye izin vermesi açısından önemli olmaktadır. Travmatize olmuş kişinin öznel dünyasını güçlendirerek, imkânsız bir dış gerçeklikle uzlaşmak için kullanılır. Yaşadıklarının gerçekte ne olduğundan şüphe duyan insanlar, olaylara ilişkin öznel algılarını gösterme fırsatı bulurlar. Moreno'nun travma tedavisine en önemli katkısı artı gerçekliktir (Kellerman ve Hudgins, 2013).

Kellerman'a (1992) göre psikodramanın travma tedavisinde terapötik yönleri arasında ilk olarak, travmatik olayın bastırılmış deneyimlerini güvenli ortamda yeniden canlandırma yer almaktadır. İkincisi, olaylarla bağlantılı olabilecek bilinçaltındaki çatışmalarla çalışarak olumsuz yaşantılara dair yeni bir anlayış kazandırmak amacıyla bilişsel olarak yeniden işlemelemeyi gerçekleştirmektir. Üçüncüsü, travmadan kaynaklı kalıntıyı boşaltarak duygusal arınmaya izin vermektir. Dördüncüsü, protoganistin dünya görüşünü genişletmek için hayali bir "artı gerçeklik" yaratmaktır. Beşinci olarak, travmanın kişilerarası ilişkilere odaklanarak bireylerin kendilerini diğer insanlardan yalıtmasını önlemektir. Altıncısı ise olayı anlamlı bir yaşam deneyimine dönüştürmek için terapötik ritüeller gerçekleştirmektir. Son olarak, travma kolektif bir grup deneyimiye, yeni bir sosyal denge durumuna uyum sağlamaya yardımcı olmak için sosyodramanın kullanılmasıdır (Kellerman, 1992). Araştırmalar, psikodramanın sadece danışanın deneyimlerini yeniden şekillendirmesine izin vermekle kalmadığını, aynı zamanda kendiliğinden daha önce parçalanmış kısımlarını birbirleriyle bağlantı kurmasına izin verdiğini de göstermektedir (Clark ve Davis-Gage, 2010).

Psikodramatik bir deneyim, travmatik sinir ağına erişerek ve danışana travmasını yeniden tartışmak için güvenli bir yol sağlayarak ve merkezi sinir sisteminin hayatta kalma tepkilerinin tamamlanmasını kolaylaştırarak travmanın intrapsişik ve somatik izlerini değiştirme potansiyeline sahiptir (dövüş/kaç/donma) (Giacomucci ve Stone, 2018). Bu nedenle, semptom kontrolüne odaklanan diğer tedavi yaklaşımlarından farklı olarak psikodrama, çözülmemiş travma veya kaybın yeniden müzakere edilmesi, bütünleştirilmesi ve çözülmesi için bir yol sağlamaktadır (Giacomucci ve Stone, 2018). Psikodrama, travma sonrası semptomlarını azaltmada ve travmayı çözmede etkili olmasından dolayı bu yaklaşımın kullanılması önermektedir (Gow ve McVea, 2006; Perry ve ark., 2016). Psikodramanın travma ve ilişkili problemler üzerindeki etkisinin değerlendirildiği çalışmaların ayrıntılı bir şekilde değerlendirilebilmesi için sistemantik bir incelemeye ihtiyaç duyulmakta; mevcut çalışmanın amacı da bu kapsamda şekillenmektedir.

Amaç

Bu çalışmanın amacı, ergenler ve yetişkinlerle yürütülen travma odaklı psikodramanın etkililiğini inceleyen araştırmaları sistemantik olarak gözden geçirmek ve bu çalışmalara yönelik genel bir değerlendirme sunmaktır.

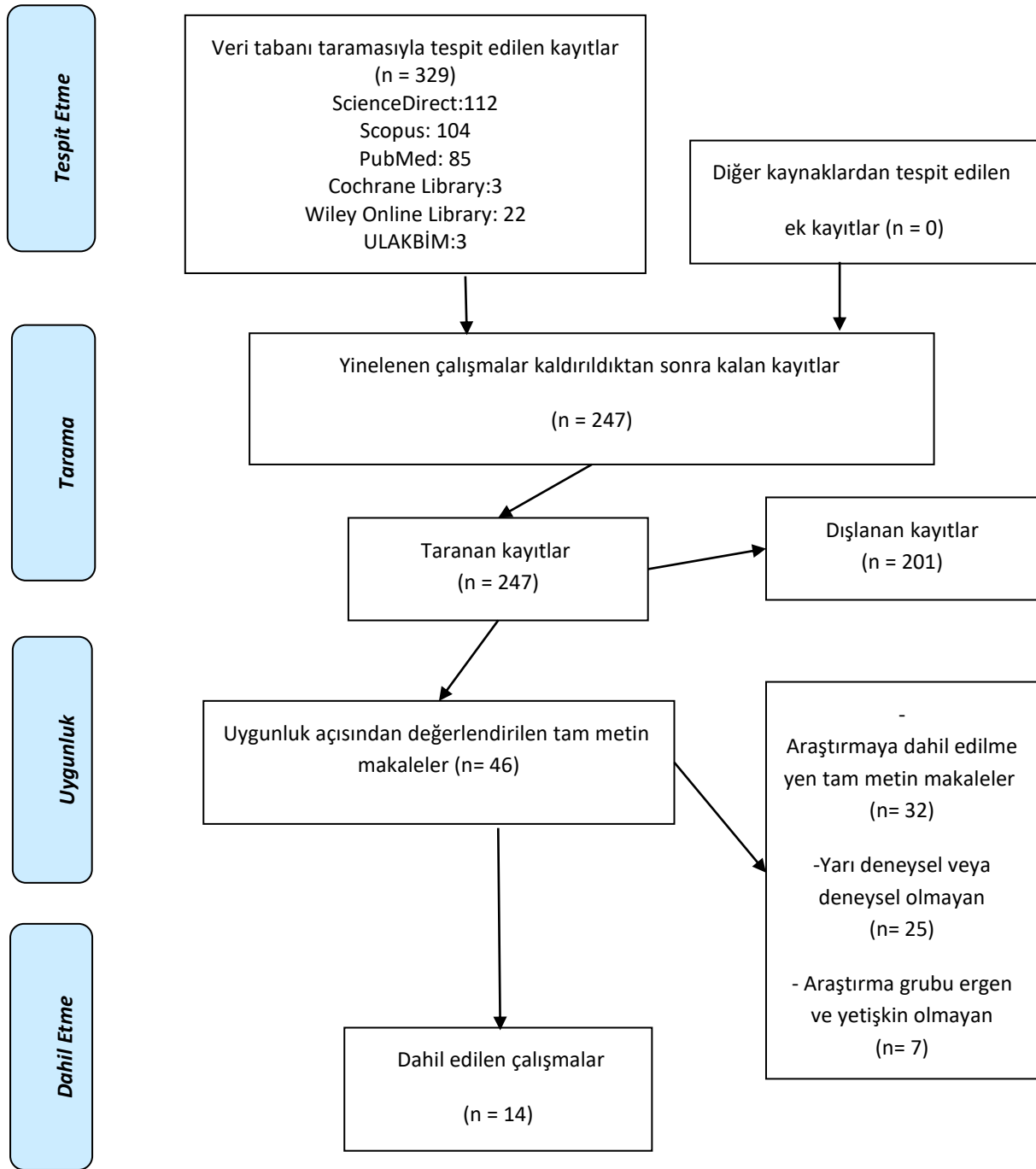
YÖNTEM

Bu çalışma, travma odaklı psikodramanın etkililiğini incelemeyi amaçlayan sistematik bir derlemedir. Sistematik ve yapılandırılmış bir yaklaşımı izleyen bu çalışma, literatür taraması yaparken sistematik inceleme için PRISMA kılavuzunu kullanır (Moher ve ark., 2009). Literatür taraması, herhangi bir kısıtlama olmaksızın gerçekleştirilmiştir. Literatür taraması 2021 yılı mayıs ve temmuz ayları arasında Türkçe ve İngilizce anahtar kelimelerle ScienceDirect, Scopus, PubMed, Cochrane Library, Wiley Online Library ve ULAKBİM veri tabanları kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Türkçe arama için “travma”, “psikodrama”, “rol oynama”, “psikolojik travma”, “stres bozuklukları, akut travma” ve “stres bozuklukları, travma sonrası” terimleri, İngilizce arama için “trauma”, “psychodrama”, “role playing”, “psychological trauma”, “stress disorders” “acute trauma”, and “stress disorders, post-traumatic” terimleri kullanılmıştır.

Çalışma Seçim Kriterleri ve Süreci

Bu çalışmaya travma sonrası stres bozukluğu, akut stres bozukluğu veya psikolojik travma teşhisi konmuş, ergen ve yetişkinler bireylerle yürütülen psikodramatik tekniklerin kullanıldığı, 2021 yılı temmuz ayına kadar yayınlanan deneysel, yarı-deneysel araştırmalar dâhil edilmiştir. Seçkisiz atama yapılan ve kontrol grubu içeren çalışmaların oldukça sınırlılık gösterdiği göz önünde bulundurularak seçkisiz atama yapılan, seçkisiz atama yapılmayan, kontrol grubu olan ve kontrol grubu olmayan çalışmalar incelemeye dâhil edilmiştir. Vaka raporları, derleme makaleleri ve yetersiz veriye sahip olduğu düşünülen araştırmalar, çalışma dışında bırakılmıştır.

Literatür taramasında, toplam 329 makaleye ulaşılmıştır. Ulaşılan makaleler arasından belirlenen seçim kriterlerine uyan ve değerlendirilmek için seçilen 14 makale, araştırmaya dâhil edilerek detaylı olarak incelenmiştir. Araştırmaların sistematik olarak gözden geçirilmesi ile seçim içeren PRISMA akış şeması, Şekil 1’de gösterilmektedir.



Çalışma seçimi, veri toplama ve analiz

Araştırmanın tüm yazarları, literatür taraması sonucunda elde edilen makalelerin tüm başlıklarını ve özetlerini bağımsız olarak taramışlardır. Psikodrama ve travma üzerine az sayıda yayın olması nedeniyle, nicel, nitel ve karma çalışmalar olmak üzere çeşitli metodolojilere sahip yayınlar taranmıştır. Taranan yayınlarda tutarlılığın sağlanması amacıyla çalışmalar her bir araştırmacı tarafından değerlendirilmiş, fikir ayrılığı olan noktalar tartışılarak görüş birliği sağlanan yayınlar çalışmaya dâhil edilmiştir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Araştırma deseni sistematik derlemedir. Sistematik derlemelerde etik kurul iznine ihtiyaç duyulmamaktadır.

BULGULAR ve YORUM

Bu çalışma kapsamında 14 araştırma makalesi seçilerek incelenmiştir. Seçilen çalışmalara ve özelliklerine, Tablo 1’de yer verilmiştir. Bu araştırma kapsamında yer alan çalışmaların yöntemi, bulguları yazar, yıl, amaç, tanı/teşhis/maruz kalınan travma türü/katılımcılar, örneklem sayısı, yaş, uygulama grupları, ölçümler, ölçüm araçları, metot, teknik, oturum sayısı, oturum sıklığı, oturum süresi ve sonuçlar başlıkları altında değerlendirilmiştir.

Tablo 1.

Seçilmiş Araştırmalar ve Özellikleri

Yazar, Yıl	Amaç	Tanı/Teşhis/Maruz Kalınan Travma Türü/Katılımcılar	N	Yaş	Uygulama Grupları	Ölçümler	Ölçüm Araçları	Metot / Teknik / Oturum Sayısı / Oturum Sıklığı / Oturum Süresi	Sonuçlar
Ragsdale ve ark. (1996)	Travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) tedavi programının kişilerarası beceriler, kaygı, öfke ve TSSB semptomatolojisi üzerindeki etkisinin incelenmesidir.	Travma sonrası stres bozukluğu	48	40-49	Deney Grubu (n= 24) Kontrol Grubu (n= 24) Seçkisiz olmayan atama yapılmıştır.	Ön test Son test	-Beck Umutsuzluk Ölçeği, -İçselleştirilmiş Utanç Ölçeği, - UCLA Yalnızlık Ölçeği, -Kişilerarası İlişkiler Yönelim-Davranış, -Durum-Sürekli Öfke Ölçeği, -Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri, -Erkek Cinsiyet Rolü Stres Ölçeği, -Savaşla İlişkili Travma Sonrası Stres Bozukluğu için Mississippi Ölçeği, -Savaşa Maruz Kalma Ölçeği	Rol oynama ve Psikodrama (Macera temelli etkinlikler, travma sonrası stres bozukluğu eğitimi vb.) (3 ay boyunca/Haftada 1 kez) (Seans süresi belirtilmemiştir.)	Çalışma sonucunda kontrol grubu oranla deney grubundaki katılımcıların umutsuzluk, suçluluk ve utanç duyguları, yalnızlık ve duygusal dışavurum düzeylerinde önemli gelişmeler tespit edilmiştir. Kişilerarası beceriler, kaygı, öfke ve TSSB semptomları dâhil olmak üzere diğer psikolojik işlevsellik göstergelerinin tedaviye yanıt olarak anlamlı ölçüde değişiklik göstermediği belirlenmiştir.
Carbonell ve Partelena-Barehmi (1999)	Travmatik yaşantılara sahip kız öğrencilerde psikodramanın etkinliğini değerlendirmektedir.	Cinsel istismar, bir yakının ölümü, fiziksel istismar, intihar.	28	11-13	Deney Grubu 1 (n= 6) Deney Grubu 2 (n= 6) Kontrol Grubu (n= 14) Seçkisiz atama yapılmıştır.	Ön test Son test	-Gençler İçin Kendini Değerlendirme Ölçeği	Psikodrama (Isınma egzersizleri, aksiyon ve grup paylaşımları) (20 seans) (Seans süresi ve sıklığı belirtilmemiştir.)	Psikodramanın, travmatik olayların çözümlenmesinde, öz yeterliğin gelişmesinde; içe dönük davranışların sergilenme oranlarında ve kaygı/depresyon düzeylerinin azaltılmasında etkili olduğu tespit edilmiştir.

Dougherty (2002)	Psikodrama, müzik terapisi, bireysel terapi gibi birçok müdahaleden grup üyelerinin memnuniyet düzeylerinin incelenmesidir.	Travma Sonrası Stres Bozukluğu, Dissosiyatif Bozukluk.	43	21-62	Belirtilmemiştir.	Belirtilmemiştir.	Belirtilmemiştir.	Psikodramanın (21seans) da dâhil edildiği birden fazla terapi uygulaması. (Seans süresi ve sıklığı belirtilmemiştir.)	Yoğun travmaya özgü terapi alt grubundaki psikiyatristle seans, psikoterapistle bireysel seans ve travma grubu katılımcılar tarafından en faydalı/yardımcı olarak algılanan tedavi yöntemidir. Yoğun bir travmaya özgü terapi müdahalesi olan psikodrama ve hemşirelik personeli tarafından yönetilen bir müdahale olan hedefler ve kapanış grubu, ortalama puanlara sahiptir. İki tedavi müdahalesi, beden farkındalığı grubu ve hareket grubu, katılımcılar tarafından en az yararlı olarak algılanan tedavi yöntemi olduğu belirlenmiştir.
Högberg ve Hallström (2008)	Farklı travmatik yaşantılara sahip ve intihar girişimde bulunan gençlerin klinik sunumu ve tanımını yapmaktır.	Travmatik yaşantı sonrası intihar girişimi	14	10-18	Deney grubu (n= 14) Kontrol grubu yok.	Ön test Son test İzlem testi	-Global Değerlendirmesi Ölçeği	İşleyiş Psikodramanın da dâhil edildiği birden fazla terapi uygulaması (Bireysel psikodrama, beden-zihin yaklaşımı, bağlanmayı kolaylaştırma, aile psikodraması ve ruh hali haritası) (20 seans/2 hafta ya da daha uzun sürede 1 kez)(90-120 dk)	Psikodramanın da dâhil edildiği terapi yönteminin intihar davranışından kaçınmak için uygun bir yaklaşım olduğu belirtilmiştir.
Nilsson ve Wadsby (2010)	"Sembol dramasının" travma sonrası stres bozukluğu, ayrışma, anksiyete ve depresyon semptomlarını azaltmadaki etkisinin incelenmesidir.	Travma sonrası stres bozukluğu, dissosiyatif anksiyete ve depresif bozukluk tanısı alan, cinsel veya fiziksel istismara maruz kalmış, stres ve öfke sorunları yaşayan ergenler.	15	13-18	Deney Grubu (n= 15) Kontrol grubu yok.	Ön test Son test	-Travmatik Olayların Yaşama Etkisi Ölçeği, -Çocuklar İçin Travma Belirti Kontrol Listesi, -Ayrışma Anketi.	Sembol drama (Psikoeğitim) (15-30 seans) (Seans süresi ve sıklığı belirtilmemiştir.)	Ergenlerde dissosiyasyon ve travma sonrası stres bozukluğu semptomlarında azalma olduğu belirlenmiştir.
Akbıyık ve ark. (2012)	Psikodrama grup terapisi yönteminin meme kanseri	Meme kanseri tanısı almış kadınlar.	33	15-75	Deney Grubu 1 (n= 12) Deney Grubu 2	Ön test Son test	-Sosyodemografik Veri Formu, -Çok Boyutlu Algılanan	Psikodrama (12 seans/Haftada 1 kez)	Psikodramanın hastaların hem aileden hem özel saydıkları kişilerden hem de

	hastalarında algılanan sosyal destek üzerindeki etkisi incelenmektedir.				(n= 11) Deney Grubu 3 (n= 10) Kontrol grubu yok.		Sosyal Destek Ölçeği	(120 dk)	arkadaşlarından aldıkları sosyal destek algılarında anlamlı bir artış saptanmıştır. İleri yaştaki hastaların arkadaşlık desteği açısından daha da çok fayda gördükleri belirlenmiştir.
Perry ve ark. (2016)	Travma sonrası stres bozukluğu yaşayan asker kadınlarda benlik saygısını ve umudu yükseltmek.	Travma sonrası stres bozukluğu tanısı almış asker kadınlar.	13	30-59	Deney Grubu 1 (n= 7) Kontrol Grubu (n= 6) Atama şekli belirtilmemiştir.	Ön test Son test	-Beck Umutsuzluk Ölçeği -Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği -Yarı Yapılandırılmış görüşme	Psikodrama (3 günlük workshop uygulaması) (Seans süresi ve sıklığı belirtilmemiştir.)	Benlik saygısında ve umut düzeyinde artış tespit edilmiştir.
Testoni ve ark. (2018)	Ölüm kaygıyla başa çıkma mekanizmalarını değerlendirmektedir.	Psikopatolojisi olmayan, ölüm kaygısı olan ergenler.	268	Yaş ortalaması 17,2	Deney grubu (n= 138) Kontrol grubu (n= 130) Seçkisiz olmayan atama yapılmıştır.	Ön test Son test	-Testoni Ölüm Temsil Ölçeği, -Toronto Aleksitimi Ölçeği, -Kişisel Anlam Profili Ölçeği, -Ölüm Kaygısı Ölçeği.	Psikodrama (Seans sayısı, süresi ve sıklığı belirtilmemiştir.)	Müdahale sonrasında ergenlerin ölüm kaygısı düzeylerinde azalma olduğu saptanmıştır.
Bucuta ve ark. (2018)	İstismara uğramış kadınları nasıl güçlendirebileceğini ve mağdur rollerinde değişiklikleri teşvik edebileceğini tartışmaktadır.	Tanı belirtilmemiştir.	33	19-62	Deney grubu (n= 15) Kontrol grubu (n= 18) Seçkisiz olmayan atama yapılmıştır.	Ön test Son test İzlem testi	-Gözden Geçirilmiş Spontanlığın Değerlendirmesi Ölçeği, -Rutin Değerlendirmede Klinik Sonuçlar Ölçeği, -Yarı yapılandırılmış görüşme	Psikodrama (Aynalama, somutlaştırma, rol değiştirme, rol yapma, kahraman çalışması, paylaşım, boş sandalye, duyguların kişileştirilmesi, sosyometri rahatlatma teknikleri)(25 seans) (120 dk) (Seans sıklığı belirtilmemiştir.)	Güven, umut, artan öz saygı, yetkilendirme ve karar verme ve değişiklik yapma cesaretinde artış tespit edilmiştir.
Gümüş ve Deniz (2020)	Terör olaylarına maruz kalan bireylerde psikodramanın olası travma sonrası stres bozukluğu, anksiyete ve depresif belirti sıklığına etkisinin incelenmesidir.	Travma sonrası stres bozukluğu, depresyon ve anksiyete belirtisi olan bireyler.	8	18-65	Deney grubu ve kontrol grubu belirtilmemiştir.	Ön test Son test İzlem testi	-Kişisel Bilgi Formu -Travmatik Stres Semptom Kontrol Listesi Ölçeği -Beck Depresyon Ölçeği. -Beck Kaygı Ölçeği	Psikodrama (Eşleştirme, rol değiştirme, ittifak, yapılandırılmış ısınma, grup oyunları, rol değiştirme, ters roller oynama ve paylaşma) (22 seans) (120-160 dk) (Seans sıklığı belirtilmemiştir.)	Psikodramanın, bireylerin travmaya bağlı yaşadıkları duyguların açığa çıkarmada ve bireylerdeki depresif belirtilerin azaltılmasında etkili olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte; travma sonrası stres bozukluğu, anksiyete belirtilerinde anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir.

											belirtilmemiştir.)
Giacomucci ve Marquit (2020)	Bağımlılık tedavi merkezinde yatan hastaların sonrasındaki stres bozukluğunun tedavisinde travma odaklı psikodramanın etkililiğinin incelenmesidir.	Madde bağımlılığı ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu	86	Yaş ortalaması 41,34	Deney grubu (n= 86) Kontrol grubu yok.	Ön test Son test	-Travma Sonrası Stres Bozukluğu Kontrol Listesi Ölçeği.		Travma Odaklı Psikodrama (Haftada 2 kez) (Toplam 270 dk) (Seans sayısı belirtilmemiştir.)	TSSB semptomlarında (%25'in üzerinde değişiklik) ve her bir TSSB semptom kümesinde (yani, yeniden deneyimleme ve izinsiz giriş, kaçınma ve hissizleşme ve aşırı uyarılma) klinik olarak anlamlı azalmalar tespit edilmiştir.	
Mondolfi ve ark. (2020)	Partner şiddetine maruz kalan kadınlarda psikodrama temelli bir programın etkililiğini belirlemeyi amaçlamaktadır. Benlik saygısını, yaşam kalitesini, yaşam amacını ve iletişim becerilerini geliştirmek de amaçlanmıştır.	Travma Sonrası Stres Bozukluğu	17	21-52	Deney grubu (n= 17) Kontrol grubu yok.	Ön test Son test	-Travma Sonrası Stres Belirtileri Şiddet Ölçeği. -Yaşam Kalitesi Ölçeği -Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik Ölçeği, -Yaşamda Amaç Testi. -Beck Depresyon Ölçeği. -Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Drama ve Psikodrama (Eğitim oturumları, sosyometrik müdahaleler, psikodrama ısınmaları ve psikodramatik mektup yazma alıştırmaları (20 seans) (120 dk) (Seans sıklığı belirtilmemiştir.)	Depresyon ve travma sonrası stres bozukluğu semptomlarında istatistiksel olarak anlamlı bir azalma ve benlik saygısı ile yaşam amacında artış saptanmıştır.		
Kamışlı ve Gökler (2020)	İleri düzey kanseri olan hastaların psikodramada deneyimlerini tanımlamaktır.	İleri düzey kanserli hastalar.	12	53-60	Deney grubu (n= 12) Kontrol grubu yok.	Deneysel çalışmanın sonunda yarı yapılandırılmış görüşme.	-Yarı Yapılandırılmış Görüşme	Psikodrama (Rol değiştirme, aynalama ve artık gerçeklik) (16 seans / Haftada 1 kez) (180 dk)	Ölüm kaygısı, baş etme stratejileri, psikolojik dayanıklılık, acıyı dindirme ve yaşamın anlamı olarak beş ana tema belirlenmiştir.		
Testoni ve ark. (2021)	Psikodramatik tekniklerin intihar nedeniyle ölen yakınlarının kayıpla başa çıkma becerilerine etkisinin incelenmesidir.	Tanı belirtilmemiştir.	82	15-18	Deney grubu (n= 45) Kontrol grubu (n= 37) Seçkisiz olmayan atama yapılmıştır.	Ön test Son test	-Ölüm Tutum Profili Ölçeği -Psikolojik İyi Oluş Ölçeği -Ergenler İçin Dayanıklılık Ölçeği -Öz-aşkınlık Ölçeği, -Testoni Ölüm Temsil Ölçeği	Psikodrama (Tanıtım, ısınma egzersizleri, meditasyon, animasyon, hayal gücü çalışması, otobiyografik yaratıcı metin yazma) (8 seans) (120 dk) (Seans sıklığı belirtilmemiştir.)	Ölüm korkusunda ve ölümden kaçınmada bir azalma olduğu ve öğrencilerin ölümün doğal bir şey olarak temsil edilmesini normalleştirdiği ve iyilik halinin arttığı tespit edilmiştir.		

SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Bu sistematik derlemede, ergenler ve yetişkinlerle yürütülen travma odaklı psikodramanın etkililiğini araştıran çalışmaları sistematik olarak gözden geçirmek ve bu çalışmalara yönelik genel bir değerlendirme sunmak amaçlanmıştır. Dâhil edilme ve dışlanma kriterleri sonrasında belirlenen ölçütleri sağlayan 14 araştırma, çalışma kapsamına alınmıştır. Dâhil edilen çalışmaların neredeyse hepsinde psikodramanın travma ve travma ile ilişkili problemlerde etkili olduğu gözlemlenmiştir.

Dâhil edilen çalışmalardan elde edilen bulgular incelendiğinde çalışmaların önemli bir kısmında çalışmanın hedeflerine ulaşılabildiği gözlemlenmektedir. Dougherty (2002) tarafından gerçekleştirilen çalışmada psikodrama müdahalesinin post travmatik semptomları azaltmada etkili olduğu belirlenmiştir. Carbonell ve Partelano-Barehmi (1999) travmatik yaşantıların (cinsel istismar) çözümlenmesinde ve öz yeterliğin geliştirilmesinde psikodramanın etkili olduğunu tespit etmişlerdir. Çalışma bulgularına göre; sembol dramının (Nilsson ve Wadsby, 2010), dramının ve psikodramanın (Giacomucci ve Marquit, 2020; Mondolfi-Miguel ve Pino-Juste, 2020) TSSB semptomlarını azaltmada etkili olduğu gözlemlenmiştir. Nilsson ve Wadsby (2010) cinsel ve/veya fiziksel istismara maruz kaldıktan sonra yardım arayan ergenlerde, sembol drama ve ebeveyn eğitiminin dissosiyatif semptomları ve diğer travma sonrası semptomları önemli ölçüde azalttığını saptamışlardır. Bununla birlikte; rol oynamanın ve psikodramanın post travmatik semptomlar üzerinde (Ragsdale ve ark., 1996); psikodramanın ise TSSB ile anksiyete semptomları (Gümüş ve Deniz 2020) üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını belirten çalışmalara da ulaşılmıştır. Ayrıca psikodramanın, depresif semptomları azaltmada (Gümüş ve Deniz, 2020; Mondolfi-Miguel ve Pino-Juste, 2020), ölüm korkusu/kaygısını azaltmada (Kamışlı ve Gökler, 2020; Testoni ve ark., 2018; Testoni ve ark., 2021), intihar davranışından kaçınmada (Högberg ve Hallström, 2008), benlik saygısını ve umudu artırmada (Perry ve ark., 2016; Bucuta ve ark., 2018), sosyal destek algısını artırmada (Akbiyık ve ark., 2012) etkili olduğu görülmüştür. Bu bulgulardan hareketle; psikodramanın, travma ve travma ile ilişkili problemlerle çalışmada ve olumlu psikolojik yapıları geliştirmede (benlik saygısı, öz saygı, güven, umut gibi) etkili olduğu söylenebilir.

Çalışmalar yöntemsel açıdan değerlendirildiğinde; çalışmaların karma (deneysel+nicel+nitel) (Bucuta ve ark., 2018; Gümüş ve Deniz, 2020; Mondolfi-Miguel ve Pino-Juste, 2020), karma (deneysel+nitel) (Kamışlı ve Gökler, 2020), deneysel (Akbiyık ve ark., 2012; Carbonell ve Partelano-Barehmi, 1999; Dougherty, 2000; Giacomucci ve Marquit, 2020; Högberg ve Hallström, 2008; Nilsson ve Wadsby, 2010; Perry ve ark., 2016; Ragsdale ve ark., 1996; Testoni ve ark., 2018; Testoni ve ark., 2021) desenlerde gerçekleştirildiği gözlemlenmektedir. Çalışmaların ikisi dışında tüm çalışmalarda ön test-son test ölçümlerine yer verildiği gözlemlenmektedir (Dougherty, 2000; Kamışlı ve Gökler, 2020). Ön test-son test ölçümlerinin yanı sıra çalışmaların üçünde izlem çalışmalarına da yer verilmiştir (Bucuta ve ark., 2018; Gümüş ve Deniz, 2020; Högberg ve Hallström, 2008). İzlem testlerinin sürelerinin ise farklılaştığı görülmektedir. Gümüş ve Deniz (2020) çalışmasında psikodrama müdahalesinden 9 ay sonra izlem testi gerçekleştirmiştir, Högberg ve Hallström (2008) çalışmasında müdahaleden 22 ay sonra izlem testi uygulamıştır. Bucuta ve ark. (2018) ise ilk olarak müdahaleden 3 ay sonra ve 5 yıl sonra izlem testi gerçekleştirmişlerdir. Gerçekleştirilen müdahalelerin etkililiğinin ve kalıcılığının ölçülmesinde izlem testlerinin uygulanması sonuçların kalıcılığının ölçülmesinde önemli gözükmektedir.

Değerlendirilen çalışmalarda, çalışmaların tümünün grup çalışması olarak yürütüldüğü gözlemlenmektedir. Grupun özelliklerine bakıldığında, çalışmaların çoğunda grubun oluşturulmasında katılımcıların tanı kriterlerinin göz önünde bulundurulduğu görülmektedir Bucuta ve ark. (2018) ile Testoni ve ark. (2021) ise çalışmasında tanı kriterleri belirtmemiştir. Çalışma gruplarının oluşturulmasında, sıklıkla uygun örnekleme yönteminden yararlanılmıştır (Bucuta ve ark., 2018; Giacomucci ve Marquit, 2020; Mondolfi-Miguel ve Pino-Juste, 2020; Perry ve ark., 2016). Kamışlı ve Gökler (2020) ise çalışmasında amaçlı örnekleme yöntemi kullanmıştır. Çalışma gruplarının oluşturulmasında belirli tanı kriterlerinin yer almasının, uygun ve amaçlı örnekleme yönteminin daha sık kullanılmasında etkili olduğu düşünülmektedir. Çalışmaların çoğunda; seçkisiz atama yerine gönüllülük esaslı çalışma grupları oluşturulmuştur. Gönüllülük esaslı oluşturulan çalışma gruplarında yer alan katılımcıların; değişime karşı daha açık, istekli ve esnek olmaları mümkündür. Bu noktada; seçkisiz atanmayan çalışma gruplarında, değişimlerin görülme oranının yüksek olacağı düşünülmektedir. Seçkisiz atamaların gerçekleştirilmesi, çalışmaların güvenilirliği açısından önemlidir. Çalışma grupları değerlendirildiğinde ise, katılımcı sayılarının 8 ile 268 arasında değiştiği gözlemlenmektedir. Bununla birlikte; 5 çalışmanın ergenlerle (Carbonell ve Partelano-Barehmi, 1999; Högberg ve Hallström, 2008; Nilsson ve Wadsby, 2010; Testoni ve ark., 2018; Testoni ve ark., 2021), 8 çalışmanın yetişkinlerle (Bucuta ve ark., 2018; Dougherty, 2000; Giacomucci ve Marquit, 2020; Gümüş ve Deniz, 2020; Kamışlı ve Gökler, 2020; Mondolfi-Miguel ve Pino-Juste, 2020; Perry ve

ark., 2016; Ragsdale ve ark., 1996), 1 çalışmanın ise ergen ve yetişkinlerle (Akbiyık ve ark., 2012) yürütüldüğü görülmektedir. Bu bulgudan hareketle; çalışmaların çoğunlukla yetişkinler üzerinde yürütüldüğü fakat ergenlerle yürütülen çalışmaların da sınırlılık göstermediği söylenebilir. Ayrıca alışma grupları incelendiğinde, sadece kadın katılımcılarla yürütülen 5 çalışmaya ulaşılmaktadır (Akbiyık ve ark., 2012; Bucuta ve ark., 2018; Carbonell ve Partelano-Barehmi, 1999; Mondolfi-Miguel ve Pino-Juste, 2020; Perry ve ark., 2016). Gluck ve ark. (2021) gerçekleştirdikleri çalışmada kadınların %91'inin travmaya maruz kaldığını tespit etmişlerdir. Çalışmaların sadece kadın katılımcılarla yürütülmesi, kadınların travmaya maruz kalma oranının yüksekliği ile açıklanabilmektedir.

İncelenen çalışmalarda, uygulanan müdahalelerde farklı lme araçlarından yararlanıldığı görülmektedir. Veri toplama araçları olarak; lcekler, anketler ve yarı yapılandırılmış görüşme formları kullanılmıştır. Araştırmalarda çoğunlukla lcekler ve anketlerin kullanıldığı gözlemlenmektedir. Yarı yapılandırılmış görüşme uygulanan ise sadece 3 çalışma göze çarpmaktadır (Bucuta ve ark., 2018; Kamişlı ve Gökler, 2020; Perry ve ark., 2016). Kamişlı ve Gökler (2020) alışmasında sadece yarı yapılandırılmış görüşme kullanırken; Bucuta ve ark. (2018) ile Perry ve ark. (2016) yarı yapılandırılmış görüşmelerin yanı sıra lceklerden de yararlanmıştır. Çalışmalarda hem nicel hem de nitel veri toplama araçlarının kullanılmasının çalışma sonuçlarının güvenirliğini artıracadı düşünülmektedir. Böylelikle müdahalenin etkililiğine ilişkin daha tutarlı bulgulara ulaşılmakla birlikte bulguların genellenebilirliği de desteklenmektedir.

Psikodramanın travma üzerindeki etkililiği incelenen çalışmaların oturum sayısına bakıldığında, sembol dramının 15-30 seans arasında (Nilsson ve Wadsby, 2010), rol oynamanın ve psikodramanın 3 ay boyunca haftada 1 kez (Ragsdale ve ark., 1996); psikodramanın da dâhil edildiği birden fazla terapi uygulamasının 20 seans boyunca (Högberg ve Hallström, 2008), drama ve psikodramanın ise 20 seans boyunca (Mondolfi-Miguel ve Pino-Juste, 2020) uygulandığı gözlemlenmektedir. Psikodramayı ise; Perry ve ark. (2016) 3 günlük workshop, Testoni ve ark. (2021) 8 seans, Akbiyık ve ark. (2012) 12 seans, Kamişlı ve Gökler (2020) 16 seans, Carbonell ve Partelano-Barehmi (1999) 20 seans, Dougherty (2002) 21 seans, Gümüş ve Deniz (2020) 22 seans, Bucuta ve ark. (2018) 25 seans boyunca yürütmüştür. Bununla birlikte oturum sayısını belirtmeyen çalışmalar da mevcuttur (Giacomucci ve Marquit, 2020; Testoni ve ark., 2018). Seans sürelerinin ise sıklıkla 120 dk yürütüldüğü gözlemlenmektedir (Akbiyık ve ark., 2012; Bucuta ve ark., 2018; Mondolfi-Miguel ve Pino-Juste, 2020; Testoni ve ark., 2021). Seans sürelerinin katılımcı ihtiyaına göre şekillendiği çalışmalar da gözlemlenmektedir. Bu bağlamda; Högberg ve Hallström (2008) seansları 90-120 dk, Gümüş ve Deniz (2020) seansları 120-160 dk, Kamişlı ve Gökler (2020) seansları 180 dk, Giacomucci ve Marquit (2020) ise seansları 270 dk yürütmüştür. Ayrıca seans sürelerini belirtmeyen çalışmalara da ulaşılmaktadır (Ragsdale ve ark., 1996; Carbonell ve Partelano-Barehmi, 1999; Dougherty, 2002; Nilsson ve Wadsby, 2010; Perry ve ark., 2016; Testoni ve ark., 2018). Seans sıklıkları değerlendirildiğinde; 9 çalışmada seans sıklığının belirtilmediği göze çarpmaktadır (Bucuta ve ark., 2018; Carbonell ve Partelano-Barehmi, 1999; Dougherty, 2000; Gümüş ve Deniz, 2020; Mondolfi-Miguel ve Pino-Juste, 2020; Nilsson ve Wadsby, 2010; Perry ve ark., 2016; Testoni ve ark., 2018; Testoni ve ark., 2021). Akbiyık ve ark. (2012), Kamişlı ve Gökler (2020) ile Ragsdale ve ark. (1996) seansları haftada 1 kez; Giacomucci ve Marquit (2020) haftada 2 kez; Högberg ve Hallström (2008) ise seansları 2 hafta ya da daha uzun sürede 1 kez gerçekleştirmiştir. Bu bulgulardan hareketle seans sıklıkları belirtilen çalışmalarda seansların sıklıkla haftada 1 gerçekleştirildiği gözlemlenmektedir. Oturumların sayısının, sresinin ve sıklığının katılımcıların tanılarına, ihtiyaçlarına ve çalışma amacına göre farklılaştığı sylenabilmektedir. Seans sayılarının, sürelerinin ve sıklıklarının çalışmalarda belirtilmesi, uygulanan müdahalenin kapsamı hakkında fikir yürütülmesinde yardımcı olmaktadır. Bu noktada çalışmalarda seans sayılarının, sürelerinin ve sıklıklarının belirtilmesi önemli görülmektedir. Seans sayısı, süresi ve sıklığının müdahalenin etkililiğinin llmesinde etken olduğu düşünülmektedir. Yetersiz seans sayıları, süreleri ve sıklıkları maruz kalınan travmatik yaşantıların olumsuz sonuçlarının etkili bir şekilde ele alınamamasına neden olabilmektedir.

Çalışmalarda uygulanan psikodrama müdahalesinin içerikleri değerlendirildiğinde; ısınma oyunları, rol oynama, rol değiştirme, boş sandalye, psikoeğitim, iyilik halini arttırıcı grup oyunları, otojenik eğitim tekniği, beden dili egzersizleri, meditasyon, hayal gücü çalışmaları gibi tekniklerden yararlanıldığı görülmektedir. Psikodrama müdahalelerinin deneysel grup çalışmaları için oldukça uygun olduğu söylenebilir. Bu bağlamda deneysel çalışmalarda psikodrama müdahalesinin etkililiğinin daha güvenilir değerlendirilebilmesinde deney ve kontrol grubunun oluşturulması önemli görülmektedir. Değerlendirilen çalışmalarda, 7 çalışmada deney ve kontrol grubu oluşturulduğu (Bucuta ve ark., 2018; Carbonell ve Partelano-Barehmi, 1999; Giacomucci ve Marquit, 2020; Gümüş ve Deniz, 2020; Perry ve ark., 2016; Ragsdale ve ark., 1996; Testoni ve ark., 2021); 1 çalışmada ise 3 ayrı psikodrama grubunun yürütüldüğü (Akbiyık ve ark., 2012) görülmektedir. Gümüş ve Deniz (2020)

gerçekleştirdikleri çalışmada, psikodramanın travma nedeniyle sosyal kaçınma, güvensizlik, güvenli bir alan yaratma ihtiyacı, yalnızlık, kayıp, keder, umutsuzluk, suçluluk gibi duygu ve sorunları ortaya çıkarmada etkili olduğunu tespit etmişlerdir. Giacomucci ve Marquit (2020), travma odaklı psikodrama çalışmalarında, deney grubunda yer alan katılımcıların TSSB semptomlarının %25'in üzerinde düşüş gösterdiğini tespit etmişlerdir. Testoni ve ark. (2021) gerçekleştirdikleri çalışmada, deney grubunda yer alan katılımcıların ölüm korkusunda ve ölümden kaçınmada anlamlı düzeyde azalma olduğunu belirlemişlerdir. Akbıyık ve ark. (2012) tarafından yürütülen üç ayrı psikodrama grubunda ise, psikodrama grup psikoterapisinin meme kanseri tanısı almış bireylerde özel ilişkiler, aile ve arkadaşlık açısından algılanan sosyal desteğin belirgin düzeyde artış gösterdiği tespit edilmiştir. Kontrol grubuna yer verilmeyen çalışmalarda da psikodrama müdahalesinin travma ve ilişkili problemler üzerinde etkili olduğu gözlemlenmektedir (Mondolfi-Miguel ve Pino-Juste, 2020; Nilsson ve Wadsby, 2010). Tüm bu bulgular değerlendirildiğinde; kontrol grubu olan ve kontrol grubu olmayan çalışmalarda psikodrama müdahalesinin ilgili tanı, teşhis ve problemler üzerinde etkili olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte; uygulanan müdahale dışındaki diğer değişkenlerin tanı, teşhis ve problemler üzerindeki etkisinin ölçülememesi nedeniyle kontrol grubunun oluşturulmasının çalışma bulgularının güvenilirliği açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Sonuç olarak, ergenler ve yetişkinlerle yürütülen travma odaklı psikodrama çalışmalarının çoğunun travma ve ilişkili problemler üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Bulgular ışığında konuyla ilgili yürütülecek çalışmalar için; çalışmaların karma yöntemlere göre desenlenmesi, farklı psikodrama tekniklerini içermesi, farklı travmatik yaşantılara maruz kalmış bireylerle yürütülmesi, deney ve kontrol gruplarının oluşturulması, seçkisiz atama yapılması, ön test-son test ve izlem testinin uygulanması önerilebilir. Dâhil etme ve hariç tutma kriterleri sonucunda sadece 14 çalışmaya ulaşılmış olması, sınırlı sayıda çalışmanın değerlendirilmesine neden olmuştur. Ayrıca, tarama sonuçlarının belirli anahtar kelimelerle, tarihle ve veri tabanlarıyla sınırlı olması çalışmanın diğer sınırlılıklarındandır. Yürütülecek sistematik derleme çalışmaları için, veri tabanlarının, örneklem gruplarının ve tarih aralıklarının genişletilmesi, anahtar kelimelerin zenginleştirilmesi önerilmektedir.

Teşekkür ve Yazar Katılım Oranı

Yazar Katkısı (Authors' contributions): Yazarlar araştırma hipotezini oluşturma, literatür inceleme, yöntemi planlama, verileri toplama, analiz etme, raporlama ve tartışma bölümlerine eşit katkı sağlamıştır.

Çıkar çatışması (Conflict of interest): Yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Etik Kurul Onayı (Ethics approval): Araştırma deseni sistematik derlemedir. Sistematik derlemelerde etik kurul iznine ihtiyaç duyulmamaktadır.

KAYNAKLAR

- Akbıyık, D.İ., Soygür, H., & Karabulut, E. (2012). Psiko-onkoloji ve aile hekimliğinde ruh sağlığını güçlendirme: Sosyal destek algısı ve psikodrama grup terapisi uygulamaları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 13, 205-209.
- American Psychiatric Association, (APA). (1994). *Amerikan Psikiyatri Birliği: Mental bozuklukların tanısal ve sayımsal el kitabı* (4. Baskı) (DSM-4), (E. Köroğlu, Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Amerikan Grup Psikoterapisi ve Psikodrama Derneği (ASGPP). (2013). <https://asgpp.org/>
- Bucuta M. D., Dima, G., & Testoni, I. (2018) When you thought that there is no one and nothing. The value of psychodrama in working with abused women. *Frontiers in Psychology*. 9(1518). 1-16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01518>.
- Burton, K. B. (2004). Resilience in the face of psychological trauma. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 67(3), 231-234.
- Carbonell, D.M., & Partelena-Barehmi, C. (1999). Psychodrama groups for girls coping with trauma. *International Journal of Group Psychotherapy*, 49(3), 285-306. <https://doi.org/10.1080/00207284.1999.11732607>
- Clark, T. L., & Davis-Gage, D. (2010). Treating trauma: Using psychodrama in groups. Treating trauma: Using psychodrama in groups. *American Counseling Association*, 1-8. Retrieved from http://counselingoutfitters.com/vistas/vistas10/Article_59.pdf
- Dayton, T. (2005). *The Living Stage: A step-by-step guide to psychodrama, sociometry, and experiential group therapy*, (pp. 21-47). USA: Health Communications Incorporated.
- Deblinger, E., Mannarino, A. P., Cohen, J. A., Runyon, M. K., & Steer, R. A. (2011). Trauma-focused cognitive behavioral therapy for children: impact of the trauma narrative and treatment length. *Depress Anxiety*. 28(1), 67-75. <https://doi.org/10.1002/da.20744>.

- Dougherty, M. J. (2002). Client satisfaction survey of inpatient trauma and dissociative disorders program. *Journal of Trauma & Dissociation*, 3(2), 97-105. https://doi.org/10.1300/J229v03n02_06.
- Fasciano, L. C., Dale, L. P., Shaikh, S. K., Alicia, L., Hodge, L., Gracia, B. ... Ford, J. D. (2021). Relationship of childhood maltreatment, exercise, and emotion regulation to self-esteem, PTSD, and depression symptoms among college students. *Journal of American College Health*, 69(6), 653-659. <https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1705837>.
- Giacomucci, S. (2021). Essentials of psychodrama practice. In *social work, sociometry, and psychodrama* (pp. 253-275). Springer, Singapore.
- Giacomucci, S., & Marquit, J. (2020) The effectiveness of trauma-focused psychodrama in the treatment of PTSD in inpatient substance abuse treatment. *Frontiers in Psychology*, 11(896), 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00896>.
- Giacomucci, S., & Stone, A. M. (2018). Being in two places at once: renegotiating traumatic experience through the surplus reality of psychodrama. *Soc. Work Groups*, 42, 184–196. <https://doi.org/10.1080/01609513.2018.1533913>.
- Gluck, R. L., Hartzell, G. E., Dixon, H. D., Michopoulos, V., Powers, A., Stevens, J. S., ... & Gillespie, C. F. (2021). Trauma exposure and stress-related disorders in a large, urban, predominantly African-American, female sample. *Archives of Women's Mental Health*, 24(6), 893-901.
- Gow K., & McVea C. (2006). Healing a mother's emotional pain: protagonist and director recall of a therapeutic spiral model (TSM) session. *J. Group Psychother. Psychodrama Sociom.* 59, 3–22.
- Gümüş, F., & Deniz, H. (2020). The effect of psychodrama on the frequency of posttraumatic stress disorder, anxiety and depressive symptoms in patients with social trauma: 9 month follow-up study. *Journal of Academic Research in Nursing*, 6(3), 402-15. <https://doi.org/10.5222/jaren.2020.03779>
- Herman, J. (2016). *Travma ve İyileşme*, (Çev: T. Tosun). İstanbul: Literatür Yayıncılık.
- Hovens, J. G. F. M., Giltay, E. J., Wiersma, J. E., Spinhoven, P., Penninx, B. W. J. H., & Zitman, F. G. I. (2012). Impact of childhood life events and trauma on the course of depressive and anxiety disorders. *Acta Psychiatr Scand*, 126, 198–207. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.2011.01828.x>.
- Howard, R., Karatzias, T., Power, K., & Mahoney, A. (2017). From childhood trauma to self-harm: An investigation of theoretical pathways among female prisoners. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 24, 942–951. <http://doi.org/10.1002/cpp.2058>.
- Högberg, G., & Hällström, T. (2008). Active multimodal psychotherapy in children and adolescents with suicidality: description, evaluation and clinical profile. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*. 13(3), 435-448. <http://doi.org/10.1177/1359104507088348>.
- Hudgins, M. K. (1998). Experiential psychodrama with sexual trauma. In L. Greenberg, J. Watson, & G. Lietaer (Eds.), *Handbook of experiential psychotherapy* (pp. 328-348). New York: Guilford Press.
- Hudgins, K., & Toscani, F. (Eds.). (2013). *Healing world trauma with the therapeutic spiral model: Stories from the frontlines*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Jacobs, A. (2002). Psychodrama. In F. W. Kaslow (Ed.), *Comprehensive handbook of psychotherapy: Interpersonal/humanistic/existential* (pp. 529–553). New York: John Wiley & Sons Inc.
- Kamışlı, S., & Gökler, B. (2020). Adjustment to life with metastatic cancer through psychodrama group therapy: A qualitative study in Turkey. *Perspectives in Psychiatric Care*, 57(2), 488-498. <https://doi.org/10.1111/ppc.12668>
- Karstoft, K. I., Nielsen, A. B. S., Armour, C., Mia, S., Vedtofte, M. S., & Andersen, S. B. (2020). Trajectories of depression symptoms from pre- to post- deployment: Does previous trauma predict symptom increase? *Journal of Affective Disorders*. 266, 120-127. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.112>.
- Kascakova, N., Furstova, J., Hasto, J., Madarasova Geckova, A., & Tavel, P. (2020). The unholy trinity: Childhood trauma, adulthood anxiety, and long-term pain. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 2-14. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020414>.
- Kellerman, P. (1992). *Focus on psychodrama: The therapeutic aspects of psychodrama*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Kellerman, P. F., & Hudgins, M. K. (2013). *Travmadan sağ kalanlarla psikodrama: Acıyı eyleme dökmek*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kessler, R. C., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Benjet, C., Bromet, E. J., Cardoso, G., ... & Koenen, K. C. (2017). Trauma and PTSD in the WHO world mental health surveys. *European Journal of Psychotraumatology*, 8(5), 1353383. <https://doi.org/10.1080/20008198.2017.135338>.

- Kim, K. W. (2003). The effects of being the protagonist in psychodrama. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 55(4), 115–127.
- Kipper, D. A. (1992). Psychodrama: Group psychotherapy through role playing. *International Journal of Group Psychotherapy*, 42, 495-521.
- Kleber, R. J. (2019) Trauma and public mental health: A focused review. *Frontiers in Psychiatry*, 10(451), 1-6. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00451>.
- Mandelli, L., Petrelli, C., & Serretti, A. (2015). The role of specific early trauma in adult depression: A meta-analysis of published literature. Childhood trauma and adult depression. *European Psychiatry*, 30(6), 665-680. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2015.04.007>.
- Marshall, B.D, Galea, S., Wood, E., & Kerr, T. (2013). Longitudinal associations between types of childhood trauma and suicidal behavior among substance users: a cohort study. *American Journal of Public Health*, 103(9), 69-75. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2013.301257>.
- McVea, C., & Gow, K. (2006). Healing a mother's emotional pain: Protagonist and director recall of a therapeutic spiral model (TSM) session. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry*, 59(1), 3-22.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *Annals of Internal Medicine*, 151(4), 264–269. <https://doi.org/10.7326/0003-4819-151-4-200908180-00135>.
- Mondolfi-Miguel, M. L., & Pino-Juste, M. (2021). Therapeutic achievements of a program based on drama therapy, the theater of the oppressed, and psychodrama with women victims of intimate partner violence. *Violence Against Women*, 27(9), 1273-1296. <https://doi.org/10.1177/1077801220920381>.
- Moreno, J. L. (1946). *Psychodrama: Volume 1*, (pp. 251). New York: Beacon House Press.
- Moreno, Z. T. (1965/2006). Psychodramatic rules, techniques, and adjunctive methods. In T. Horvatin and E. Schreiber (Eds.), *The quintessential zerka* (pp. 104–114). New York: Routledge.
- Najavits, L. M., Hyman, S. M., Ruglass, L. M., Hien, D. A., & Read, J. P. (2017). Substance use disorder and trauma. In S. N. Gold (Ed.), *APA handbook of trauma psychology: Foundations in knowledge* (pp. 195–213). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000019-012>.
- Nilsson, D., & Wadsby, M. (2010) Symboldrama, a psychotherapeutic method for adolescents with dissociative and PTSD symptoms: A pilot study. *Journal of Trauma & Dissociation*, 11(3), 308-321. <https://doi.org/10.1080/15299731003781075>.
- Perry, R., Saby, K., Wenos, J. Z., Hudgins, K., & Baller, S. (2016). Psychodrama intervention for female service members using the therapeutic spiral model. *The Journal of Psychodrama, Sociometry and Group Psychotherapy*, 64, 11–23. <https://doi.org/10.12926/0731-1273-64.1.11>.
- Ragsdale, K.G., Cox, R. D., Finn, P., & Eisler, R. M. (1996). Effectiveness of short-term specialized inpatient treatment for war-related posttraumatic stress disorder: a role for adventure-based counseling and psychodrama. *Journal of Traumatic Stress*, 9(2), 269-283. <https://doi.org/10.1002/jts.2490090209>
- Roy, A. (2005). Childhood trauma and impulsivity. Possible relevance to suicidal behavior. *Archives of Suicide Research*, 9(2), 147-151, <https://doi.org/10.1080/13811110590903990>.
- Scheepstra, K. W. F., Pauw, H. S., van Steijn, M. E., Stramrood, C. A. I., Olf, M., & van Pampus, M. G. (2020). Potential traumatic events in the workplace and depression, anxiety and post-traumatic stress: a cross-sectional study among Dutch gynaecologists, paediatricians and orthopaedic surgeons. *BMJ Open*. 10(9), 1-8. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-033816>.
- Schouten, K. A., de Niet, G. J., Knipscheer, J. W., Kleber, R. J., & Hutschemaekers, G. J. (2015). The effectiveness of art therapy in the treatment of traumatized adults: a systematic review on art therapy and trauma. *Trauma Violence Abuse*, 16(2), 220-228. <https://doi.org/10.1177/1524838014555032>.
- Shapiro, F. (1995). *Eye movement desensitization and reprocessing: Basic principles, protocols, and procedures*. New York: Guilford Press.
- Teplin L. A, Abram K. M, McClelland G. M, Dulcan M. K., & Mericle A. A. (2002). Psychiatric disorders in youth in juvenile detention. *Arch Gen Psychiatry*, 59(12),1133-1143. <http://www.ncjrs.gov/pdffiles1/ojdp/210331.pdf>.
- Testoni, I., Ronconi, L., Palazzo, L., Galgani, M., Stizzi, A., & Kirk, K. (2018). Psychodrama and moviemaking in a death education course to work through a case of suicide among high school students in Italy. *Frontiers in Psychology*, 9(441), 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00441>.

- Testoni, I., Ronconi, L., Biancalani, G., Zottinoi, A., & Wieser, M. A. (2021). My Future: psychodrama and meditation to improve well-being through the elaboration of traumatic loss among Italian high school students. *Frontiers in Psychology*, 11, 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.544661>.
- Tull, M. T., Vidaña, A. G., & Betts, J. E. (2020). Emotion regulation difficulties in PTSD. In M. T. Tull & N. A. Kimbrel (Eds.), *Emotion in posttraumatic stress disorder: Etiology, assessment, neurobiology, and treatment* (pp. 295–310). Elsevier Academic Press.
- Tunç, S., & Köse, S. (2019). The effect of childhood trauma on impulsivity in patients with bipolar disorder. *Psychiatry and Behavioral Sciences*, 9(3), 78-84. <https://doi.org/10.5455/PBS.20190622030752>.
- van der Kolk, B. A. (2015). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. London: Penguin Books.
- Watersong, A. (2011). Surplus reality: The magic ingredient in psychodrama. *Anzpa Journal*, 20, 18–28.