



MS'li Bireylerle Psikodrama

Hatice Karaer Ünalı¹, Bircan Kırlangıç Şimşek²

¹ Atatürk Sanatoryum Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Nöroloji Anabilim Dalı, Ankara, Türkiye

² Abdülkadir Özbek Psikodrama Derneği, Ankara, Türkiye

 0009-0007-4533-8733

 0000-0003-3949-7029

MS'li bireylere psikodrama yaşantı grubu ile psikososyal destek verilmesi amaçlandı. Çalışma Ankara MS Derneği, Ankara Psikodrama Derneği ve Abdülkadir Özbek Psikodrama Derneği işbirliği ile gerçekleştirildi. Çalışmaya MS'li 5 üye, MS hasta yakını 2 üyeye MS gönüllüsü 2 üye dahil edildi. 10 hafta boyunca haftada 2 saat psikodrama yaşantı grubu yapıldı. "Duygularım ve Ben" teması ile gerçekleştirildi. Çalışma Helsinki bildirgesine uygun olarak yapılmıştır. Katılımcılardan onam alındı. İlk oturumda grup kuralları oyunlarla anlatıldı. Oturumlarda psikodrama yaşantı grubunun süreçleri olan ısınma ve grup oyunları, protagonist oyunları ve paylaşım aşamaları gerçekleştirildi. 10 haftalık oturumlarda 10 ısınma oyunu, 5 protagonist oyunu, 7 grup oyunu oynandı. Üyeler grup içinde kabul görerek duygularını ifade etmenin onları iyi hissettirdiğini ifade ettiler. MS'li hasta yakını iki üye ise MS hastası yakınları için çok üzüldüklerini ama buradaki çalışmada onların güçlü yönleri olduğunu farkettilerini ve rahatladıklarını ifade ettiler. MS gönüllüsü üyeler ise MS'li üyelerin hastalıkla başetme becerilerinden çok şey öğrendiklerini belirttiler. Grubun sonunda yapılan paylaşımlarda üyelerin çoğu topluluk içinde konuşma becerisi edindiklerini, kendilerini ifade etme konusunda iyi hissettiklerini, empati becerilerinin arttığını, kendilerini sevmeyi ve kendilerine saygı duymayı öğrendiklerini ifade ettiler. MS'li üyeler hasta olsalar da ne kadar güçlü, sağlıklı yönleri de olduğunu farkettilerini belirttiler. MS'li bireyler, MS gönüllüsü, MS'li hasta yakınları ile birlikte yapılan psikodrama yaşantı grubu, MS'li bireylerin toplum içinde izole olmadan, kaçınmadan varolmayı psikodrama yaşantı grubunda deneyimleyerek gerçek yaşama taşımalarına katkı sağlar.

AnahtarKelimeler: Multipl skleroz, psikodrama, psikososyal destek

İletişim/Correspondence

Hatice KARAER ÜNALDI

Atatürk Sanatoryum Eğitim ve Araştırma Hastanesi,
Nöroloji Anabilim Dalı, Ankara, Türkiye


E-posta: hkrr33@yahoo.com


Psychodrama with Individuals with MS

Hatice Karaer Unaldi, Bircan Kırılancık Simsek

¹Atatürk Sanatorium Training and Research Hospital, Department of Neurology, Ankara, Türkiye

²Abdulkadir Özbek Psychodrama Association, Ankara, Türkiye

 0009-0007-4533-8733

 0000-0003-3949-7029

Psychodrama is a group therapy method based spontaneity, creativity and action. It was aimed to provide psychosocial support to individuals with MS. The study was conducted in cooperation with Ankara MS Association, Ankara Psychodrama Association and Abdülkadir Özbek Psychodrama Association. Five members with MS, two members MS patients relatives and two members of the MS volunteer were included in the study. A psychodrama experience group was performed for 2 hours a week for 10 weeks. It was performed with the theme "My Feelings and Me". The study was performed in accordance the Helsinki Decleration. Consent was obtained from the participants. In the first session, the group rules were explained with plays. Every sessions have warm-up and group plays, protagonist plays and sharing stages. Two members of the MS patient's relatives expressed that they were very sorry for the MS patients, but they realized that individuals with MS had strengths. MS volunteer members stated that they learned from the coping skills of members with MS. The members stated that they had acquired the ability to speak in a community, felt good about expressing themselves, their empathy skills had increased, and they had learned to love and respect themselves. Members with MS stated that even though they were sick, they realized how strong and healthy they were. The psychodrama group contributes to the fact that individuals with MS experience existence in the psychodrama group without isolation in society and carry it to real life.

Keywords: Multiple sclerosis, psychodrama, psychosocial support