

SOSYOMETRİ VE PSİKODRAMA

- * kuramsal temeller
- * uygulamalardan örnekler
- * yeni yaklaşımlar

PROF. DR. ÜSTÜN DÖKMEN
SİSTEM YAYINCILIK
Sistem Yayıncılık: 029
SOSYOMETRİ VE PSİKODRAMA
Üstün Dökmen

© Bu kitabın tüm yayın hakları Sistem Yayıncılık A.Ş.'ye aittir.
Yayınevimizden yazılı izin alınmadan kısmen veya tamamen alıntı yapılamaz,
hiçbir şekilde kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayınlanamaz.
Birinci Basım: Ocak 1995/İstanbul
Dördüncü Basım: Mart 2003/İstanbul - 500 Adet
ISBN: 975-7397-25-3
Kapak: Graffiti Basım: Kurtiş Matbaacılık Cilt: Güven Mücellithanesi

Prof. Dr. Üstün DÖKMEN'in Özgeçmişi

1979 yılında Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü'n-den mezun oldu; aynı bölümde uygulamalı/klinik psikoloji alanında yüksek lisans yaptı. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi'nde, psikolojik danışma ve rehberlik alanında 1986 yılında doktor, 1988 yılında doçent unvanı aldı. Halen bu fakültede öğretim üyesidir. 1978 yılından bu yana sos-yometriyle ilgilenmekte, 1984 yılından bu yana ise, grup üyesi ya da yönetici olarak psikodrama gruplarına katılmaktadır. Yüz ifadeleri, kişilerarası iletişim, empati, sosyometri, psiko-drama, rehberlik ve sanat eserlerinin psikolojik yaklaşımlarla incelenmesi gibi konularda, çeşitli bilimsel dergilerde araştır-m a l a r ı ve i n c e l e m e l e r i yayımlanmıştır. Ayrıca üç kitabı bulunmaktadır: Bunlar, (1) "Öğrenci Seçme ve Yerleştirme Merkezi: Kuruluşu, Gelişmesi Çalışmaları", (2) "Okuma Becerisi, İlgisi ve Alışkanlığı Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma" ve (3) "Sanatta ve G ü n l ü k Yaşamda İletişim Çatışmaları ve E m p a t i " adlarını taşımaktadır.

PSİKODRAMA DİZİSİ

Psikodramanın Temelleri (Adam Blatner)
Psikodrama 400 Isınma Oyunu (Deniz Altmay)
Psikodrama Grup Psikoterapisi El Kitabı (Deniz Altmay)
Sahnede Yaratıcılık (Deniz Altmay)
Sosyometri ve Psikodrama (Prof.Dr.Ustün Dökmen)
Büyü Dükkanı (Yeşim Türköz)

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ xiii

Niçin Sosyometri ve Psikodrama ve Niçin Bu Kitap xiii

GİRİŞ xxi

I. BÖLÜM SOSYOMETRİNİN KURAMSAL TEMELLERİ

Sosyometrinin Düşünsel Temelleri	2
Moreno'nun Kuramı ve insana Bakış Açısı	5
Psikodramanın Grupla Terapi/Danışma	
Yaklaşımları Üzerindeki Etkisi	7
Sosyometri Metodolojisine Yönelik Eleştiri	9
Eylem	10
Spontanlık (Kendiliğindenlik) ve Yaratıcılık	12
Rol Kuramı	19
Sosyometrik Tercih ve Örüntü	31
Sosyometrik Algı Testi	36
Tele	36

Sosyal Atom	38
Sosyometri Kanunları	44
Huizinga'nın Oyun'u Ve Moreno'nun Psikodraması	46

II. BÖLÜM SOSYOMETRİDE ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Sosyometrik Ölçümlerin Önemi	53
Sosyometri Testi (Klâsik Yaklaşım)	56
Sosyometrik Statü	63
Sosyometrik Algı Testi	80
viii	
Sosyometri ve Psikodrama	
Aynı Gruba Ait İki Sosyometrik Örüntünün	
İstatistiksel Karşılaştırılması	82
Sosyometrik Örüntüleri Değerlendirmede Yeni Bir Yol:	
Heider'ın Denge Kavramı Sosyogramlara Uygulanabilir Mi? ...	85
Rol Testi	89
Sosyometrik Ölçüm Alanında Yeni Yaklaşımlar	90
Sosyal Atom Ölçeği- (SAÖ)	97
Sosyal Atomları Değerlendirmek İçin	
Formül Geliştirme Çalışması	102
Sosyal Atom Ölçeği'nin Kullanıldığı Bir Araştırma: Ailelerinin Yanında ve Yurtlarda Kalan Üniversite	
Öğrencilerinin Üniversitedeki ve Lisedeki Sosyal-Atomlarının Karşılaştırılması ...	105
Psikodrama ve Grupla Danışma / Terapi Alanlarında	
Ülkemizde Yapılan Araştırmalara Yönelik Eleştiri	115
III. BÖLÜM PSİKODRAMA	
Psikodramanın Kuramsal Temelleri	125
Psikodramanın İşlevi	137
Psikodramanın Temel Öğeleri (Araçları)	151
Psikodrama Oturumunun Aşamaları	174
Temel Psikodrama Teknikleri	201
Psikodrama Etkinlikleri	222
Psikodrama Türleri	237
Psikodramada Yeni Uygulamalar	247
Eklektik Yaklaşım İçinde Psikodrama	264
Örnek Psikodrama Oturumları	265
KAYNAKLAR	284
BULDURU	299

ORUNTU

Demir toprakla bulunmuş: çıkarıp çivi yapmışlar. Çivilerden en ufağını götürüp bir tahtaya çakmışlar. O tahtada duran bir büyük eski çivi bakıp da yeni gelen küçüğe, "vah canım" demiş "seninde mi kafana vurdular çekiçle..."

Çivinin çiviye söktüğü yalandır:
çekicin çiviye ittiği,
çivinin çiviye seçtiği,
tahtanın ise tüm çivileri kendine çektiği,
bu dünyada olandır.

Üstün Dökmen 8.10.1994

RÜYALAR

Dünyanın en ucuz ve özel tiyatrosudur rüyalar. Her isteyen görebilir ve yalnızca bir tek seyirciye oynanır her oyun. Dekor: Bir yaprak veya bütün bir Evren. Hem oynayıp hem seyredebilir isteyen.

Ü.Dökmen (18.4.1985)

"Ben, yapay bir ortamda insanların rüyalarını analiz etmiyorum. Psikodrama sahnelerinde insanları, görmüş oldukları bir rüyayı tekrar görmeleri için yüreklendiriyorum."

"İkinci kez yaşanan her gerçek, birinciden kurtuluştur."

"Rol, kültürden öncedir; roller ben'den çıkmaz, ben, rollerden çıkar."

J.L.Moreno

"Oyun, kültürden öncedir; hayvanlar da oynar; ve kültür ürünü olan her şey oyundur."

J.Huizinga (Homo Ludens'ten)

"Yaşam ve yaşamdaki duygular gerçektir. Oyun, gerçek değildir; ama oyundaki duygular gerçektir. Tiyatro, insanlığın ürettiği olağanüstü bir oyundur. Rüya, bir tür tiyatrodur; psikodrama da öyle. Rüya, özgürlüktür; psikodrama da öyle. Tiyatro, rüya, psikodrama üçlüsünde, bireye ve topluma en güçlü kaçı psikodramadan gelecektir. Çünkü psikodrama, rüyayı ve tiyatroyu da kapsar. Ve çünkü psikodramada, bilim ve ortamda bulunan bir uzman, gelişmeye katkıda bulunur. Sanki: tiyatro sözdür; rüya görüntüdür; psikodrama ise, görüntünün ve sözün eylemi olan yazıdır. Yazı, medeniyettir; psikodrama da öyle."

Ü.Dökmen

TEŞEKKÜR

Bu kitabın ortaya çıkmasına katkıda bulunanlara teşekkür etmek istiyorum. Belki usulden değil ama, ilk olarak Moreno'ya ve onun kitabını dilimize kazandırarak bizleri sosyometriyle tanıştıran Prof.Dr.Kösemihal Hoca'ya teşekkür edeceğim, ikinci olarak, ülkemizi neredeyse bir psikodrama sahnesine çeviren, beni ve nice arkadaşını yetiştiren sevgili Prof.Dr. Abdülkadir Özbek Hoca'ya teşekkür etmek istiyorum. Yine, bizlere psikodramayı öğretmek için yıllar boyunca çaba harcayan Dr.Leutz'a, Dr.Franzke'ye Dr.Zigler'e, bay ve bayan Dr.Barnz'lara teşekkür etmek istiyorum. Psikodramayı birlikte öğrendiğimiz arkadaşlarımdan ve yıllarca kendileriyle psikodrama yaptığım öğrencilerimden çok şey öğrendim; onlarla güzel yaşantılar paylaştım. Hepsine teşekkür etmek istiyorum. Kitabı okuyarak eleştirilerde bulunan Ar.Gör.Sibel Türküm'e, tahminimin üzerinde bir hızla kitabın basımını gerçekleştiren Sistem Yayıncılık'ın sahibi Sn.Erdoğan Y e -nice'ye ve hızlı bilgisayar kullanımıyla kitabın yayımını çabuk-laştıran Sn. Saadet Tuncer'e teşekkür etmek istiyorum.

ÖNSÖZ

NİÇİN SOSYOMETRİ VE PSİKODRAMA VE NİÇİN BU KİTAP

Sosyometri ve onun bir parçası olan psikodrama, Moreno tarafından bu yüzyılın ilk yarısında ortaya atıldı ve geliştirildi. O günden bugüne ise ne işlevleri azaldı, ne de popülerlikleri; etkilerinin gelecek yüzyılda da süreceği anlaşıyor. Bu yüzyılın başlarında, hatta ortalarında, psikiyatride, psikolojide ya da sosyolojide popüler olan bazı yaklaşımlar, ya kabuk değiştirdi, ya da gözden düştü. Örneğin psikolojide artık, Pavlovcu olduğunu, Skinnerci/operantçı olduğunu ya da yapısalcı olduğunu söyleyen, hemen hemen kalmadı; yapısalcılık devrini tamamladı, eski davranışçılığın yerini ise bilişsel-davranışçı akım aldı. Oysa benzeri durum sosyometri ve psikodrama için söz konusu değil. Gerek akademik alanda, gerekse uygulama alanında, Moreno'nun öğretisine ilgi ve ihtiyaç sürüyor. Bir toplumsal düzenleyici olarak sosyometri testi ve bir ruhsal tedavi/ruhsal geliştirme yaklaşımı olarak psikodrama hâlâ popüler. Üstelik, giderek kalabalıklaşmakta olan dünyamızda sosyometrik düzenlemelere, giderek robotlaşmakta olan modern toplumlarda ise psikodramaya duyulan ihtiyaç günden güne artmaktadır.

Niçin Sosyometri, Niçin Psikodrama

Yukarda, günümüz dünyasında sosyometriye ve psikodrama-maya duyulan ihtiyacın giderek artmakta olduğunu belirttik.

Sosyometri ve Psikodrama

Bunun temel nedenlerinden birisi dünyanın giderek ka-labalıklaşmasıdır. Belirli mekânlarda yaşamak zorunda olan insanların sayısı arttıkça, kimin kiminle birlikte oturacağı ya da çalışacağı konusu, çözülmesi gereken önemli bir sorun olmaktadır. Bu sorunu çözmek istediğimizde, akla gelen yaklaşımların başında sosyometri testi yer almaktadır. Moreno'nun Viyana'daki mülteci kamplarında yeniden yerleştirdiği insanlar gibi günümüz insanı da, yeniden yerleşmeye, seçtiği kişilerle komşu olmaya ihtiyaç duymaktadır.

Günümüz dünyasında psikodramaya duyulan ilginin artması ise kanımca bambaşka bir sebepten kaynaklanıyor. Şöyle ki: Moreno (1963), insanın insanla birleşmesinden çocukların, insanın doğa ile birleşmesinden ise robotların ortaya çıktığını belirtmişti. Robotlarla insanlar arasındaki en önemli fark, robotların -en azından şimdilik- spontan ve yaratıcı olamamalarıdır, insanda ise büyük bir spöntanlık ve yaratıcılık potansiyeli vardır. Fakat ne yazık ki bu potansiyel, çağlar boyunca Anababa otoritesiyle bastırılmıştır, çocukların ve yetişkinlerin spontanlıkları törpülenmiş, insanlar "ezberleyen robotlar" haline gelmeye başlamışlardır (Dökmen, 1994). Kısacası geçmiş çağlarda, insanın spontanlığı ve yaratıcılığı yine insan eliyle bastırılmıştı; kanımca, çağımızda bu ele ikinci bir el eklenmiştir. Bu da sanayileşmedir. Teknolojinin ve otomasyonun gelişmesi, insanı ikinci kez robotlaştırıyor. Bizim yerimize düşünen bilgisayarlar, bizim yerimize yapıveren makineler, bizim yerimize hayal kuruveren televizyonlar, bizleri, "yapan ve yaşayan insanlar" olmaktan çıkarıp, "yaşamı seyreden insanlar" haline getiriyor. Şüphesiz ki, robotlaşıyo-ruz diye, teknolojiden de vazgeçemeyiz. Doğallığımızı sürdürmek ile sanayileşmek arasında denge kurmak zorundayız; içimizdeki "spontan insan" ile robotlar dünyasını uzlaştırmak zorundayız. İşte çağımızda bu uzlaşmayı sağlayabilecek yaklaşımların başında psikodrama gelmektedir. Moreno'ya göre

psikodramanın temel amacı, insanların spontanlıklarını ve yaratıcılıklarını geliştirmelerine fırsat sağlamaktır.

Psikodrama sahnelerinde spontanlıklarını ve yaratıcılıklarını geliştiren

Önsöz

kişilerin, topluma, doğaya ve teknolojiye uyum sağlamaları kolaylaşır, "yarına kalma" şansları artar.

Oyun, Rol, Rüya, Tiyatro, Psikodrama

Önsöz'den önceki sayfada, bir şiir ve birkaç söz yer alıyor. Sanırım bu şiir ve sözler, elinizdeki kitapta yer alan önermeleri özetlemektedir. Kitapta bazen açıkça, bazen ise dolaylı olarak ifade edilen bu önermeler şunlardır: Moreno'nun ve Huizinga'nın ileri sürdükleri gibi rol ve oyun, kültürden önce geliyor olabilir. Bu durumda rolü, oyunu ve bu ikisinin uzanışı olan tiyatroyu ve psikodramayı, aralarında ortak yanlar bulunan, iç içe geçmiş dört halka kabul edebiliriz. Bu dörtlüye rüyaları da katabileceğimizi düşünüyorum. Eğer Huizinga'nın dediği gibi, kültür ürünü olan her şeyi "oyun" kabul edersek, kanımca bu oyunların en muhteşemlerinden birisi tiyatrodur. Tiyatro, insanı insana insanla anlatan bir oyundur. Rüyaların ise bir tür tiyatro olduğunu düşünebiliriz. Rüya, kişilerin tek başlarına oynadıkları bir oyundur; yalnızca bir hayal değildir; rüya, insanın ürettiği bir özgürlüktür; rüyada, - Freud'un dediği gibi- geçmişte tekrar yaşayabilirsiniz veya -Adler'in dediği gibi- geleceğin provasını yapabilirsiniz. Bu açıdan psikodrama da rüyaya benzer. Psikodramada da Moreno'nun belirttiği gibi geçmişteki bir olayı tekrar yaşamak, gelecekteki bir olayı ya da bir hayali canlandırmak mümkündür. Kısacası, rüya ve psikodrama, bir tür tiyatro sayılabilir. Rüya, tiyatro ve psikodrama, Huizinga'nın Homo Ludens'inin (Oyuncu insanının) birer oyunudur. Bu üçlü içinde en güçlü oyun, diğer bir ifadeyle insanlara en fazla fayda sağlama potansiyeli olan oyun psikodramadır.

Rüya, tiyatro ve psikodrama üçlüsü içinde en güçlü oyunun psikodrama olduğunu ileri sürdük. Bunun temel nedeni, psikodramanın, rüyayı, tiyatroyu ve diğer tüm insan etkinliklerini kapsıyor olmasıdır, insanlar rüya gördüklerinde ve özellikle tiyatro izlediklerinde, ruhsal açıdan gelişme kaydedebilirler. Fakat psikodramada kişilerin daha sistematik ve daha hızlı biçimde gelişme kaydetmeleri mümkündür. Her şeyden önce

Sosyometri ve Psikodrama

psikodrama, spontan tiyatro yoluyla insanlara spontanlık ve yaratıcılık kazandırmayı ve onları ruhsal açıdan geliştirmeyi amaçlayan bir tedavi yaklaşımıdır. Psikodramada kişilerin gelişmeleri tesadüfe bırakılmaz. Psikodrama sahnelerinde, konuyla ilgili bilimsel bilgilerle donanmış uzmanların rehberliği altında oyuncuların ve izleyicilerin ruhsal yönden gelişmeleri amaçlanır. Kişilerin günlük yaşamda yaşadıkları olaylar ve kafalarında canlandırdıkları hayaller, psikodrama sahnelerinde tekrar canlandırılır. Moreno'nun dediği gibi, psikodrama sahnelerinde yaşantılarımızı tekrar canlandırırsak (ikinci kez yaşatabilirsek), bu yaşantılarımızdan doğan sıkıntılardan kurtulabiliriz. Çünkü, bir defa yaşanmış bir olayı, psikodrama sahnesinde ikinci kez yaşarken, bu yaşantıyla ilgili katarsis sağlama, içgörü kazanma ve dolayısıyla da bu yaşantıyı kontrol etme şansımız ortaya çıkar. Ayrıca psikodramada yaşantılarımızı yeniden yapılaştırmak ve yeni davranışlar denemek de mümkündür. İşte psikodrama bu yüzden etkili bir oyundur ve bu yüzden gelecekte de günümüzde olduğu kadar işlevsel olmaya devam edecektir. Gelecekte insanlar, sosyometriden ve psikodramadan yeterince yararlanabilirler, robotlar arasında kaybolmazlar, robotlaşmazlar ve böylece yarınları kalmayı başarabilirler.

Niçin Bu Kitap

Bu kitabı niçin yazdığımı, daha doğrusu, sosyometri ve psikodrama ile ilgili dilimize çevrilmiş çeşitli yayınlar varken, böyle bir kitabı yazmaya neden gerek duyduğumu belirtmek istiyorum. Bu kitabı yazmamın başlıca iki nedeni var. Birincisi şu: Bilimsel çalışmalar sırasında yabancı dillerden yararlanmak elbette ki doğaldır. Ancak, bir konuyu öğrenmeye ve öğretmeye çalışan bilim adamlarının ve uygulamacıların, kendi dillerinde düşünmeleri gerektiği inancındayım. Özellikle, psikodrama gibi ülkemizde henüz yaygınlaşmakta olan bir alanda Türkçe yazılmış kitapların yayımlanması, konunun insanlarımız tarafından özümlemesine ve kültürümüzle bütün-

Önsöz

xvii

leşmesine katkıda bulunacaktır. Bu düşünceden hareketle, sosyometri ve psikodrama konusunda, ülkemizdeki uygulamalara ağırlık veren bir kitap yazmak istedim. Bu düşüncenin ürünü olan elinizdeki kitap sanırım, bu alanda ülkemizde yazılmış, tamamı telif ilk yayın olmaktadır.

Bu kitabı yazarken ikinci amacım, konuya, psikoloji ve psikolojik danışma açısından yaklaşmaktı. Diğer bir söyleyişle, kitapta, sosyometriyi ve psikodramayı hem "psikolojileştir-meye" çalıştım, hem de psikolojik danışma ağırlıklı olarak ele aldım. Konuyla ilgili ülkemizde yayımlanan kitaplara bakıldığında, bazılarında konuya sosyoloji açısından, bazılarında ise psikiyatri açısından yaklaşıldığı görülmektedir. (Örneğin, bir sosyolog olan N.Ş. Kösemihal tarafından dilimize çevrilen "Sosyometrinin Temelleri" adlı kitapta, gerek Moreno'nun konuya bakış açısından, gerekse Kösemihal'in yazdığı önsözden ötürü, sosyometri ve psikodrama, sosyolojinin bir uzantısı görünümündedir. Özbek ve Leutz tarafından yazılan "Psiko-drama" adlı kitapta ise, konu daha çok psikiyatri açısından ele alınmıştır.) Oysa sosyometriye ve psikodramaya farklı açılardan, örneğin psikoloji açısından ya da psikolojik danışma açısından yaklaşmak da mümkündür. İşte elinizdeki kitapta, Türkçe yayınlardaki bu eksikliği gidermeye çalıştım. Kitap boyunca yer yer, psikoloji ile ilgili kavramlara yer verdim; konuyu, öğrenme psikolojisi ya da sosyal psikoloji gibi psikolojinin çeşitli dallarında üretilmiş bilgilerden yararlanarak yorumlamaya çabaladım.

Böylece sosyometriyi ve psikodramayı, bir ölçüde psikolojileştirdiğim kanısındayım. Bunun yanı sıra, daha çok psikolojik danışma alanındaki uygulamalardan örnekler vererek, konuyu psikolojik danışma boyutunda ele almaya yöneldim.

Şüphesiz ki, sosyometriyi ve psikodramayı psikoloji ve psikolojik danışma açısından ele almak, tek ya da en doğru yaklaşım değildir. Konuya, psikolojinin ve psikolojik danışmanın yanı sıra sosyoloji, psikiyatri, antropoloji açısından yaklaşmakta, bütün bu bakış açılarını bütünleştirmekte yarar vardır.

XVIII

Sosyometri ve Psikodrama

Ancak şimdilik, sosyometriyi ve psikodramayı anlatırken ve yorumlarken, konuya daha çok psikolojinin ve psikolojik danışmanın bakış açısından baktım. Bu yönelme şeklimin, sosyometrinin ve psikodramanın özüne zarar vermediğini, bilakis uygun olduğunu sanıyorum. Çünkü sosyometri zaten, •çeşitli alanlardan kaynak almış ve pek çok alana el atmış bir yaklaşımdır. Kanımca, sosyometrinin psikiyatri veya sosyoloji diliyle anlatılması ne kadar doğalsa, psikoloji diliyle anlatılması ve psikolojik danışma alanına uygulanması da o kadar doğaldır.

Kitaptaki Yenilikler

Bu kitapta öncelikle, sosyometriyle ve psikodramayla ilgili klâsik sayılabilecek kuramsal bilgiler verilmiştir. Bu bilgilere ilişkin örneklerin çoğunu, gençlerle ve yetişkinlerle yürüttüğüm psikodramalardan seçtim.

Kitapta, klâsik bilgilerin yanı sıra, konuyla ilgili olarak tarafımdan ortaya atılan bazı yeni kuramsal görüşler ve uygulama şekilleri de yer alıyor. Bunlar arasından Sosyal Atom Ölçeği'ni (SAÖ) daha önce bir dergide yayınlamıştım (Dökmen, 1993a); burada ikinci kez sözünü ettim. Bu ölçekle ilgili olarak geliştirmeye çalıştığım iki formülü ise ilk defa bu kitap kapsamında yayımlıyorum. Ölçekle ve formüllerle ilgili olarak meslektaşlarımdan gelecek geribildirimler benim için yararlı olacak.

Sosyal Atom Ölçeği'nin kullanıldığı bir araştırmamı da ilk defa bu kitapta yayımlıyorum.

Yine, yeni olduğunu düşündüğüm iki kuramsal görüşümü de ilk defa bu kitapta dile getirdim. Bunlardan birisi, Heider'in Denge Kavramı'nın sosyogramların incelenmesinde kullanılabileceği görüşüdür. Diğeri de Moreno'nun "rol" konusundaki görüşleri ile çağdaşı Huizinga'nın "oyun" konusundaki görüşleri arasında paralellik bulunduğu iddiasıdır. Kanımca, yaklaşık aynı yıllarda iki önemli kitap yazmış olan bu iki bilim adamı birbirlerinin görüşlerinden habersizdiler. (Nitekim kitapla-

Önsöz

XIX

rında birbirlerini kaynak göstermemişlerdir.) Elinizdeki kitapta bu iki bilim adamının görüşleri arasında paralellik bulunduğu, sanırım ilk kez dikkat çektim; bir anlamda, haberleri olmadan gıyaben tanıştırılmış oldular. Öyle sanıyorum ki, gelecekte Huizinga'nın Homo Ludens'i (Oyuncu İnsan'ı) üzerinde yeterince düşündüğümüzde, Moreno'nun psikodrama sahnesindeki "rol oynayan insan"ını daha iyi anlayabileceğiz.

Kitabın psikodramayı konu alan üçüncü bölümünde ise, "Psikodramada Yeni Uygulamalar" başlığı altında, bu alanda ortaya koyduğum, yeni sayılabilecek dört uygulama şeklini açıklamaya çalıştım. Söz konusu uygulama şekilleri, (a) rol sos-yogramı oluşturmak, (b) çatışan üyelere kişisel özellik atomlarını yaptırmak, (c) meslekî danışmada psikodramayı daha etkin bir şekilde kullanmak ve (d) psikodrama ile bilişsel-davranışçı yaklaşımı daha sistematik bir şekilde birleştirmektir.

Son olarak şunu söylemek isterim: Bu haliyle kitabın, belli bir bütünlüğe ulaştığı düşünülebilir. Ancak şüphe yok ki zaman içinde daha da geliştirilmesi mümkündür. Kitabın bundan sonraki baskılarında, katılacağım veya yöneteceğim psikodrama oturumlarındaki yaşantılarımı okuyucularıyla paylaşmaya çalışacağım. Sosyometri testiyle ilgili olarak yürütmekte olduğum bir dizi uzunlamasına araştırma, yaklaşık üç yıl sonra sona erecek. Bu araştırmaların sonuçlarını da kitabın kapsamına eklemeye çalışacağım. Şu an okuyucularımdan isteğim, kitapla ilgili olarak bana geribildirim vermeleridir. Onlardan gelecek eleştiriler, kitabın gelecekteki çehresine önemli katkıda bulunacak.

Son olarak şunu da vurgulamakta yarar var: Psikodrama, yalnızca kitaplardan okunarak öğrenilemez. Psikodrama gruplarına grup üyesi olarak katılmak ve ayrıca süpervizyon altında grup yönetmek, psikodrama eğitim sürecinin vazgeçilmez aşamalarıdır. Bu yüzden, psikodramaya ilgi duyan okuyucularıma, konuyla ilgili yayınları okurken, bir yandan da çeşidi kentlerimizde sürdürülmekte olan psikodrama gruplarına katılmalarını önermek isterim.

GİRİŞ

Sosyometrinin ve onun bir uzantısı olan psikodramanın kurucusu J.L. Moreno'dur. Sosyometriyi ve psikodramayı o r -taya atan ve yaşamı boyunca sürekli olarak geliştiren M o r e n o , bizlere, insanı ve toplumu anlamamıza yardımcı olan zengin ve renkli bir yaklaşım bırakmıştır. Bugün elimizde, sosyometri ve psikodrama kapsamında kişilerarası etkileşimleri incelerken yararlanabileceğimiz çok sayıda teknik bulunmaktadır. Tüm bu teknikler,

küçük gruplardaki etkileşimleri incelemede ve spontan tiyatro yoluyla kişilerin ruhsal açıdan gelişmelerine/tedavilerine katkıda bulunmada günümüz araştırmacılarına, vazgeçilmez bir destek sağlamaktadır. Moreno, sosyometriyi oluştururken, oldukça soyut ve karmaşık birtakım felsefi/metafizik düşüncelerden yola çık -mıştır. Ancak ortaya attığı yaklaşım, kısa sürede uygulamaya dönük bir nitelik kazanmış ve somut ürünleri gözle gör ü n ü r " hale gelmiştir. Kısacası Moreno'nun sosyometri yaklaşımı, s o -yuttan somuta, düşünceden uygulamaya belirgin bir g e l i ş m e göstermiştir. Kitabımızın Giriş Bölümünde öncelikle söz k o -nusu bu gelişmeyi ele almak istiyorum. Aşağıda, sosyometril<-yaklaşımı geliştirirken Moreno'nun kendisine dayanak aldığı görüşleri sıralamaya ve irdelemeye çalışacağım. Giriş B ö l ü -m ü ' n d e b u n u gerçekleştirdikten sonra ise, sosyometrinin k u -ramsal temellerini, sosyometri ve psikodrama uygulamalarını ayrı bölümler halinde ele alacağız.

xxii

Sosyometri ve Psikodrama

Yarına Kim Kalacak?: Sosyometrinin ve Psikodramanın Nitelikleri, Ayrılmazlıkları ve İşlevleri
Öncelikle günlük kullanımda yaptığımız, iç içe geçmiş iki hataya değinmek istiyorum. Birincisi şu: Günlük kullanımlarda "Sosyometri" denildiğinde, bir grubun üyelerinin, birbirlerine ilişkin tercihlerinin belirlenmesi kastediliyor. Oysa bir grubu oluşturan üyelerin birbirlerine ilişkin tercihlerini (seçmelerini ve reddetmelerini) belirlemek, "Sosyometri Testi" uygulamak demektir. Günlük kullanımlarda, "Sosyometri Testi" yerine "Sosyometri" denmesi, çok önemli değilse bile, yine de hatalı bir adlandırma sayılabilir. Çünkü, Moreno'nun ortaya attığı yaklaşımın genel adı Sosyometri'dir; yani şemsiyenin tümünün adı Sosyometri'dir. Sosyometri içindeki çok sayıdaki teknikten bir tanesinin adı Sosyometri Testi'dir; (bir başka tekniğin adı ise Psikodrama'dır). Bu yüzden Sosyometri ve sos-yometri testi kavramları arasındaki ayırımın bilinmesinde yarar vardır. Kanımca, bu ayırımın farkına vardıktan sonra, "Sos-yometri Testi" yerine "Sosyometri" demenin çok büyük bir sakıncası da yoktur. Nitekim bu kitabın adını, alışlagelmiş bir adlandırmaya uyarak "Sosyometri ve Psikodrama" koydum. Bence, teknik açıdan doğru bir ad koymak istediğimizde "Sosyo-metri" ya da "Sosyometri Testi ve Psikodrama" demeliydik. Ancak "Sosyometri ve Psikodrama" dediğimizde, sade ve -teknik açıdan tam doğru olmasa bile- anlaşılır bir ifade ortaya çıkmaktadır.

Günlük kullanımlarda, sosyometri testi ve psikodrama ile ilgili olarak yapılan ikinci hata uygulama alanında ortaya çıkmaktadır. Bu iki teknikten yalnızca bir tanesini öğrenen/uygulayan pek çok kişi var. Örneğin bazı sınıf öğretmenleri ya da rehber öğretmenler -şüphesiz ki yararlı olmak amacıyla- sınıflarda sosyometri testi uygulamaktadırlar; bu uygulamayı ise psikodrama ya da diğer sosyometri teknikleri izlememektedir. Ya da psikodrama alanında uzmanlaşan bazı uygulamacılar, gruplarda başarıyla psikodrama gerçekleştirmektedirler; ancak sosyometri testi ile ilgili birtakım teknik bilgileri bu

Giriş

XXIII

uygulamalar sırasında yeterince kullanmamaktadırlar. Oysa, sos-yometri testi ve psikodrama, ayrılmaz bir bütündür. Hatta, sos-yometri kapsamındaki bütün teknikler, birbirleriyle kaynaşmış bir bütündür. Bunlardan yalnızca bir tanesini öğrenip uygulamak, olayın bütünlüğünü gözden kaçırmaya yol açar. Bu yüzden, sosyometrinin dayandığı kuramsal temelleri bir bütün olarak öğrenmek ve sosyometri testi ile psikodramayı birbiriyle kaynaşürarak uygulamak gereklidir. İlerdeki bölümlerde daha ayrıntılı olarak tartışacağız; ancak burada özetle şunu belirtmek isterim: Sos-yometriyi uygulama alanına taşıdığımızda, ilk adımın sosyometri testiyle atılması gereklidir. Bunu psikodrama izlemelidir. Psiko-drama içinde ise, yerine göre sosyometri testi ve diğer sosyometri teknikleri kullanılmalıdır. Böylelikle sosyometri testi ve psikodrama arasındaki ayrılmazlık gözden kaçınılmamış ve sosyometri tekniklerinin bütünlüğü dikkate alınmış olur.

Psikodramayı, sosyometrinin diğer öğelerinden soyutlayarak tek başına ele almak, yalnızca uygulamacıların düştüğü bir hata değildir. Konuyla ilgili bilimsel yayınlarda da benzeri sorunla karşılaşmaktayız. Örneğin Corey (1985), "Theory and Practice of Group Counseling" adlı kitabında, psikodramayı titiz bir şekilde anlatmıştır; ancak psikodrama ile diğer sosyometri teknikleri arasındaki ilişkiye değinmemiştir. Söz konusu kitapta psikodrama ile ilk kez karşılaşan bir okuyucu, sosyometriden soyutlanmış bir psikodrama gördüğünde, konuyu bir bütün olarak öğrenme şansından yoksun kalacaktır.

Moreno'ya ve izleyicilerine göre, sosyometri, psiÜodrama ve grup terapisi, üçlü bir bütün, bir anlamda bir sacayağı (triadic system) oluşturur (Moreno, 1970; Starr, 1977; Kaner, 1990). Kanımca bu üç öğe, Moreno'nun ortaya koyduğu sisteme ait üç boyut olarak düşünülebilir. Bu üç boyutun oluşturduğu kompozisyon, boyutların tek tek toplamından ibaret değildir. Bu yüzden bu üç boyuttan herhangi bir tanesinin diğerlerinden soyutlanması, olayın bütünlüğü ve anlamını zedeler.

Moreno'nun yaklaşımına verilen genel ad Sosyometri'dir. Moreno'ya (1963) göre sosyometri teknikleri iki ana gruba

XXIV

Sosyometri ve Psikodrama

ayrılır: Bunlar (a) Grup teknikleri, (b) Eylem Teknikleri'dir. Grup tekniklerinden bazıları, sosyometri testi, sosyometrik algı testi, sosyometrik soru cetveli, tanışmalar testi ve rol testidir. Eylem tekniklerinden bazıları ise, psikodrama, sosyodrama, spontanlık testi, rol oynama testi ve benzerleridir. Grup tekniklerinin en tanınmış olanı sosyometri testi'dir; eylem teknikleri içinde en fazla tanınan ise psikodramadır. Bu iki tekniğin fazlaca tanınmış olması, diğer teknikleri adetâ gölgelemiştir. İlgili literatürdeki genel eğilime de uyarak, kitabın ilerdeki bölümlerinde, biz de sosyometri testini ve psikodramayı, ağırlıklı olarak ele alacağız. Ancak bunlarla ilişkili olarak, yeri geldikçe diğer sosyometri tekniklerine de değineceğiz.

Yukarda belirtilen grup ve eylem teknikleri, birbirlerinden bağımsız olmayıp, birbirlerini tamamlayıcı niteliktedir. Sosyometri kapsamındaki çalışmalar, başlıca üç grupta toplanabilir. Bu çalışmalar (a) araştırmaya, (b) teşhise (kişilerarası etkileşim sorunlarının teşhisine) ve (c) geliştirmeye /tedaviye yöneliktir. Söz konusu bu üç grup çalışmanın her birisini gerçekleştirirken, grup ve eylem tekniklerinin tümünden, yerine göre yararlanmak mümkündür. Söz gelişi, birlikte çalışan bir grubun üyeleri arasındaki çatışmayı çözmek istediğimizde, öncelikle soruna/sorunlara teşhis koymak isteriz; bu teşhisin bir devamı olarak da sorunu gidermeye çalışırız. Bütün bunları gerçekleştirebilmek için, sosyometri testinden, sosyometrik algı testinden, psikodramadan, sosyodramadan ve benzeri tekniklerden yararlanmak gerekecektir. Bu alanda uygulamaların nasıl yapıldığını, ilerdeki bölümlerde örnekler üzerinde tartışacağız.

Şimdi, 'Yarına kim kalacak?' sorusunu ve Moreno'nun bu soruya verdiği cevabı ele alacağım. Ancak konuyla yeni ilgilenmekte olan okuyucularla daha iyi iletişimde bulunabilmek için, öncelikle sosyometri testinin ve psikodramanın ne olduğunu kısaca belirtmek istiyorum.

Sosyometri Testi: Birbirlerini tanıyan bir grup insana, örneğin bir sınıftaki öğrencilere uygulanabilir. Gruptaki her

Giriş

XXV

bir bireye, belirli bir etkinliği gerçekleştirirken hangi üyelerle birlikte bulunmak istediği, hangileriyle birlikte bulunmak istemediği sorulur. Söz gelişi üyelere, "bir pikniğe gidecek olsanız, birlikte bulunmayı en fazla istediğiniz üç arkadaşınızın ve birlikte bulunmayı en az istediğiniz üç arkadaşınızın adlarını yazın" şeklinde bir yönerge verilir. Böylece grup üyelerinin sosyometrik tercihleri belirlenmiş olur. Bu tercihlere bakıldığında, her bir üyenin kaç kişi tarafından seçildiği ve kaç kişi tarafından reddedildiği görülür. Bazı üyeler çok sayıda kişi tarafından seçilirken, bazı üyeler çok sayıda kişi tarafından reddedilir; bazı üyeler ise, ne seçilirler ne de reddedilirler. Yani kısacası gruplarda bazı üyeler avantajlı durumdayken, bazıları dezavantajlı durumdadırlar.

(Sosyometri testi, kitabın ikinci bölümünde ayrıntılı olarak ele alınacaktır.)

Psikodrama: Psikodrama, dramatizasyondan -diğer bir ifadeyle spontan tiyatrodan- yararlanılarak gerçekleştirilen bir ruhsal geliştirme / tedavi yaklaşımıdır. Gruplarda uygulandığında, bu konuda özel eğitim almış bir yöneticinin/terapistin yönetiminde gerçekleştirilir. Grubu oluşturan üyeler, birtakım ruhsal sorunlarını canlandırarak (dramatize ederek) etkileşimde bulunurlar. Bu canlandırmada, birtakım sorunları anlatmaktan ziyade, rol oynamak esastır. Psikodramada üyelerin önceden yazılmış birtakım rolleri oynamaları söz konusu değildir; içinde bulundukları andaki duygu ve düşüncelerini spontan olarak oyunlaştırmaları söz konusudur. Bu uygulamanın amacı, kişilerin, katarsis (duygusal boşalım) sağlamaları, içgörü kazanmaları ve böylelikle daha sağlıklı birtakım davranışlara yönelmeleridir.

Moreno 1934 yılında "Who Shall Survive" adlı kitabını yayınladı. "Who Shall Survive", Türkçeye "Yarına Kim Kalacak" şeklinde çevrilebilir. Moreno kitabına niçin bu adı vermişti? ifade etmek istediği şey özetle şuydu: Biyolojik evrende doğal ayıklanma vardır; ancak güçlü olanlar, tutunabilenler, çevrelerine uyum sağlayabilenler varlıklarını sürdürebilirler, yarına kalabilirler. Uyum sağlayamayanlar, tutunamayanlar ise sah-

XXVI

Sosyometri ve Psikodrama

neden çekilirler. Bu durum, insanlar için de geçerlidir; toplumlarda yalnız kalanların, kişilerarası etkileşim örüntüleri içinde dezavantajlı durumda bulunanların yarına kalma şansları fazla değildir. Ancak bizler, sosyometriden yararlanabilir-sek, sosyometri kapsamındaki düzeltici/tedavi edici teknikleri kullanabilirsek, yarına herkes kalabilir. Eğer sosyometrinin ilkelerini dikkate alır, özellikle psikodramadan yararlanırsak, toplumlarda yalnız kalmış ya da itilmiş kişilerin ruhsal açıdan gelişmeleri ve dolayısıyla da içinde bulundukları dezavantajlı durumdan kurtulmaları mümkün olur.

Yukarıdaki açıklamadan yalnızca, "psikoz, nevroz" gibi teşhisler konmuş kişilerin psikodrama yoluyla tedavi edilmeleri durumunda insanlığın kurtulacağı sonucu çıkarılmamalıdır. Belirli bir teşhis almış olsun ya da olmasın, yarına ulaşamama tehlikesi, bütün insanlar için söz konusudur. Şöyle ki: Moreno'ya (1963) göre, insanın insanla birleşmesinden çocuklar, insanla üoğanın birleşmesinden ise robotlar ortaya çıkar. Robotlarla çocuklar arasında önemli bir farklılık vardır. Robotlar, insanlar/çocuklar gibi spontan ve yaratıcı olma şansına sahip değildirler. Spontan ve yaratıcı olan insanlar, gelişme, üretme, dünyada tutunma ve dolayısıyla da yarına kalma şansına sahiptirler. Oysa robotlar, kendi başlarına yarına kalmayı beceremezler. Fakat ne yazık ki insanlar, sahip oldukları spontanlığı ve yaratıcılığı giderek kaybetmektedirler. Makineyi yaratan insan, giderek makinenin kölesi olmuştur. Robotu yaratan insan, robotlaşmıştır. Spontanlıklarını ve yaratıcılıklarını kaybederek robotlaşan insanların ise,

toplumda ve dünyada tutunma şansları azalmaktadır. İşte Moreno'ya göre Sosyometri'nin görevi bu noktada başlamaktadır. Sosyometri-nin görevi/amacı, insanların spontanlıklarını ve yaratıcılıklarını kullanmalarına yardımcı olmak ve böylece onların yarına kalma şanslarını artırmaktır.

Sosyometrinin amacının, insanların toplumda tutunmalarına, yarına kalmalarına yardımcı olmak olduğunu belirttik. Bu genel amaç doğrultusunda, tüm teknikleriyle birlikte sos-

Giriş

XXVII

ometriyi etkili biçimde kullandığımızda, günlük yaşamda pek rok işleve sahip olduğunu görebiliriz. Bu konuda çeşitli örnekler verilebilir:

Birlikte yaşamak / çalışmak durumunda olan bir grubun üyelerine sosyometri testi uygulanıp, kişilerarası etkileşimlerden kaynaklanan grup-içi sorunlar belirlenebilir. Bu sorunları gidermek amacıyla grubu yeniden yapılaştırmak, kişiler arasındaki etkileşim örüntüsünü yeniden düzenlemek, genelde olumlu sonuç vermektedir. Bu konuda Moreno'nun ilk önemli gözlemi, Viyana'daki mülteci kampında olmuştur. Kampta hekim olarak görev yapan Moreno, çevrelerindeki ailelerle çatışan ailelerde psikosomatik reaksiyonların belirgin şekilde fazla olduğunu gözledi. Bunun üzerine her aileye, hangi ailelerle komşu olmak istediklerini, hangileriyle komşu olmak istemediklerini sordu. Elde ettiği sonuçlar doğrultusunda aileleri barakalara yeniden yerleştirdi. Yeni yerleşim düzeni sonucunda hem aileler arasındaki ve içindeki çatışmalar büyük ölçüde azaldı, hem de kişilerdeki psikosomatik reaksiyonlar büyük ölçüde ortadan kayboldu. Daha sonraki yıllarda Moreno'nun Hudson'daki ıslah evinde gerçekleştirdiği benzeri uygulama da olumlu sonuç vermiştir. Bu alandaki ilk ve tanınmış uygulamalardan birisi de 1944 yılında Amerikan Hava Kuvvetleri'nde gerçekleştirilmiştir. Bu uygulamada, pilotlara sosyometri testi uygulanarak birlikte uçmak isteyenler belirlenmiştir. Birbirlerini karşılıklı olan seçen pilotların birlikte uçmaları sağlandığında ise, pilot hatalarından kaynaklanan kazaların manidar düzeyde azaldığı gözlenmiştir (Moreno, 1963). Sosyometri testlerinden elde edilen bulgular doğrultusunda grupların yapılarında gerçekleştirilen değişiklikler kadar, psikodrama çalışmaları da, kişilerarası sorunları giderici niteliktedir. Psikodrama yoluyla, gerek kişilerin ruhsal açıdan gelişmeleri/iyileşmeleri sağlanmakta, gerekse küçük gruplar içindeki çatışmalar etkili bir şekilde giderilebilmektedir. Şunu -bir ölçüde de olsa tereddüt ederek-

XXVIII

Sosyometri ve Psikodrama

söylemek isterim ki, başka yaklaşımlarla pek çok oturumda sağlanabilecek bir ruhsal gelişme, bazen tek bir psikodrama oturumunda ortaya çıkmaktadır.

Psikolojik Danışma ve Rehberlik ve Psikoterapi Alanlarında Sosyometri ve Psikodrama

Moreno'ya göre sosyometri, toplum tarafından, toplum için gerçekleştirilen bir toplum sosyolojisidir (Moreno, 1963). Çünkü, bir gruba sosyometri testi uygulandığımızda, o gruptaki bütün bireyleri, adetâ bir anketör olarak kullanmış olu-ruz. Diğer bir ifadeyle, sosyometrik inceleme, yalnızca birkaç araştırmacının kişisel gözlemlerine dayanan bir inceleme şekli değildir. Bu düşünceden hareketle Moreno, başlangıçta sos-yometriyi, sosyolojide bir "devrim" olarak tanımlamıştır. Onun bu düşünceleri etkili olmuş olacak ki, bazı ülkelerde, bu arada ülkemizde de sosyometriyle ilk ilgilenenler sosyologlar olmuşlardır. (Örneğin 1963 yılında, bir sosyoloji profesörü olan N.Ş. Kösemihal, Moreno'nun altı kitabını "Sosyometri-nin Temelleri" adıyla dilimize tercüme etmiştir.) Ancak sosyometriyi, yalnızca sosyolojinin konusu saymak, her halde mümkün değildir. Bir sosyolog, şüphesiz ki sosyometri testini uygulayabilir ve elde ettiği bulguları değerlendirebilir. Fakat bu testi izlemesi gereken psikodramayı, ancak psikoloji ya da psikiyatri alanında temel bilgi ve beceriye sahip terapötler / yöneticiler gerçekleştirebilir. Yukarda da belirttiğimiz üzere, sos-yometrinin tüm teknikleri bir bütündür. Eğer bir sosyolog, yalnızca sosyometrideki grup teknikleriyle yetinmek isterse, bu yaklaşım, sosyometrinin bütünlüğüne zarar verir. Sonuç olarak, sosyometri yalnızca sosyolojinin konusu sayılmamalıdır.

Kanımcı sosyometri, sosyolojinin, psikolojinin, psikiyatrinin ve psikolojik danışma ve rehberliğin kesim noktasında bulunmaktadır; adetâ disiplinler arası bir yaklaşımdır -ya da baş-lıbaşına bir disiplindir.

Gerek sosyometri, gerekse onun kapsamındaki psikodrama, psikiyatrik bir tanı almış-almamış şeklinde ayırım yapılmaksızın,

XXIX

Giriş

herkese, her türlü gruba uygulanabilir. Diğer bir söyleyişle, sos-ometrik analizler ve psikodrama, bir psikiyatri kliniğinde yatmakta olan hastalara uygulanabileceği gibi, psikolojik danışma ve rehberlik faaliyeti kapsamında bir okuldaki öğrencilere de uygulanabilir. Moreno'ya göre sosyometrinin temel amacı, kişilerin spontanlıklarını ve yaratıcılıklarını kullanmalarına fırsat sağlayarak, dünyada tutunmalarına yardımcı olmaktır. Açıkça ifade edilmese de, aynı amacın gerek psikolojik danışma ve rehberlik alanı için, gerekse klinik psikoloji ve psikiyatri için de geçerli olduğunu düşünebiliriz. Örneğin rehberlik hizmetlerinin temel amaçlarından iki tanesi, "kişilerin gizli güçlerinin geliştirilmesi ve çevrelerine uyumlarının sağlanması" şeklinde ifade edilmektedir (Kuzgun, 1988). Moreno'nun belirttiği şekilde kişilerin spontan-lıklarının ve yaratıcılıklarının geliştirilmesi, aynı zamanda, kişilerin

gizil güçlerinin geliştirilmesi anlamına da gelebilir. Benzer şekilde, çevrelerine uyum sağlayan kişilerin, bu dünyada tutunma ve varına kalma şansları artacak diye de düşünebiliriz.

Günümüzde sosyometri ve onun ayrılmaz parçası psiko-drama, gerek tedavi kurumlarında ruhsal tedavi amacıyla, gerekse eğitim kurumlarında bir psikolojik danışma etkinliği olarak, yaygın şekilde kullanılmaktadır.

Psikodrama, bazı tedavi yaklaşımlarında olduğu gibi, yalnızca belli yaş gruplarına uygulanabilen bir yaklaşım değildir. Hemen her yaş grubundaki kişilere, örneğin çocuklara (Lee, 1991; Kranz, 1991) ya da ergenlere (Kaner, 1991; Özbay ve diğ., 1993) psikodrama uygulanmaktadır.

Sosyometrinin Tarihçesi (Ya da Moreno'nun Hayatı)

Yukarıdaki başlıktan da anlaşılacağı üzere, sosyometrinin tarihçesi ile Moreno'nun yaşam öyküsü arasında fazlaca bir farklılık yoktur. Biri anlatıldığında diğeri de anlatılmış olur. Çünkü sosyometrinin kurucusu olan ve konuya ilişkin bugünkü mevcut tekniklerin neredeyse tümüne yakın kısmını üreten O'dur. Hare'in (1991) ifadesiyle -ki bu ifadeye katılmayan yok gibidir- sosyometrinin babası Moreno'dur.

XXX

Sosyometri ve Psikodra

Konuyla ilgilenenler için Moreno bugün bir efsanedir Yaşarken de öyleydi; galiba kendisine göre de öyleydi. Rav Naar, Moreno ile ilk kez karşılaştığında heyecanlanarak "Dr. Moreno, insan bir efsaneyi gördüğünde ona ne der?" diye sormuş (Naar, 1987). Moreno ise kollarını açarak "seni seviyorum der" demiş.

Moreno, 18 Mayıs 1889'da dünyaya gelmiştir (Jonathan Moreno, 1989). Yaşam öyküsünün anlatıldığı bir yazıda, dünyaya gelişinin de efsanevi bir şekilde (miüere yaraşır biçimde) gerçekleştiği dile getirilmektedir (Moreno, Moreno ve Moreno, 1965). Moreno'ya hamile olan annesi, babasıyla birlikte, İspanya'dan yola çıkıp Romanya'nın Constanza kentine gitmekteymişler. Rivayete göre (gerçekten de öyle) Moreno, İstanbul Boğazı ile Constanza arasında, Karadeniz'in hırçın suları üzerinde bir gemide dünyaya gelmiş.

Moreno'nun ftsistanı ve en sevdiği öğrencilerinden birisi olan Dr.Grete Leutz, 1986 Ankara'da üç günlük bir psikodrama semineri veriyordu. Bu seminerde Leutz Hoca, bize bir müjde verircesine, Moreno'ya ait eşyalar arasında el yazısıyla yazılmış bir kâğıt bulunduğunu söyledi. Bu kâğıda Moreno kendisinin bir Türk olduğunu belirtiyormuş. Sanırım bu keşiften ötürü, 1989 yılında oğlu Jonathan Moreno (1989) yazdığı bir makalede, babasının Türk olduğundan söz etti. Moreno'nun doğumunun 100. yıldönümünde "Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry" adlı derginin bir sayısı Moreno'ya ayrılmıştı. (Bu dergiyi 1947'de Moreno kurmuştu.) Bu sayıda Jonathan More-no'nun naklettiğine göre, Moreno'nun babası bir Türk'tü, fakat Moreno'nun elinde tabiiyetini gösteren bir belge yoktu; bu yüzden, Avusturya-Macaristan İrriparatorluğu'nda bir işe başvurduğunda, başvurusu kabul edilmemişti. Elinde resmi bir belge yoktu, ancak Moreno aynı yıl Viyana Üniversitesi kayıt formlarını doldururken milliyet hanesine "Türk olduğunu" yazmıştı. Bunun nedeni, babasının milliyetinin Türk olmasıydı.

XXXI

GiriS

Baba Moreno, bir Türk olduğunu belirtmenin yanı sıra, h basının İspanyol Musevileri (Sephardic Museviler) ol-a"ı&undan ja söz etmiştir (Jonathan Moreno, 1989). İspanyol M evileri, lö.yüzyılın sonlarında İspanya'dan sürüldükten nra Osmanlı İmparatorluğuna kabul edilerek İstanbul'a eleştirilmişlerdi. İspanya ile ilişkileri uzun süre kesilen bu insanlar Osmanlı vatandaşı olmuşlardı. Moreno'nun anne babasının İspanya ile olan ilişkilerinin -ayrıntısı bilinmemekle beraber- devam ettiği anlaşılmaktadır. (Nitekim Moreno, ailesi İspanya'dan Romanya'ya giderken dünyaya gelmiştir.) Yine baba Moreno'nun belirttiğine göre babası uzun süre İstanbul'da yaşamışır, İstanbulludur. Bu bilgileri birleştirdiğimizde, gerek dede Moreno'nun, gerekse baba Moreno'nun, kendilerini "Türk" olarak tanımlayan Musevi asıllı Osmanlı vatandaşları olduğu ortaya çıkmaktadır. Fakat şurası bir gerçek ki, resmi tabiiyeti ne olursa olsun, sosyometriyi geliştirdiği yıllarda Moreno'nun kimlik algısı, şu ya da bu ülkenin sınırlarına sığmayacak kadar genişlemişti. Moreno, güçlü ve engin bir benlik algısına sahip olarak, kendisini adetâ tüm evrenle, -hatta Tanrı'yla- özdeşleştiren bir kimlik edinmişti (Jonathan Moreno, 1989).

Moreno'nun tabiiyetinin ne olduğu çok önemli olmayabilir. Ancak burada, bizim için ilginç olan bir noktaya daha değinmek istiyorum. Şöyle ki: Group Psychotherapy adlı dergideki makalelerinde Moreno'lar (1965), üstadın doğduğu bölgeyi gösteren bir harita çizmişler (Vol. XIII, s.204). Bu haritada, Karadenizin ve Balkanlar'daki şehirlerin adları İngilizce okunuşlarıyla yazıldığı halde, İstanbul'un adı "İstanbul" olarak belirtilmiş. İstanbul'a, yabancı haritalarda görmeye alıştığımız şekilde "Kostantinapolis" değil de "İstanbul" denmesi, Moreno'nun (ya da Moreno'ların) İstanbul'a ve Türklere yönelik saygılarının, belki de sempatilerinin bir ifadesi sayılabilir kanısındayım.

Moreno, Viyana'da tıp eğitimi gördü ve uzmanlık için psikiyatriyi seçti. Viyana'daki mülteci kamplarında hekim olarak çalış-

XXXII

Sosyometri've Psikodrama

tığı yıllarda, sosyometri ve sosyometrik ölçüm kafasında yavaş yavaş şekillenmeye başladı. Moreno, tıp eğitiminin yanı sıra felsefeyle de ilgilenmiş, Freud'en başka, Bergson'u, Alman Fenome-nologlarını derinlemesine incelemişti. Gençliğinde meslek seçer-k e n o l d u k ç a bocalamış, d i n a d a m i o l m a k ile pozitif bilimlere yönelmek

arasında kararsızlık çekmişti. Başlangıçta teolojiye (Tanrı Bilime) meraklıydı. Tıp eğitimine başlayıp pozitif bilimlere yöneldikten sonra teolojiyi bıraktı. Ancak zaman içinde sosyometri-yi geliştirirken, Bergson'dan, Marc'dan edindiği bazı görüşlere, teoloji ile ilgili bilgi ve görüşlerini de ekledi (Moreno, 1963, Kö-semihal'in önsözü). Örneğin, Moreno'ya göre, "spontanlık ve yaratıcılık, her insanda farklı düzeyde bulunur; yalnızca tek bir varlıkta spontanlık ve yaratıcılık birleşir, birbirine denk olur ki, bu varlık da Tann'dır.

Tıp eğitimini tamamlayan Moreno, sosyometriyle ilgili görüşlerini Avrupa'a geliştirmeye başladı. Viyana'daki Mitterndorf mülteci kampında hekim olduğu sıralarda, aileleri, kendi tercihleri doğrultusunda barakalara yerleştirmeye çalıştığında, sosyometrik yaklaşım kafasında filizlenmeye başlıyordu. Moreno 1921 yılında Viyana'da, küçük gruplarla spontan tiyatro (stegreiftheater) denemeleri yapmaya başladı. Tuluat tiyatrosu niteliğindeki bu etkinliğin, ruhsal tedavi alanında nasıl kullanılabileceğini araştırıyordu. Çalışmaları giderek umut verici olmaya başlamıştı. Moreno, kendi yönettiği oyunlarda rol alan bazı grup üyelerinin özel yaşamlarında birtakım olumlu değişiklikler olduğu yolunda geribildirimler alıyordu. Örneğin Moreno'nun sahnesinde "hırçın kadın" rolünü seçen bazı kadınlar, evlerinde eskiye oranla daha rahat ve sakin olmaya başlamışlardı.

Spontan tiyatro yoluyla psikodramaya adım atan Moreno, giderek yaklaşımını geliştirdi. Eski Yunan Tiyatrosu, Moreno'nun sahnesinde yepyeni bir nitelik ve anlam kazanmaya başlamıştı. Eski Yunan tiyatrosunda seyircinin katarsis (duygusal boşalım) sağlaması amaçlanırdı; Moreno'nun psi-kodramasında ise, başka oyuncular olmak üzere tüm grup üyelerinin katarsis sağlamaları esastı.

Giriş

xxxıu

Moreno, Sokrates'in, farkında olmaksızın psikodramaya öncülük ettiği görüşündeydi. Öğrencileriyle olan diyaloglarında, kendisi bilgisiz öğrenci rolüne giren Sokrates, öğrenciyi bilgili hoca rolüne itiyor, böylelikle onunla rol değiştirmiş oluyordu. Bu yaklaşım ise, diyalogu izleyenlerin duygusal kaülımlanna ve boşalımına yol açıyordu. (Bence burada Sokrates'in, bazı psikodra-matik öğelerden yararlanarak bilgi verici rehberlikte bulunduğunu da ileri s ü r m e k m ü m k ü n d ü r .) M o r e n o , Sokrates'in yaklaşımını çok daha geliştirerek, bir tedavi aracı haline getirdi.

Başta sosyometri testi ve psikodrama olmak üzere sosyo-metri, yeni bir düşünce ve uygulama akımı olarak ana çizgileriyle 1921-1925 yılları arasında Avrupa'da şekillendi. Bu tarihten sonra Moreno, Amerika Birleşik Devletleri'ne göç etti, yaklaşımını burada sürdürmeye ve geliştirmeye devam etti. Sürekli olarak sosyometrinin kuramsal temelini zenginleştiriyor, mevcut tekniklere yenilerini ekliyordu. Bu arada doğrudan devlet desteğini de gördü; 1934'te başka Roosevelt, Califor-nia'ya yönelen göç dalgalarını durdurmak için sosyometriden yararlanmasını istedi.

1925 ile 1950 yılları arasında sosyometri Amerika'da gelişti, uygulama alanında işlevselliğini ispatlayarak tutundu. Sosyometrinin pratikte sağladığı yararlar, pragmatik Amerikan toplumunun ihtiyaçlarına uygun düşüyordu. Bu yıllarda sosyometri, Hava Kuvveüeri'nden, çeşitli endüstri kurumlarına kadar pek çok yerde, kendisine uygulama alanı buldu.

1950 yılından itibaren ise sosyometri Amerika Birleşik Dev-letleri'nin sınırlarını aşarak bütün dünyada tanınan ve kabul gören bir yaklaşım haline geldi. Bugün dünyanın pek çok yerinde psikodrama enstitüleri, sosyometri/psikodrama konusunda eğitim veren ve araştırmalar yapan kuruluşlar bulunmaktadır.

Türkiye'de Sosyometri ve Psikodrama

Ülkemizde sosyometriye, Moreno'nun eliyle adım atılmıştır. Moreno, dünyaya gelmeden az öncet bir gemi ile sularından geçtiği İstanbul'a 1958 yılında konterans vermesi için davet e-

XXXIV

Sosyometri ve Psikodrama

dilmiştir. O tarihten itibaren sosyometri, İstanbul'daki sosyolojiyle ve psikiyatri ile ilgili akademik çevrelerin dikkatini çekmeye başlamıştır. Bu ilginin bir devamı olarak 1963 yılında sosyoloji alanından Prof.Dr.N.Ş. Kösemihal, Moreno'nun "Who Shall Survive" başlığı altında toplanan altı kitabını "Sosyometrinin Temelleri" adıyla dilimize kazandırmıştır.

Daha sonraki yıllarda ülkemizdeki bazı hastanelerin psikiyatri kliniklerinde tedavi amacıyla psikodramanın kullanıldığını görüyoruz. Ayrıca Ankara Üniversitesi Eğitim -Bilimleri-Fakültesi öğretim üyelerinden Prof.Dr.Engin Geçtan, bu fakültedeki ve Orta Doğu Teknik Üniversitesi'ndeki derslerinde, etkileşim grupları kapsamında zaman zaman psikodrama uygulaması da yapmıştır.

Psikodramanın Türkiye'de yaygınlaşmasında kilit isim Prof. Dr. Abdülkadir Özbek'tir. Özbek, önceleri yalnızca Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Bölümü'nde uygulamaya başladığı psikodramayı, giderek ülke çapında öğretmeye ve yaymaya başlamıştır. Özbek adetâ, "Türkiye'de psikoterapi öğrenmek ve öğretmek mümkün değildir; doğru da değildir" şeklindeki görünmez ilkeyi yıkan kişi olmuş, yaşamı boyunca "birkaç çırak yetiştiren ya da mümkünse hiç yetiştirmeyen bir usta" olmak yerine, "yüzlerce çırak yetiştiren" bir usta olmayı tercih etmiştir. (Özbek'in, Uberlingen Moreno enstitüsü ile işbirliği yaparak sürdürdüğü çalışmalar hakkında ayrıntılı bilgi edinmek isteyenler, Leutz ile birlikte yazdığı kitaba (Özbek ve Leutz, 1987) ya da Özbek'in kendisine baş vurabilirler.)

Yukarıdaki kısa tarihçeden de anlaşılacağı üzere, ülkemizde sosyometriye yönelik sistemli akademik ilgi, sosyoloji ve psikiyatri alanlarında ortaya çıkmıştır. Aynı ilginin psikoloji ve psikolojik danışma alanlarında da görülmesi beklenirdi. (Çünkü yukarıda belirtildiği üzere, sosyometri, sosyoloji, psikiyatri, psikoloji ve psikolojik danışma alanlarının kesim noktasında yer almaktadır.) Ancak Özbek'in, psikodrama alanında yetiştirdiği ve yetiştirmekte olduğu psikologlar ve danışma psikologları sayesinde bu eksikliğin giderilebileceği düşünülebilir.

I.BOLUM

SOSYOMETRİNİN KURAMSAL TEMELLERİ

Sosyometri, köklerini felsefeden ve Moreno'nun insan doğasına ilişkin gözlemlerinden alan zengin ve güçlü bir kuramsal temele sahiptir. Bu kuramsal temel, uygulamadaki pek çok tekniğin etkili bir şekilde kullanılmasına yol açacak niteliktedir.

Sosyometrinin kuramsal temelleri denildiğinde, Moreno tarafından geliştirilen çeşitli kavramlar aklımıza gelmektedir. Bu kavramlardan bazıları tamamen Moreno tarafından üretilmiş ve geliştirilmiştir (tele, gibi); bazıları ise zaten bilinen kavramlardı, ancak Moreno bunları soyuttan somuta, metafizikten amprik alana indirgemıştır (spontanlık ve yaratıcılık gibi); bazı kavramlara ise Moreno yeni anlamlar vermiş, bunları, alışlagelmiş işlevlerini değiştirerek ve zenginleştirerek kullanmıştır (rol ve eylem gibi).

Sosyometrinin kuramsal temellerini oluşturan dört ana kavram, eylem, spontanlık ve yaratıcılık ve rol kavramlarıdır. İlgili literatürde bu kavramlar, genelde "kuram" olarak tanımlanıyor. Örneğin "Eylem Kuramı", "Spontanlık Kuramı" ya da "Rol Kuramı" olarak (Haskell, 1962; Moreno, 1963; Blatner, 1993).

Sosyometrinin kuramsal temellerinden söz ettiğimiz bu bölümde, yukarıda belirtilen dört temel kavramın/kuramın yanı sıra, sosyometrik tercih, tele, sosyal-atom gibi bazı kav-

2

Sosyometri ve Psikodrama

ramları da ele alacağız. Aslında bu üç kavram, aşağıdaki bölümlerde sosyometri testinden veya psikodramadan söz edilirken de ele alınabilirdi. Ancak bu kavramlara ilişkin kuramsal bilgileri bu bölümde verip, bu bilgilerin bir uzantısı olan istatistiksel değerlendirmeleri ve uygulama sonuçlarını diğer bölümlerde ele almayı tercih ediyorum. Psikodramanın kuramsal temellerini oluşturan ana kavramları birer birer ele almadan önce, sosyometrinin felsefi temelini, Moreno'nun yaklaşımının/kuramının diğer psikoterapi/danışma yaklaşımlarıyla olan ilişkisini, insan'a bakış açısını ve diğer yaklaşımları ne şekilde etkilediğini, ayrı başlıklar altında tartışmak istiyorum.

SOSYOMETRİNİN DÜŞÜNSEL (FELSEFİ VE FELSEFE DIŞI) TEMELLERİ

Sosyometriyi geliştirmeye başlamadan önceki yıllarda ve sosyometrinin ortaya çıkmaya başladığı ilk yıllarda Moreno, felsefe ile yakından ilgilenmiş, özellikle Bergson'dan, varoluşçu filozoflardan ve fenomenologlardan esinlenmiştir. Bu esinlenme sonucunda, felsefedeki birtakım kavramları, örneğin spontanlığı ve yaratıcılığı, soyuttan somuta, felsefeden amprik alana taşımıştır.

Moreno'nun sosyometrisinde spontanlık ve yaratıcılık ana kavramlardır. O'na göre, evrende sonsuz bir yaratıcılık hüküm sürmektedir. Fiziksel evrendeki bu yaratıcılığın bir benzerini insanlar da kendi yaşantılarında sergileyebilirler, insanlardaki yaratıcılığın ortaya çıkabilmesi için de belirli ölçüde spontanlık gerekmektedir. Moreno'nun bu benzeri ve fikirlerine kaynak teşkil eden filozofların başında Henri Bergson gelmektedir.

Bergson'un görüşlerinden en çok "yaşam atılımı (elan vital)" Moreno'yu etkilemiştir. Bergson'a göre: "Yaşam atılımı, yaşamı/evreni sürekli ileri götüren bir güçtür. Bu güç sayesinde yaratmadan yaratmaya sıçramalar olur ve yeni türler

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

3

ortaya çıkar. Canlılara sürekli sıçramak hareket veren bu yaşam atılımının güç kaynağı Tanrı'dır. Tanrı, yaratıcı gelişme ile doğrudan bağlantıdır. Böylece Tanrı'da ve dolayısıyla Ev-ren'de, sürekli olarak akıp giden sonsuz bir eylem, yaratılma ve özgürlük vardır." Bergson böylece tinselci bir fizikötesine (spiritualist metafiziğe) ulaşmaktadır (Akarsu, 1980). Yine Bergson'a göre, fiziksel evrende mevcut olan yaratıcılık, insanda özel bir anlam taşır. Bazı filozofların insanı "gülebilen bir hayvan" olarak tanımlamalarına karşılık Bergson insanı "gül-dürebilen bir hayvan" olarak tanımlamıştır (Bergson, 1989). İnsan, yalnızca "gülen" olmak yerine "güldürebilen" olabilmek için, daha fazla yaratıcı olmak zorundadır.

Bergson'un yukarıdaki görüşlerinden yola çıkan Moreno, insanda bulunan yaratıcı gücün, bir kaynaktan fişkinrcasına insanı özgür ve önceden yordanamaz eylemlerde bulunmaya ittiği görüşündedir. İşte Moreno, insandaki bu özellikten yararlanarak psikodramayı gerçekleştirmeye çalışmıştır. Psiko-drama sahnesinde ısınma yoluyla spontanlıkları artırılan kişiler, içlerinde bulunan yaratıcı gücü, sonsuz seçenekte eyleme, yeni davranışlara çevirebilirler.

Moreno, spontanlıkla ve yaratıcılıkla ilgili olarak Berg-son'un yanı sıra, Peirce'den, Berdyaev'den, Hartshorne'dan etkilenmiştir. Bu düşünürlerin yaratıcılıkla ilgili görüşleri ise temelde Plato, Spinoza, Leibniz, Hegel, Fechner gibi düşünürlerle dayanmaktadır (Blatner, 1985).

Moreno, sosyometriyi oluştururken, yukarıda sayılan isimlerin yanı sıra, daha pek çok düşünürün ve bilim adamının görüşleriyle de ilgilenmiştir. Bu kişiler arasında öncelikle sayılması gerekenler, Darvvın, Nietzsche, Freud, Mead

ve Marx'tır (Moreno, 1963; Evrim, 1972; Moreno, Jonathan, 1989). Moreno, bu kişilerin birtakım görüşlerinden bazen yararlanarak, bazen de onları eleştirerek kendi sistemini oluşturmuştur. Ancak, başkalarının görüşlerinden yararlandığı zaman Moreno, birtakım bilgileri doğrudan kullanmak yerine, bu bilgileri mevcut birikimiyle bağdaştırarak orijinal sentezle-

4

Sosyometri ve Psikodrama

re ulaşmayı tercih etmiştir. Sosyometriye en büyük katkı ken-disindendi; sosyometri, Moreno'nun üstün sezîş gücünün, yaratıcılığının ve enerjisinin ürünüdür. Sosyometri, biraz Darwin, biraz Bergson, biraz Freud değildi; sosyometri Moreno idi.

Moreno, doğal ayıklanma ve ancak güçlü olanların yarına kalabilecekleri konusunda Danvin'den, katarsis (duygusal boşalım) konusunda Freud'den, rol kavramıyla ilgili olarak G.H. Mead'den, coşkun yaşama sevincinin irdelenmesiyle ilgili olarak Nietzsche'den ve Evren'in sürekli oluşum halinde bulunduğu ve nicel değişmelerin nitel sıçramalara yol açabileceği hususunda Marx'tan yararlanmıştır. Fakat Moreno, bu isimlere önemli eleştiriler de yöneltmiştir. Onlardan esinlendiği noktalar kadar, onlara yönelttiği eleştiriler de, sosyomet-rinin oluşumunda önemli rol oynamıştır.

Moreno'nun yukarıdaki isimlere yönelik eleştirilerine birkaç örnek verelim: Nietzsche, geçmiş çağların ahlâk ve kültür değerlerini inceleyerek bunlara ilişkin olumsuz eleştiriler ileri sürüyordu. Freud ise insanların geçmiş yaşantıları-nı/bilinçdişlarını analiz ediyordu. Moreno'ya göre, gerek Nietzsche gerekse Freud, - aslında farkında olmaksızın- geçmişe dönmeyi savunan birer tarihçiydiler. Çünkü onlar için yaşanmakta olan an, ancak ikinci derecede önemliydi. Mead'in rollerle ilgili görüşlerinden yararlanan Moreno, ancak konunun ekseni sayılabilecek bir noktada Mead'den ayrılmaktaydı. Mead'e göre, öğrenme yoluyla kazanılan roller, dil edinme sürecini izliyordu. Oysa Moreno'ya göre bunun tam tersi geçerlidir; esas olan rol'dür; gerek "ben", gerekse "dil", rollerden çıkar. (İlerde tartışacağımız üzere, Moreno'nun bu görüşü, onun Rol Kuramı'nın özünü oluşturacaktır.) Moreno, temel de Marx'a da karşıydı. Moreno'ya göre, Marx'ın kuramı ilginçti ve incelemeye değerdî, fakat psikolojik etmene çok az önem verdiği -hatta hiç vermediği için, sosyal dünyayı bozarak yalınlaştırmıştı. Bu yüzden de Marx'cı kuramın uygulanması, önceden kestirilemeyen birtakım toplumsal bunalımlar yarat-

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

5

mişü- Moreno'ya göre, ruhsal yapı dahil insana ait her şey ve Evren bir bütündü; bu bütünlüğü gözardı eden dünya görüşlerinin pratiğe dönüştürülmesi, kaçınılmaz olarak sorun yaratacaktı. Moreno, sosyometrinin, insanlığı kurtaracak bir "politik sistem" olduğu görüşündeydi; ve kanımca, kendi sisteminin Marx'ın sisteminden üstün olduğunu düşünüyordu.

MORENO'NUN KURAMI VE İNSANA BAKIŞ AÇISI

Bu alt bölüm, konunun kuramsal ve metodolojik yanıyla ilgilenen okuyuculara ilginç gelebilir. Ancak, eğer bu okuyucular, sosyometri ve psikodrama ile yeni tanışıyorlarsa, kitabın tümünü okuduktan sonra başa dönüp bu bölümü tekrar okumalarını öneririm. Çünkü bu takdirde, ilerdeki bölümlerde verilecek çeşitli örneklerin ışığında, buradaki bilgiler yeni bir anlam kazanabilir.

Literatüre bakıldığında, az sayıda yayında sosyometriye "kuram" denildiği görülmektedir. Çoğunluk, sosyometriye "sosyometri" demeyi tercih ediyor; (buna karşılık, sosyometri-deki temel kavramlar "kuram" adı altında anılıyor; söz gelişi "Moreno'nun Rol Kuramı" deniliyor.) Böyle olmasının, yani sosyometri adına belirli bir sıfat eklenmeksizin yalnızca "Sos-yometri" denilmesinin nedeni galiba, eskilerin deyimiyle sos-yometrinin nevi şahsına münhasır (benzeri bulunmayan) bir yaklaşım olmasıdır. Yine, kendine özgülüğünden ötürü olsa gerek, sosyometriyi bilimler sınıflamasında belli bir yere oturtma güçlüğü göze çarpmaktadır. Sosyolojinin, psikiyatrinin, psikolojinin, psikolojik danışmanın, -hatta antropolojinin de-kesim noktasında bulunan sosyometriye, elinizdeki kitapta, çoğunluğa uyarak yalnızca "sosyometri" ya da "sosyometrik yaklaşım" demeyi tercih ediyorum. Genel eğilimden farklı olarak bazı araştırmacılar, sosyo-metrinin bir kuram olduğunu belirtiyorlar. Örneğin Clayton'a (1975) göre sosyometri bir kuramdır, üstelik bir kişilik kuramıdır. Clayton, psikoloji literatüründe sosyometriye kişilik

6

Sosyometri ve Psikodrama

kuramları arasında yer verilmediğini, ancak bu tutumun hatalı olduğunu savunmaktadır. Clayton'a göre Moreno, rol kavramı üzerinde odaklanan bir kişilik kuramı ortaya atmıştır. Moreno'nun rol'e yaklaşımı kendisinden önce konuyla ilgilenen bilim adamlarının yaklaşımlarından oldukça farklı ve kapsamlıdır. Moreno, gerek çocukların rol gelişimlerini, gerek yetişkinlerin rol davranışlarını, gerekse rollerden kaynaklanan ruhsal sorunları ve bunların giderilme yollarını ele almıştır. Bu yüzden yaklaşımının bir "kişilik kuramı" olarak tanımlanması uygundur. Moreno sosyometriyi geliştirirken, felsefeden ve bazı diğer yaklaşımlardan esinlenmiş, ancak doğrudan hiçbir yaklaşımın devamı olmayan orijinal bir kompozisyon ortaya çıkarmıştır. Bu kompozisyon, Bergson'un felsefesine, varoluşçu (existential) felsefeye, psikolojideki yaklaşımlardan ise psika-nalitik yaklaşıma, varoluşçu psikolojiye, hümanist psikolojiye, ilk bakışta aralarında ilişki yokmuş gibi gözükse de davranışçı yaklaşıma dayanmaktadır.

(Psikodramadaki davranışçı öğeleri ilerde ele alacağız.) Bütün bu yaklaşımlar arasında, More-no'nun insana bakış açısını belirleyen, varoluşçu ve hümanist yaklaşımlardır.

Moreno'un insana bakış açısı, varoluşçu-hümanist çizgidedir. Mendelson'a (1977) göre Moreno'yu varoluşçu-hümanist saymamıza yol açan şey, sosyometri/ psikodrama kapsamında, doğrudan ya da dolaylı olarak ortaya koyduğu şu on önermedir:

Moreno'ya göre,

- 1) İnsan özgürdür; kendisini tanımlayabilir, tanımlamalıdır,
- 2) İnsan kendisini geliştirebilir.
- 3) İnsanlar birbirleriyle diyalog kurabilirler, etkileşimde bulunabilirler. (Burada kastedilen kişiler arasında, derin ve anlamlı etkileşim'dir (encounter'dır). İnsanlar, bu tür etkileşimde, basit bir şekilde yüz yüze gelmenin Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

7

ötesinde, bütün varlıklarıyla karşılaşır, birbirlerini anlayarak iletişimde bulunurlar.)

- 4) Kişinin kendi yaşantıları, kendisi için en önemli güç/otorite kaynağıdır. (Kişinin yaşantıları, onu geliştirme potansiyeline sahiptir.)
 - 5) Kişi tüm varlığı ile içinde bulunduğu anda yaşamalıdır. (Burada kastedilen "here and now (şimdi ve burada)" ilkesidir.)
 - 6) Eylem / aksiyon, yaşamın temel ögesidir.
 - 7) İnsan, mevcut kapasitesini geliştirebilir; kişiler, spon-tanlıklarını harekete geçirerek yaratıcı eylemlerde bulunabilirler.
 - 8) İnsan yaratıcı potansiyelini kullanabilir; bu sayede evrende tutunma, yarına kalma ihtimali artacaktır.
 - 9) İnsan, tüm insanları ve evreni kucaklayabilir/kucak-lamalıdır; insan, bütün varlıklarla bütünleşebilir; insanların, evrenin ve bütün olayların sorumluluğunu alabilir.
 - 10) İnsanın gücü sınırlıdır; insan, yaşamındaki sınırlılıkları kabul etmeyi öğrenmelidir. (İnsanda yaratıcı potansiyel vardır; ancak bu yaratıcılık, Tanrı'nın yaratıcılığı düzeyinde değildir.)
- Mendelson'a (1977) ve Lee'ye (1975) göre, Moreno'nun sosyometrisi, hümanistik sosyoloji niteliğindedir; temel özellikleri, kişi-merkezli, eşitlikçi ve ahlâki oluşudur.

PSİKODRAMANIN GRUPLA

TERAPİ/DANIŞMA YAKLAŞIMLARI

ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Sosyometrinin en tanınmış tekniklerinden birisi olan psikodrama, grup terapisinde / grupla danışmada kullanılabileceği gibi, bireysel terapi /danışma alanında da kullanılabilir. Ancak psikodramanın yapısı, onu bireyler üzerinde kul-

8

Sosyometri ve Psikodrama

lanmaktan çok, gruplarda kullanmaya elverişli kılmaktadır. (Şüphesiz ki, birtakım psikodrama teknikleri, bireysel terapi /danışma sırasında da kullanılabilir; fakat, bireyin diğer insanlardan soyutlanmaksızın grup içinde ele alınması, sosyo-metrinin ruhuna daha uygundur.) Bu yüzden psikodrama, 1921 yılında Moreno'nun spontan tiyatro ile ilgili çalışmalarından bu yana, etkili bir grup tekniği olarak ortaya çıkmıştır. Üstelik öylesine etkili olmuştur ki, Moreno'nun psikodraması, grupla tedavi/danışma alanında hem ilk adım, hem de daha sonra ortaya çıkan yaklaşımları etkileyen güçlü bir çekim merkezi olmuştur.

Şimdi bence ilginç bir noktaya değinmek istiyorum: Eğer konunun tarihçesine dikkat etmeden, psikodramanın ne olduğunu incerseniz, psikodramanın mükemmel bir eklektik yaklaşım ürünü olduğuna, -hatta biraz da çok parçalı bir bohçaya benzediğine- karar verebilirsiniz. Psikodrama içinde neler yoktur ki? Tarihçeyi gözardı ederek gerçekleştirdiğiniz bir incelemede "psikodramanın Kelly'nin rol terapisinden bir şeyler aldığını" söyleyebilirsiniz; psikodramanın "Bandura'nın modelden öğrenme yaklaşımından etkilenmiş olduğunu" söyleyebilirsiniz; "bilişsel-davranışçı yaklaşımdaki rol oynama tekniğinden yararlandığını" söyleyebilirsiniz; "Gestald Terapi'de ya da etkileşim gruplarında (encounter group) kullanılan neredeyse bütün teknikleri alıp kendisine malettiğini" söyleyebilirsiniz; "yönlendirilmiş fantaziye (guided fantasy) ve benzeri teknikleri alıp kendisine maletmiş olduğunu" söyleyebilirsiniz; "aile terapilerinde kullanılan bazı tekniklerden yararlandığını" da söyleyebilirsiniz. Fakat bu yanlış olur. Psikodrama içinde, yukarda sayılanların bulunduğu doğrudur. Ancak psikodrama, söz konusu bu teknikleri diğer yaklaşımlardan almamıştır. Tam aksine, More-no'nun ürettiği pek çok psikodrama tekniği, diğer grupla terapi/danışma yaklaşımları tarafından, ya doğrudan doğruya, ya da ufak değişikliklerle adapte edilerek alınmıştır. Kısacası Moreno, psikodrama kapsamında geliştirdiği çok sayıda teknikle, hemen bütün grupla terapi /danışma yaklaşımları için bir öncü, vazgeçilmez bir fikir babası olmuştur.

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

9

Yukarıdaki açıklamalardan anlaşıldığı üzere, sosyomet-rinin felsefi /kuramsal temeli eklektik sayılabilir. Ancak psiko-drama eklektik değildir. Psikodrama teknikleri, çeşitli yaklaşımların bağdaştırılması yoluyla

oluşturulmamıştır; yani psiko-drama, çeşitli köklerden vücut bulmuş bir gövde değildir. Tam aksine, psikodramanın gövdesinden çıkan dallar, başka yaklaşımlara dönüşmüş, Moreno'nun yarattığı teknikler, başka yaklaşımlarda yeni anlamlar ve değerler kazanmıştır. Pek çok kuramcı, psikodramadan etkilenmiştir. Bu kişiler arasında Gestalt terapinin kurucusu Perls, Logo Terapi'nin kurucusu Frankl sayılabilir.

Psikodrama teknikleri arasında en fazla rağbet gören rol oynama (role playing)'dır. Bu teknik ve diğerleri, pek çok grup türünde, örneğin etkileşim gruplarında, Gestalt gruplarında, bilişsel-davranışçı gruplarda ve benzerlerinde yoğun şekilde kullanılmaktadır (Naar, 1987).

SOSYOMETRİ METODOLOJİSİNE YÖNELİK ELEŞTİRİ

Bu noktaya kadar, sosyometrinin zenginliğinden, More-no'nun yaratıcılığından söz ettik. Ancak sosyometri ve Moreno, eleştirilmez işlediği gözlenirse de, ürettiği bazı tekniklerin arkasındaki kuramsal bilgilerin ve tanımların yeterince belirgin olmamasıdır. Örneğin Kellermann'a (1987) göre, pek az terim "psikodrama" kadar belirsizlik taşır. Kellerman, More-no'nun farklı yıllarda psikodrama ile ilgili birbiriyle çelişen çok sayıda tanım yaptığı görüşündedir. Örneğin Moreno'ya göre psikodrama, dini postülalar taşıyan bir teolojidir; psiko-drama, estetik idealler taşıyan bir dramatik sanattır; psikodra-ma, toplumsal değerleri içeren bir politik sistemdir; psikodra-ma, bir bilimdir; psikodrama, etkili birpsikoterapi tekniğidir; psikodrama, bir yaşam felsefesidir. Bu tanımların arasına "ve" de koysak "veya" da koysak, yine de ortaya çelişkili bir tablo çıkmaktadır. Kellermann'a (1987) göre psikodrama, ne teoloji, ne dramatik sanat, ne politik sistem, ne bir bilim dalı, ne de

10

Sosyometri ve Psikodrama

bir yaşam biçimidir. Yalnızca, psikolojik sorunları gidermeyi amaçlayan bir psikoterapi tekniğidir.

Moreno'ya yukarda yöneltile eleştiriye katılmamak, her halde mümkün değil. Sosyometrinin, psikodramanın ne olduğu konusunda, hatta kuramsal temelin niteliği konusunda Moreno, çelişkili, en azından anlaşılması güç bir tablo çizmiştir. Bu durum bir metodolojik problem sayılabilir. Ancak, yaratıcı olduğu kuşku götürmeyen ve galiba yaratıcılıkta biraz fazla ileri gitmiş olan bir insanın başına böyle bir problem gelmiş olması, bence doğaldır. Fevkalâde yaratıcı bir kişinin ortaya koyduğu yaklaşımın, biraz dağınık olması, sanırım hoş görülebilir. (Bethoven ve benzeri yaratıcı kişilerin çalışma odalarının da dağınıklığı meşhurdur.) Üstelik bu durum, psikodra-manın sağladığı yararları, hiç de gölge düşürmemektedir. Sosyometrinin/psikodramanın ne olduğu konusunda More-no'nun kafası belki karışık. Fakat Gestalt Terapi'den Bilişsel Yaklaşım'a kadar pek çok yaklaşım, Moreno'nun ürettiği teknikleri benimsemekten geri kalmamışlardır.

EYLEM

Moreno'ya göre varlık bir bütündür. İnsan, insanın eylemleri ve doğa bir bütündür; sosyal ve organik açıdan insanlık bir bütündür. Bu bütünlük içinde insanı değerlendirirken, insan yaşamında çok önemli bir yeri olan eylemin önemini gözden kaçırmamak gereklidir. Eylem kozmik bir olaydır, maddenin ve özellikle canlı varlıkların temel özelliğidir. Bu açıdan bakıldığında eylemin, insandan/insanlıktan önce mevcut olduğu ve insanın gelişim çizgisinde çok önemli bir yere sahip olduğu düşünülebilir, insanlığın evrimi sürecinde eylem dilden önce gelir (Moreno ve diğ., 1960; Moreno, 1963; Özbek ve Leutz, 1987).

Gerek insanlığın tarihinde, gerekse bireylerin yaşam tarihçelerinde, insan-doğa etkileşiminde, hatta insan-insan etkileşiminde ilk basamak eylem'dir. Önce eylem ortaya çıkar, dil daha sonra gelişir. Sözsüz iletişim, sözlü iletişimden önce

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

11

ortaya çıkmıştır. Kişilerarasında sözlü iletişimin henüz gelişmediği çağlarda, beden dili kişilerarası etkileşimde önemli işleve sahipti. O dönemlerde insanlar kendileri için önemli olayları, muhtemelen bir avlanma sahnesini, olayı görmemiş olanlara, dansla, beden hareketleriyle, kısacası sözsüz iletişim yoluyla aktarıyorlardı. Zamanla sözlü iletişim geliştikçe sözsüz iletişimin etkisi belki azaldı, fakat bütün bütüne kaybolmadı.

İnsanlığın evrim sürecinde sözsüz iletişimin sözlü iletişimden önce gelmesi gibi, kişilerin gelişim süreçlerinde de kişilerarası iletişime ilk adım sözsüz iletişimle atılır; bunu sözlü iletişim izler. Bebekler, önceleri yalnızca ağlayarak, daha sonraları ise ilgilendikleri kişilere, nesnelere yönelerek ya da kollarını uzatarak iletişimde bulunurlar. Bunu, dili öğrenme süreci izler. Dil gelişimine paralel olarak, sözsüz iletişim kanallarıyla anlam iletmeye (örneğin başı "hayır" anlamında sallama ya da "bana ne" anlamında omuz silkme) ortaya çıkar. Gerek bu tür anlam ileten sözsüz ifadeler, gerekse anlam iletmeyen ancak kişilerin duygusal durumları hakkında bilgi taşıyan duygusal yüz ve beden ifadeleri, kişilerarası iletişimde önemli yere sahiptir (Dökmen, 1986).

Araştırmacılara göre, sözsüz işaretler arasında en fazla, vokal öğeler ve yüz ifadeleri önem taşır (Davitz, 1964; Mehrabian, 1968). Bu araştırmacıların Mehrabian (1968), kişilerarasındaki toplam etkide, sözlü kapsamın %07, vokal ifadelerin %38, duygusal yüz ifadelerinin ise %55 oranında paya sahip olduğu görüşündedir. Bütün bunlar bize, kişilerarası iletişim sırasında sözsüz öğelerin, yani beden dilinin önemli işleve sahip olduğunu gösteriyor. Kısacası insanlar, birbirleriyle iletişimde bulunurlarken, yalnızca sözlü anlatımla yetinmiyorlar, bedenlerini kullanarak eylemlerde de bulunuyorlar. Eyleme dayalı iletişim, hem insanlığın geçmişindeki ilk iletişim tarzıdır, hem de her bireyin çocukluğunda sergilediği ilk iletişim tarzıdır.

Moreno, eylemin insan yaşamındaki öneminden hareket ederek, insanların duygu ve düşüncelerini eylem halindeyken (akt ile) ifade edebilecekleri bir tedavi yöntemi geliştirmek

12

Sosyometri ve Psikodrama

istemıştır. Bu çabanın ürünü psikodramadır. "Pysche" ve "drama" kelimelerinden oluşan psikodrama kelimesi "insanın ruh dünyasının eyleme dönüşmesi" anlamına gelir. Kanımca psiko-drama sahnesinde insanlar, gelişme süreçlerine ve özelelerine uygun bir "kendini ifade etme" yöntemine sahip olmaktadır. İnsanın tabiatına uygun olan bu kendini ifade etme yolu, onların ruhsal yönden gelişmelerine önemli katkılar sağlayabilmektedir.

SPONTANLIK (KENDİLİĞİNDENLİK) VE YARATICILIK

Spontanlık ve yaratıcılık sosyometrinin temel taşlarıdır. Bu iki kavram Moreno'nun yaklaşımında hem bir başlangıç noktası, hem de bazı tekniklerle ulaşılmak istenen bir hedef olmuştur. (Spontanlık ve yaratıcılık, sosyometrinin kuramsal temelini oluştururken bir başlangıç noktası, kişilerin spontanlıklarını artırmak amacıyla psikodrama uygulandığı zaman ise, ulaşılmak istenen bir hedef olmaktadır.)

Moreno'ya göre fiziksel evren, durağan olmayan, sürekli olarak değişen, yenilenen, gelişen bir varlıktır. Yani evren, sürekli bir yaratıcılık içindedir. Evrendeki yaratıcılık, duraksamaz ve tükenmez. Tanrı'nın yaratıcılığına sınır yoktur. Evrendeki bu yaratıcılık, insanlar için de geçerlidir. İnsandaki yaratıcılığın bastırılması, ortaya çıkamaması durumunda, birtakım ruhsal sorunlar görülür (Moreno, 1963); Özbek ve Leutz, 1987).

Moreno açıkça ifade etmese de, şimdi belirteceğim noktanın O'nun görüşlerine uygun olduğu kanısındayım. Fiziksel evrendeki, söz gelişi galaksilerdeki mevcut yaratıcılığı, engellemeye çalışan güçler yoktur; zaten bu mümkün de değildir. Ancak, insanların doğuştan sahip oldukları spontanlığın ve yaratıcılığın, yine insanlar eliyle bastırılması mümkündür, (insanlar, bu becerilerini bolca sergilemeye çalışırlar.) Çocukların spontanlıkları sıklıkla bastırılır, yetişkinlerin üretkenlikleri ve yaratıcılıkları, kasıtlı ya da kasıtsız olarak törpülenmeye çalışılır. Oysa fiziksel evrende bulunan yaratıcı gücün insanlarda da ortaya çıkması gereklidir. Aksi halde, yaratıcılık sergi-yometrinin Kuramsal Temelleri

13

leyemeyen insanlar, bu evrende tutunamazlar. Sürekli değişen, yenilenen, içinde sürekli yeni oluşumların sergilendiği bir sistem içinde, yaratıcılık özelliğini kaybeden, durağanlaşan bir varlık, silinip gider. Üstelik bu varlık, yani insan, fiziksel olarak çok güçlü değildir; ancak yaratıcılık sergilediği takdirde, bu evrende t u t u n m a ve yarına kalma şansına sahiptir.

Bence, fiziksel evrendeki yaratıcılığın bir benzerini insan da sergileyebilir; ancak insanın fiziksel evrene bir artışı vardır. Astronominin, fiziğin konusu olan nesneler, muhtemelen yaratıcılıklarının bilincinde değildirler. Fakat insan, b u n u n bilincine varabilir. İnsan, h e m yaratıcılık sergileyebilir, h e m de sergilediği bu yaratıcılığın anlamını ve niteliğini irdeleyebilir. Eğer bu evrenin insanları olarak böyle bir şansımız varsa, bu şansımızı niçin hakkıyla kullanmayalım. Bu şansımızı niçin tadıyla kullanmayalım.

Spontanlık ve yaratıcılık nedir? Moreno'ya (1963) göre spontanlık, içinde bulunulan duruma uygun cevap vermektir. Bu tanımdaki "cevap" sözcüğü sanırım "geribildirim" anlamında kullanılmıştır. Bu haliyle yapılan tanımın, spontanlığın yalnızca bir bölümünü belirttiği kanısındayım. Söz konusu tanım şöyle tamamlayabiliriz: Spontanlık, duruma uygun uyarıcılar üretebilmek ya da dışardan gelen uyarıcılara uygun geribildirimler vermektir. Yaratıcılık ise kısaca, yeni bir düşünce ya da davranış ortaya koymak, yeni bir senteze ulaşmak, ortaya y e n i b i r ü r ü n çıkarmaktır.

Moreno'ya göre spontanlık ve yaratıcılık, birbirlerine sıkı sıkıya bağlıdır; ancak, iki ayrı kategori oluştururlar.

Yaratıcılık bir töz (*), spontanlık ise bir katalizördür. H e r insan yaratıcı-

Töz (substance): Bu kavram felsefede, "değişen durumlar karşısında kalıcı olan, kendi kendisine varolan şey" anlamında kullanılır. Töz, bir başka şeyde değil, kendi kendine varolandır; çevreden bağımsız kendi içinde bulunandır. Spinoza'nın tanımıyla, "varolmak için bir başka şeye ihtiyaç duymayan şey" demektir. Modern doğa bilimleri için töz, fenomenlerin taşıyıcısı olan biçimsel bir kavramdır. Moreno tözü, doğa bilimlerindeki değil, felsefedeki anlamıyla ele almıştır.

14

Sosyometri ve Psikodrama

lık potansiyeline doğuştan sahiptir; ancak bu potansiyelin ortaya çıkması, ürüne dönüşebilmesi için spontanlığa ihtiyaç vardır. Spontanlık olmadığı takdirde yaratıcılık körleşir; eğer yaratıcılık yoksa, spontanlık tek başına işe yaramaz. More-no'ya göre, tanıdığımızdan çok daha fazla sayıda yaratıcı insan vardır; ama bunların tümü yeterince spontan olmadıkları için, yaratıcılıkları gözle görünür hale gelmemektedir. Örneğin, pek çok yaratıcı Beethoven yaşamıştır; fakat bunlardan sadece bir tanesi yeterince spontan olabildiği için, yaratıcılığını eşsiz ürünlere dönüştürebilmiştir.

Yaratıcılığı ürüne dönüştürmede spontanlığın rolü konusunda bir başka örnek, eğitim kurumlarıyla ilgili olabilir. Sınıflarda bazı öğrenciler, belli bir konuda orijinal bir fikirleri olduğu ve bu fikirlerini de söylemek istedikleri halde, çeşitli nedenlerden ötürü parmak kaldırıp söylemezler; yani spon-tan davranmazlar. Eğer spontan davranarak konuşurlarsa, bütün sınıfın yararlanacağı bir ürün ortaya koymuş olurlar.

Günlük yaşamda, spontanlık eksikliğinden ötürü, yaratıcı fikirlerin ürüne dönüşmemesi, sıklıkla raslanan bir durumdur. Örneğin pek çok kişinin aklına, gerçekten ilginç roman konuları gelir. Ancak bu kişiler, kafalarındaki konuyu romana dönüştürebilmek için gerekli olan enerjiye sahip olmadıkları için, ya da en azından roman tekniğini öğrenecek kadar güdülerini bulamadığından, ortaya bir ürün koyamazlar.

Moreno'ya (1972) göre, sosyometrinin temelinde seçme özgürlüğü yatar. Bu özgürlüğün bastırılması spontanlığın bastırılması anlamına gelir. Gerek sosyometri testi sırasında tercih belirtenlerin, gerekse psikodrama sahnesindeki oyuncuların spontan olmaları gereklidir. Ancak bu şekilde yaratıcılıklarını sergileyebilirler, değişme ve gelişme şansını elde edebilirler. Özellikle psikodramada gruba katılanların spontan olmamaları halinde, tek bir oyunu bile gerçekleştirmek mümkün değildir. Bu yüzden psikodramada üyelerin spontanlıklarını artırmak amacıyla, oturumların başında çeşitli ısınma etkinlikleri gerçekleştirilir. Yöneticiler, ancak belli düzeyde ısınan, yani Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

15

spontanlıkları artan üyeleri başoyuncu olmak üzere sahneye davet ederler. Oyun içinde de eğer başoyuncu yeterince spontan olamazsa, hem kendisi katarsis (duygusal boşalım) sağlayamaz, hem de onu izleyen grup üyeleri katarsis sağlayamazlar. Sonuçta psikodrama işe yaramamış olur.

Moreno'ya göre insanlar, günlük yaşamda spontan olabildikleri ölçüde rahat ederler. Spontanlığın azalması durumunda ise kaygı (anxiety) ortaya çıkar.

Moreno (1963), insanların spontan olmaktan ürküklerini belirtmektedir. O'na göre bu ürkme, eski insanların ateşten korkmalarına benzetilmektedir. Ateş yakmayı, ateşe hükmetmeyi öğrenen insan, giderek ateşten korkmamaya başlamış, hatta ateşi sevmiş ve ateşsiz yapamaz hale gelmiştir. İnsanlar, spontan olmayı becerdikçe spontanlıktan hoşlanır hale geleceklerdir.

"Sanatta ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları ve Empa-ti" adlı kitabında (Dökmen, 1994), geleneksel yaşam biçiminde (ki bu yaşam biçimini "Çocuk-Anababalar Toplumu" olarak adlandırmıştım) insanların spontanlıklarının, dolayısıyla da yara-üçüklüklerinin bastırıldığını belirtmiştim. Spontanlığı bastırılmış kişiler, arada bir spontan davranışlar sergileyen bir kişi gördüklerinde, rahatsızlık duyarlar ve onu da kendilerine benzetmeye çalışırlar. Oysa insanlar, yavaş yavaş da olsa spontanlığı öğrendikçe, spontanlığın tadına vardıkça, giderek spontan davranmayı bir alışkanlık haline getirebilirler. Yine söz konusu kitapta değinildiği üzere, kişiler spontan davranmaya başladıkça ve bunun yanı sıra yetişkin tavrı geliştirdikçe, birbirleriyle etkili bir şekilde empati kurmaya da başlayacaklardır.

Moreno'ya göre, spontanlıkları bastırılan kişilerin yaratıcılıklarını sergilemeleri de güçleşir. Yaratıcılığın engellenmesi ise yaratıcılık nöruzlarına yol açar. Yaratıcılık nöruzuna sahip kişiler, üst düzeyde birtakım yeteneklere sahip olsalar bile, üretken olamazlar, yaşamda pasif kalırlar, doğuştan sahip oldukları gizil güçleri geliştiremezler, dolayısıyla da kendilerini gerçekleştiremezler. Bu durumda yaratıcılık nörozu sergileyen

16

İk0drama

kişilerin, hem kendileriyle barışık olma şansları azalır b çevreleriyle yapıcı ve yaratıcı iletişim kurmaları güçleşir tün bu sorunları giderebilmek için atılması gereken ilk 1 bu kişilerin spontanlıklarını artırmak ve böylece yaratır 1 1-1 rını kullanmalarına fırsat hazırlamaktır. Kişilerin yarat 11 nörozundan uzaklaşmalarına yardımcı olacak yaklaşımlar başında ise psikodrama gelir.

Şu ana kadar spontanlığın bastırılmasının yarattığı sakın çalarda söz ettik. Ancak, spontanlığın bastırılması kadar, sınırsız ve denetimsiz olması da sorun yaratır. Kişilerin spontanlık-ları, hem onların sahip oldukları diğer özelliklerle, hem de çevrenin şartları ile uyumlu, bütünleşmiş olmalıdır. Aksi halde, yerine ve zamanına göre kullanılmayan denetimsiz bir spontanlık, kişileri, yaratıcılığa değil, antisosyal davranışlara itebilir.

Bu noktada spontanlık tanımını tekrar ele alarak irdelemek istiyorum. Şöyle ki: Dilimizde günlük kullanım sırasında spon-tanlığın sözlük anlamı, "doğallık, içinden geldiği gibi davran-mak"tır. Ancak, yalnızca içimizden geldiği gibi davranırsak, bu durum, Moreno'nun kastettiği anlamdaki spontanlık tanımına tam olarak uymaz. Çünkü sosyometride, fiziksel ve sosyal gerçeğe uygun bir spontanlıktan söz edildiği kanısındayım. Hatırlanacağı üzere yukarda M o r e n o ' n u n spontanlığı, "içinde bulunulan duruma uygun cevap verme" şeklinde tanımladığını belirtmiştim. Sanırım burada içinde bulunulan durumun iki bölümden oluştuğunu düşünebiliriz. Bunlardan birincisi kişinin iç durumudur, diğeri ise çevresi yani dış durumdur. Kişi spontan davranışlar o taya koyarken, bu davranışlar, hem onun iç durumuna uygun olmalıdır, hem de dış duruma/dış gerçeğe aykırı olmamalıdır. 1 şi, öncelikle kendi ihtiyaçlarının, duygularının ve düşüncelerinin farkında olmalı ve bunlara uygun davranışlar ortaya koymalıdır, ancak bu davranışlar, çevrenin gerçeğinden kopuk olmama onlara uygun bir geribildirim niteliği taşımalıdır.

Spontanlığı, yukarda yorumladığımız şekliyle ele al mızda, spontan davranış ile atılgan (assertive) davranış a rometrimin Kuramsal Temelleri

17

sında benzerlik b u l u n d u ğ u n u ileri sürebiliriz. Bilindiği üzere davranışçı yaklaşımdaki s ı n ı f l a m a l a r d a n birisinde, üç t ü r d a v -ranıştan söz edilir. Bunlar, çekingenlik, saldırganlık ve atılganlıktır. Diyelim ki bir

kuyrukta sıra bekliyorsunuz, önünüze izinsiz olarak birisi geçtiğinde, eğer kızdığınız halde sesinizi çıkarmazsanız, çekingen davranmış olursunuz; eğer bu kişiyle kavga etmeye başlarsanız saldırgan davranmış olursunuz; eğer bu kişiye, kuyruğun sonuna geçmesini uygun bir dille söylerseniz atılğan davranmış olursunuz. Buradaki atılğan davranışın, aynı zamanda spontan olduğunu da düşünebiliriz. Çekingen davranış, spontanlığın bastırılması anlamına, saldırgan davranış ise spontanlığın denetimsiz kullanılması anlamına gelebilir.

Günlük yaşamda spontanlıkla yaratıcılığı bağdaştırarak kullandığımızda, hem bizim yarına kalma şansınız artacaktır, hem de çevremizdekilerin. Örneğin kuyrukta önmüzde geçen kişiyi ikaz etmeye niyetlendiğimizde, spontan davranmaya karar verdik demektir. İkazımızı, basmakalıp -yana yaratıcılık-tan yoksun -bir şekilde yaparsak, etkisi az olabilir. Fakat diyelim ki, yaratıcı bir espri yaparak o kişiye kuyruğun sonuna geçmesini söyledik. Bu durumda hem kendimizi korumuş (atılğan, spontan davranmış), hem de o kişinin onurunu korumuş oluruz. Kanımca, Nasrettin Hoca tipinde, spontan (diğer bir ifadeyle atılğan) ve yaratıcı bir insan tanımlanır. Nasrettin Hoca gibi davranmayı becerenlerin, hiçbir kuyrukta haklarını çiğnetmeyeceklerini, fakat çingenemeyen çalışanları da ezmeden, yok etmeden zararsız hale getirebileceklerini sanıyorum.

Yaratıcı eylemin dört aşaması: Moreno yaratıcı eylemi 4-gili olarak dört aşama tanımlamıştır. Bunlar, yaratıcılık, spontanlık, ısınma (kızışma / vvarming up) süreci ve kuttur birikimidir (Moreno, 1963). Bu dört aşama arasındaki etkileşim Şekil -1'de görülmektedir.

Şekil -1'i bir örnek üzerinde şöyle açıklayabiliriz: Diyelim ki ilkel insanlarda, alet yapma potansiyeli vardı. Fakat ancak

18

Ve

içlerinden bazıları -ya da bazıları- yeterince spontan için, kendilerinde bulunan yaratıcılığı harekete geç' H birtakım aletler yaptılar. Bu aletler birikti. Bugün aletleri kullanabilmemiz için, -örneğin araba kullanmak için belli bir ısınma sürecine ihtiyacımız vardır. Bu

- urecin sonunda spontanlığımız harekete geçebilir ve biz ortava
duğumuz eylemlerle, ya kültür birikimine katkıda bulun
ya da spontanlığımızı yaratıcılığımızı uyandırmakta kullan
örneğin daha gelişmiş bir araba yaparız-

Şekil -1 Moreno'ya göre yaratıcılık, spontanlık, ısınma ve kültür -tür kalıpları arasındaki döngüsel etkileşim.

Y: Yaratıcılık I: Isınma

S: Spontanlık KB: Kültür Birikimi

Şekil -1'i şöyle açıklayabiliriz: Yaratıcılığın kültür birikimine dönüşmesi dört ayrı işlem yoluyla gerçekleşmektedir.

Birinci İşlem: Bir katalizör olan spontanlık yaratma

uyandırıyor. S → Y İkinci İşlem: Yaratma spontanlığa cevap veriyi

Y → S

19 msa 1 Temelleri nrtrinin Kura

ncü İşlem üçüncü İşlem

- spontanlık ile yaratıcılığın karşılıklı etkileşiminden kültür birikimi ortaya çıkıyor. S → Y → KB
: Kültür stoklanır; mevcut kültür birikiminin işlevsel olabilmesi için, ısınma aracılığıyla canlandırılması,
spontanlığa dönüştürülmesi gereklidir. Spontanlık boş durmaz, ya yaratıcılığa ya da kültür kalıplarına doğru işler.
KB → S → KB

Kitabın üçüncü bölümünde psikodramadan söz ederken, irikodramanın üç aşamasından birincisinin "ısınma aşaması" ıgını belirteceğiz. Söz konusu ısınma aşamasında, grup elelerinin spontanlıklarını artırabilmek için, birtakım etkin-oyunlar gerçekleştirilir. Böylece spontanlıkları artan; in psikodrama sahnesinde yaratıcı eylemler sergileme- e bu yolla katarsis sağlamaları ve içgörü kazanmaları mümkün olur.

ROL KURAMI

Sosyometride "rol kuramı" önemli yer tutar; adeta eksen ni-iliğindedir. Sosyometri testi, psikodrama ve diğer sosyometri ilikleri rol kuramı üzerinde oturur. Moreno, gerek kuramsal /evde, gerekse uygulama alanında rol kavramına yepyeni bir •e getirmiştir. Fakat bütün bunlara rağmen, rol kavramı / rol mı yalnızca psikodramaya özgü değildir; rol konusundaki er, yalnızca Moreno'nun görüşlerinden ibaret değildir. ojide ve başta sosyol psikoloji olmak üzere psikolojinin lallarında rol kavramıyla ilgili büyük bir bilgi birikimi (Bu bilgi birikimi öylesine büyük, hatta abartılıdır ki, Costanzo'nun (1970) belirtüklerine göre yalnızca sosyal >1 ka°J1 p s a m ı n d a yüz d e n fazla rol tanımı vardır.) Kısacası, iki t°T^miyla / rol k u r a m ı y l a ilgili, Moreno'nun ve onun dışın, adamlarının katkılarıyla oluşmuş büyük bir bilgi biridir. Fakat buna rağmen, farklı alanlarda çalışan bilim

20

Sosyometri ve Psikodrama

adamları birbirlerinden habersiz görünmekte ya da kendileri dışında üretilen bilgileri gereksiz görmektedirler.

İlginçtir ki, sosyometriyle ve psikodrama ile ilgili hemen bütün kitaplarda, yalnızca Moreno'nun rol kuramına yer verilmekte, diğer yaklaşımlardan söz edilmemektedir. Benzer şekilde, sosyal psikolojinin önde gelen

kaynaklarından birisi olan "The Handbook of Social Psychology" (Lindzey ve Aronson, 1968) adlı kitabın "Role Theroy" başlığı taşıyan bölümünde Moreno'nun adı bile geçmemektedir. Kanımca bu tutum yanlışır. Bir konuyu herkes kendisine göre ele alıp incelememelidir. Rol, sosyal psikolojide bir şey, psikodramada ise başka bir şey değildir.

Sosyal psikologların Moreno ile ilgilenmelerini istemeye, şüphesiz ki hakkımız yok. Fakat -ister psikolojik danışma, isterse psikiyatri kapsamında olsun- psikodrama ile ilgilenen bizler, farklı alanlarda rol ile ilgili yapılan araştırmalara ve üretilen bilgilere ilgi göstermeliyiz. Çünkü ancak bu yolla, rolleri derinlemesine anlama ve rollerle ilgili insan davranışlarını manipüle etme becerimizi geliştirebiliriz. Üstelik roller konusunda Moreno dışında üretilmiş bilgiler, ilerde göreceğimiz üzere, ne Moreno'nun rol kuramıyla çalışmaktadır, ne de psikodrama uygulamalarındaki rol anlayışıyla.

Yukarıdaki görüşten hareketle, bu bölümde Moreno'nun rol kuramının yanı sıra, Moreno dışında üretilen rol ile ilgili bazı bilgilerden de, söz etmek istiyorum.

Rol ve Tarihçesi

"Rol" terimini kullanmadan, konuyla ilgilen ilk isim William James' tir. James, her insanın birden fazla sosyal ben'e sahip olduğunu belirtmişti. Sosyal ben'ler, "memur ben, anne b e n , müşteri b e n " şeklinde ortaya çıkıyordu (akt. Evrim, 1972).

Rol terimini ilk kullanan Baldvın ve daha sonra konuyla ilgilenen Trade, rolü bir "taklit" olarak tanımlamaktaydılar. Guillaume ise, rolün basit bir taklitin ötesinde bir şey olduğunu, taklit eden için bir işlevi bulunduğunu ve anababalarını taklit eden çocukların onların rolünü "benimsediklerini" ileri

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

21
sürdü (akt. Evrim, 1972). Allport'tan Benedict'e konuyla ilgilenen pek çok isim olmuştur. Bunlar arasında konuya damgasını vuran ise G.H. Mead'dir. Mead, rol kavramını sistematik bir şekilde inceleyen ve konuyu kuramsal bir bütünlük içinde ortaya koyan kişi olmuştur. Mead'in, ölümünden sonra 1934'te yayınlanan "Mind, Şelf ve Society" adlı eseri, Moreno'nun da yararlandığı, bir temel eser niteliğindeydi.

Mead özetle, rolleri kazanma süreci ile dili kazanma süreci arasında paralellik bulunduğunu savunmaktaydı. Mead'e göre, dil öğrenme ve sosyalleşme, rol alma (role taking) yoluyla gerçekleşir. Bir sosyal sistem içinde dünyaya gelen çocuk, o sistemdeki değerleri, tutumları ve mevcut olan rolleri birer birer öğrenmeye başlar. Bütün bunları öğrenmede dil birinci derecede gerekli bir araçtır. Dil olmaksızın roller öğ-renilemez. Moreno bu noktada Mead'e karşıdır. Moreno'ya göre rol spontan aksiyonların sürekli fişkırması şeklinde ortaya çıkar; roller, gerek ben'e, gerekse dile kaynak teşkil eder. Moreno'nun ifadesiyle, roller ben'den çıkmaz, ben rollerden çıkar. Sonuç olarak Moreno'ya göre, temel kaynak rollerdir.

Yukarda dile getirilen Mead'e ve Moreno'ya ait açıklamalara bakıldığında, Mead'in açıklamasının, psikoloji kapsamındaki alışıl gelmiş açıklamalara benzediği görülmektedir. Sosyal psikoloji, gelişim psikolojisi ve öğrenme psikolojisi alanlarında, daha pek çok araştırmacı, Mead'in görüşlerine benzer görüşler ileri sürmüşlerdir. Ayrıca bu görüşlerin ampirik araştırmalarla desteklendiğini de söyleyebiliriz. Kısacası Mead'in açıklaması daha tanıdık, belki de bu yüzden ayakları daha yerdeymiş gibi gözükken bir açıklamadır. Moreno'nun "rollerin ben'e kaynak teşkil ettiği" yolundaki ifadesi ise, ilk bakışta, bir felsefi görüş - y a da başka bir söyleyişle bir postüla olduğu- izlenimini vermektedir. Ancak böyle de olsa, ilerde göreceğimiz üzere, Moreno'nun rol kavramını pratikte ele alış şekli işlevseldir ve başlangıçtaki önermesi, test edilmeye pek uygun olmasa bile, sosyometrinin bütünlüğü içinde tutarlı ve orijinaldir.

22
Sosyometri ve Psikodrama
Rollerin ve Rol Çatışmalarının Sınıflanması
Rollerin ve rol çatışmalarının sınıflanması konusunda, Moreno dışında geliştirilmiş bulunan -ancak psikodramaya aykırı olmayan- pek çok görüş var. İlerde bu görüşleri, başlı başına bir inceleme konusu yapmak istiyorum. Ancak şimdi bu kitap kapsamında, okuyucuya konunun boyutları hakkında genel bir fikir verebilmek için söz konusu görüşlerden birkaç tanesine kısaca değineceğim.

Benzerleri arasında çoğunlukla tercih edilen rol tanımı, şöyledir: Grup içinde, belli bir pozisyonda bulunan kişiden beklenen işe/davranışlara "rol" adı verilir (Shaw ve Costanzo, 1970). Bu tanımdan yola çıkan çeşitli rol sınıflamaları yapılmıştır. Söz konusu sınıflamalardan birisinde, rol uyumu, rol uyumsuzluğunun bölümleri olan rol bulaşması ve rol katılığı ayrı ayrı tanımlanmıştır (Dökmen, 1994). Bazı kaynaklarda ise rol uyumsuzluğu, (a) Kişi - rol çatışması ve (b) Rollerden kaynaklanan kişilerarası çatışmalar şeklinde iki ana gruba ayrılarak incelenmektedir (Sarbin ve Ailen, 1968; Roloff, 1987). Bu sınıflamaya göre, kişiler, yeteneklerine ve ilgilerine uygun olmayan rolleri üstlenmek zorunda kaldıkları zaman ya da aynı anda birbiriyle çelişen birkaç role sahip olduklarında, "kişi-rol çatışması" ortaya çıkmaktadır. Rollerin belirsizliğinden ya da aynı ortamda yaşayan kişilerin belli rolleri farklı algılamalarından kaynaklanan çatışmalar ise ikinci grup çatışmayı oluşturmaktadır.

Rollerle ve rollerden kaynaklanan kişi-içi ya da kişilerarası çatışmalarla ilgili olarak çeşitli değişkenler tanımlanmıştır. Bunlardan bazılarını şöyle sıralayabiliriz: Rol beklentisi (role expectation), rol doyumunu (role

satisfaction), role bağıllık düzeyi (Sarbin ve Ailen, 1968; Kipper, 1991). Bu değişkenler esas alınarak, rollerle ve rollerden kaynaklanan çatışmalarla ilgili çeşitli sınıflamalar yapılmıştır. Yapılan sınıflamalar, çatışmaları gidermek amacına yönelik çalışmalara başlangıç noktası teşkil eder. Söz konusu sınıflamalardan iki tanesini kısaca ele alalım:

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

23

Sarin ve Ailen (1968), role bağıllık boyutu üzerinde sekiz basamak belirlemişlerdir. Buradaki ilk basamaklarda role bağıllık azdır, kişi ile rol arasında farklılaşma görülür; otoma-ük davranışlar bu gruba girer. (Örneğin ayda bir kez uğradığınız bir alışveriş merkezinde sergilediğiniz "müşteri rolü"ne olan bağıllığınız fazla olmayacaktır.) Sekizinci basamağa doğru gidildiğinde ise role bağıllık artmakta, kişi ile rol farklılaşması azalmaktadır. ("Eş" rolünü sergileyen bir erkeğin, karısının hamileliği sırasında sancı çekmesi, bu tür rollere örnek gösterilebilir.)

Role bağımlılıkla ilgili yukarıdaki sınıflamayı dikkate alan bir psikodrama yöneticisi, yönettiği oyunlarda karşılaşacağı rol merkezli çatışmalara, daha geniş bir perspektifle bakabilir. Söz gelişi, rol atomu sergilemekte olan bir oyuncu, eğer, aslında fazlaca bağılı olmadığı bazı rollerin kendisine ağır geldiğini belirtiyorsa, bu oyuncunun, söz konusu çelişki hakkında iç görü kazanması sağlanabilir.

Şekil - 2'de görüldüğü üzere, bir rolün gerektirdiği beceri düzeyini x-eksenine, bu rolü yerine getirmek için nelerin yapılması gerektiği konusunda kişilerin algısını ise y-eksenine yerleştirirsek, ortaya dört temel alternatif çıkar: (1) Rol becerileri yüksek olan kişiler, yüksek değere sahip rolleri seçtikleri zaman, tam olarak fonksiyonda bulunabilirler, dolayısıyla da doyum sağlarlar; (2) Yüksek rol becerisine sahip kişiler, düşük değerdeki rolleri seçtiklerinde, zamanla sıkılırlar ve rol yorgunluğu (role fatigue) içine düşerler; (3) Düşük rol becerisine sahip kişiler, yüksek değerdeki rolleri seçtiklerinde (tavassut ile terfi gibi), kaygı duyarlar ve rolle bütünleşme güçlüğü çekerler; (4) Düşük rol becerisine sahip kişiler, düşük değerdeki rolleri seçtiklerinde, gevşeme, rolü benimsememe ve zamanla o rolden uzaklaşma görülür (Kipper, 1991).

Kişilerin, rol becerileri ile rollere ilişkin algıları arasındaki uyumsuzluklar, Şekil-2'de özetlenen bilgilerden yararlanılarak psikodrama sahnelerinde canlandırılabilir, incelenebilir.

24

Sosyometri ve Psikodrama

ROL ALGISI DEĞERİ

kaygı	canlılık
yüksek	
rolle bütünleşememe	rol doyumunu
düşük	
gevşeme	sıkılma
rolden çıkma	rol yorgunluğu
düşük	ROL BECERİSİ
	yüksek

Şekil - 2 Rol becerisi ve rol algısı değeri (bir rolün yerine getirilmesi için nelerin yapılması gerektiği) değişkenleri ile rol doyum düzeyi arasındaki ilişki.

Rolleri ve rol çatışmalarını sınıflamak istediğimizde, konuyu çeşitli boyutlarda ele alabiliriz. Bu alandaki genel yaklaşımlardan bir tanesi, "Şahsiyet Alanında Rol Sorununa Giriş" adlı kitabında Evrim'in (1972) de yaptığı gibi, rolleri üç boyutta ele almaktır. Bunlar, grup düzeyi, kişilerarası iletişim düzeyi ve kişilik düzeyidir. Söz konusu üç düzeye ilişkin rol araştırmalarının tümü, psikodrama sahnesinde rolleri irdelemek istediğimizde işimize yarayacaktır.

Günlük yaşamda, sözlükteki anlamıyla üç tür rolden söz edilir. Söz konusu üç ayrı tür rol tanımını şöyle sıralayabiliriz:

1) Sanatçıların tiyatro sahnesindeki rolleri,

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

25

- 2) İnsanların, gerçek duygu ve düşüncelerini saklayarak, maske takmaları anlamında rol yapma,
- 3) Grup içinde belli bir pozisyonda bulunan kişiden beklenen davranışlar anlamında rol sergileme.

Burada tanımlanan rol türlerinin her üçü de psikodrama'nın kapsamı içindedir. Örneğin psikodramada grup üyelerinin sosyal rolleri ya da taktıkları maskeler oyunlaştırılabilir; söz gelişi kişi ile maskesi arasında diyalog gerçekleştirilebilir.

Psikodramada, tiyatrodakine benzer şekilde yazılı roller dramatize edilmediği için, ilk bakışta, yukarıda sıralanan rol tanımlarından birincisinin psikodrama ile ilgili olmadığı düşünülebilir. Ancak bu da ilgilidir. Gerçi baş-oyuncular, hiçbir zaman bir tiyatro oyuncusu gibi rol oynamazlar; fakat yardımcı oyuncular, baş-oyuncunun kendilerinden istediği rolü yerine getirmek zorundadırlar. Yani nasıl ki tiyatrodaki aktörler, yazarın ve yönetmenin kendilerinden istediği gibi oynarlar, psikodramada da yardımcı oyuncular, baş-oyuncunun istediği şekilde oynarlar. Bu bakımdan, psikodramada yardımcı oyuncuların, tiyatrodaki aktörler gibi rol oynamaları söz konusudur. (Ancak psikodramada yerine göre yardımcı oyuncular da insiyatiflerini kullanırlar. Konunun ayrıntılarını üçüncü bölümde tartışacağız.)

Moreno'ya Göre Rol ve Rol Sınıflaması

Moreno'nun, genelde sosyometrisi ve özellikle psiko-draması, rol kavramına / rol kuramına dayanır. Moreno'ya göre, roller ben'den çıkmaz, ben, rollerden çıkar. Diğer bir ifadeyle Moreno'ya göre rol, kişilerarası bir yaşantıdır, sosyal yaşamın ayrılmaz bir parçasıdır; hatta sosyal yaşam, rollerden ibarettir. Sosyal etkileşme ve gelişme ortamında ortaya çıkmakta olan roller, sosyal etkileşimin gözlenebilir üniteleridir. Bu durumda, sosyal etkileşimi sosyometri yoluyla incelemek istediğimizde, rolleri dikkate almamak imkânsızdır (Moreno ve ark. 1960; Moreno, 1963).

26

Sosyometri ve Psikodrama

Moreno başlangıçta üç tür rol tanımlamıştı (Moreno ve ark. 1960). Şöyle ki:

- a) Psikosomatik Roller: yemek yiyen, uyuyan, yürüyen kişi rolleri;
- b) Sosyal Roller: Günlük yaşamda, -belirli- bir anne ya da çocuk rolünü oynamak;
- c) Psikodramatik Roller: Psikodrama sahnesinde herhangi bir anne ya da çocuk rolü oynamak.

Yukardaki sınıflamaya daha sonra, psişik rolleri (seven, zevk duyan insan rolü) ve bütünleyici (transcendent) rolleri (Tanrı'yla ve Evren'le bütünleşen, dünyanın bir parçası olduğunu anlayan insan rolü) eklenmiştir (Özbek ve Leutz, 1987).

Psikodramada roller üzerinde çalışıldığında, yöneticiler ve üyeler yaratıcılıklarını kullanarak, ihtiyaca uygun şekilde, yukarda belirtilen sınıflamanın dışında da birtakım rol sınıflamaları yapabilirler. Örneğin duruma uygun yapılan sınıflamalardan birisi şöyledir (Hale, 1971):

- a) Psikosomatik roller,
- b) Sosyal roller,
- c) Psikodramatik roller,
- d) Aktif (halen geçerli) roller,
- e) Eski (artık sahip olunmayan) roller,
- f) Planlanan (gelecekte istenen) roller,
- g) İdeal roller,
- h) Hayalde (fantazide) yaşatılan roller.

Yerine göre yukarıdaki listeyi daha da uzatmak mümkündür. Psikodramada bazı grup üyeleri, yukarda belirtilen sekiz tür rolden bazılarına hiç sahip olmayabilirler, bazı türlerde bir, bazı türlerde ise birden fazla role sahip olabilirler. Grup üyeleri-rolleriyle ilgili bir çalışmada, üyelerin sahip oldukları

ometrinin Kuramsal Temelleri

27

sosy

roller belirlendikten sonra, her bir üyenin her bir rolüne T k'n tercihi (o rolü beğenip beğenmediği) de belirlenmiştir. ' , edilen bütün veriler, bir grafikte gösterilerek rol diyagramı oluşturulmuştur (Hale, 1975). Rol diyagramı, aşağıda ta-ımlayacağımız sosyograma benzer niteliktedir. Aradaki fark, osyogramda kişiler arasındaki tercihlerin belirtilmesi, rol diyagramında ise kişilerin rollerine ilişkin tercihlerinin belirtilmesidir.

Sosyometrik incelemede, farklı amaçlarla, farklı grafik gösterimlerle, çeşitli rol diyagramları düzenlenebilir. Örneğin Moreno, bebeklikten itibaren rol gelişiminin nasıl olduğunu ifade etmek için, Şekil - 3'te görülen rol diyagramını çizmiştir (Moreno, 1977). Bu diyagramda psikosomatik, sosyal ve psikodramatik roller iç içe çizilmiştir.

Psikodramatik roller

^ Sosyal roller

\ Psikosomatik " roller

Sekil - 3 Moreno'ya göre rol gelişimini gösteren rol diyagramı.

Rol Kuramı, gerek sosyometri tesünün gerekse psikodra-manın kuramsal temelinde önemli yer tutar. Rol Kuramı'nın spsyometri testiyle ilişkisine aşağıda "Sosyometrik Tercih ve Orüntü" başlığı altında değineceğiz. Rol Kuramı'nın psiko-drama ile ilişkisini ise kitabın üçüncü bölümünde ele alacağız.

28

Sosyometri ve Psikodrama

Üçüncü bölümde incelenecek olan "eşleme, rol değiştirme ve ayna" adlı tekniklerin kuramsal dayanağı Rol Kuramı'dır.

Moreno (1977), rol dinamikleri ile ilgili ilk gözlemlerini, tiyatro sanatçıları üzerinde yaptığını belirtmiştir.

Moreno'ya göre bir aktör ya da aktrist oyun sırasında iki ayrı rol taşımaktan ötürü bir çatışma içindedir. Sanatçı, oyundaki rolünün yanı sıra, bir de kendisi olarak sahnede yaşadığı role sahiptir. Söz gelişi "A" adlı sanatçı sahnede Hamlet'i canlandırırken, bir yandan Shakespeare'in Hamlet'inin hissettiklerini hissetmektedir, bir yandan da A olarak bir takım duygular yaşamaktadır. Aslında sanatçıdan, kendi duygularını değil, yalnızca Hamlet'in duygularını yaşaması istenebilir. Fakat sanatçının ne kadar Hamlet, ne kadar A olduğunu kestirmek güçtür. B adındaki bir başka sanatçı da Ophelia rolünü üstlendiğinde, yine biri oyundaki görevi olan, diğeri ise kendisine ait bulunan iki ayn role sahip bulunacaktır. A isimli oyuncu, sahnede Hamlet rolünü oynarken, Hamlet olarak Ophelia'ya karşı birtakım duygular yaşayabilir, ama aynı zamanda A olarak da gerek Ophehia'ya, gerekse Aphelia

rolündeki B'ye yönelik birtakım duygular yaşayabilir. Bu duygu trafiği, psikodra-madayaşanandan farklı değildir. Gerek tiyatro sahnesinde, gerekse psikodrama sahnesinde, rollerden kaynaklanan ve rollerle sergilenen benzeri eûdeşim örüntüleri sergilenir.

Yukardaki örnekte eğer A, oyun sonrasında tüm bu duygularını dile getirirse, psikodramadaki oyun sonrası değerlendirmelere benzer şekilde rol-geribildirim (role feedback) vermiş sayılır. Üçüncü bölümde, rol-geribildiriminin ve özde-şim-geribildiriminin psikodramada nasıl ele alındığını aktarmaya çalışacağım.

Moreno'ya Göre Rol Gelişimi

Moreno (1963 ve 1977), beş rol gelişim basamağı tanımlamıştır. (Aşağıda söz konusu basamakları/aşamaları sıralarken, Özbek ve Leutz (1987) ile Kaner'in (1990) tercih ettiklerinden farklı bir yol izleyerek, birinci basamağa "dönem" diğerlerine "evren" dememe yanlışımı. Çünkü bu adlandırma, hiyerarşik sıralamada karışıklık yaratmaktadır. Kanımca basasyometrinin Kuramsal Temelleri

29

makların tümüne "dönem" ya A w e " denüebilir. Basamaklar şöyle sıralanmaktadır: lîlfa annesinin kar-

„ Embriyonal Dönem: Dokuz ay^^^^ bu nında olan bebek, paraziter roldedir, doğu rolden çıkarak psikosomatik role geçer. mden 0.

2) Birinci Psişik Dönem: Bu dönem ita alt donem

luşur; • , u.,\ TA,, dönemde bebek

M özde,™ Bümnlüğn (ALİ > * * ^ : V B U psikosomank rollere («t «en, T^^aki%r1nm farVanda dönemde bebek, kendisi ile dış dünya arasında» ay 1 ^ 1 Şekil-4'tebu dönem ifade edilmektedir

M Her Şe, Gerçek (Ali ^ ğ * ^ ^ S . arasında ayırım yapmaya başlar. &eoi edilmektedir.

3) ikinci Psişik Donem: Bu do"™deJ ^ b iki dünya-hem de fantaziler dünyasında yaşayab Ur C ^ bekleml .

dan birinden diğerine geçme J ^ ğl n şey,

Bu dünyalardan birisinden diğerine S v arasında

spontanhtır. Geçişlerin sağlıklı olmaması, bu ıkı Y

ayırım yapılamaması, ruhsal sorun say*.

Bu dönemde, psikosomatik ro^" ? ^ ötesinde,

eklenir. Artık çocuk bir yandan, yiye

yemekten zevk alır hale gelir; ^ ^ e r f k oyun oyna-tor, baba gibi birtakım sosyal rollere DU maya başlar. Kv.tünlevici roller

4) üçüncü Psişik Dönem. Bu ^ d e ^ b u t u n l e y , ^

ortaya çıkmaya başlar Kişi, dundun / olduğunu anlamaya, tum varlıklaraup b_k di i l d

lar. Bu dönemde kişi, hem -artık.uz ^ ^ ^ d

dünya arasında ayırım P P ^ f j l ! , ^ ' bi ü indedir. Bu dodaki dünyanın bir P ^ M \ ° ! du S "" İlk ya başladığı, hay-nem, kişilerde çevre bümce^fa^ l vanlarıyla, ağaçlarıyla, kültürleriyle dünyay kendini gösterdiği dönemdir.

30

Sosyometri ve Psikodrama

Şekil - 4 Özdeşim Bütünlüğü Matrisi. (Çocuk, kendisi ile dış dünya arasındaki ayırımın farkında değil. Küçük daireler, çocuğun dünyasındaki insanları, kareler ise nesneleri sembolize etmektedir.) (Moreno, 1977).

Şekil-5 Her Şey Gerçek Matrisi, (Çocuk, kendisi ile dış dünya arasındaki ayırımın artık farkındadır. Çocuğun dünyasında insanları sembolize eden dairelerle, nesneleri sembolize eden kareler birbirlerinden ayrılmışlardır.

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

31

SOSYOMETRİK TERCİH VE ÖRÜNTÜ

Giriş Bölümü'nde de değindiğimiz gibi, sosyometrideki grup tekniklerinin en tanınmış sosyometri testi'dir. Kısaca belirtmek gerekirse, sosyometri testi gerçekleştirilirken, birbirlerini tanıyan bir grup insandan, belirli bir ölçüte dayanarak birbirlerine ilişkin tercihlerini sergilemeleri istenir. Yapılan tercihler, seçmeler ve reddetmeler olarak iki gruba ayrılır. Eğer bir grup üyesi diğeriyle birlikte olmayı ya da onunla birlikte bir etkinliği gerçekleştirmeyi istiyorsa, o üyeyi seçmiş sayılır; eğer istemediğini belirtiyorsa reddetmiş sayılır. Seçimlerden ve reddetmelerden oluşan bu işleme, "sosyometrik tercih" adını vermek istiyorum. ("Sosyometrik tercih" yerine bazı kaynaklarda "sosyometrik seçim", bazılarında "sosyometrik yeğleme" deniyor. Yukarda seçme ve reddetme adlarını verdiğim iki etkinliğe ise bazı kaynaklarda "çekme-itme", bazılarında ise "kabul-red" deniliyor. Şüphesiz bu terimlerin hepsi kullanılabilir. Ancak ben burada kelime tercihim, çoğunluğa uyararak "seçme-reddetme" şeklinde yapacağım. Olayın tümüne birden ise "sosyometrik tercih" adını vermek istiyorum. Bir başka ifadeyle, olumlu tercihlere "seçme", olumsuzlara ise "red" diyeceğim.)

Bir grup insanın ortaya koyduğu sosyometrik tercihler, -kâğıt üzerinde gösterilsin ya da gösterilmesin- o grubun sosyo-metrik örüntüsünü ortaya çıkarır. Belli ölçütler söz konusu olduğunda kim kiminle arkadaş olmak istiyor, kim kimden uzak durmak istiyor, sosyometrik örüntü bize bunu bildirir. (Burada sosyometrik örüntü adını verdiğimiz şeye Moreno, "kişiler-arası örüntü (interpersonal netvorks)" adını vermiştir (Moreno ve diğ., 1960). Günümüzde, sosyometri testinin yapılmadığı durumlarda da kişilerarası iletişim ağlarına bakılarak "kişi-lerarası örüntü" denildiğinden, kavramların karışmaması için, sosyometrik tercihlerle ilgili örüntüye "sosyometrik örüntü" demek istiyorum.)

Sosyometri, Latin ve Grek kökenli iki kelimenin birleşmesinden doğmuştur. "Socius" arkadaş, "metrum" ise ölçü anlamına gelmektedir. Kendisini oluşturan iki kelimedenden de anla-

32

Sosyometri ve Psikodrama

***** ^ krinin *Ü'meSİ

- Vi7ere sosyometn,

Sosyometn testim uyg 1979) • Şöyle ki:

ulamak ^ ^ tr S Sur g m e T her , üy,eni ^»»S» . » adını

tercib etüğü belirl^ y nra yine her bir uy

yazmasını is^ .Dah^ ^ ^ i^gf J^ nasıl

dikkate a aJb lar toplanı-(^ Saçaktı,)

S S S S ^ ^ ^ ^ j ^ üç olması şart değil-Sosyometri testinde tercrh »yi , - rmbun

büyükliğüne göre J t r-

dır. Grubun y k , belirli bu V

Sosyometn testl "y\ d (Moreno, 19Wr hlerin sorulması ^gerek^ a, . o P ^ f ^ çan*

b sınıfta sosyome n ^ J ? üç kıŞmm ^

çalı^y-n|^ fisinin adi-n! ^ i l , "sınıfça

de yı biç is' ^ ? l z çalı ç mak'tır. Ya da ogr"e öJekte ölçüt, birlik^ V* ^ . ^ oturmayı <£

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

33

Özellikle, psikodrama oturumlarının ilk bölümü olan ısınma aşamasında, farklı isteklerden birisinin seçilebilmesi için sözlü oylama yapılır. Örneğin hem Ayşe hem de Ahmet başoyuncu olmak istiyorlarsa, yönetici oylama yapabilir. Ayşe ve Ahmet hangi konuyu gruba getireceklerini kısaca belirtmişlerdir. Oylama sırasında üyeler tercihlerini belirtirler. Bu sözlü sosyo-metri testi sırasında kullanılan ölçüt, üyelerin gruba getirmeyi önerdikleri konulardır. Grup, Ayşe'ye ya da Ahmet'e yönelik tercihini değil, onların getirdiği konuya ilişkin tercihini belirtmiştir. Yani bir anlamda, sonuçta seçilen ya da reddedilen bu iki üyenin tüm kişilikleri değil, getirdikleri konudur.

(3) Aksiyonla tercih belirleme: Bazen yöneticiler, ki genellikle ısınma aşamasında olur, üyelerin yerlerinden kalkıp yürümelerini ve belli kümeler oluşturmalarını isterler. Örneğin "ikişerli gruplar oluşturunuz" ya da "üçerli gruplar oluşturunuz" diyebilirler. Üyelerin spontan olarak oluşturdıkları bu gruplar, aynı zamanda onların sosyometik tercihlerinin bir göstergesidir.

Bazen de psikodrama gruplarında üyeler, belirli bir yönerge olmasızın, farkına varmadan sosyometrik tercihlerini sergilerler. Bu durum daha çok oturuş düzenlerinde gözlenir. Yöneticiler, gerek gördükleri takdirde üyelerin oturuş düzenlerini -yani grubun sosyometrik örüntüsünü- birkaç cümle ile yorumlayabilirler, konfrontasyonda (yüzleştirmede) bulunabilirler. Örneğin bir üye, son birkaç oturumdur diğer üyelerden belirgin şekilde ayrı oturuyorsa yönetici "son birkaç oturumdur yalnız oturmayı tercih ediyorsun" diyebilir.

Ülkemizdeki psikodrama ya da etkileşim (encounter) gruplarında sıklıkla ortaya çıkan sosyometrik örüntü, hanımların ayrı erkeklerin ayrı oturmasıdır. Kendiliğinden, öylesine oluşuveren bu oturma düzeni, sıklıkla yöneticilerin dikkatini çeker. Spontan aksiyonla gerçekleşen bu sosyometrik tercihi gözleyen pek çok yöneticinin "yine haremlik selâmlık oturmuşsunuz" dediğini duymuşumdur.

34

Sosyometri ve Psikodrama

Sosyometri Testinde Ölçüt Niçin Gereklidir, Nasıl Olmalıdır?

Sosyometri testi uygularken, özellikle kâğıt-kalem testi yoluyla kişilerin sosyometrik tercihlerini belirlerken, belirli bir ölçüt (kriter) kullanmanın gerekli olduğunu belirttik. Gerçekten de sosyometri testi sırasında insanlara, kimi sevdikleri değil, belirli bir eylemi kiminle birlikte gerçekleştirmek istedikleri sorulmalıdır.

Sosyometri testi için yönerge verilirken mutlaka bir ölçüt' kullanılmasının nedeni, sosyometrinin kuramsal temeli ile ilgilidir. Hatırlanacağı üzere "Rol Ku/amı" sosyometrinin temel taşlarından birisiydi. Moreno'ya göre rol, yaşamın ayrılmaz bir parçasıydı; roller, sosyal etkileşimin gözlenebilen üniteleriydi. Belli bir ölçüt vererek sosyometri testi uyguladığımızda, üyelerin yalnızca belli bir rol çevresinde seçim yapmalarını sağlamış oluruz.

Örneğin "kiminle ders çalışmak istersiniz?" dediğimizde, üyeler, "ders çalışan öğrenci" rolünü dikkate alarak seçim yaparlar. Yani test yönergesinde verilen her ölçüt, belli bir rolü tanımlamaktadır. Söz gelişi sınıfta hiç kimse

Ahmet'le ders çalışmak istemiyor olsun. (Çünkü Ahmet'in dersleri zayıftır.) Fakat ölçüt "pikniğe gitmek" olunca, birkaç üye, hoş sohbet olduğu için Ahmet'i seçebilir. Bu durumda Ahmet, tüm kişilik özellikleriyle birlikte toptan seçilmiş ya da reddedilmiş olmaz. Ahmet, "öğrenci" rolü oynadığında grup tarafından seçilmemektedir; ancak "gezmeye giden kişi" rolü oynadığında ise seçilmektedir.

Bir grup insana, "kimi seviyorsunuz?" diye sorulduğunda, ölçüt belli olmadığından, diğer bir ifadeyle rol belirsizliği bulunduğundan, kişiler neye göre seçim yapacakları konusunda sıkıntıya düşeceklerdir.

Sosyometri testi sırasında belirli ölçütler kullanmanın bir başka gerekçesi daha var. Kişilerarası iletişim konusunda altı çizilen ilkelerden birisi de şudur: "Kişiyi eleştirmeyin, davranışı eleştirin" denilir. Gerçekten de kişiyi toptan yermek -hatta belki de toptan övmek- yerine, belirli bir davranışını yermek

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

35

veya övmek daha işlevseldir. Benzeri şekilde, eğer ölçüt olmaksızın "kimi seviyorsunuz?" diye sorarsak, seçilenler tüm davranışları/kişilik özellikleri gözetilerek seçilmiş olurlar; reddedilenler ise tüm davranışları /kişilikleri gözetilerek reddedilmiş olurlar. Bu yaklaşım ise sakıncalıdır, gerçekçi değildir. Böyle yapmak yerine, insanları belirli bir ölçüte göre, yani sadece bir tek rollerini dikkate alarak seçersek ya da reddedersek, daha gerçekçi davranmış oluruz.

Moreno'nun (1963) ölçütlerin nasıl olması gerektiği konusundaki görüşlerini şöyle sıralayabiliriz:

(1) Bir gruba sosyometri testi uygulanırken birden fazla ölçüt kullanılmasında yarar vardır. Böylece, farklı rollere sahip kişilerin yaşamlarındaki çeşitli alanlar, ölçme işleminin kapsamına alınmış olur.

(2) Kullanılacak ölçütler, deneklerin spontan cevaplar verme ihtimallerini artıracak nitelikte olmalıdır. Diğer bir söyleyişle, kullanılan ölçütler, deneklerin yaşantılarıyla, ihtiyaçlarıyla ilişkili olmalıdır ki, denekler teste katılmaya güdülenebilsinler ve spontan cevaplar verebilsinler. Örneğin "akşam yemeğine kimleri çağırırsınız?" sorusu, evli çiftlerden oluşan bir gruba sorulduğunda, bu kişileri güdüleyebilir, onları spontan cevaplar vermeye itebilir. Fakat aynı soru, lise öğrencilerine sorulduğunda, öğrencilerin yaşantılarına uygun düşmeyen bu soru, onların spontan cevaplar verme ihtimallerini azaltacaktır; dolayısıyla da testten sağlıklı sonuçlar elde edilmesini güçleştirecektir.

(3) Ölçütler, belirgin, kolay anlaşılır nitelikte olmalıdır.

(4) Sosyometri testi öncesinde, yani deneklere belirli ölçütler verilmeden önce, araştırmacı tarafından denekler, spontan cevaplar verecek şekilde güdülenmelidirler. Çünkü sosyometri testinde spontanlık, bir bakıma "dürüstlük" anlamına gelmektedir. Test öncesinde araştırmacı denekleri, spontan, diğer bir ifadeyle dürüst cevaplar vermeye güdüleyebilirse, testin güvenilirliği ve geçerliği artacaktır.

36

Sosyometri ve Psikodrama

Moreno, sosyometride etik (ahlâki ilkeler) konusu üzerinde önemle durmuştur. O'na göre, test sonuçları açıklanmıyor bile olsa, deneklerin dürüst cevaplar vermeleri, toplumsal dayanışma açısından önemlidir. Evreni ve insanlığı bir bütün olarak kucaklaması gereken insan, sosyometri testini de bu bütünün bir parçası olarak algılamalıdır.

SOSYOMETRİK ALGI TESTİ

Sosyometri testinde, grup üyelerine kimleri seçtiklerini ve kimleri reddettiklerini soruyorduk. Bu alandaki bir başka test ise, sosyometrik algı testi'dir. Bu testte kişiden, grup üyelerinden kimlerin kendisini seçeceğini ve reddedeceğini tahmin etmesi istenir. Kişi, yalnızca kendisine ilişkin tercihler konusunda tahminler yapabileceği gibi, gruptaki tüm sosyometrik tercihlere ilişkin de tahminde bulunabilir. Burada, bir kişiye ait tahminler, o kişinin gruptaki tercihleri nasıl algıladığını gösterir.

"Sosyometri testi", bir gruptaki gerçek etkileşim örüntüsünü gözler önüne serer. "Sosyometrik algı testi" ise üyelerin, gruptaki örüntüyü algılayış biçimlerini gösterir. Eğer bir gruptaki gerçek örüntü ile bir üyenin bu örüntüyü algılayış biçimi arasında önemli farklılık varsa, bu durum söz konusu üye için bir sorun kabul edilebilir. Söz gelişi, sosyometri testi sonucuna göre gruptaki pek çok üye tarafından seçilmiş bir üye, algı testinde kimsenin kendisini seçmeyeceği yolunda bir tahminde bulunmuşsa, bu üyenin kendisine ilişkin algılarını ciddi biçimde gözden geçirmesi gereklidir. Ya da bu durumun tersi söz konusu ise, yani bir üye pek çok kişinin kendisini seçeceği yolunda tahminde bulunmuşken hiç kimse tarafından seçilmezse, yine ortada bir sorun var demektir. Bütün bu sorunların psikodrama kapsamında ele alınmasında yarar vardır.

TELE

Moreno, kişilerarası etkileşimlerde empatinin, transferan-sın (duygusal aktarım) ve telenin önemini vurgulamıştır. Ancak bunlar arasında Moreno için telenin özel bir önemi vardır.

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

37

"Tele" kavramını Moreno ortaya atmıştır. Moreno'ya göre tele, iki insanın birbirlerinin iç dünyalarını, neler hissettiklerini karşılıklı olarak yaşamaları demektir. Moreno, empatinin tek yönlü olduğunu, telenin ise iki yönlü olduğunu belirtmekte, empatiyi telenin bir bileşeni saymaktadır. Eğer bir insan karşısındakinin neler hissettiğini

hissedebiliyorsa, bu durum tek yönlü duygu akışıdır ve "empati (einfühlung)" olarak adlandırılır. Bu duygu akışının iki yönlü olması halinde, "tele (zweifühlung)" ortaya çıkar (Moreno, 1963; Kellerman, 1979). Yukarıdaki açıklamalardan da anlaşıldığı üzere, aralarında tele ilişkisi bulunan iki insan, birbirleriyle karşılıklı olarak empati kuruyorlar demektir. Aralarında tele ilişkisi bulunan kişilerin birbirlerini karşılıklı olarak seçtiklerini/çektiklerini de söyleyebiliriz. Bu yönüyle telenin, sosyometrik tercihleri belirleyen önemli bir etken olduğu düşünülebilir. Eğer bazı grup üyeleri birbirlerini karşılıklı olarak seçiyorlarsa, aralarında tele ilişkisi var demektir. Birbirleriyle tele ilişkisi kurabilen kişiler, -aralarında fiziksel yakınlık olması şart değildir- sevgiyle birlikte olmayı, aynı duyguları paylaşmayı başarırlar. More-no'ya göre tele, toplumsal kaynaşmayı (kohezyonu) sağlayan "tedavi edici (terapötik) bir sevgi'dir.

Moreno'nun teleyle ilgili bir başka tanımı şöyledir: İki insan arasındaki karşılıklı duygu alış-verişinde, birinden diğerine aktarılan en küçük duygu birimine "tele" adı verilir. Bu durumda iki insan arasındaki duygu alış-verişi, "tele ilişkisi" olarak tanımlanmaktadır. Telenin sözlük anlamı ise "uzaklıktır. Telefon ya da telgraf nasıl ki kişiler arasındaki mesafeyi etkisiz hale getirerek, karşılıklı mesaj alış-verişini mümkün kılıyorsa, tele ilişkisinde de kişiler arasında duygu alış-verişi gerçekleşir.

Tele ile ilgili son olarak metodolojik bir soruna değinmek istiyorum. Benzeri diğer kavramlar gibi (örneğin tutum, zekâ ya da empati gibi) tele de bir ara değişkendir. (Doğrudan gözlenemeyen, ancak gözlenebilen bazı davranışları etkilediği

38

Sosyometri ve Psikodrama

varsayılan değişkenlere "ara değişken" adı verilir.) Ara değişkenlerin işlevsellikleri, ölçülmeye elverişli olmalarıyla orantılıdır. Bu açıdan bakıldığında telenin ne kadar işlevsel olduğunu bilemiyoruz. Çünkü telenin doğrudan ölçüldüğü ya da bir değişken olarak ele alındığı hemen hiçbir araştırma yoktur. Sosyometri testinde üyelerin birbirlerini karşılıklı olarak seçmelerine baktığımızda, teleyi ölçtüğümüz ileri sürülebilir. Fakat bence sosyometri testinde tele ne doğrudan doğruya ölçülmektedir ne de bir değişken olarak ele alınmaktadır.

Sosyometri ile ilgili bilimsel yayınlarda telenin ölçülmesi çabasına tanık olmuyoruz. Öte yandan teleye çok benzeyen "çekicilik (attraction)" adlı bir kavram vardır. Sosyal psikolojinin konusu olan bu kavram, çeşitli araştırmalara konu edilmiştir. Ancak çekicilikle ilgili araştırmalarda ve incelemelerde, teleden ve Moreno'dan söz edilmemektedir. Aynı şekilde tele ile ilgili çalışmalarda da çekicilik konusuna değinilmemektedir. Sonuçta rol konusundaki durumun burada da ortaya çıktığı görülmektedir. Komşu alanlarda çalışan bilim insanlarının, aynı olaya farklı adlar verdikleri ve birbirlerinin çalışmalarıyla da ilgilenmedikleri görülmektedir. Belki de teleyi ve çekicilik konusunu ayrı ayrı incelemekte olanlar, bu iki kavram arasındaki benzerliğe hiç dikkat etmemişlerdir. Bence alanlar arasında bilgi transferinden kaçınmamak gerekir. Tele ile ilgilenen bizler, eğer sosyal psikoloji kapsamında çekicilikle ilgili ortaya çıkan araştırma sonuçlarından yararlanırsak ve bu araştırmaların benzerlerini sosyometri sınırları içinde gerçekleştirirsek, son derece yararlı olur.

SOSYAL ATOM

Moreno'nun sosyometri kapsamında ortaya attığı "sosyal atom", sosyometrinin en ilginç ve işlevsel yanlarından birisini oluşturmaktadır. Sosyal atomun kullanışlılığı konusunda pek çok araştırmacı hemfikirdir (Remer, 1985). Moreno'ya (1951 ve 1960) göre bir ifadeyle sosyal evren'in en küçük birimi, kişi değil, sosyal atomdur.

Demokritos'un,

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

39

«daha fazla bulunemeyen en küçük birimi" ifade etmek için kullandığı "atomos" kavramını Moreno, sosyal ilişkiler örüntü sünün en küçük birimini tanımlamak için kullanmıştır Bir ki sinin sosyal atomunun merkezinde, bu kişinin bulunduğu çevresine ise kendisi için önemli olan kişilerin yerleştiği düşünülür

Kanımca sosyal atom, sosyometri testini tamamlayan önemli bir öğe olmuştur. Şöyle ki: Büyük bir ihtimalle hemen her insan sosyal yaşam içinde tek bir gruba mensup olmaz-birden fazla grubun üyesidir. Çeşitli gruplara mensup olan bir bireyin, bu gruplardan her birisinde birlikte bulunmaV1 tercih ettiği kişiler bulunabilir. Bu bireyin birlikte olmayı tercih ettiği kişilerin toplamını görebilmemiz için, söz konusu orunla" nn her bınsmeye ayrı ayrı sosyometri testi uygulamam! gerecektir. Bu ise oldukça zor, hatta imkânsızdır O halde bu W reye gidip, "senin için kimler önemli?" sorusunu sormak daha

cTp^bSle^ ^ 1 1 S°Syal at°mU' ^ *>"*> -5S

Yukarıdaki açıklamadan da anlaşılabacağı üzere, sosyometri testinin ve sosyal atomun farklı işlevleri vardır ve bu farklı işlevlerle birbirlerini tamamlamaktadırlar. Sosyometri te tinde hem gruplardaki sosyometrik örüntüler hem de birev lenn bu gruplardaki sosyometrik statüleri hakkında bilgi elde" edem. Bueyin sosyal atomuna baktığımızda ise, onun Sunadaki toplam sosyometrik tercihlerini görmüş oluruz.

Sosyal atom, hem bir grup tekniği olarak, hem de bir ev-lem tekniği! olarak kullanılabilir. Yani sosyal atomları hem ölçmek-örneğin kâğıt kalem tesüyle ölçmek- hem de psiko dramada gözlemek mümkündür. Sosyal atomların ölçülmesi amacıyla tarafımdan geliştirilen bir ölçekten (Sosyal Atom Öl çegü) kitabın i ^ kin^kö p lü s ik m oüd n r d a m e s a ö z k a e pd^em ğ in ima . Sosyal atomla

Sosyal atom, psikodramada sıklıkla kullanılan bir dram, tızyasyon tekniğidir. Sosyal atomlar psikodramada, yönetidie-

SosyometrivePsikodrama

i Uygun gördükleri şekilde, bazen ısınma, bazen dıyı Safarında sergilenir, izlenen yol genelde ^ ^ ^
Sunu ortaya koyacak üye, sahnenin ortasın da durur X sosyal atomunun merkezi, yanı kendi ^rhgJ
" üye daha sonra, yaşamında kendisi için ^ °f^Ui 'Lnne, baba, arkadaş gibi) bu merkezin etrafına, ^onern^ , Sl
a n daha yakına koyarak yerleştirmeye başlan *u y S sırasında her bir yakınınını sembolize etmek üz erg MP
Sarinden birisini görevlendirir. Yardımcı oyuncu ro S e n e n bu üyelerin, hangi uzaklıkta ve hangi P ° f" J £ ö ^
faklarına (örneğin yüzlerinin gülüp gultmeyeceg y
> pozisyonlarına nasıl olacağına) ^ y ^ r ^ ^ Vyuncu karar verir. Daha sonra yönetici ^
S a l atomunu oluşturan kişilerden bır s^ -Znusmasmı istedi değıştirme tekniğini kullanarak karşılıklı pusmasını
> i l g L tür diyaloglar, gerek sosyal atomunu *«&£ £ Sucuların, gerekse onlan izleyen yardımcı o ^ n c u ^
J» sağlamalarına ve içgörü zamanmalanna yol açam V, 1993; Dökmen, 1993a).

Psikodrama sahnelerinde sergilenecek ^ S'i kriterlere dayandınlabılır. Yöneticiler yarat^üi banarak, bas-
oyunculardan duruma uygun sosyal a Huşturmalarını istemelidirler. Ornegvn bazı ^yal oyuncuların sevdikleri
kişilerden, bazıları « ^ ^ UeÇen, sevdikleri ve sevmedikleri kışüerden o^u ^ W atomlar yalnızca
yaşayan kişilerden ^« Wıları ise hayatta bulunsun bulunmasın baş-oyunc önemli kişilerden oluşturulur
(Dökmen, 1993).

Sosyal Atomun Yapısı

ilgili yayınlarda üç tür sosyal atom ^*TM^

(Remer, 1985). Aslında bir bireyin bu uç ur_ a t o m a - y Sahip olması söz konusu değildir; uçu ^ uk * ' * 1ÇÇ g
şekildedir. Şekil - 6'da bu durum ifade edümektedir.

Sosyometrinin Kuramsal T e m e l l e r i

41

tanıdık katmam

sosyal atom eşığı

dış çekirdek - (sosyal ilişki ve tele yok)

iç çekirdek (tele ilişkisi)

Şekil - 6 Moreno'ya göre sosyal atomun sembolik gösterimi (Moreno, 1960).

Şekil - 6'da bir kişiye ait sosyal atom grafikte gösterilmiştir. En dışta görülen balka, sosyal atomun sabibi olan
kişinin tanıdıklarını sembolize etmektedir. Burada "tanıdık" sözüyle, kişinin tanıdığı, batta selâmlaştığı fakat yakın
bir dost ya da bir arkadaş olarak algılamadığı kişiler kastedilmektedir. Apartman ya da maballe komşularımız ya da
belediye otobüslerinde sıklıkla karşılaştığımız kişiler, bizim için tanıdık sayılırlar. Bir kişinin "tanıdıkları", onun
kollektif atomunu oluşturur.

Şekil - 6'da en dıştaki beyaz kuşak, kişinin tanıdıklar grubunu sembolize ediyordu; taralı kısım ise sosyal atomunu
sembolize etmektedir. Sosyal atom, dış ve iç çekirdek olmak üzere iki katmandan oluşur. (Şekilde, dikey çizgili
kısım dış çekirdeğı, yatay çizgili kısım ise iç çekirdeğı sembolize etmektedir.) Şekil - 6'da, sosyal atom ile
tanıdıklar grubu arasına kalın bir çizgi çizilmiştir. Bu çizgiye "sosyal atom eşığı" adı verilir. Sosyal atom eşığı
geçirgendir. Örneğın bir kişinin tanıdıklarından bazıları, zaman zaman eşığı aşarak atoma dabil olabilir.

42

Sosyometri ve Psikodrama

Bir sosyal atomun dış çekirdeğinde, atom sahibinin yakın ilişki kurabileceğı, ancak henüz kurmamış olduğı kişiler
yer alır. Atom sahibi bu kişilerle sosyal ilişki içindedir, fakat tele ilişkisi içinde değildir. Bu grupta yer alan
kişilerin, atom sahibinin bireysel atomunu oluşturduğunu düşünebiliriz. Çok yakın olarak tanımlananlar hariç
olmak üzere, dostlar/arkadaşlar, sosyal atomun bu kesimini oluştururlar. İç çekirdekte ise atom sahibinin karşılıklı
olarak yakın ilişki, yani tele ilişkisi kurduğı kişiler yer almaktadır. İç çekirdekte yer alan kişilerin, atom sahibinin
psikolojik atomunu oluşturduğunu belirtebiliriz. Bu gruba giren kişiler, atom sahibinin aile üyeleri ve çok yakın
arkadaşları olabilir.

Eğer atom sahibi, tanıdıklarından birisiyle sosyal ilişki kurmak isterse, bunu sadece kafasından bile geçiriyor olsa,
o tanıdık, eşığı aşarak, atomun dış çekirdeğinde yer alır. Eğer atom sahibi, bu arkadaşı ile sosyal ilişki kurmanın
ötesinde bir de tele ilişkisi kurarsa, bu kez bu kişi, dış çekirdekten de ayrılıp iç çekirdeğe geçer.

Gerek dış çekirdekte, gerekse iç çekirdekte bulunanlar, atom sahibi için duygusal açıdan önemli kişilerdir. En
dıştaki tanıdıklar katmanında (diğer bir söyleyişle kollektif atomda) yer alan tanıdıklar ise atom sahibi için
duygusal açıdan önemli değildir.

Şekil - 6'da görülen üç katmanı birbirinden ayıran önemli ölçütlerden birisi, tele ilişkisinin kurulabilmesi için
gerekli ısınma (warm up) miktarıdır (Remer, 1985). Bir sosyal atomda dışardan merkeze doğru gidildikçe, söz
konusu ısınma için gerekli süre giderek azalır. Şöyle ki: Bir kişinin tanı-dıklarıyla tele ilişkisi kurulabilmesi, yani

onları sosyal atomunun çekirdeğine alabilmesi için, oldukça önemli bir ısınma sürecine ihtiyaç vardır. Sosyal atomun dış çekirdeğinde bulunan kişilerle tele ilişkisi kurmak için gerekli ısınma süresi ise daha kısa olabilir. Bir kişinin, sosyal atomunun çekirdeğinde yer alan kişilerle tele ilişkisi kurabilmesi için ısınmaya ya hiç ihtiyaç yoktur, ya da kısa bir ısınma yeterli olabilir.

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

43

Sosyal Atomlarda Dinamizm

Yukarda da kısaca değinildiği gibi, sosyal atomlar dinamik bir yapıya sahiptir; yaşam boyunca pek çok defa değişebilir.

Grupların, ölçülen ve algılanan sosyometrik örüntüleri ile o gruplardaki üyelerin sosyal atomları arasında, ortak yanlar, ilişkiler vardır. Örneğin bir grubu oluşturan kişilerin sosyal atomlarında, yapılarını değiştirme ve aralarında denge sağlama eğilimi görülür. Homeostatisi hatırlatan bu dengeye "sostostazis" adı verilir.

Bir çocuğun sosyal atomu, başlangıçta sadece anne ve babasından oluşurken, yaşı ilerledikçe, sosyal atomuna yeni kişiler, örneğin yaşıları katılmaya başlar (Starr, 1979).

Kişilerin sosyal atomlarına yeni isimler eklenebileceği gibi, bazen de bazı isimler atomun dışına çıkabilir. Bir sosyal atomdaki isimlerin eksilmesi, o atomu fakirleştirir. Atomların fakirleşmesi olayına her yaştaki insanda raslanabilse de, bu durum gençlere oranla yaşlılarda daha belirgin şekilde ortaya çıkar. Bir sosyal atomdan çok miktarda ismin eksilmesine "sosyal ölüm" adı verilir. Sosyal ölüme, yaşlılarda raslanma ihtimali gençlerde raslanma ihtimaline oranla çok daha yüksektir. Çünkü gençler, atomlarındaki kayıpları telâfi edebilirler; örneğin kaybettikleri bir arkadaşın yerine başka bir arkadaş koyabilirler. Yaşlılar ise sosyal atomlarındaki kayıpları gençlere oranla daha zor telâfi ederler, bazen de hiç edemezler. Bu durum, yaşlıların kendilerini yalnız hissetmelerine ve dolayısıyla da ruh ve hatta beden sağlıklarının bozulmasına yol açabilir.

Sosyal atomların dinamizmini etkileyen pek çok faktör vardır. Örneğin kişilerin sahip oldukları roller, sosyal atomlarının büyüklüğünü ve niteliğini etkileyebilir. Bu alandaki bir başka değişkenin ise "mekân" olabileceği kanısındayım. Diğer faktörler sabit kalsa bile, yalnızca mekândaki bir değişiklik, gerek kişiler arasındaki iletişimlerde, gerekse kişilerin sosyal atomlarında değişmeye yol açabilir. Söz gelişi, diyelim ki komşu mahallede bir bakkal Ahmet Bey var. Ahmet Bey'den alış

44

Sosyometri ve Psikodrama

veriş etmiyorsunuz; şahsen tanıyorsunuz, fakat her gördüğünüzde de selâmlaşmıyorsunuz. Bu kişi, sizin sosyal atomunuzda yer almıyor demektir; sizin için olsa olsa bir tanıdıktır. Fakat günün birinde Avustralya'ya gittiğinizi ve ilk günler kendinizi gayet garip hissettiğinizi düşünelim. Tam bu sırada bakkal Ahmet Bey'in sokağın karşısından gelmekte olduğunu görseniz, ne yaparsınız? Muhtemelen kollarınızı açıp sarılmak için koşarsınız.

Galiba O da aynı şeyi yapar. Yalnızca mekândaki bir değişiklik, Ahmet Bey'in "tanıdığınız" kişiler arasından çıkıp, sosyal atomunuzun merkezine yerleşmesine yol açmıştır. Kitabın ikinci bölümünde, mekân değişiklikleri ile sosyal atomların niteliği arasındaki ilişkileri irdeleyen bir araştırma raporumu sunacağım.

SOSYOMETRİ KANUNLARI

Sosyometri, içinde çeşitli varsayımların ve kanunların bulunduğu kapsamlı ve karmaşık bir yaklaşımdır. Bu bölümde, söz konusu kanunlardan iki tanesini ele almak istiyorum. Bunlar sosyodinamik kanun ve sosyogenetik kanundur-

Sosyodinamik Kanun

Sosyodinamik Kanun'un özü şudur: Herhangi bir büyüklükteki ve türdeki bir grupta kişi başına düşen seçim miktarı eşit olarak dağılmaz; seçmen sayısı artırılarak izole olmuş bireylerin seçilme şansları artırılmak istendiğinde ise, yeni gelen oylar da, önceki seçimde çok oy almış yıldızlara gider. Yıldızların oylarındaki artış, grubun büyüklüğü ve kişi başına düşen seçilme ihtimali ile doğru orantılıdır (Moreno, 1963; Özbek ve Leutz, 1987). Örnekle açıklamaya çalışalım: Diyelim ki bir gruptaki üyeler, bir sosyometri testi sonucunda belirli sayıda kişi tarafından seçilmişlerdir. Sosyometrinin ortaya çıktığı ilk yıllarda araştırmacılar zannetmişlerdir ki, böyle bir grubu, yeni denekler ekleyerek büyütürsek, eski- üyelerin seçilme oranlarında değişiklik olur; söz gelişi, A kişisi gruptaki toplam seçmenlerin %30'unu toplamış bir yıldız, B kişisi ise

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

45

hiç kimsenin seçmediği bir başka üye olsun. Araştırmacıların beklentisi, gruba yeni üyelerin katılması halinde, A'nın seçilme oranının düşebileceği, B'ninkinin ise yükselebileceğidir. Pek çok araştırma sonucunda bu beklentinin gerçekleşmediği anlaşılmıştır. Yani gruba yeni oyların eklenmesi halinde, bu oylar, gruptaki izole olmuş bireylere değil, tam aksine, eski grubun yıldızlarına gitmektedir.

Sosyodinamik kanuna ulaşılan kadar Moreno'nun hipotezi, gruba yeni eklenen oyların, izole bireylere değil, yıldızlara gideceği şeklindeydi. Yapılan araştırmalarla bu hipotez doğrulanmıştır. Kanımca bu sonuca, yani sosyodinamik kanuna ulaşılmış olması, sosyometri testinin yapı (construct) geçerliğine kanıt sayılabilir.

Öte yandan sosyodinamik kanun, şu gerçeği daha açık görmemize de yardımcı olmuştur: Bir üyenin grup içindeki sosyometrik statüsü, diğer üyelerin bir özelliği olmaktan çok, o üyenin bir özelliğidir. Yani bir üyenin gruptaki statüsünü (ne ölçüde seçildiğini ya da reddedildiğini) belirleyen temel etken, o üyenin kişilik özellikleridir. Sosyometri testi sonucunda, üyelere psikodrama hizmeti verilmesi, işte bu yüzden gerekli ve yararlıdır. Çünkü, belli sayıda üyesi bulunan bir grupta yalnız kalan bir birey, o grubun sayısının manipüle edilmesiyle (artırılması veya eksiltilmesi yoluyla) bu yalnızlıktan kurtulamayacak demektir. O halde bu bireyin gruba uyum sağlamasına yardımcı olmak istiyorsak, başka yollar denemeliyiz. Bu konuda Moreno'nun önerdiği yol psikodramadır.

Sosyogenetik Kanun

Farklı yaşlardaki çocuklardan oluşan gruplara sosyometri testi uygularsak, ya da aynı çocuk grubuna her yıl bir defa sosyometri testi uygularsak, gruplara ait sosyometrik örüntü-le-rin, yaş artışına paralel olarak karmaşık hale geldiğini görürüz. Yani grupların sosyometrik örüntüleri, yaşla birlikte basitten karmaşığa doğru gelişmektedir. Bu durumda Moreno (1963), biogenetik kanunun bir benzerinin sosyal ilişkiler

46

Sosyometri ve Psikodrama

alanında geçerli olduğunu belirterek, yaş artışına paralel olarak sosyometrik örüntüde ortaya çıkan gelişmeye "sosyogene-tik kanun" adını vermiştir.

Sosyometrik örüntünün "basitten karmaşığa doğru geliştiğini" söylerken kastedilen şudur: "Basit" diye tanımladığımız bir sosyometrik örüntüde, izole (yalnız kalan) bireylerin sayısı fazla olabilir; ayrıca bireyler arasında çoğunlukla tek yönlü seçmeler bulunur. Söz gelişi A, B'i seçer, ancak B A'yı seçmez. Oysa "karmaşık" dediğimiz bir örüntüde (a) hem karşılıklı seçmelerin sayısı artmıştır, (b) hem de basit örüntülerde pek raslanmayan üçgen, kare, zincir gibi sosyometrik yapıların sayısında artış olmuştur. (Sosyometrik yapılar, kitabın ikinci bölümünde ele alınacaktır.)

Moreno'ya göre, sosyometrik örüntülerde yaşa paralel olarak ortaya çıkan gelişmenin sebebi, yaşla birlikte tele ilişkilerinin gelişmesidir.

Araştırmalar, sosyogenetik kanunun doğruluğunu ortaya koymaktadır. Kanımca, sosyodinamik kanun gibi sosyogenetik kanun da sosyometri testinin yapı geçerliğine bir kanıt kabul edilebilir.

HUIZINGA'NIN OYUN'U VE MORENO'NUN PSİKODRAMASI

Oyun, sosyolojinin, antropolojinin, psikolojinin, biyolojinin, tarihin, sanat tarihinin, eğitimin ve istatistiğin ilgi alanı olagelmıştır. Farklı disiplinlerden oyuna yönelen bu ilgi, bize oyunun insan yaşamındaki önemini göstermektedir. Bu bölümde son olarak, Huizinga'nın "oyun" ile ilgili görüşlerinden yola çıkarak, psikodramanın niteliğini bir kere daha tartışmak istiyorum.

Hollanda'lı tarihçi olan Johan Huizinga Leyde Üniversitesi'nin rektörüydü. Huizinga, 1933 yılında üniversitenin açılışı sırasında verdiği konferansın konusunu "oyun" olarak seçmişti (Caillois, 1994). Daha sonra bu konferansı genişleterek

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

47

1938 yılında kitap halinde yayınladı. (*) Başlangıçta pek fazla ilgi görmeyen bu kitap, zaman içinde çeşitli dillere tercüme edildi ve giderek oyun konusundaki araştırmalara ve incelemelere temel oluşturan kuramsal bir dayanak haline geldi. (Örneğin And (1979), "Oyun ve Bugün" adlı tanınmış kitabına, Huizinga'nın kitabının ilham kaynağı teşkil ettiğini belirtmektedir.)

Bugün psikodramayı yorumlarken, anlamaya çalışırken, Huizinga'nın oyun konusundaki görüşlerini dikkate almak gerektiği inancını taşıyorum. Huizinga'nın yapıtıyla yeni tanıştım. Bu tanışmanın hemen ardından, O'nun oyun konusundaki görüşleri ile Moreno'nun rol kuramı arasında önemli bir paralellik bulunduğunu fark ettim (Dökmen, 1995). Bu durum bana çok ilginç geldi. Bu konuda ilginç bulduğum bir başka nokta ise şudur: Benzeri iki alanda, benzer görüşler ileri süren iki bilim adamı, yani Huizinga ve Moreno, birbirlerinin çalışmalarından muhtemelen haberdar olmamışlar. Aynı yıllarda yaşamış olan bu bilim adamları, bence, oyun ve rol konusunda benzeri görüşler ileri sürmüşler, ancak kitaplarında birbirlerinin çalışmalarına atıfta bulunmamışlardır. Örneğin, More-no'nun "Who Shall Survive" adlı temel yapıtının çeşidi yıllardaki basımlarında Huizinga'dan söz edilmemektedir. Yukarda, rol konusunun sosyal psikoloji kapsamında derinlemesine incelendiğini, Moreno'nun ise bu konuya yeni bir boyut getirdiğini, fakat sosyal psikologlarla Moreno'nun adeta birbirlerinden haberdar olmadıklarını belirtmiştim. Sanırım benzeri kopukluk, Moreno ve Huizinga için de söz konusudur.

Huizinga'da oyun, Moreno'da rol: Huizinga, Homo Sapiens (düşünen insan) ve Homo Faber (alet yapan insan) kavramlarına Homo Ludens (oynayan insan) kavramını eklemiştir. Huizinga'ya göre oyun, çocuklara özgü, çocuksu bir

Huizinga'nın kitabının "Homo Ludens: A Study of the Play Element in Culture" idi. M.A. Kılıçbay tarafından dilimize çevrilen bu ilap, yakında Yapı Kredi yayını olarak piyasaya çıkacaktır.

Sosyometri ve Psikodrama

V

fyS değil, insanı ve kültürleri belirleyen bir temel öğedir. J \ * V y a göre oyun, kültürlerin ürünü değil, tam aksine I ^ A r oyunun ürünüdür. Kısacası, oyun kültürden önce ^ (a, itj. ^yun, pek çok hayvan türünde, örneğin köpeklerde de (?C*. Yavru köpekler birbirleriyle sürekli boğuşurlar; ancak v Vfclışmada can yakma yoktur; birbirlerini hafifçe ısırırlar. l^i| ulardaki oyunların iki temel işlevi olabilir: Birincisi hoş Je^içirirler. İkincisi ise, gelecekteki gerçek kavgalara hazır-O^V*) H e n ü z Çe şitU kültür kalıplarının oluşmadığı dönem-b(Nl/*e ükel insanlar oyunlar oynuyorlardı. Oynanan bu s js *C» zamanla kültürleri ortaya çıkardı. Huizinga'ya göre S p V kültürel kurumlar oyundan çıkmıştır. Örneğin, hukuk b ^ 'l , "• takas, ticaret, sanat, bilim ve çeşidi törenler, folklor, İ!^ % ^lon oyunları ve şans oyunları oyundan kaynaklanmış o ' l jSplumsal oyundur. Eski çağlarda, oyun, kültür ve uygar-cJ'l, l" bütündü. Zamanla bu bütünlük bozuldu ve böylece V * l toplumsal yaşamdaki işlevi giderek azaldı (And, 1979; y' 1992; Huizinga, 1994; Caillois, 1994). KfaVjftcfd "Rol Kuramı" başlığı altında, Mead'in ve içi»)' L ? ' n u n rol ile i l g ü i g °r ü şlerine değinmiştik. Mead, ro-dikl\ v !türün bir ürünü olduğunu, toplumsallaşma süreci bu V insanların, mensup oldukları kültürdeki rolleri öğren-benTV* l' savunuyordu. Moreno ise, Mead'in anlaşılması kolay ve s ^ b % ü n ü n tam aksini savunmaktaydı. Moreno'ya göre, rol Huj.M^u çıkmaz, ben rol'den çıkar; temel olan rol'dür; "ben" açık;"*, "" rollerden kaynaklanır. Moreno'nun bu görüşü ile M o t ^ V ş a ' n ı n y u k a r d a o z e Üenen görüşü arasındaki benzerlik bulu% görülmektedir. Huizinga'ya göre önce oyun vardı; y u n ^ S V ° ' ya göre de önce rol vardı. Oyun ile rol arasında ilişki ve r < * > ^ u ğu kanısındayım; bir o y u n u n oynanabilmesi için ob i r b ^ L Î ^ n çeşidi rollere girmeleri gereklidir; kısacası oyunu aynı * V birbirinden soyudayamayız. Bu durumda, muhtemelen düşü. Verinden habersiz olarak Huizinga'nın ve Moreno'nun, V ^ y i söylemiş olduklarını ileri sürmek istiyorum. Bu iki 'tire göre, oyun ve rol kültürden önce gelir.

Sosyometrinin Kuramsal Temelleri

49

Huizinga'da oyun, Moreno'da psikodrama: Huizinga kitabında oyunun ne olduğunu tanımlayarak tartışmıştır. Bu tanımlama ile psikodrama arasında da önemli paralellikler bulunduğu kanısındayım. Huizinga' nın oyunu tanımlarken ileri sürdüğü bazı görüşleri sıralamak ve her birisinin psikodrama-daki karşılığını tartışmak istiyorum. Şöyle:

- (1) Huizinga'ya göre oyun, kişilerin katılıp katılmamakta özgür oldukları bir faaliyettir. Oyunu eğlenceli ve çekici kılan temel özellik budur. Aynı şeyi psikodrama için de söyleyebiliriz; diğer pek çok psikoterapi/psikolojik danışma yaklaşımı gibi psikodramada da, katılımda gönüllülük esastır.
 - (2) Oyun, gerçek yaşamdan ayrılmış bir zaman ve mekân kesiti içinde oynanır. Oyun ortamında kendine özgünlük söz konusudur. Benzeri şekilde psikodrama sahneleri de gerçek yaşamdan farklı bir nitelik taşır. Psikodrama sahnelerinde, gerçek yaşamdan farklı bir zaman ve mekân düzeni hüküm sürer. Psikodramada surplus reality'nin canlandırılması esastır; bu canlandırma sırasında mevcut zamanın ve mekânın dışına çıkmak, geçmişe, geleceğe gitmek ya da gerçeküstü bir ortamı* canlandırmak mümkündür. Gerek birtakım oyunlarda (örneğin çocuk oyunlarında), gerekse psikodramada, günlük yaşamdaki nesnelere farklı anlamlar ve değerler verilir. Örneğin çocuk oyunlarında ve psikodramada bir sandalye, at ya da bir ev kabul edilebilir. Ya da sokakta belli işleve sahip olan taşlara, dama, satranç gibi oyunlarda, farklı bir işlev ve değer yüklenir.
- Kanımca, üç-birlik kuralı açısından da oyunlar ile psiko-drama arasında benzerlik vardır. Klâsik Yunan Tiyatro'sunda üç-birlik kuralı vardı (zamanda, mekânda, olayda birlik). Çağdaş tiyatrodaki bu kural, her zaman gözetilmez. Çağdaş tiyatro gibi, oyunlarda ve psikodrama sahnelerinde de üç-birlik kuralı gözetilmez. Aslında üç-birlik kuralı, gerçek yaşamın bir parçasıdır. Oyunlar, psikodrama ve bazı tiyatro eserleri, üç-birlik kuralına uyma zorunlulukları olmadığı için, gerçek yaşamdan ayrılırlar.

50

Sosyometri ve Psikodrama

Kitabın başında "Rüya ya da Psikodrama" adlı şiirin bulunduğu sayfada, rüya, psikodrama, tiyatro ve oyun arasındaki benzerliğe dikkat çekmiştim; bunların tümü, gerçek yaşamdan farklılık, kendilerine özgünlük gösterirler. Ancak yine o sayfada belirtildiği üzere kanımca, oyunlar ve psikodrama, gerçek y a -şamdan farklı birer alan olsalar bile, insanların bu alanlarda y a -şadıkları duygular, gerçek yaşamdaki duygularından farklı değildir. Yani eğer iki çocuk hırsız-polis oynuyorlarsa, o ortamda gerçek bir hırsız ve gerçek bir polis yoktur; ancak bu çocukların oyun sırasında duyacakları heyecan, gerçek yaşamda benzeri durumda duyulabilecek heyecana benzer. (Kumar da bir oyundur, ama insanlar kumar sırasında kalpten ölebilirler.) Aynı şey psikodrama sahnesi için de geçerlidir; psikodrama sahnesindeki dekor "gerçek" olmayabilir, fakat bu sahnede, yeterince spontan davranabilen oyuncular, sokaktaki kadar gerçek duygusal yaşantılar geçirebilirler. Moreno'nun da dediği gibi, insanlar bir süre önce yataklarında görmüş oldukları bir rüyayı, psikodrama sahnesinde tekrar görebilir, aynı heyecanı tekrar yaşayabilirler. Bu durumda sonuç olarak şunu söyleyebiliriz: Oyunlar ve psikodrama, gerçek yaşamın dışında sayılabilir; ancak insanların bu iki etkinlik sırasında geçirdikleri duygusal yaşantılar, günlük yaşamdakiriden farklı değildir.

- (3) Huizinga'ya göre oyun, özellikle çocuk oyunları, ekonomik açıdan üretken değildir, oyuncular belli bir çıkar için oynamazlar. Bence bu görüş, bazı oyunlar için, örneğin şans oyunları için geçerli değil; ayrıca çocuk

oyunlarında çocukların maddi bir çıkarları olmayabilir, fakat oyun, çocukların psikolojik açıdan gelişmelerine katkıda bulunur. Benzeri şekilde psikodrama da görünüşte ekonomik açıdan üretken bir etkinlik değildir; ancak kişilerin ruhsal yönden gelişmelerine katkıda bulunan psikodramanın, insanların günlük yaşamda daha üretken olmalarına, dolaylı şekilde katkıda bulunduğunu düşünebiliriz.

(4) Yine Huizinga'ya göre her oyunun kendi içinde belirli kuralları vardır; kurallara uymayan "oyunbozan" sayılır, 51

Sosyome

Ulur mallan bozanın• «g-«M-J-J k k oyundan flırlı d ğ k dar, "oyun kabvU J. ^nlannda oldug

^ Ornegm, ge

sSy^ kurumda^ ftndan ^Burada

PfelleJ Ö « n ^ ad a /°r SeS mallan yû-ger<*ir kl' ^,nda da oyunlar vardır. Sozg ^ ^ ^ b . oyunların ^ ^ J y e n çocuk ^" ^"c u l a r a özgür-

larm yanı sırbel ^ vafdır. Ornegi

lûk VCren SôâreSiencilik oyanda oyu nu . ^_

nU* £ £ İkaSalıp^miş * ? * * * * £ 5 * için de o-b lırlıdır, taKat£ k tı kurallar bum U

çoCuk

dflerini ^ ^ 'B durumda oyunları o ^ ^

^dan atma Yoktu ^ l S ^

deki mahkumlar), ^J h durumdaduto-

numdadırlar, yanı deza ^ bozanllk ettikleri ç ^ ^

îamdaki kurallı « V ^ ^ için ^ ff^^oyunlarda başarılı ° ^ f yarına ^ ^ t İ l e ya-

zavantajlı duruma c h * * ^ n f ^ t k ı d a bulu-

Eğ r psikodrama ahnde ^ elişrmlenne ^

1_1:»-

II. BOLUM

SOSYOMETRİDE ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

Bu bölümde, sosyometri kapsamında gerçekleştirilen bazı ölçme tekniklerinden ve bu tekniklerle elde edilen verilerin nasıl değerlendirildiğinden söz etmek istiyorum. Burada, sosyometrideki tüm ölçme ve istatistiksel değerlendirme tekniklerini ele almayacağım. Yalnızca bazı temel tekniklerden ve istatistiklerden, geliştirdiğim bir ölçme aracından (Sosyal Atom Ölçeği'nden) ve sosyometrik örün tüyü Heider'ın kuramından yararlanarak değerlendirme çalışmamdan söz edeceğim. Bunun yanı sıra sosyometrideki bazı yeniliklere de değineceğim.

SOSYOMETRİK ÖLÇÜMLERİN ÖNEMİ

Giriş bölümünde de belirttiğimiz gibi, Moreno için sosyo-metrinin amacı, insanların spontanlıklarını ve yaratıcılıklarını kullanmalarına fırsat sağlayarak bu dünyada tutunmalarına -yarına kalmalarına- yardımcı olmaktır. Sosyometriyi tanıdıkça, sosyometri içindeki hemen bütün tekniklerin, bu amaca doğrudan ya da dolaylı olarak hizmet ettiğini görürüz. Gruplar içindeki ilişkilerin sosyometri teknikleriyle ölçülmesi de, söz konusu genel amaca uygundur.

Büyük gruplar, küçük gruplar, Moreno'dan önce de değişik yaklaşımlarla incelenmiştir. Ancak Moreno'nun sosyometrik yaklaşımı, konuya yeni bir soluk, yeni bir boyut getirmiştir.

54

Sosyometri ve Psikodrama

Çünkü, başka yaklaşımlarla, başka tekniklerle elde edilmesi mümkün olmayan birtakım "bilgileri", sosyometrik ölçümler yoluyla elde etmek mümkündür. Gözlem yaparak da bir gruptaki kişilerarası ilişkiler hakkında bilgi elde edebiliriz; ancak, sosyometrik ölçümler yoluyla elde ettiğimiz bilgi, gözlem yoluyla elde ettiğimize oranla daha zengindir. Söz konusu zenginlik, hem nitelik hem de nicelik açısından. Okuyucular, sosyometrideki çeşidi teknikleri gözden geçirdikçe, bu iddianın haklılığına katılacaklardır.

Sosyometri kapsamındaki tüm teknikler, araştırmaya, teşhise ve düzeltmeye/tedaviye yöneliktir. Özellikle birlikte yaşayan bir grup insan arasındaki etkileşim sorunlarını belirlemekte ve gidermekte, sosyometrik ölçümler son derece etkilidir. Sosyometri testinin bu konudaki gücünü bize ilk kez Moreno göstermiştir. Genç kızların kaldığı Hudson'daki ıslahevinde Moreno'nun (1963) yürüttüğü kapsamlı çalışma incelendiğinde, sosyometrinin bugün niçin böylesine popüler olduğunu anlamak zor değildir. Moreno'nun Hudson'daki çalışmaları, bende, dünyanın gelecekteki düzeni için sosyo-metriye de umut bağlayabileceğimiz düşüncesini uyandırmaktadır. Şöyle ki: Moreno (1963) Hudson'daki ıslahevinde, sosyometri testi uygulayarak, genç kızların hem birbirleriyle, hem de idareyle olan çatışmalarını çözmede ilk adımı atmıştı. Sosyometri testiyle grup içindeki etkileşim sorunlarını belirledikten sonra, yani sorunları teşhis ettikten sonra, bu sorunları gidermek amacıyla, deneklerinin yaşam biçimlerinde değişiklikler yapıyordu. Örneğin aynı odada kalmak isteyenlerin (sosyometri testi sonuçlarına göre birbirlerini seçmiş olanların) aynı odada kalmalarını sağlıyordu. Birlikte yaşamak istemeyenlerin ise, niçin birlikte olmak istemediklerini irdeliyor, gerekirse bu gençleri ayrı odalara koyuyordu.

Hudson'daki kapsamlı araştırma sırasında pek çok ilginç olay yaşanmıştı. Bunlardan birisi şuydu: Moreno'nun anlattığına göre 1932 sonbaharında ıslahevinden kaçma salgını baş

'ometride Ölçme ve Değerlendirme

55

gösterdi. 14 günde 14 genç kız kaçtı. Kaçmaları izleyen günlerde Moreno, geriye dönüp grupların sosyometrik örüntülerini incelediğinde, kaçma davranışlarının nedenlerini açıklayan veriler bulunduğunu gördü. Olay kısaca şuydu: Kaçanların hemen hepsi, kare, zincir gibi belli bir sosyometrik ağ (belli bir iletişim ağı) içinde bulunan kişilerdi ve ayrıca her birisi kaçma davranışına uygun sosyometrik statüye sahipti. Diğer bir ifadeyle, kaçanlar, büyük grup içinde farklı bir alt gruplaşma gösteriyorlardı ve büyük gruptaki sosyometrik konumları, kaçmayan üyelerin konumlarından farklıydı.

Yukardaki açıklama, şüphesiz ki etkileyicidir. Belki bu tür açıklamalar, olay olup bittikten sonra yapıldıkları için, metodolojik açıdan hatalı görülebilir. Ancak Moreno'nun yorumları bundan ibaret değildi. Eldeki sosyometrik örüntülere bakarak, grup üyelerinin gelecekteki davranışları hakkında yordamalarda da bulunabiliyordu. Kanımca bu yaklaşıma bir iüraz olamaz. Çünkü bilimin, ardışık olarak ulaşılmaması öngörülen üç temel amacı vardır. Bunlar, (a) betimlemek, (b) yordamak (mevcut verilere bakarak ilişkiler kurmak ve geleceğe ilişkin tahminlerde bulunmak) ve (c) kontrol etmek (değiştirmek, düzeltmek, tedavi etmek)'tir. Sosyometriyle ilgilendiğimizde bu üç amacı sırasıyla gerçekleştirme şansımız vardır. Grupların sosyometrik örüntülerini betimleyebiliriz; sosyometrik örüntülerle çeşitli değişkenler arasında ilişkiler belirleyip yordamalarda bulunabiliriz; yine gruplardaki mevcut sosyometrik örüntülere bakarak o grupların gelecekteki sosyometrik örüntülerini yordayabiliriz; bütün bunların üstüne, ruhsal tedavi yoluyla bireyleri daha fonksiyonel hale getirebilir, yeniden yapılandırma yoluyla grupları sorunlarından arındırabiliriz (yani olayı kontrol edebiliriz). Sanırım bu özelliği, sosyometrinin işlevsel ve bilimsel sayılmasına neden olmaktadır.

Islahevindeki kaçma olayını inceleyen Moreno, kaçanların, belli bir iletişim ağında yer aldıklarını ve kaçma fikrinin çeşitli ağlar boyunca ıslahevi içinde yayılmış olduğunu belir-

56

Sosyometri ve Psikodartia

ledi. Moreno'ya göre, ıslahevinde kaçma fikri nasıl yayıldıysa, dünyada da savaş fikri öylesine yayılmaktadır.

Yayılma yollarını bildiğimiz fikirleri kontrol etmemiz ise zor değildir.

SOSYOMETRİ TESTİ (KLÂSİK YAKLAŞIM)

Bu bölümde Moreno'nun ortaya koyduğu şekilde gerçekleştirilen sosyometri testi ele alınacaktır. Aynı testin biraz farklı uygulaması ise "Sosyometrik Ölçümde Yeni Yaklaşımlar" başlığı altında ele alınacaktır.

Hatırlanacağı üzere, kitabın Birinci Bölümü'nde "Sosyo-metrik Tercih ve Örüntü" başlığı altında, sosyometri testini üç şekilde uygulayabileceğimizden söz etmiştik. Bunlar sırasıyla (1) Kâğıt-kalem testiyle, (2) Sözel olarak ve (3) Aksiyon yoluyla idi. Şimdi burada sözünü etmekte olduğumuz sosyometrik ölçme biçimi, bunlardan birincisine, yani kâğıt-kalem testine girmektedir.

Moreno'nun belirttiğine göre, biyolojiden biometrinin, psikolojiden psikometrinin ortaya çıkması gibi, sosyolojiden de sosyometri ortaya çıkmıştır. Hatırlanacağı üzere, "socius" arkadaş, "metrum" ise ölçü demektir. Bu durumda "sosyomet-ri", arkadaşlık ilişkilerinin anlamını taşımaktadır.

Basiüleştirerek ifade edersek, klâsik anlamda sosyometri testi, deneklere, mensup oldukları bir grupta kimlerle arkadaşlık etmek istediklerini sormaktan ibarettir. Böylece, deneklerin ortaya koyacakları seçmelere ve reddetmelere bakılarak grubun sosyal yapısı hakkında bilgi edinilebilir. Bu işlem gerçekleştirilirken araştırmacı, grubun sosyal yapısını tek başına gözleyen bir gözlemci olmak durumunda değildir. Grubun tüm üyeleri araştırmaya kaülmaktadırlar; gruptaki her bir üye, hem kendi tercihini dile getiren bir denek, hem de bir bakıma, katılan bir gözlemci olmaktadır. İşte bu özelliğinden ötürü Moreno sosyometriyi "toplum tarafından gerçekleştirilen bir toplum sosyolojisi" olarak tanımlamıştı. Yani sosyometri testi öyle bir testtir ki, teste kaülenlar hem denek hem de testin uygulayıcısı

syometride Ölçme ve Değerlendirme

57

olmaktadırlar. Bu yüzden olsa gerek, denekler sosyometri testini "test" saymazlar. Aslında Moreno'nun istediği de budur. Çünkü bu durumda deneklerin, kendilerini baskıda hissetmek-sizin spontan tercihler yapma ihtimalleri yüksek olacaktır.

Sosyometri Testi Nasıl Uygulanır?

Klâsik anlamda bir sosyometri testi uygulanırken, sırasıyla şu yollar izlenir:

1. Basamak: Testin uygulanması.

Sosyometri testi uygulanacak gruptaki üyelere birer kâğıt ve kalem verilerek, daha önceden araştırmacı tarafından belirlenmiş bir ölçüte göre, her bir üyenin birlikte bulunmayı en fazla tercih ettiği üç üyenin adını yazması istenir. (Şüphesiz bu sayı üçten fazla olabilir. Deneklerden kaçar tercih isteneceği grubun büyüklüğü ile orantılı olmalıdır.) Daha sonra yine her bir üyeden, aynı ölçütü dikkate alarak birlikte bulunmak istemediği üç üyenin adını yazması istenir.

Örnek: Bir ilkokulda 30 kişilik bir sınıfa giren araştırmacı öğrencilere şu yönergeyi verebilir: "Eğer öğretmeniniz ikişer kişilik ders çalışma grupları oluşturmanızı istese, çalışma arkadaşı olarak kendinize kimi seçerdiniz. Birlikte çalışmayı istediğiniz üç arkadaşınızın adını önünüzdeki kâğıda yazınız. Daha sonra aynı kâğıda, birlikte çalışmayı en az istediğiniz iki arkadaşınızın adını yazınız". Böylece her bir grup üyesinin kimleri seçtiği, kimleri reddettiği belirlenmiş olur. Dolayısıyla da her bir üyenin kimlerce seçildiği ve reddedildiği de anlaşılmış olur.

Belli bir gruba sosyometri testi uygulanırken, denekler tüm tercihlerini mensup oldukları bu grubun üyeleri arasında yapmak zorunda değildirler. İsteyen, grup dışındaki bazı kişileri seçebilir. Sosyometri testinde araştırmacı, deneklere, isterlerse grup dışından seçim yapabileceklerini bildirmelidir. . (Ancak bu durumda, üyelerin seçim yapabilecekleri diğer gruplara da sosyometri testi uygulamamız gereklidir.)

58

Sosyometri ve Psikodrama

Sosyometrinin uygulama şekli katı kurallara bağlanmamıştır. Bu konuda vazgeçilemeyecek en önemli kural, testin uygulanması sırasında tercihlerin mutlaka belirli bir ölçüte dayandırılmasıdır. Grup üyelerine "sevdiğiniz arkadaşlarınızı adını yazın" şeklinde bir yönerge verememek gerekir. "Kiminle ders çalışmak istersiniz?", "kiminle birlikte oturmak istersiniz?" şeklinde belirli bir davranışı dayanak alan sorular yöneltmek gereklidir. (Bu yaklaşımın mantığı kitabın birinci bölüm ü n d e dile getirilmiştir.)

Deneklerden belli sayıda tercihte bulunmaları, örneğin birlikte olmak istedikleri ve istemedikleri beşer kişinin adlarını belirtmeleri istendiğinde, bu sayı tercih edebilecekleri maksimum kişi sayısıdır. Yani en fazla beş kişinin adını yazabilirler. Fakat isteyen beşten daha az tercih yapabilir; örneğin iki kişi seçebilir, bir kişi seçebilir ya da hiç kimseyi seçmeyebilir. Bu konuda kendilerine özgürlük verildiği de deneklere mutlaka bildirilmelidir. (Aksi halde ileride görüleceği üzere deneklerin sosyometrik statülerini belirlemede sorun çıkabilir. Eğer denekleri muüaka belirli sayıda tercih yapmaya zorlarsak, aslında benimsemedikleri birtakım tercihleri sıralamalarına yol açarız.)

Araştırmacı eğer isterse, deneklerden yaptıkları tercihleri sıraya koymalarını isteyebilir. Bu durumda denekler tercihlerini en azdan en çoğa doğru sıralarlar.

Veri toplama konusunda en son şunu belirtmek isterim: Deneklerden/grup üyelerinden toplanan tercihler, deneklere ya da başka kişilere gösterilmez. Araştırmacılar, sosyo-metri testiyle topladıkları verileri, ya araştırma amacıyla kullanmalıdırlar, ya da gruptaki kişilerarası ilişkileri düzeltmek amacıyla. Toplanan verilerin bu iki amaç dışında kullanılması, örneğin deneklerin meraklarının giderilmesi amacıyla onlara gösterilmesi, hem etik açıdan sakıncalıdır, hem de bazı durumlarda deneklerin ruh sağlıklarını ve kişilerarası ilişkilerini olumsuz yönde etkileyebilir.

.metride Ölçme ve Değerlendirme

59

2. Basamak: Sosyometri Matrisinin Düzenlenmesi Deneklerden toplanan veriler bir matriste toplanır. Bu işlemin nasıl gerçekleştirileceğini bir örnek üzerinde görelim:

Diyelim ki İnci, Hasan, Ayşe, Mehmet, Osman ve Nur adlı altı denegimiz var. Bir grubun üyesi olan bu kişilere sosyomet-ri testi uyguladık, birlikte çalışma ölçütüne göre ikişer seçme ve reddetme ortaya koydular. Bu kişilerin ayrı ayrı kâğıtlara yazmış oldukları seçmeleri ve reddetmeleri, Tablo l'de görülen matriste toplayabiliriz.

TABLO -1

SOSYOMETRİ MATRİSİ (*)

seçilenler/ reddedilenlerseçenler/reddedenler

	İnci	Hasan	Ayşe	Mehmet	Ozan	Elif
İnci	-	s	s	s	s	
Hasan	r	-	r	r	r	
Ayşe		r	-	r	r	
Mehmet		s	s	r	-	s
Ozan			s		-	s
Elif	r	r		s		-
Grup dışı		s				

(*) Matriste "s" harfi seçmeyi, "r" harfi reddetmeyi ifade etmektedir.

3. Basamak: Sosyogram Düzenlemesi

Sosyometri testinde üçüncü adım, sosyometri matrisin-deki bilgilerden yararlanarak "sosyogram" adı verilen bir grafik düzenlemektir. Denek sayısı az olduğu zaman, örneğin altı kişi olduğunda, matris düzenlemek şart değildir; bu durumda, ikinci basamak adanarak elde edilen verilerden doğrudan doğruya bir sosyogram çizilebilir. Fakat denek sayısının fazla

60

Sosyometri ve Psikodrama

olduğu durumlarda, bir matris oluşturduktan sonra bu matristeki bilgileri bir sosyograma aktarmak, hem zaman kaybını önler, hem de hata ihtimalini azaltır.

Bir sosyometri matrisini dikkatle incelersek, grubun sosyometrik örüntüsü hakkında bilgi sahibi olabiliriz. Fakat buna rağmen, sosyogramların matrislere üstünlüğü, bir gruba ait sosyogramda, o grubun sosyometrik örüntüsünün açık-seçik görülür hale gelmesidir. Bir gruba ilişkin sosyogram, adeta o gruptaki kişilerarası etkileşimleri gözlenir hale getiren bir röntgendir.

Altı kişilik grubumuza ilişkin sosyogram Şekil - 7'de görülmektedir.

: Seçme (kırmızı) : Reddetme (siyah)

Şekil - 7 Bir sosyogram. (Şekildeki noktalı yerlerin üzerinden kırmızı kalemle gidebilirsiniz. Şekil - 7, kitabın arasındaki Ek-I'de renkli olarak gösterilmiştir.)

,omemde Ölçme ve Değerlendirme

61

Sosyogram Oluşturmanın Kuralları

(1) Sosyogramda, erkek denekler, bir üçgenle, hanımlar ise birer daire ile gösterilir. Üçgenlerin içine, bu şeklin sembolize ettiği kişiyi tanıttak bir işaret konur. Örneğin Şekil -7'e görülen "A" Ayşe'yi sembolize etmektedir.

(2) Seçmeler kırmızı, reddetmeler ise siyah bir çizgi ile gösterilir.

(3) Tek yanlı seçimler kırmızı bir okla, tek yanlı reddetmeler ise siyah bir okla gösterilir. Örneğin Şekil -7'de, A'nın İ'yi tek yanlı seçtiği, İ'nin ise E'yi tek yanlı olarak reddettiği anlaşılmaktadır.

(4) Karşılıklı seçimler, ortası dik olarak çizilmiş kırmızı bir çizgiyle ifade edilir. Örneğin Şekil - 7'de, I ile M arasında karşılıklı seçme görülmektedir. Karşılıklı reddetmeler ise, yine ortası dik olarak çizilmiş siyah bir çizgiyle ifade edilir. Şekilde, A ile H arasında karşılıklı reddetme görülmektedir.

(5) Eğer üyelerin tercihleri arasında tutarsızlık varsa, yani bir üye diğerini seçerken, seçilen bu üye kendisini seçeni reddediyorsa, bu takdirde aralarına yarısı kırmızı, yarısı siyah bir çizgi çizilir. Şekil -7'de görüldüğü üzere, H ile I arasında böylesine bir durum söz konusudur.

(6) Grup üyelerinden bir kısmı, tercihlerinden birisini ya da birkaçını grup dışından yapmış olabilir. Bu takdirde, sosyograma konu olan grup bir daire içine alınır (ya da bu grubun sınırını belirtecek şekilde bir yay çizilir) ve grup üyeleri tarafından grup dışına yöneltilen tercihler çizilir.

Bezen de sosyogramımızın konusu olan asıl inceleme grubu ile aynı çatı altında bulunan başka gruplardan, örneğin okuldaki diğer sınıflardan, incelediğimiz gruptaki üyelere yönelen tercihler söz konusu olabilir. Bu durumda da yine, asıl grubumuzu bir daire (ya da yay) içine alarak, grup dışın-d a n bu gruba yönelen tercihleri çizebiliriz.

Grup dışı seçimlerle ilgili bir örnek verirken: Diyelim ki bir okulda beş tane birinci sınıf var ve biz bunların tümüne

62

Sosyometri ve Psikodrama

sosyometri testi uyguladık. I-A'da bulunan bazı üyeler, seçimlerinin bir kısmını I-C'ye yöneltmiş, aynı zamanda I-D'de bulunan bazı kişileri de itmiş olabilirler. I-E'de bulunan bazı üyeler ise I-A'daki bazı üyeleri seçmiş ve reddetmiş olabilir. Bu durumda, I-A'ya ait sosyogram daire içine alınır; bu grubun tercih yönelttiği I-C'deki ve I-D'deki üyeler ile bu gruba tercih yönelten I-E'deki üyeler bu dairenin dışına yerleştirilir.

Eğer bir gruptan grup dışına yöneltilen, ya da grup dışından bu gruba yöneltilen tercihler yoksa, bu gruba ait sosyogram daire içine alınmaz.

Sosyometrik Tercih Türleri

Bir gruba sosyometri testi uygulandığında, üyelerin verebi- lecekleri tepkiler 4 türdür. Bunlar, seçme, reddetme, ilgisiz kalma ve haberdar olmamadır (Moreno, 1963). ("Haberdar olmama" kavramı, anlamlı görülmeyebilir.

Gerçekten de sosyometri testinin birbirlerini tanıyan bir grup insana -yani sosyolojik anlamda grup •oluşturan insanlara- uygulanması söz konusudur. Ancak bir gruba yeni katılan birisinden diğer üyeler haberdar olmayabilirler; ya da bir gruptaki A adlı kişi, grup dışı tercihte bulunarak diğer bir gruptan F adlı kişiyi seçmiş veya reddetmiştir de, F, A'nın varlığından haberdar değildir.)

Yukarıda belirtilen 4 tepki türü, iki kişi arasında 16 tercih/ilişki biçimi ortaya çıkarabilir. A ve B adlı iki grup üyesi bulunduğunu düşünelim. Bu iki kişi arasında ortaya çıkabilecek 16 sosyometrik tercih / ilişki biçimini şöyle sıralayabiliriz:

A, B'yi seçer; B de A'yı seçer A, B'yi iter; B, de A'yı iter A, B'yi seçer; B, A'yı iter A, B'yi iter; B, A'yı seçer A, B'yi seçer; B, A'ya ilgisizdir A, B'ye ilgisizdir; B, A'yı seçer A, B'yi iter; B, A'ya ilgisizdir

Sosyometride Ölçme ve Değerlendirme

63

A, B'ye ilgisizdir; B, A'yı iter

A, B'ye ilgisizdir; B, A'ya ilgisizdir

A, B'den habersizdir; B, A'dan habersizdir

A, B'yi seçer, B, A'dan habersizdir

A, B'den habersizdir; B, A'yı seçer

A, B'yi iter; B, A'dan habersizdir

A, B'den habersizdir; B, A'yı iter

A, B'ye ilgisizdir; B, A'dan habersizdir

L. Bu d ü ş ü n c e d e » ^ Ū ^ ° Z n t e , aşağıda deli dört ögenin kombinasyonlarını s ^ ^ değişkenler

çoVlha uzun bir listenin çtocağ, ta gerçek. Sosyomotrik Statüyü Tammlamada Kullanılan

Kavramlar

Moreno (1963) sosyometrik $\hat{j} \hat{j} \hat{\wedge} \hat{\wedge} \hat{\wedge} \hat{\wedge}$ ifadesiyle, sosyometrik sınıflama yaparken), aşag ramı ele almıştır.

66

Sosyometri ve Psikodrama

Olumlu statü: Üye, diğer üyeleri seçiyorsa (en az bir üyeyi seçiyorsa).

Olumsuz statü: Üye, diğer üyeleri seçmiyorsa (bir kişiyi bile seçmemişse).

Yalnız kalmış (izole) üye: Yalnızlığın hangi durumlarda ortaya çıktığı, diğer bir ifadeyle sosyometri kapsamında yalnızlığın tanımı yukarda "Sosyogramlarda Yalnızlık Türleri" başlığı altında ele alındı.

Yıldız: Gruptaki tercihlerin önemli bir kısmının kendisine yöneldiği üye. ("Seçim yıldızı" ve "red yıldızı" ya da diğer bir ifadeyle "seçilen yıldız" ve "itilen yıldız" olmak üzere iki tür yıldız vardır.)

İçe dönük durum: Üye, tercihlerinin çoğunluğunu, mensup olduğu gruba yöneltiyorsa.

Dışa dönük durum: Üye, tercihlerinin çoğunluğunu, mensup olduğu grup dışındaki kişilere yöneltiyorsa.

Seçen denek: Kendisinden istenen seçme sayısının yarısından fazlasını yapan deneğe verilen addır. (Örneğin, deneklerden 5'er seçme gerçekleştirmeleri istenmişse, en az 3 kişiyi seçen bir üye "seçen üye" kabul edilir.)

Reddeden üye: Kendisinden istenen reddetme sayısının yarısından fazlasını yapan deneğe verilen addır. (5 grup üyesini reddetmesi istenen bir üye, en az 3 kişiyi reddetmişse, "reddeden üye" kabul edilir.)

Seçilen üye: Üye, seçmelerin yarısından fazlasını üzerinde toplarsa.

Reddedilen üye: Üye, redlerin yarısından fazlasını üzerinde toplarsa.

Sosyometrik Statünün Sayısal Gösterimi

Sosyometrik statü "Formül - I" ve "Formül - II" adlı verilen iki formül ile gösterilir (Moreno, 1963). Aslında Formül -II, Formül -I'i kapsamaktadır. Söz konusu formüllerin ne anlama

Sosyometride Ölçme ve Değerlendirme

67

geldiğini bir örnekle gösterelim: Diyelim ki bir yurttta üç ayn fakülteden öğrenci var. Bir sosyometri testi sırasında "yurtta, kimlerle aynı odayı paylaşmak istersiniz?" ölçütü doğrultusunda, yurt sakinlerinin 5'er seçme, 5'er de red belirtmeleri istendi. Yurt sakinlerinden Ahmet, mensup olduğu fakültede okuyan öğrencilerden 2 kişiyi, diğer yurtda okuyanlardan ise 3 kişiyi seçmiş olsun. Ahmet'i ise, kendi fakülte grubundan 3 kişi, diğer gruplardan ise 4 kişi seçmiş bulunsun. Bu durumda Ahmet'in sosyometrik statüsü ile ilgili Formül -I şöyle olur.

Formül • I içerden p dışardan

Üyenin yaptığı seçimler 2

Üyeye yönelen seçimler 3

(P, "Aynı odayı paylaşma" şeklinde ifade edilen ölçüttür.)

Sosyometri matrisine ya da sosyograma bakarak, yukarıdaki formüle, test sırasında ortaya çıkan reddetmeleri de katabiliriz. Diyelim ki Ahmet, sosyometrik tercihini yaparken kendi grubundan 2 kişiyi, diğer gruplardan ise 1 kişiyi, özellikle sevmediği için reddetmiştir. Ahmet'i, kendi fakültesine mensup öğrencilerden yalnızca bir tanesi reddederken, diğer fakültelerde okuyan öğrencilerden hiç kimse reddetmemiştir. Bu durumda Formül -II şöyle olur:

Formül - II

içerden p dışardan

Üyenin yaptığı seçimler ve reddetmeler 2-2 3-1

Üyeye yönelen seçimler ve reddetmeler 3-1 4-0

(P, "Aynı odayı paylaşma" şeklinde ifade edilen ölçüttür.)

Sosyometri ve Psikodrama

18

Üyelerin sosyometrik statülerini belirledikten sonra sıra, bu statüyü tanımlamaya gelir. Söz konusu tanımlama yukarda "Sosyometrik Statüyü Tanımlamada Kullanılan Kavramlar" başlığı altında belirtilen kavramlar kullanılarak gerçekleştirilir. Ahmet'in sosyometrik statüsünü şöyle tanımlayabiliriz:

(1) Olumlu statüye sahiptir; çünkü en az bir kişiyi seçmiştir.

(2) Yalnız değildir; çünkü, seçtiği kişiler vardır, onu seçenler bulunmaktadır. (Diyelim ki, sosyograma baktığımızda, en az bir üye ile Ahmet'in birbirlerini karşılıklı olarak seçtiklerini görüyoruz.)

(3) İçe ya da dışa dönük değildir; çünkü tercihlerinin

yarısını kendi grubuna (mensup olduğu fakülte-i^{^^} nin öğrencilerine) yöneltirken, bir yarısını da diğer gruplara (öteki fakültelerin öğrencilerine) yöneltmiştir. (Ahmet, 2+2=4 tercihini kendi grubuna, 3+1=4 tercihini ise diğer gruplara yöneltmiştir.)

(4) Bir seçen üyedir; çünkü, kendisinden istenen 5 seçmenin yarısından fazlasını -tümünü- kullanmıştır.

(5) Seçilen bir üyedir; çünkü, seçmelerin yarısından fazlasını toplamıştır (grup içinden 3, grup dışından 4 kişi tarafından seçilmiştir).
(6) Bir reddeden üyedir; çünkü, 5 reddetme hakkında $2+1=3$ tanesini kullanmıştır.
(7) Reddedilen bir üye değildir; gerçi Ahmet'i bir kişi reddetmiştir, ancak bu sayı 5 reddetmenin yarısından azdır. Sosyometrik statünün sayısal gösterimi ile ilgili olarak, Moreno'dan (1963) beş örnek aktarmak istiyorum.
.Değerlendirme metnde ÖK-eveüeg

TABLO -2

-gösNEK

-----rrTCâlnntl 1(^e ,.-v\

içe içe

-----T

dş

4U-3 \ olumlu \ 1 J—

"^?J ^

• elenmesinin amacı,
Birden F-&S3U Gö^rim'

üftind

e bir - ç £

etmelen «te ^ bu duru

^vs en lebuU-. Orneg

alan

birden fala te seçmeleri ve tere

d fazla ^ ^dtterde ^ y * ^ J ^ n *

ramlar ^ " ^ dairenin ya ^ddedild^ 8^

.
ğvnda, nem uyele
70

Sosyomelri ve Psilcodı

almış olur, h e m de sosyometrik statüleri, rahatlıkla izlenecek şekilde sergilenmiş olur. Söz konusu gösterim şöyle gerçekleştirilir.

Diyelim ki, üyelerden üçer tercih yapmasını istedik. Bun u n üzerine her üye, en fazla tercih ettiği, ikinci olarak tercih ettiği ve son sırada tercih ettiği üçer üyenin adını belirtti. Bu durumda her bir üye, bazı üyelerce birinci sırada, bazılarınca ikinci, bazıları tarafından ise üçüncü sırada tercih edilmiş olur. Bu tercihlere ağırlıklı puan vererek, her üyenin sosyo-metrik statüsünü belirleyebiliriz. Yani, bir üye, kaç kişi tarafından ilk sırada seçilmişse, bu sayı üç ile, kaç kişi tarafından ikinci sırada seçilmişse, bu sayı iki ile, kaç kişi tarafından üçüncü sırada seçilmişse, bu sayıda da bir ile çarpılır; elde edilen üç değer toplanır. Bu sayısal değer, o üyenin sosyometrik statüsüdür. (Örneğin bir üye beş kişi tarafından ilk sırada, altı kişi tarafından ikinci, sekiz kişi tarafından da üçüncü sırada seçilmişse, bu üyenin sosyometrik statüsü $(5 \times 3) + (6 \times 2) + (8 \times 1) = 35$ puan olur.) Her bir üye için sosyometrik statü puanı belirlendikten sonra, gruptaki üyeler bu puanlarına göre sıraya konur; üye sayısı kadar daire iç içe çizilir; en içteki daireye en yüksek puan alan üye olmak üzere, üyeler bu dairelere yerleştirilir. Daha sonra üyeler arasındaki seçme ve reddetmeler, Şekil-7'deki gibi gösterilir; ancak, birinci, ikinci ve üçüncü derecedeki seçmeler farklı renklerle ifade edilir. Bu sözel açıklamayı, k ü ç ü k bir ö r n e k üzerinde somutlaştıralım.

Bir grupta 15 kişi bulunuyor olsun. Bu kişilerin sosyometrik statülerini yukarda belirtildiği şekilde hesapladığımızda, sırasıyla 21, 20, 18, 18, 17, 14, 1, 10, 8, 8, 7, 6, 4, 3 ve 2 puan bulmuş olalım. İç içe 15 tane (ya da 13 tane) daire çizeriz. 21 puan almış üye merkeze gelmek üzere, bu 15 kişiyi çizilen dairelere yerleştiririz. Daha sonra üyeler arasındaki reddetmeleri siyah çizgilerle, birinci derece seçmeleri kırmızı, ikinci derece seçmeleri pembe, üçüncü derece seçmeleri ise yeşil renkte gösterebiliriz. Oklardaki bu karışık görünüm, üyeler statülerine göre dairelere yerleştirildikleri için, görsel açıdan bir karışıklık yaratmaz.

71

s5o0syovne

ec

Grup - Wİ,3İ VÜfblU- < ^ ^

bazıları ^ d^ a eyi tercih eder erida6se e ve redd

bun kendisine yo

p

___x!00

un) B formülde, giyelim İd 30 o sun

N Gruptan topla-uye^ .mum tercih sa^z J^ / üyelerden * £ * £ £ y £ redde^e ^

^•dir.gn.pta^^goo'dur).

Sosyometri ve Psikodrama

Ü tür erup _ x& u § * yüzdesi hesaplayabiliriz. Yukarda verilen nümerik değerleri ' formüle yerleşürerek, bu üç yüzdeyi görelim.

Seçmeye ilişkin g " W "S 1 T^^' I = TT-T X100 = %63

Reddetmeye flı^n grup-içi ilgi yüzdesi: I = — -x! 0 0 = %95

Tercihe (seç^e reddetme) 1^ (94 + 143;) x100 = %79

ilişkin grup-içi ilgi yüzdesi: 30x10

Y karıdaki üç tür ilgi yüzdesinin yanı sıra başka tür ilgi .. J 1 ; de hesaplanabilir. Örneğin, (1) Grubun dışarıya yönelik ilgi yüzdesi, (2) Gruba dışarıdan yönelen ilgi yüzdesi hesaplanabilro vorvuda s on °iara^> Kösemihal tarafından dilimize "Sosyo-«. •• m . -remelleri" adıyla çevrilen Moreno'nun (1963) kitabında

, 1 bir » hesaplama hatasından soz etmek istiyorum. Kitabın

325 sayfasında "Sosyometrik indice'ler" başlığı alında verilen ilgi " d si formülü ve Yüzdelere ilişkin bulunan

sayısal değerler yan-1 Söz kon^11 bölümde ilgili formülü İ=Nxn:p şeklindedir. Oy-- j değer bu şekilde

hesaplanamaz. Formülün yukarda be-Vrtt&imiz şekilde İ=p: (Nxn) x 100 şeklinde olması gereklidir. r" kü vüzde hesaplamak için orantı kurulduğunda, ortaya çıkan formül bizi"1 yazdığımız şekildedir.

Sosyogramlarda Tipik Yapılar

c yogramlarda, belirli bir düzen gösteren birbirleriyle i-Vntili seçmeler ve reddetmeler vardır. Bunlara "tipik yapılar" d verili1"- Burada, söz konusu tipik yapılardan bazılarını tanımlamak istiyorum. (Aşağıdaki şekillerde, noktalı çizgiler ki m engi -yani seçmeyi- sembolize etmektedir; bu çizgilerin üzerinden kırmızı kalemle gidebilirsiniz. Düz siyah çizgiler ise yine siyah çizgileri yani reddetmeyi sembolize etmektedir.

rwerlendirme

. _!• /-İ71İ1

rnz

cliUf

iki mgrup ^ f >

O....\>:v.O °

dal

,ar^seÇme

^^ olara k . ni

**« *

^eunesinever^-

^

Uyuşmayan ^ ^ r J * J ^ * * £ £ £ ^

Jinci üye birmciuy ^ dogrun

mgösteren

yam

.-> -

J>Cİ

kisisereWidrr,nÇ

Siyah zincir-

Kırmı

n

Siyah zincir *£ «** «o *IJ»u^,it^erler; Jn fazla ^r de ^ birbiri »

^,...,^^TMn ^ kişileU r, s»^ k b ar ^ şılıkl^1" S . , lt _1 .

^^^ndrio^^Sblbirleri-ler. Eğer siyah »» olduğunca ^^ölçüûersözkonuj d rfftdg

iüyorlarsaje ^^ b ^^ ^ , böyle bir gruba? -çekişmesiJ ^ lerinbirbirWe (seçilrneP

baketmediğib^

iine)sahipolab^^_o-»

,___H. 0 " ^ J kurulabıW;

0" - j üye ^^ e y l e üçüncü

• ndr Bu da en * ü * d, üdn* «£* ortaya

zincir. .. l * ^ oto*»*

arasında^ ^ann^say

çlkar. Böyle *

Sosyometri ve Psikodrama

Siyah üçgen:

den oluşması, o grup içinde birlik ve beraberlik duygusunun güçlü olduğuna i ş a -

ret eder.

-0 -0

0

Üç üyenin birbirlerini karşılıklı olarak reddetmeleri halinde ortaya çıkar. Bu durum, söz konusu üç üye arasındaki yoğun bir çatışmayı işaret ediyor olabilir.

Kırmızı üçgen: Üç üyenin birbirlerini karşılıklı olarak seçmeleri durumunda ortaya çıkar. Bu kişiler, birlik oluşturmuş olabilirler; günlük dilde bu tür kliklerin üyelerine "üç ahbap çavuşlar" denilir.

D. m

Siyah kare:

-0

O-

Birbirlerini, bir kare oluşturacak şekilde karşılıklı olarak reddeden dört üyeden oluşur. Ender görülür.

75

metri

d e ölçme ve Değerlenme

-

kare

P**» karC-

Bi^ni.bi^eoiu^^^

karşılıklı olarak ^en dört J^ Şur. Eğer bu do* uye, g l rinden ^ P ^ 1 ^ 0i turan bu dört ^^ e Tj up grinden kopuk bu

ç>-

-0

Siyah yıldız:

o

*~

-O

Wr kisiyi iten, beş ya da Ortada bulunan bir

W

d h faniden ofc^ si bir reddedilme yuu

Merkezd

k i kı-

Bazen

de

detmeyıldm sayılır-)

-ıldızıdır. (Bazen "

^

b

76

Sosyometri ve Psikodrama

üye çevresir idaki pek çok kişiyi bu durumdaki üye ise bir seçme olur.)

O

seçer; yıldızı

0 \

,0

o— -^

*•

> 0* <*"-' -0

o-','

* A * \

O

""0

Grubu iten kırmızı yıldız: Kırmızı yıldızın merkezindeki kişi, kendisini seçen çok sayıdaki kişiyi reddeder. (Bu durumun tersi de söz konusu olabilir; merkezdeki kişi, kendisini reddeden çok sayıdaki kişiyi seçebilir.)

,0 ...0

^0

Sosyogramlardaki tipik yapıların incelenmesi, bu sosyogram-ların ait olduğu gruplardaki etkileşimlerin gelişmişlik düzeyi hakkında bilgi verir. Bir önceki bölümde sözü edilen sosyogenetik

rometride Ölçme ve Değerlendirme

kanuna göre, gruplardaki sosyometrik örüntüler, yaş artışına paralel olarak basitten karmaşığa doğru gelişmekteydi. Araştırmacılar yukarıda tanımlanan yapılan dikkate alırlarsa, söz konusu gelişmeyi daha iyi teşhis edebilirler. Terapistler, psikolojik danışmanlar ise, sosyogramlardaki tipik yapılan inceleyerek, gruplara ne tür tedavi / danışma hizmeti götüreceklerine karar verebilirler.

Sosyogramlarda Ağlar

Sosyogramlarda öyle örüntüler vardır ki, bazen birbirleriyle doğrudan ilişkileri bulunmayan bazı üyeler, aralarındaki başka üyelerden (ortak dostlardan) ötürü, birbirleriyle irubât halindedirler. Bazen de birkaç tipik yapı birbirine eklenir ve aralarında doğrudan hiçbir ilişki bulunmayan bazı üyeler, ister istemez aynı düzenin içinde yer almış olurlar. İşte sosyog-ramlardaki bu tür düzenlere "ağ" ya da "psiko-geografik ağ" adı verilir. Ağlar boyunca, gerek tele akışı, gerekse çeşitli mesajların akışı, adetâ suyun akması gibi, bir üyeden diğerine doğru sürekli olarak gerçekleşir.

Moreno'ya (1963) göre, gruplardaki akımlar, ağlar boyunca, suyun boru içinde aktığı gibi akarlar. (Hudson'daki araştırmada, ıslahevinden kaçma fikri de belli ağlar boyunca yayılmıştı.) Borularla ağlar arasında benzerliğin yanı sıra, önemli bir farklılık vardır. Borunun içinde akan su boruyu etkilemez, fakat ağlarda ilerleyen psikolojik akımlar ağları etkiler. Ağlar, diğer bir söyleyişle psiko-geografik ağlar, bu açıdan sinir sistemine benzer. Sinir sistemi de, sosyometrik örüntülerdeki ağlar gibi, akımlardan etkilenebilir ve akımları etkileyebilir. Ayrıca yine sinir sistemi de çok az bir çabayla en fazla etkiyi sağlayacak şekilde kurulmuştur. Bu açıdan psiko-geografik ağ, içinden geçen akımlarla etkileşimde bulunmayan bir telefon hattına benzemez. Sosyometrik örüntülerdeki ağlarda, mekanik olmayan, karşılıklı etkileşime dayanan ve sürekli işleyen canlı bir süreç mevcuttur.

Gruplardaki ağların önemli bir işlevi vardır. Ağlar yoluyla üyeler, az enerji harcayarak çok uyaran / bilgi alabilirler.

Ör-

78

Sosyometri ve Psikodranía

neğin yalnızca iki üye ile tele ilişkisi içinde olan, diğerleriyle ilişki kurmamış bir üye, bu iki arkadaşının başka üyelerden aldığı mesajlara, dolaylı yoldan da olsa sahip olur. Ayrıca söz konusu bu üye, doğrudan ilişki içinde bulunmadığı diğer pek çok üyeyi, yine iki arkadaşı aracılığıyla etkileme şansına sahiptir.

Sosyometri Testinin Güvenirliği ve Geçerliği

Bu bölümde, sosyometri testlerinin güvenilirliklerinin ve geçerliklerinin hangi yollarla araştırılabileceğinden söz edeceğim.

Güvenirlik: Bir gruba sosyometri testi uyguladığımızda, tutarlı bir şekilde ölçüm yapıp yapmadığımızı bilmek isteriz. Yaptığımız ölçümlerin tutarlı olup olmadığını anlamamızın en uygun yollarından birisi, ölçümü belirli aralarla iki kez tekrarlamak ve bu iki ölçümün birbirine ne kadar benzediğine bakmaktır. Başka ölçme araçları (örneğin zekâ testleri ya da tutum ölçekleri) söz konusu olduğunda, bu araçları ortalama onbeş gün arayla iki kez uygularız. Fakat sosyometri söz konusu olduğunda, bu sürenin daha kısa tutulmasında yarar olabilir. Çünkü, kişilerin belli ölçütlere dayanan sosyometrik tercihleri, zaman içinde sıklıkla değişebilir niteliktedir. Bu gerçeği gözardı etmeden, belli bir gruba dört-beş gün arayla, aynı ölçütün kullanıldığı sosyometri testi uygulanmalı ve elde edilen sonuçlar iki ayrı sosyometri matrisinde toplanmalıdır. Bu iki matrisin birbirlerine ne ölçüde benzediği ise, Katz ve Powell'in (1953) Uyuşum Katsayısı (Concordance Index) kullanılarak araştırılmalıdır. (Söz konusu katsayının nasıl hesaplandığı aşağıda "İki Sosyometrik Örüntünün İstatistiksel Karşılaştırılması" başlığı altında ele alınacaktır. **Geçerlik:** Elimizdeki ölçme aracının, ölçmek istediğimiz şeyi gerçekten ölçüp ölçmediğini anlamak isteriz. Bu açıdan sosyometri testlerine bakmak istediğimizde ise çeşitli yaklaşımlara baş vurmak mümkündür. Aşağıda üç ayrı yaklaşımla sosyometri testlerinin geçerliğini nasıl inceleyebileceğimizi

79 / .deÖK-veDeierlen^

_Vlc

^ırÜab • SencUn b*?fSucuyla o « ^ ^ guna - Seb^-Bu8f ^*Şcûde benzeri*^ ^ avları go*511*

arasında ne o ^ ^ ^ L r şekil-

sosyomeir» d ,gruu > « um«- l»-

arurmak f ^ L , grubuyla g e« e ü « lmesru<l=V

çeVlesüriUr.VonffO \$, etlanl* Ee« üri t test,^uygu

80

Sosyometri ve Psikodrarna

(Örneğin deney grubuna ait ikinci sosyogramda, karşılıklı seçmeler, kırmızı zincirler ya da kırmızı üçgenler, diğer sosyog-ramlara oranla daha fazla miktarda bulunmalıdır.) Bu beklentinin desteklenmesi, sosyometri testinin geçerliği konusunda bir başka kanıt sayılır.

SOSYOMETRİK ALGI TESTİ

Sosyometrik algı testi, sosyometride kullanılan grup tekniklerinden bir tanesidir. Bu testin özünü şöyle özetleyebiliriz: Bir kişiden, mensup olduğu bir grubun sosyometrik örüntü-sünü tek başına ortaya koyması istenir.

Yani kişi, grupta kimlerin kendisini seçtiğini ve kimlerin reddettiğini tahmin eder. Bu tahminine, diğer üyelerin birbirlerini ne şekilde seçtikleri ve reddettikleri yolundaki tahminini de ekleyerek bir sosyogram oluşturur.

Sosyometrik algı testi şu basamaklardan geçilerek gerçekleştirilir:

1. Basamak: Üye, gruptaki her bir bireyi kendisine has rolleri içinde hatırlamaya çalışır.
2. Basamak: Bir sosyometri testine katılıyormuş gibi grupta kimleri seçtiğine ve reddettiğine karar verir.
3. Basamak: Üye, gruptaki diğer üyelerden kimlerin kendisini seçebileceğini ve kimlerin reddedebileceğini tahmin eder.
4. Basamak: Üye, kendisi dışındaki diğer üyelerin birbirlerine ilişkin sosyometrik tercihlerini, yani kimin kimi seçtiğini ve reddettiğini tahmin eder.

Dördüncü basamağın sonunda grubun sosyometrik örüntüsü ortaya çıkmış olur. Başka bir ifadeyle, gruba sosyometri testi uygulanmışçasına bir sosyogram elde edilir. Fakat şüphesiz ki bu sosyogram, gruptaki tüm üyelerin kişisel tercihlerini değil, tek bir üyenin gruptaki etkileşimi algılayış şeklini yansıtmaktadır. Bu yüzden sosyometrik algı testi, bir üyenin sübjektif değerlendirmesi sayılır.

,Otmetride Ölçme ve Değerlendirme

81

Bir üyeye ait sosyometrik algı testinin mutlaka, o gruptan elde edilen gerçek bir sosyometri testi sonucuyla karşılaştırılması gerekir. Bu karşılaştırma yoluyla, sosyometrik algı testinde, grupta kimlerin birbirlerini seçtiklerini ve kimlerin reddettiklerini tahmin etmiş olan üyenin, bu tahminlerinde ne ölçüde isabetli olduğu ortaya çıkar. Söz gelişi A adlı bir üye, bir sosyometrik algı testinde B'nin ve C'nin kendisini seçtiklerini, buna karşılık D ve E adlı üyelerin ise kendisini reddettiklerini tahmin etmiş olsun. Aralarında bu kişilerin de bulunduğu gruba sosyometri testi uyguladığımızda, yani B, C, D ve E kişilerinin bizzat sosyometrik tercihlerini belirtmelerini istediğimizde, diyelim ki A'nın tahminlerinden kısmen farklı olarak B ve D, A'yi seçmiş, C ve E ise A'yi reddetmiştir. Yani A'nın B'ye ve E'ye ilişkin tahminleri doğru çıkarken, D'ye ve C'ye ilişkin tahminleri yanlış çıkmıştır. Kişilerin her zaman doğru tahminlerde bulunmaları mümkün değildir. Fakat yanılgıların büyük boyutuyla ulaşması halinde, yanılgının sebebinin araştırılması yararlı olabilir.

Araştırmalar, ruh sağlığı yerinde olan deneklere ait sosyometrik algı testleri ile gerçek sosyometri tesüeri arasında önemli farklılık olmadığını gösteriyor. Ruh sağlığı bozuk deneklere ait sosyometrik algı tesüeri ile sosyometri tesüeri arasında ise önemli uyumsuzluklar bulunabilmektedir (Özbek ve Leutz, 1987). Eğer bir üye, çok sayıda grup üyesi tarafından seçileceğini tahmin etmişken, gerçekte bu üyelerce seçilmi-yorsa, ya da tam tersi, çok sayıda üye tarafından reddedileceğini düşünürken reddedilmezse, bu durumda söz konusu üyenin, grup içindeki pozisyonunu doğru algılamadığını, dolayısıyla da sosyal yaşantısında gerçekçi davranmadığını düşünürüz. Ayrıca, böyle bir kişinin benlik algısında da bazı bozulmalar olduğunu, en azından kişinin benliğinin "sosyal ben" yanının gerçeğe fazla dayanmadığını düşünebiliriz. Bu yüzden, bir üyeye ait sosyometrik algı testi sonucu ile gruba ait sosyometri sonucunun karşılaştırılması bize, o üyenin ruh sağlığı hakkında önemli bilgiler verir.

82

Sosyometri ve Psikodrama

Bir üyenin, kendisine yönelik sosyometrik tercihler konusunda önemli ölçüde yanılgısı durumunda, bu üyenin psikote-rapiye/psikolojik danışmaya alınmasında yarar vardır. Bu konuda yararlanılacak yaklaşım psikodrama olabilir. Şüphesiz terapistin/danışmanın tercihi göre başka yaklaşımlardan da yararlanmak mümkündür. Bu konuda günümüzdeki yaygın tavır, eklektik yaklaşıma başvurmaktır. Kitabın üçüncü bölümünde de değinileceği gibi, psikodrama ile diğer bazı yaklaşımların birlikte kullanılmasının iyi sonuç vereceği kanısındayım.

AYNI GRUBA AİT İKİ SOSYOMETRİK

ÖRÜNTÜNÜN İSTATİSTİKSEL

KARŞILAŞTIRILMASI

Aynı gruptan elde edilen iki sosyometrik örüntüyü gözle karşılaştırmak bazen yeterli olabilir. Ancak bu karşılaştırmayı istatistiksel bir temele oturtmakta yarar vardır. Böyle bir karşılaştırmada yararlanılabilecek istatistiksel tekniklerin en uygununun Katz ve Powell'e (1953) ait Uyuşum Katsayısı (Concordance Index) olduğu kanısındayım.

Uyuşum Katsayısı şu durumlarda kullanılabilir:

- (1) Testin güvenilirliğini incelemek ya da bir gruptaki sosyometrik örüntünün zaman içindeki seyrini izlemek amacıyla, belli bir ölçüte dayanan sosyometri testi, aynı gruba iki kez uygulanır. Ortaya çıkan iki ayrı matrisin birbirine ne ölçüde benzediğini belirlemek için Uyuşum Katsayısı kullanılır.
- (2) Aynı gruptan, iki farklı ölçütle elde edilen sosyometri matrislerini karşılaştırmak için kullanılır.
- (3) Bir gruba ait sosyometri testi sonucu ile bir bireye ait sosyometrik algı testi sonucunu karşılaştırmak için kullanılır.
- (4) Bir gruba ait sosyometri testi sonucu ile bir hakemin (örneğin bir öğretmen ya da bir hasta grubu söz konusu olduğunda bir terapistin) bu gruba ilişkin gözlemlerine dayanarak oluşturduğu sosyometri testi sonucu karşılaştırılmak istendiğinde kullanılır.

Sosyometride Ölçme ve Değerlendirme

Uyuşum Katsayısının Hesaplanması

Elimizde, aynı gruba ait iki ayrı sosyometri matrisi bulunsun. (Bunlardan birincisinin sosyometri testi sonucunda, diğerinin ise sosyometrik algı testi sonucunda oluştuğunu varsayalım.) Bu matrislerden birincisine "X", ikincisine ise "Y" diyelim. İlk adım olarak, bu iki matristeki bilgileri özetleyen bir "uyuşum tablosu" düzenlenir. Şöyle:

UYUŞUM TABLOSU - 2

	y	y	Toplam
X	nxy	n , xy	*»,
X1	n 1 xy	x y	nx'
Toplam			n(n-l)

n
xy xy

n , ,

: Gruptaki denek sayısı.

: Matris X'te ve Matris Vde bulunan, birbirleriyle tamamen uyuşan tercih sayısını gösterir.

X'te bulunan, Vde bulunmayan tercihler.

X'te bulunmayan, Vde bulunan tercihler.

bulunmayan tercihler

Hem X'te, hem de Vde (matrislerdeki boşluklar.)

Uyuşum Katsayısı (Concordance Index formülü):

$n(n-l)nxy-nxn\}$

$VnxnXny$

C =

Yukarıdaki uyuşum tablosuna kaynak teşkil eden Y-matrisi ve X-matrisi aşağıda görülmektedir. Bu matrisin, yukarıdaki uyuşum matrisine nasıl taşınacağı konusunda bir örnek vere-

n

Sosyometri ve Psikodratna

lim: Y-matrisinde, 1 numaralı üyeyi, 2, 3, 5, 9, ve 10 numaralı denekler seçmişlerdir. X-matrisinde ise, 1 numaralı üyeyi 2, 5 10 numaralı üyeler seçmişler, 3 ve 9 numaralı üyeler seçme-mişlerdir. Bu durumda, 1 numaralı üyeye ilişkin olarak, Y ve X matrisleri arasındaki uyuşum sayısı 3'tür. (Çünkü, beş tercihin ancak üç tanesi hem Y, hem de X matrislerinde bulunmaktadır.) Uyuşum tablosunun altında gösterilen dört değer, matrislerdeki tüm bilgiler dikkate alınarak hesaplanır.

Y - Matrisi

seçenler	1	2	seçilenler	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	X	X	X							
2	X	2	X	X					X		
3	X	X	3								
4				4		X		X	X		
5	X			5		X		X			
6				X	X	6		X			
7		X		X	X	7			X		
8				X		8		X			
9	X	X		X	X			9			
10	X	X		X					10		

X - Matrisi

seçenler	1	2	seçilenler	3	4	5	6	7	8	9	10
1	1	X	X	X							
2	X	2	X							X	
3		X	3								
4				4	X	X		X		X	
5	X	X		5	X	X			X		
6			X	X	6						
7					X	7			X		
8				X				8	X	X	
9				X		X			9		

10 X X
DeğevlendVrme tride Ölçme ve Sovosytn°e—
•elerindeki bğvlerde« Y
85 karak uyuşum
rY
, * X matrislerl" YV \ 7 \ e yazabil
afH_
Topla'm
19 12 31
51 59
Topla ~27 63 90
erier,U^mKaBa-
lde6 ri r
Tablosu

10

la çv

yrsı
)x19)_2'7>ill-50
anlamayı düşünüy
86

Sosyometri ve Psikodrama

Heider'in denge kavramı kısaca şudur (Heider, 1958; Kağıtçıbaşı, 1976): Bir kişi bulunmaktadır; buna "K" diyelim. K'nın ilişkide bulunduğu bir kişi (D) ve bir obje (O) bulunmaktadır. Bunların üçü arasında iki tür ilişki bulunabilir; bunlar, (a) sevmese-sevmeme ve (b) birlikte olma-olmama ilişkisidir. Bu ilişkiler olumlu (+) ya da olumsuz (-) olabilir. Bu durumda üç birim arasında olumlu ve olumsuz olmak üzere çeşidi kombinasyonlar ortaya çıkabilir. Ortaya çıkan kombinasyonlardan bazıları, K'nın zihninde dengeli, bazıları ise dengesiz'dir. Şekil -8'e bunlara birer örnek verilmiştir.

K	+	D	K,	İ	,D
0 (sigara)			0 (av)		
(+ + -) = dengesiz bir ilişki			(+ - -) = dengeli bir ilişki		
-a-			-b-		

Şekil - 8 Heider'in denge kavramıyla ilgili iki örnek.

Şekil - 8/a'da, diyelim ki K, arkadaşı D'yi sevmektedir, D, sigarayı sevmektedir. K ise sigarayı sevmemektedir. Bu durumda Ahmet'in zihninde dengesiz bir durum ortaya çıkacaktır. Şekil -8/b'de ise K, arkadaşı D'yi sevmektedir ve gerek K gerekse D avlanmaya karşıdır; bu durumda K'nın zihninde dengeli bir durum söz konusudur. Burada verilen örneklerin dışında, dengeli ve dengesiz durumlar için çeşitli olumlu ve olumsuz kombinasyonlar ortaya çıkabilir.

Yukarda özetlenen Heider'in denge kavramını, sosyo-gramları yorumlamak amacıyla üç kişi arasındaki ilişkiye adapte edebiliriz. Diyelim ki büyük bir grupta Zeynep, Elif ve Ayça adlı üç arkadaş var ve bunlar birbirlerini karşılıklı olarak seçiyorlar. (Bu üç kişinin oluşturdukları yapı kırmızı bir üçgendir. Bu durumda, Şekil -9/a'da görüldüğü üzere dengeli bir

Sosyometride Ölçme ve Değerlendirme

87 etkileşim ortaya çıkacaktır. Yine diyelim ki Gülcan, Burak ve Tahir arasında, Şekil -9/b'de görüldüğü üzere dengeli olmayan bir etkileşim bulunsun; Tahir, hem Gülcan ile hem de Burak ile iyi arkadaş; birbirlerini karşılıklı olarak seçmektedirler. Fakat Tahir'in bu iki iyi arkadaşı, Gülcan ve Burak birbirlerini seçmemekte, hatta itmektirler. Bu durumda, bu üç kişi içinde en fazla Tahir'in sıkıntıya düşeceğini, sosyometrik tercihlerinin değişmemesi halinde ise bu üçlünün bir süre sonra dağılabileceğini düşünebiliriz.

Zeynep^ İ _____ Elif Gülcan ^ 7 Burak

Ayça Tahir Dengeli etkileşim Dengesiz etkileşim - a-

-b-Şekil - 9 Bir sosyogramda ortaya çıkabilecek dengeli ve dengesiz yapılar.

Konuyla ilgili gerçekleştirdiğim bir ön çalışmada, 80 kişilik bir sınıfa sosyometri testi uyguladıktan sonra sosyogram oluşturdum. Bu sosyogramda 17 tane üçgen vardı. Bu üçgenlerden 11 tanesi dengeli, 6 tanesi ise dengesiz yapıya sahipti. Bu bulgu, sosyogramları Heider'in denge kavramı açısından inceleyebileceğimiz anlamına gelmektedir. Söz konusu dengeli ve dengesiz yapıların, hangi değişkenlerle ilişkili olduğunu, zaman içinde nasıl bir değişim gösterdiğini ve gruptaki diğer yapıları nasıl etkilediğini, ilerde uzunlamasına yapılacak araştırmalar gösterecektir.

Sosyogramlarda dengeli ve dengesiz üçgenleri (hatta dörtgenleri ve beşgenleri -ki kalabalık gruplarda bunlara da raslan-tmaktadır) konu alan araştırmalar, çeşitli sorulara cevap verebilir. "U sorulardan bazılarını şöyle sıralayabiliriz:

88

Sosyometri ve Psikodrama

- (1) Yeni oluşan gruplardaki dengeli-dengesiz üçgen oranı ile içinde kohezyonun artmış olduğu eski gruplardaki dengeli-dengesiz üçgen oranı arasında bir fark var mıdır?
- (2) Yeni kurulan grupların gelişme süreçleri içinde, dengeli ve dengesiz üçgenlerin miktarı nasıl bir seyir göstermektedir?
- (3) Bir gruptaki dengeli-dengesiz üçgen oranı ile o grubun kendisine yönelik ilgi yüzdesi arasında bir ilişki var mıdır?
- (4) Bir gruptaki dengesiz üçgenlerin sayısı ile o gruptaki karşılıklı reddetmelerin sayısı arasında bir ilişki var mıdır?
- (5) Dengeli üçgenlerin ömrü ne kadardır; dengesiz üçgenlerin ömrü ne kadardır?
- (6) Gruplardaki dengesiz yapılar, değişime uğradıklarında, dengeli yapılara mı dönüşmektedirler, yoksa başka tür yapılara mı?
- (7) Dengesiz grupları ilk önce hangi üyeler terk etmektedirler; dengesizliği algılayanlar mı, iki kişilik bir alt gruba sonradan katılan kişiler mi?
- (8) Dengesiz üçgenleri oluşturan kişilerle, sosyometri testi sonrasında bireysel görüşmeler yapıldığında, ne tür bilgiler elde edilmektedir? Dengesiz üçgenlere mensup olanlar, bu durumdan rahatsız olmakta mıdır?
- (9) Bir gruba belirli bir süre psikodrama uygulanması, o gruptaki dengesiz üçgenlerin sayısını azaltır mı?
- (10) Bilişsel - davranışçı yaklaşımın kullanılması halinde, dengesiz üçgenlerin yapılarında değişiklik ortaya çıkar mı?

Yukarda sıralanan sorulara ve benzerlerine ilerdeki araştırmalarımda cevap bulmaya çalışacağım. Şu aşamada konuyu gündeme getirmemin nedeni, şimdilik düşünce düzeyinde ortaya koyduğum bu konuya başka araştırmacıların ilgisi çekmektir. Onlardan gelecek görüşler, konunun daha kapsamlı olarak incelenme şansını artıracaktır.

Sosyometride Ölçme ve Değerlendirme

89

ROL TESTİ

Sosyometri kapsamında çeşitli grup teknikleri bulunduğunu, bunların en tanınmışının ise sosyometri testi olduğunu belirtmiştik. Bu çok kullanılan, üzerinde çok yayın yapılmış olan ve galiba sosyometrik ölçümlerin temelini oluşturan bu tesü, oldukça ayrıntılı olarak ele aldık. Şimdi sosyometri testi kadar yaygın kullanılmasa da, işlevsel bulduğum bir başka testten, rol testinden söz edeceğim.

Rol testi, grup teknikleri kapsamında bir kâğıt-kalem testi olarak uygulanabileceği gibi, eylem teknikleri kapsamında olmak üzere psikodrama gruplarında, üyelerin sözle ya da davranışla katılmaları yoluyla da uygulanabilir.

Bir grubun üyelerine rol testini uygulamak istediğimizde, çeşitli rolleri kâğıtlara yazarak üyelere dağıtırız; her üye, her bir role grup içindeki arkadaşlarından hangisini uygun görüyorsa, o arkadaşının adını rolün yanına yazar.

Böylece, her bir üyeye, diğer üyeler tarafından hangi rollerin yükümlendiği (atfedildiği) belirlenmiş olur.

Uygulama ötede şöyledir: Bir kâğıda, aşağıdaki roller ve benzerleri yazılır.

- (1) Arabulucu
- (2) iyilik meleği
- (3) Zorba
- (4) Kral
- (5) Oyunbozan
- (6) Sırdaş

Her grup üyesi, grupta hangi arkadaşını/arkadaşlarını bu rollerden hangisine uygun görüyorsa, adını rolün yanındaki noktalı yere yazar.

Rol testiyle elde edilen veriler, sosyometri testiyle elde edilen verilerle karşılaştırılabilir; aralarındaki tutarlılığa bakı-

90

Sosyometri ve Psikodrama

labilir. Örneğin rol testinde, çoğunluğun "iyilik meleği" ya ^ "kral" rolüne oturttuğu bir üyenin, sosyometri testi sonucuna göre kırmızı yıldız (seçilen yıldız) olmasını bekleriz. Ya da rol testinde "zorba" ya da "oyun bozan" rolüne yerleştirilmiş bir üyenin, sosyometri testi sonucuna göre siyah yıldız (reddedilen yıldız) olmasını bekleriz. Bu beklentiye belirgin şekilde ters düşen bulgular, grubun yakından incelenmesini gerektirir.

SOSYOMETRİK ÖLÇÜM ALANINDA YENİ YAKLAŞIMLAR

Kitapta şu ana kadar, Sosyometri testiyle ilgili, "klâsik" olarak adlandırabileceğimiz ölçme ve değerlendirme sisteminden söz ettik. Bu sistemde öz olarak, bir grubun üyelerine, kimlerle arkadaşlık etmek istediklerini ve kimlerle etmek istemediklerini soruyorduk. Teste katılan her üyenin ise belirli sayıda (örneğin üç tane) seçme hakkı vardı. Söz konusu bu klâsik yaklaşıma, Moreno tarafından 1930'lu yıllarda son şekli verilmişti. Gerçi Moreno dışında pek çok araştırmacı, daha çok istatistiksel değerlendirme açısından sosyometri testine katkıda bulundu. Fakat bu katkılar, testin klâsik yapısını değiştirmeye yönelik değildi. Günümüzde de pek çok araştırmacı, sosyometri testini, Moreno'nun zamanındaki haliyle uygulamakta ve değerlendirmektedir. Fakat son yirmi yılda, özellikle son on yıl içinde, sosyometri testinin uygulanmasında ve değerlendirilmesinde önemli değişiklikler, yenilikler ortaya çıkmıştır. Ülkemizde, klâsik sosyometrik ölçümleri uygulamacılara tanıtan yayınlar -az olmakla birlikte (örneğin Çağlar, 1977)- mevcuttur, ancak yeni yaklaşımları tanıtan yayınlara raslanmamaktadır. Söz konusu yenilikleri maddeler halinde ele almak istiyorum.

Sosyometri testinin uygulanmasında ve değerlendirilmesinde yeni yaklaşımlar:

•tride Ölçme ve Değerlendirme

91

(1) Belirli sayıda seçme yerine dereceleme ölçeklerin kullanılması:

Kişilerin sosyometrik tercihleri, dereceleme ölçekleri kullanılarak da belirlenebilir. Diyelim ki bir grupta 35 kişi var. Gruptaki her bir üyenin eline bu 35 kişinin adlarının yazılı olduğu listeler verilir. Her adın yanında belirli sayıda (örneğin beş tane) tanımlanmış basamak bulunmaktadır. Söz gelişi bu basamaklar şu şekilde olabilir: 1- Hiç istemem, 2- Pek istemem, 3- Kararsızım, 4- Kısmen isterim, 5- Çok isterim. Her bir üye, araştırmacı tarafından verilen bir ölçüt doğrultusunda, gruptaki her bir arkadaşı için (yani 34 kişi için) bu beş seçenekten birisini seçer. Örneğin ölçüt "birlikte gezmeye gitmek" ise, her üye, gruptaki her bir üye ile gezmeye gitmeyi ne derece istediğini belirtmiş olur. (Söz gelişi Orhan, birlikte gezmeye gitmek söz konusu olduğunda Ahmet için 5'i işaretlerken, Necmi için 2'yi işaretleyebilir. Burada Ahmet, Orhan'dan 5 puan almıştır; Ahmet'in diğer 33 arkadaşından alacağı puanlar, bu puana eklenince, Ahmet'e ait sosyometrik statü puanı ortaya çıkacaktır.)

Ölçme, dereceleme ölçeği görüntüsündedir. Ancak bir üye, yaptığı işaretlemelerle ilgili toplam bir puan almaz. Her bir üye, diğer üyeler tarafından kendisine kaç puan verildiyse, bu puanların toplamı kadar bir puana sahip olur.

Üyelerin sahip oldukları bu puanlar, onların sosyometrik statülerinin sayısal olarak ifade edilmiş şeklidir.

Dereceleme ölçekleriyle sosyometrik statü belirlemenin, sınırlı sayıda tercih sormaya üstünlüğü:

(a) Klâsik yaklaşımı uygulayarak, deneklerden sınırlı sayıda tercih yapmalarını istediğimizde, bir miktar bilgi kaybı olur. Çünkü bazı üyeler, sınırlı sayıdaki sıralamaya girmeyen, ancak kendileri için anlam taşıyan bazı tercihlere (seçmelere ya da reddetmelere) sahiptirler. Klâsik yaklaşımla uygulanan sosyometri testinde, bu tür tercihler araştırmacı tarafından tespit edilemez. Fakat dereceleme ölçeği kullanılması durumunda tespit edilebilir; en alt düzeydeki olumlu veya olumsuz

92

Sosyometri ve Psikodrama

tercihler, dereceleme ölçeklerinde, puana dönüşmüş halde araştırmacının dikkatine sunulur. Bir örnek verelim: Diyelim ki 30 kişilik bir grubun üyelerinden belirli bir ölçüt doğrultusunda 5'er tane seçme yapmalarını istedik. Grup üyelerinden Buğra'nın ise seçmeyi düşündüğü 7 arkadaşı var. Denekleri sınırlayan maksimum seçme sayısı 5 olduğu için Buğra, bu 7 arkadaşını kafasında sıralayıp ilk beşe girenleri elindeki kâğıda yazacaktır. Yine diyelim ki Buğra'nın kafasında 6. ve 7. sıralarda Ayşe ve Ozan yer almış olsunlar. Araştırmacı, sonuçta elde ettiği sosyograma baktığında, Buğra'nın Ayşe'ye ve Ozan'a biraz da olsa sempati duyduğunu göremeyecektir. Oysa klâsik sistem yerine dereceleme ölçeği uygulanmış olsaydı. Buğra, kafasında ilk beşe oturttuğu arkadaşlarına 3 ilâ 5 puan arasında puanlar verecekti; fakat Buğra aynı zamanda Ayşe'ye ve Ozan'a da 2'şer puan verecekti, işte dereceleme ölçekleriyle daha hassas ölçüm yapıyor olmamızın açıklaması budur. Dereceleme ölçekleriyle sosyometrik tercihler belirlendiğinde, her üyenin, gruptaki tüm üyelerden -az ya da çok-belirli bir puan alma şansı vardır.

Kısacası, klâsik sosyometri testinde, "ya hep ya hiç" ilkesi daha belirgindir. Oysa dereceleme ölçeklerinde, ya hep ya hiçten ziyade, "kısmî tercihler" de devreye girmektedir.

(b) Dereceleme ölçekleri kullanıldığında, üyelere, yalnızca "kiminle birlikte olmak istedikleri" sorulur; ayrıca birlikte olmayı en fazla istemedikleri kişileri sormaya gerek yoktur. Çünkü dereceleme ölçeğinin özelliğinden ötürü, birinci soru ikinciye de kapsamaktadır. Bu yüzden, dereceleme ölçekleri kullanıldığında, deneklerin, klâsik yaklaşıma göre daha az rahatsız olacakları kanısındayım. Çünkü klâsik yaklaşımda üyeler, reddettikleri kişilerin kimler olduğunu doğrudan belirtirken, ister istemez negatif bir tavır sergilemek zorundadırlar. Dereceleme ölçeklerinde de bu tür bir negatif tavır sergileme söz konusu ise de, bu tavır birinciye oranla daha yumuşatılmış halde ortaya konur ve bu yüzden de tavrı ortaya koyan denekleri daha az rahatsız edebilir.

Sosyometride Ölçme ve Değerlendirme

93

(c) Dereceleme ölçekleri kullanıldığında, grup üyelerinin aldıkları puanlar çoktan aza doğru sıralanabilir. (Bu puanların dağılımı, muhtemelen normal dağılıma uygun olacaktır.) Aldıkları puanlara bakarak, hangi üyenin

olumlu yıldız (seçilen yıldız), hangi üyenin olumsuz yıldız (reddedilen yıldız) olduğuna karar verebiliriz. Ancak, olumlu ya da olumsuz yıldız olmak da, bir "ya hep, ya hiç" meselesi değil, bir "derece" meselesidir.

(d) Klâsik yaklaşımda, uç noktadaki (ekstremlerdeki) üyelerin daha da uçtaymış gibi algılanması söz konusudur. Diyelim ki bir klâsik sosyograma baktığımızda, hiç kimse tarafından seçilmemiş bir üye var. Bu üye, yukarda (a) maddesinde örnek verdiğimiz Ozan olsun. Bu durumda Ozan'ın grup içinde yalnız, -hatta yapayalnız- olduğunu düşünürüz. Oysa Ozan, hiç kimsenin listesinde ilk beşe giremediği halde, pek çok üyeden birkaç puan almış olabilir. Örneğin (a) maddesinden hatırlanacağı üzere, Ozan, Buğra'dan 2 puan almıştı; Ozan böyle pek çok arkadaşından birer ikişer puan almış olabilir. İşte Ozan'ın bu durumu, dereceleme ölçeklerini kullandığımızda gözler önüne serilir, fakat klâsik yaklaşımda gözden kaçır.

(e) Dereceleme ölçekleriyle sosyometrik statü belirlemenin en önemli avantajlarından birisi, bu tür ölçeklerle belirlenen statülerin birer sürekli değişken olmasıdır. Klâsik yaklaşımla belirlenen sosyometrik statüler, birer süreksiz (kesikli) değişkendir. (Gerçi klâsik yaklaşımda, her bir bireyin sahip olduğu seçilme frekansını, birer puan olarak düşünebilir, böylece sürekli değişkenler elde edebiliriz. Fakat bu sürekli değişken, birimlerini frekansların oluşturduğu, zorlama ile elde edilmiş bir sürekli değişkendir.) Oysa dereceleme ölçekleri kullandığımızda, sosyometrik statüler, gerçek birer sürekli değişken olmaktadır.

Sürekli değişkenlerle çalışmanın, süreksizlerle çalışmaya oranla, belirli bazı avantajları vardır. Her şeyden önce, sürekli değişkenlerle çalışırken, çeşitli parametrik istatistiklerden

94

Sosyometri ve Psikodran'a

yararlanmamız mümkün olur. Örneğin eğer sürekli değişkenlerle çalışıyorsak, korelasyon katsayısı hesaplayabiliriz, t-testi ya da varyans analizi yapabiliriz. Süreksiz değişkenlerle çalıştığımızda ise bu şansımız olmaz. Sosyometri testi, yalnızca tedavi kurumlarında işe yarayan bir araç değildir. Literatürde, sosyometrik statü ile çeşitli değişkenler arasında ilişkinin araştırıldığı araştırmalara raslarız. Bu tür araştırmaları sağlıklı şekilde gerçekleştirebilmek için, elimizde dereceleme ölçekleriyle belirlenmiş sosyometrik statülerin bulunmasında yarar vardır. Çünkü ancak bu durumda, yukarda belirtilen gelişmiş istatistik tekniklerini kullanmamız mümkün olur. (Ancak burada unutulmaması gereken nokta şudur: Kullanılan hemen her istatistiksel teknik belirli sayıtları gerektirir. Örneğin, eğer dereceleme ölçekleriyle elde ettiğimiz verilere var-yans analizi uyguluyorsak, iki sayılıya dayanıyoruz demektir. Bu sayıtlar şunlardır: (1) Dereceleme ölçekimizdeki aralıklar eşittir (ya da en azında basamaklar arasındaki farklılıklar fazla değildir), (2) Elimizdeki örneklemin mensup olduğu evrede, ölçtüğümüz değişken normal dağılım göstermektedir. Bu sa-yıtların sağlandığı konusunda kuşumuz varsa, başka istatistiksel tekniklere, örneğin parametrik-olmayan tekniklere başvurmayı düşünebiliriz.)

Yukarıdaki açıklamalardan, klâsik sosyometri testinin, sınırlı bilgi veren terk edilmesi gerekli bir yaklaşım olduğu sonucu çıkarılmamalıdır. Klâsik yaklaşımın da birtakım avantajları vardır.

Sınırlı sayıda tercih sormanın, dereceleme ölçekleriyle sosyometrik statü belirlemeye üstünlüğü:

(a) Dereceleme ölçeklerini, her yaştaki ve her eğitim durumundaki kişiye uygulayanlarız. Örneğin çocukların, bu tür bir ölçeği doldurmaları zor, hatta imkânsız olabilir. Oysa, klâsik sosyometri testini hemen her yaştaki ve eğitim düzeyindeki kişiye uygulamak mümkündür. Hatta, kitabın birinci bölümünde de belirttiğimiz gibi, kişiler, klâsik sosyometn testine cevaplarını, sözel olarak ya da aksiyonla da verebilirler.

yometride Ölçme ve Değerlendirme

95

(b) Dereceleme ölçekleri, bilgi kaybını önler, fakat bize bir konuda yeterli bilgi vermez. Dereceleme ölçekleri, bir üyenin kimleri ne ölçüde kendisine yakın bulunduğunu bize söyler, fakat yanma kimin oturmasını istiyor, işte bunu söylemez, (Çünkü, diyelim ki bir üye, grubundaki sekiz kişiye 5'er puan verdi; bu sekiz kişiden hangisi kendisi için birinci sıradadır, dereceleme ölçeği kullandığımızda bu konuda bilgi sahibi olamayız.) Klâsik sosyometri testlerinin önemli bir avantajı, günlük yaşamdaki seçmelerin bir benzerinin, sosyogramlarda gözler önüne serilmesidir. Bir anne, bütün çocuklarını sever, ancak pazara giderken, en fazla kim işe yarayacaksa onu yanına alır. Klâsik sosyometri testi bize, annenin kimi yanına alacağı konusunda bilgi verir.

Yukarıdaki tartışmalardan şu sonucun çıkarılması gerektiğini düşünüyorum: Yerine göre, yani amacımız doğrultusunda, sosyometri testinin her iki türü de kullanılabilir. Ancak mümkün olduğu takdirde ikisini birden kullanmakta yarar vardır. Çünkü bu iki ayrı yaklaşımla elde edilecek bilgiler, birbirini tamamlar niteliktedir.

(2) Sosyotnetrik Ölçümlerin değerlendirilmesinde bilgisayar kullanımı:

Sosyometri testinin uygulanması sonucunda elde edilen verilerin değerlendirilmesinde, bir süredir bilgisayarlardan önemli ölçüde yararlanılmaktadır. Bu konuda özel bilgisayar programları geliştirilmiştir (Naugher, 1975; Hale, 1987). On-yıllardır elle yapılmakta olan her türlü sosyometrik işlemi, tüm ayrıntıları kapsayacak şekilde geliştirilmiş olan bilgisayar programları gerçekleştirmektedir. Bunlardan birisi ise COMP-SOC (Computerized Sociometry) adlı sistemdir (Treadvvell ve Leach, 1987).

COMPSOC sistemi kullanıldığında gerçekleştirilebilecek temel işlemler şunlardır: (1) Her bir grup üyesinin yaptığı tercihlerin (seçme ve reddetmelerin) analizi; (2) her bir üyeye yönelik tercihlerin analizi; (3) üyelerin yaptıkları tercihlere

Sosyometri ve Psikodrama

göre sıralanmaları; (4) grup yapısının analizi; (5) sosyogra-mın çıkarılması. COMPSOCsistemi bunların yanı sıra altı çeşit matris de sergilemektedir. Bunlar, (1) ham veriler, (2) yapılan tercihler, (3) karşılıklı seçmeler/reddetmeler, (4) karşılıklılık derecesi, (5) üyelere yönelik tercihler ve (6) sosyometrik soru için alt gruplar'dır.

COMPSOC sistemin, sosyometrik analizlerin kullanıldığı hemen her alanda, fakat özellikle eğitim, endüstri ve akıl sağlığı kurumlarında etkili bir şekilde kullanıldığı belirtilmektedir.

(3) Sosyometrik ölçümlerin Graf Analizle değerlendirilmesi

Graf Teori, matematiğin konularından birisidir. Birbirleriyle ilişkili konuların matematiksel analiziyle ilgilidir. Zaman içinde, çeşitli bilim dallarında kendisine uygulama alanı bulan bir teori olmuştur. Kimyacılar, organik kimyadaki molekül gösterimlerinin analizinde, fizikçiler elektrik devrelerinin analizinde Graf Teori'den yararlanmışlardır.

Graf Teori, 1950'lerden itibaren psikolojiye de girmiştir. Bir matematik profesörü olan Frank Harary, çalışma arkadaşlarıyla birlikte, Graf Teori'yi iletişim psikolojisi alanına taşımıştır. Harary ve arkadaşları, geliştirmiş oldukları kişilerarası iletişim çatışmaları modelindeki grafik gösterimlerin analizinde Graf Teori'deki bilgilerden yararlanmışlardır (Harary ve Batell, 1981; Dökmen, 1986).

Yukarda dile getirilen gelişmelere bakıldığında, Graf Te-or'i'den, sosyogramların incelenmesinde de yararlanılabileceği akla gelmektedir. Kırımca, en az Karbon Kimyası kadar karmaşık bir örüntü sergileyen sosyogramlar, Graf Teori ile incelenmeye son derece uygundur. Bu konuda literatürde önemli çalışmalara raslanmamakla birlikte, ilk adım sayılabilecek birtakım girişimler göze çarpmaktadır. Bu adımların zaman içinde gelişmesi, hem Graf Teori'ye yeni bir uygulama alanı yaratacak, hem de gruplardaki sosyometrik örüntüler hakkında daha ayrıntılı bilgiler edinmemize yol açacaktır.

lometrice Ölçme ve Değerlendirme

97

Sosyogramların, bilgisayar yardımıyla Graf Analiz açısından incelenmesi, mevcut sosyometri anlayışımızın önünde yeni ufaklar açabilir.

SOSYAL ATOM ÖLÇEĞİ (SAÖ)

Bu bölümde tarafımdan geliştirilmiş olan Sosyal Atom Ölçeği'nden (Dökmen, 1993-a) söz etmek istiyorum.

Ölçeğin Geliştirilme Öyküsü

Yıllarca yönetici ya da grup üyesi olarak katıldığım psiko-drama oturumlarında, bazen bir ısınma tekniği olarak, bazen de oyun içinde, kişilerin sosyal atomlarının sergilenmesine tanık oldum. 1988 yılında, psikodrama sahnesi dışında, bir kâ-ğit-kalem testi yoluyla, kişilerin sosyal atomlarını belirlemenin mümkün olup olmadığını düşünmeye başladım. 1991 yılında, aşağıda özelliklerini dile getireceğim ölçeği oluşturdum, güvenilirlik ve geçerlik çalışmalarını tamamlayarak yayınladım (Dökmen, 1993-a). SAÖ'nün (Sosyal Atom Ölçeği'nin) basit bir yapısı vardı ve uygulanması kolaydı.

Geliştirilmesi tamamlanmış olan SAÖ, daha sonra Altınay (1994) tarafından yüksek lisans tezinde kullanılmıştır. Bu arada, Altınay'm önerisiyle, gerek duyan araştırmacıların SAÖ'nün yanında kullanabilmeleri için, yaş, cinsiyet, akrabalar gibi demografik özelliklerin sorulduğu bir anket formunu, birlikte hazırladık. (*) (Altınay, bu anket formunu da tezinde kullandı (Altınay, 1994, sayfa 61). Bu form özellikle, deneklerin sosyal

Bu noktada belirtmek isterim ki: Belki tevazudan, belki de unutkanlıktan ötürü, Altınay, yukarda adı geçen anket formunu geliştirmenin kendi fikri olduğunu, tezinde belirtmemiştir; SAÖ'yü geliştirme fikrinin bana ait olduğunu, ölçeğin geliştirilmesine, güvenilirliğine ve geçerliğine ilişkin çalışmaların, daha önceden tarafımdan yapılarak yayınlanmış olduğunu da (Dökmen, 1993-a) belirtmeyi unutmuştur. Ben, ikimiz adına da spontan davranarak bu gerçeği belirtmek istedim.

98

Sosyometri ve Psikodrama

atomlarına girmeyen akrabalarını/tanıdıklarını incelemek isteyen araştırmacılar için işlevsel olabilir. Ancak söz konusu form SAÖ'nin ayrılmaz bir parçası değildir; ölçekle birlikte kullanılması zorunlu değildir. Nitekim, aşağıda yer alan araştırmamda, SAÖ'nün yanında bu anket formunu kullanmadım.) Ayrıca, ilerde kültürlerarası karşılaştırmalarda kullanılabilmesi amacıyla, SAÖ'nün yönergesini de yine birlikte ingilizce'ye çevirdik.

SAÖ'nün Önemi

Psikodrama sahnelerinde üyeler, kendilerine ait sosyal atomları sergileyebilirler; atomlarda yer alan kişileri yardımcı oyuncular canlandırabilir ve sosyal atomun sahibi olan üye, bu kişilerle rol değiştirerek diyalog kurabilir. Sosyal atomlarla ilgili bu tür oyunlar, üyelerin içgörü kazanmalarına ve katarsis sağlamalarına katkıda bulunur. Ancak, psikodrama sahnelerinde sergilenen sosyal atomlar üzerinde sayısal işlemler (istatistiksel işlemler) yapılması mümkün konusu değildir. SAÖ (Sosyal Atom Ölçeği), bir kâğıt-kalem testi niteliğinde olduğundan, bu ölçekle elde edilen veriler üzerinde her türlü istatistiksel işlem yapılabilir. (SAÖ ile elde edilen verilere, hem parametrik, hem de parametrik-olmayan istatistiksel tekniklerin uygulanması mümkündür.)

arayışın dayandığı manük şudur SAC, nun ^ elde edilen sosyal atomların, psikodramada de «ı yal atomlara benzemesini, dereceleme, ölçeklenyde enlere ise fazlaca benzememesini beldem Derecelem yekleri sosyometri testinde bayrıyla kullanılıyor olabih -cak sosyal atomun niteliğinden ötürü, bir ^ ^ J ^ iç içe geçmiş halkalar kadar, kişilerin sosyal atomlarını etmelerine elverişli değildir.

puanı, Mehmet'in puanından daha büyük olur. Diğer bir ifadeyle, tercihlerinin yarısı kadın, yarısı erkek olan Ahmet'in sosyal atomu, tercihlerinin tümü aynı cinsiyetteki kişilerden oluşan Mehmet'in atomundan daha zengindir.

Yukarda fc için söylenenlerin benzerini fa için de söyleyebiliriz. Araştırmanın niteliğine göre, formüle, bu iki değer dışında, benzeri başka değerler de eklenebilir. Ancak,

Sosyometride Ölçme ve Değerlendirme

105

parantez içinde birbirine eklenen değerlerin sayısının üçü geçmemesi uygun olur. İlerde sosyal atom puanları ile ilgili norm çıkarılırsa, fark indisi olarak hangi değerlerin ele alınacağına ve bunların kaç adet olacağına karar verilmelidir.

SOSYAL ATOM ÖLÇEĞİ'NİN KULLANILDIĞI BİR ARAŞTIRMA: (*)

AİLELERİNİN YANINDA VE YURLARDA

KALAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN

ÜNİVERSİTEDEKİ VE LİSEDEKİ

SOSYAL-ATOMLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

GİRİŞ

Ergenlik dönemiyle ilgili yayınlarda, ergenlerin kendilerine özgü kültürleri olduğu, ilgileri, değerleri, hatta dilleriyle ergenlerin, yetişkinlerinkinden farklı bir dünya oluşturdıkları belirtilir (Coleman, 1961; Onur, 1987). Bir "kimlik oluşturma" d ö n e m i olarak da tanımlanan ergenlik d ö n e m i n d e , önceki yaşlara kıyasla, birtakım değişiklikler yaşanır (Erikson, 1959 ve 1968). Bu değişikliklerden önemli bir kısmı ise kişilerarası ilişkilerde ortaya çıkar. Konuya ilişkin kuramsal incelemelerde ve yapılan araştırmalarda genel olarak, ergenlik dönemi boyunca gençlerin anababalarıyla olan iletişimlerinde, giderek azalma, yaşıtlarıyla olan iletişimlerine ise artış olduğu belirtilir (Dusek, 1987; Hortaçsu, -). Farklı kültürlerde yapılan araştırmaların, bu genel kanıyı desteklediği anlaşılmaktadır. Örneğin, 12-18 yaşlar arasındaki Türk gençlerinin, yaşlarındaki artışa paralel olarak anababalarıyla giderek daha az, arkadaşla-

Bu araştırmanın bir özeti VII. Ulusal Psikoloji Kongresi'nde (22-25 t-ylül 1992) sunulmuştur. Araştırma makale haline getirildikten son-*** bir dergide yayınlanması düşünülmüşse de daha sonra vazgeçilerek bu kitap kapsamına alınmıştır.

106

Sosyometri ve Psikodrama

ryla ise daha fazla konuştukları bulunmuştur (Hortaçsu, 1988), Yine 20 yaşındaki Türk gençleri, geçmişini hatırlayarak yaptıkları değerlendirmelerde, anababalarıyla olan etkileşimlerinin giderek azaldığını, arkadaşlarıyla olan etkileşimlerinin ise değişmediğini belirtmişlerdir (Hortaçsu, -). Türkiye'deki yurtlarda kalan üniversite öğrencilerinin %28'i psikolojik sorunları olduğunda aileleriyle konuşmayı, %72'si ise arkadaşlarıyla konuşmayı tercih ettiklerini belirtmişlerdir (Akhun ve diğ., 1988). Hindistanda yapılan bir araştırmada ise, ergenlerin genel olarak anababalarına uydukları, fakat yaşlarındaki artışa paralel olarak bu durumda azalma görüldüğü saptanmıştır (Arorave diğ., 1985).

Ergenlik döneminde gençlerin anababalarıyla iletişimlerinin az olması, anababanın, gencin dünyasından tamamen uzaklaştığı anlamına gelmemektedir. Anababalan ve arkadaşları, gençlerin gelişim süreçlerinde, onların farklı ihtiyaçlarına cevap verme özelliğine sahiptir (Larson, 1972). Gençlerin geleceğe yönelik hedeflerinde anababalarının, toplumsallaşmalarında ise arkadaşlarının daha önemli olduğu anlaşılmaktadır (Kandel ve Lesser, 1969). Bu yüzden, ergenlerin dünyasında, kendileriyle az konuşuluyor da olsa, anababaların da arkadaşlar kadar yeri vardır. Yapılan araştırmalara göre, ergenlik dönemindeki gençler, bazı yetişkinlerle, özellikle ana-babalarıyla yakın ilişkiler içinde bulunmaktadır (Galbo, 1984; Wilks, 1986). Ekşi'nin (1982) bir araştırmasında, üniversite öğrencilerinin %74'ü, ailelerindeki herkesin birbirine bağlı ve düşkün olduğunu belirtmişlerdir. Gençlerin anababalarıyla olan ilişkilerinin, onların, gerek arkadaşlarıyla olan ilişkilerini (Bell ve diğ., 1985) gerekse akademik ve kişisel uyumlarını (Lopez, 1991) etkilediği bulunmuştur.

Ergenlerin yaşamında anababanın önemli yer tutmasından ötürü, üniversiteli gençlere yönelik psikolojik danışmalarda gençlerin anababalarıyla olan iletişimine özel önem verilmektedir (Oles ve Bronstein, 1989). Hatta, gençlerin aileleriyle doğrudan görüşmek mümkün olmadığında, onların psikolojik danışmaya telefonla katılmalarını sağlamak amacıyla bir sistem

Sosyometride Ölçme ve Değerlendirme

107

-Family Phone Therapy- geliştirilmiştir (De Salvo, 1988). Ülkemizde üniversitelerdeki psikolojik danışma hizmetleri kapsamında gençlerle psikodrama gerçekleştirirken en çok gündeme getirilen konulardan birisi genç-anababa etkileşimidir (Dökmen, 1989). Psikodramalarda özellikle anababaların da önemli bir konuma sahip olduklarını gözlemlemekteyiz. Bir kişinin sosyal atomu, bu kişiyi duygusal, sosyal ve kültürel açıdan etkileyen, onun için önemli kişiler topluluğu demektir (Moreno, 1960). Psikodramada oyuncular, çevrelerine, kendileri için önemli kişileri sembolize eden nesneleri/kişileri yerleştirerek sosyal atomlarını canlandırırlar. Gözlediğim kadarıyla

üniversiteli gençlerimiz sosyal atomlarını canlandırırken, sürekli çatışıyor olsalar bile, anababalarını yakın arkadaşlarından uzağa yer-leştirmemektedirler.

Gençlerin arkadaşlarıyla ve anababalarıyla olan iletişimleri, ergenlik döneminde değişikliklere ve çalkantılara uğramaktadır. Liseyi bitirdikten sonra, -çoğunluğu ilk defa- ailelerinden ayrılarak bir başka şehirde yaşamaya başlayan gençlerin çevreleriyle etkileşimleri daha da karmaşık ve çalkantılı hale gelebilir. Bu yüzden gençleri sosyal çevreleriyle bir bütün olarak ele alan araştırmalara ihtiyaç vardır. Oysa Hortaç-su'nun da belirttiği gibi, ergenlikte anababa ve arkadaş ilişkilerini birlikte ele alan araştırma oldukça azdır (Hortaçsu, -). Ülkemizde yurtlarda kalan öğrencilerin, aileleriyle ve arkadaşlarıyla olan ilişkilerini birlikte inceleyen araştırmalar da azdır. Bu alandaki araştırmalardan birinde, ülkemizdeki yurtlarda kalmakta olan üniversite öğrencilerinin %15'inin psikolojik sorunlarının kaynağı olarak oda arkadaşlarını, %7'sinin ise ailelerini gördüğü belirlenmiştir; öğrencilerin %57'si ise psikolojik sorunlarının kaynağı olarak dersleri göstermişlerdir (Akhun ve diğ., 1986). Bu bulgu, öğrencilerin aileleri ile olan iletişimlerini "kötü" olarak algılamadıkları anlamına gelmektedir. Ancak, yurtlarda kalmayan öğrencilerde bu oranın ne olduğunu ya da şimdi üniversitede okuyan bu öğrencilerin lisedeyken anababalarını ne ölçüde "sıkıntı kaynağı" olarak gördüklerini bilmediğimiz için herhangi bir karşılaştırma yap-

108

Sosyometri ve Psikodrama

mamız mümkün olmamaktadır. Yurtlarla ilgili bu araştırmadan anlaşıldığı kadarıyla, yurtlarda yaşayan öğrenciler arasında -muhtemelen birlikte yaşamaktan kaynaklanan- birtakım sorunlar ortaya çıkmaktadır. Örneğin öğrencilerin %74'ü banyo saatlerinde, %62'si yatakhane ışıklarının söndürülmesinde, %60'ı ise çamaşır yıkamada problem çıktığını belirtmektedirler. Fakat bu öğrencilerin de kendi aileleriyle ne tür ev-içi problemler yaşadıklarını bilmediğimiz için, yurt ve ev yaşantılarını karşılaştıramıyoruz.

Bu araştırmada, ailelerinin yanında ve yurtlarda kalan üniversite öğrencilerinin yaşantılarında kimlerin en ölçüde önemli olduğunu belirleyebilmek için, öğrencilerin, üniversitedeki ve hatırladıkları kadarıyla lise son sınıftaki sosyal-atom-ları karşılaştırılmaktadır.

Kişilerin sosyal-atomları, onların ruh sağlıklarının önemli göstergelerinden birisidir. Gerek psikodrama sahnelerinde canlandırılan, gerekse psikodrama dışında sosyometrik yaklaşımlarla ölçülen sosyal-atomlardan, bir teşhis aracı olarak yararlanmak mümkündür (Buchanan, 1984; Taylor, 1984). Özellikle, hapse girme, başka ülkelere göç etme ya da yatılı okullara kaydolma gibi ani sosyal değişiklikler yaşayan kişilerin karşılaştıkları sorunları belirlemek istediğimizde, sosyal-atomlarını ölçmek, önemli bir veri kaynağı olabilir. Hollander (1974) hapishaneye girenlerin sosyal atomlarının parçalandığını belirleyerek, hükümlülerin sosyal atomları üzerinde odaklaşan psikodrama grupları gerçekleştirmiştir. Üniversiteye adım attıklarında, ailelerinden ilk defa uzaklaşarak yurtlarda/pansiyonlarda kalmaya başlayan gençlerin sosyal atomlarında, benzeri bir parçalanmanın ortaya çıkıp çıkmadığını araştırmakta yarar vardır. Eğer gençlerin sosyal atomlarında ani değişiklikler ortaya çıkıyor ve buna paralel olarak da çevreye uyumları güçleşiyorsa, bu durumun psikolojik danışma hizmetleri kapsamında ele alınması gereklidir. Öğretim kurumlarında yapılacak bireysel danışmalar ya da psikodramalar öncesinde, gençlerin sosyal atomlarının taranması yoluyla danışmanlara önemli bir dayanak sağlanabilir.

Sosyometride Ölçme ve Değerlendirme

109

YÖNTEM

Denekler

Araştırmanın denekleri, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi I. Sınıf öğrencileri arasından random teknikle seçilen 70 kişidir.

Ölçme Aracı

Bu araştırmada veriler SAÖ (Sosyal Atom Ölçeği) ile toplanmıştır. Bu araç hakkında ayrıntılı bilgi yukarda "Sosyal Atom Ölçeği (SAÖ)" başlığı altında dile getirilmiştir.

İşlem ve Desen

SAÖ her bir deneğe iki defa uygulanmıştır. Bunlardan birisinde, deneklerin şu anda (üniversite birinci sınıfta) kendilerine en yakın hissettikleri kişileri ölçeğe yazmaları, diğerinde ise lise son sınıftaki durumlarını hatırlayarak aynı işlemi yapmaları istenmiştir. Öncelik-sonrahk etkisinin giderilebilmesi için, bu iki ölçme şekli deneklere karışık sırada uygulanmıştır. Uygulamalar bittikten sonra, her bir denek için üç gruba ilişkin olarak SAÖ puanı hesaplanmıştır. Bu gruplar (a) anababa, (b) tüm aile ve (c) arkadaşlarıdır. Her bir deneğin hem lisedeki hem de üniversitedeki sosyal atomları üzerinde, bu üç grubun her birisi için sosyal atom puanı hesaplanmıştır.

Araştırmanın deseni, 2 (kalınan yer: aile - yurt) x 2 (ölçüm zamanı: lise-üniversite) x 3 (grup türü: anababa, aile, arkadaşlar) faktörlü, son iki faktörü tekrar ölçümlü desendir.

BULGULAR

Üniversitede okurken yurtlarda veya ailelerinin yanında (evlerinde) kalan üniversite öğrencilerinin, halihazırdaki (üniversitedeki) ve hatırladıkları kadarıyla lisedeki sosyal

110

Sosyometri ve Psikodrama

atomları üzerinde hesaplanan anababa, aile ve arkadaş puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 1'de görülmektedir. Tablo 1'deki değerlere ilişkin varyans analizi sonuçları ise Tablo 2'de görülmektedir.

Tablo 1

Yurtlarda ve Ailelerinin Yanında (Evlerinde) Kalmakta Olan
Üniversite Öğrencilerinin Üniversitedeki ve Lisedeki
Sosyal-Atomlarına Ait Anababa, Aile ve Arkadaş Puanlarının
Ortalamaları ve Standart Sapmaları

ÖLÇÜM ZAMANI													
KALINAN YER Yurt Ev				ÜNİVERSİTEDE Anababa				Aile		Arkadaş Anababa		LİSEDE	
Aüe	Arkadaş												
x s	6.61	5.77	4.69	0.67	0.88	1.18	6.49	1.04	5.86	5.00	1.03	1.27	
x s	6.36	5.69	4.93	1.42	1.08	1.59	6.51	0.96	5.54	4.71	1.67	1.87	

Tablo 2'de görüldüğü üzere, "Kalınan Yer" ve "Ölçüm Zamanı" ana etkileri anlamlı bulunmamıştır ($F=0.62$, $p>0.05$; $F=0.07$, $p>0.05$). Deneklerin anababa, aile ve arkadaş puanları arasında anlamlı farklılık vardır ($F=153.47$, $p<0.001$). Anababa puanları aile puanlarından ($q=52.36$, $p<0.01$), aile puanları ise arkadaş puanlarından ($q=52.36$, $p<0.01$) anlamlı ölçüde büyüktür. Yine Tablo 2'de görüldüğü üzere kalınan yer, ölçüm zamanı ve grup türü arasındaki ortak etki anlamlı bulunmuştur ($F=3.39$, $p<0.05$). Söz konusu ortak etkinin kaynağına Tukey ile bakıldığında şu sonuçlar elde edilmiştir:

Sosyometride Ölçme ve Değerlendirme

111

Tablo 2

Deneklerin Üniversitedeki ve Lisedeki Sosyal Atomlarına Ait
Anababa, Aile ve Arkadaş Puanlarına İlişkin
Varyans Analizi Sonuçları

Kaynak	KT	SD	KD	F				
A-Kalınan yer (yurt-ev)	2.96	1	2.96	0.62				
Grup içi denek	655.33	138	4.75					
B-Ölçüm zamanı (üni, -lise)	0.04	1	0.04	0.07				
AB	1.60	1	1.60	2.54				
B x Grup içi	87.16	138	0.63					
GGrup türü (ana, -aile-ark)	384.28	2	192.14	153.47*				
AC	1.29	2	0.65	0.52				
C x Grup içi	345.56	276	1.25	0.08				
BC	0.15	2	0.07	3.33**				
ABC	5.85	2	2.93					
BC x Grup içi	243.17	276	0.88					
Toplam	1727.42	839						

* $p < .001$ ** $p < .05$

Üniversitedeki sosyal-atomları söz konusu olduğunda, yurttan kalanların anababa puanları, evlerinde kalanların anababa puanlarından daha büyüktür ($q=6.58$, $p<0.01$); diğer bir ifadeyle, yurttan kalanlar, evlerinde kalanlar oranla anababalarını merkeze, yani kendilerine daha yakına yerleştirmişlerdir. Aynı öğrencilerin lisedeki durumları karşılaştırıldığında, anababa puanları açısından, yurttan ve evlerinde kalan öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmüştür ($q=0.53$, $p>0.05$). Şu anda yurttan kalan öğrencilerin üniversitedeki ve lisedeki anababa puanları karşılaştırıldığında ise bu öğrencilerin üniversitedeki anababa puanlarının lisedekine oranla yükseldiği bulunmuştur

112

Sosyometri ve Psikodü

($q=13.30$, $p<0.01$); halen evlerinde kalmakta olanların anababa puanları ise üniversitede, lisedekine oranla düşme göstermişti ($q=16.13$, $p<0.01$). Yurttan ve evlerinde kalanların, üniversitedeki aile puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken ($q=2.1$, $p>0.05$), lisedeki aile puanları arasında, yurttakilerin lehine anlamlı farklılık vardır ($q=8.42$, $p<0.01$). Yurttan kalanların üniversitedeki aile puanları lisedekine oranla artış göstermiştir ($q=16.63$, $p<0.01$). Yurttan ve evlerinde kalanların üniversitedeki arkadaş puanları arasında, evlerinde kalanların lehine ($q=7.63$, $p<0.01$), lisedeki arkadaş puanları arasında ise yurttan kalanların lehine ($q=8.14$, $p<0.01$) anlamlı farklılık vardır. Yurttan kalanların üniversitedeki arkadaş puanları lisedekine oranla düşme gösterirken ($q=6.32$, $p<0.01$), evlerinde kalanların üniversitedeki arkadaş puanları, lisedekine oranla yüksektir ($q=5.11$, $p<0.01$). Bunların yanı sıra, yurttan kalanların üniversitedeki ve lisedeki anababa puanları aile puanlarından, aile puanları ise arkadaş puanlarından anlamlı ölçüde büyüktür. (Bu bulguya ilişkin oniki Tukey değeri, fazla yer tutacağı düşüncesiyle, bu makaleye kaynak oluşturan bildiriye alınmamıştı; aşağıdaki tartışmaya yeni bir boyut katmayacağı düşüncesiyle, söz konusu değerleri burada da aktarmıyoruz.)

TARTIŞMA

Araştırmanın bulgularından birisi, ana etkilerden sadece bir tanesinin, grup türüne ilişkin ana etkinin anlamlı olduğu şeklindedir. Tüm deneklerin anababa puanları, aile puanlarından, aile puanları ise arkadaş puanlarından daha büyüktür. Bu bulgu, öğrencilerin, diğer aile üyelerine ve arkadaşlarına oranla anababalarını kendilerine daha yakın hissettikleri, bu yüzden de sosyal atomlarında anababalarını diğer kişilere oranla merkeze -yani kendilerine- daha yakına yerleştirdikleri anlamına gelmektedir. Öğrenciler, anababalarını kendilerine en yakın hissederken, ikinci sırayı kardeşlerin ve akrabaların bulunduğu tüm aile üyeleri almıştır; arkadaşlar ise yakın hissedilme açısından üçüncü sırada yer almaktadır. Anababa,

itride Ölçme ve Değerlendirme

113

•i arkadaş şeklindeki bu sıralama, öğrencilerin gerek üni-rs'itedeki, gerekse lisedeki yaşantılarında bir değişme gös-rmemiştir. Araştırmanın Giriş Bölümü'nde de değinildiği üzere, ilgm literatürde, genelde ergenlik döneminde, yaşlarındaki artışa paralel olarak gençlerin anababalanyla olan iletişimlerinin azaldığı, arkadaşlarıyla olan iletişimlerinin ise arttığı belirtilmektedir. Bu genel bulgunun aksine araştırmamızda gençler, anababalarını arkadaşlarına oranla kendilerine daha yakın hissettiklerini belirtmişlerdir. Gençlerin, anababa, aile, arkadaş şeklindeki sıralamaları, gerek üniversite birinci sınıfta gerekse lise son sınıfta aynı kalmıştır; yani bir yıl içinde değişikliğe uğramamıştır. Çeşitli yaşlardaki gençlerin sosyal atomları ölçülürse ya da belli bir genç grubu ele alınarak uzunlamasına bir araştırmada gençlerin anababaları-na ve arkadaşlarına verdikleri önemin seyri incelenirse, ilginç sonuçlar ortaya çıkabilir. Böyle bir araştırmanın bulgularının araştırmamızın bulgularına paralel olması halinde, bu durumun, içinde yaşadığımız kültürün bir özelliği olduğunu düşünebiliriz. Eğer farklı kültürlerde yaşayan gençlerin sosyal atomlarını ölçersek ve anababaların/ailelerin bizdeki gibi arkadaşlara öncelik taşımadığını belirlersek, bu takdirde, yakınlarla bağlılığın (ya da bağımlılığın) kültürümüzün bir özelliği olduğunu daha güvenli söyleyebiliriz.

Araştırmamızın bir başka bulgusuna göre, yurtlarda kalan üniversite öğrencileri, evlerinde anababalanyla birlikte kalanlara oranla daha yüksek anababa puanı almışlardır; yani yurtlarda kalanlar evlerinde kalanlara oranla anababalarını kendilerine daha yakın hissetmektedirler. Yurtlarda ve evlerinde kalan öğrenciler arasında lise son sınıftayken anababalarını yakın hissetme açısından bir farklılık bulunmamıştır. Bu sonuç, anababalanyla birlikte kalan üniversite öğrencilerinin onlarla çatıştıkları, yurtlarda kalanların ise anababalanyla birtakım günlük çatışmalara girmedikleri hatta onları özledikleri şeklinde bir yorumu akla getirmektedir. Nitekim, araştırma sonrasında deneklerle yapılan bireysel görüşmelerde ve psikodrama çalışmalarında bu görüşü destekleyici veriler elde

114

SosyometrivePsikodr^

edilmiştir. Örneğin yurtta kalan bazı öğrenciler "anne ba bamla birlikte oturunca, eve geliş saatimden başlayarak pev çok şeyime karışıyorlar, sürtüşme çıkıyor; oysa yurtta kalınca bem bu tür çatışmalar olmuyor, hem de birbirimizi özlüyoruz" demiştir.

Evlerinde kalan öğrencilerin üniversitedeki arkadaş nu. anları, yurtta kalanların arkadaş puanlarından daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu da yurtlarda kalanların, birlikte yaşıyor olmaktan ötürü arkadaşlarıyla daha fazla çatışmaya girdikleri şeklinde yorumlanabilir. Araştırma sonrasında deneklerle yapılan görüşmeler, bu yorumu destekler nitelikte bilgi sağlamıştır. Altışar, sekizer kişilik odalarda kalan öğrenciler, arkadaşlarıyla sürekli çatıştıklarını belirtmişlerdir. Öğrencilerin dile getirdikleri çatışma konuları, Akhun ve arkadaşlarına (1988) ait araştırmada belirlenen çatışma konularına benzerlik göstermektedir.

Gençlerin gerek üniversitedeki, gerekse lisedeki sosyal atomlarıyla ilgili bulgulara bakıldığında, birlikte yaşayıp yaşamamanın, etkileşimleri belirleyici bir etken olduğu anlaşılmaktadır.

Yurtlarda kalan gençlerin arkadaşlarıyla çatışıp anababa-larını daha yakın hissetmeleri, evlerinde kalanların ise ana-babalarıyla çatışıp arkadaşlarını daha yakın hissetmeleri, kişi-lerarası ilişkilerde mekânın önemini vurgulamaktadır. Ergenlik döneminin doğal seyrinden ötürü gençlerle anababa-ları arasında birtakım çatışmalar ortaya çıkıyor olabilir. Fakat gençlerle anababaları arasında, birlikte yaşıyor olmaktan ötürü de birtakım çatışmalar çıktığı anlaşılmaktadır. Ergenlikle ilgili literatürde sıklıkla vurgulanmayan bu durumun, gençlerle ya da anababalarla yapılan psikolojik danışmalarda dikkate alınmasında yarar vardır.

Araştırmamızda, deneklerin üniversitedeki ve lisedeki sosyal atomları karşılaştırılırken, kendilerinden bir yıl önceki lisedeki ilişkilerini hatırlamaları istenmiştir. Şüphesiz bu, başvurulabilecek yaklaşımlardan birisidir. Fakat bir grup lise

115

De&erlendivme # , d e ö ^veW

b u öğrenciler üm-

«dan ölçülebilir vebu °| ite için

"",^Jtan^as^eWenen£ harekede^

X sosyal atom o l ç e g \ n buwulan. P s l k o a özelliWe> genÇ

sorunlar, ps*°

Sosyometri ve Psikodrama

viye yönelik olduğunu belirtmiştim. Bu durumda, gerek sosyo-metri ve psikodrama ile doğrudan ilgili araştırmalar, gerekse grup terapileriyle (ya da grupla danışmayla) ilgili araştırmalar, bizim için büyük önem taşımaktadır. Daha doğrusu bu tür araştırmalar, sosyometrinin ve psikodramanın geleceği için büyük önem taşımaktadır. Çünkü genelde sosyometri ve özellikle psikodrama, geçmişte belirlenmiş, bu yüzden de artık katılmış birtakım tekniklerin uygulanmasından ibaret değildir. Her ikisi de gelişmeye ve geliştirilmeye müsaittir ve geçmişte olduğu gibi bugün de araştırmacıların yaratıcı katkılarına açıktır. O halde, sosyometri ve psikodrama alanlarında ve grupla terapi/danışma konusunda, ülkemizde yapılan araştırmalara, arada bir durup, eleştirci gözle bakmamızda yarar vardır.

Bu bölümde, sosyometri, psikodrama ve grup terapileri konusunda ülkemizde yapılan bazı araştırmaları metodolojik açıdan irdelemek, eleştirmek istiyorum.

Öncelikle ülkemizde sosyometri ve psikodrama alanında yapılan araştırmaları ana hatlarıyla sınıflamak istersek şunları söyleyebiliriz: Ülkemizde psikodramaya yönelik ilginin artmasıyla, sosyometri ve psikodrama alanında yapılan araştırmaların sayısında da artış görülmüştür. Yapılan araştırmaların bir kısmında, psikodramanın çeşidi değişkenler üzerindeki etkisi araştırılmıştır (Dökmen, 1988b; Göka, 1989; Bulut ve Mavili-Aktaş, 1990; İnceer ve Üregen, 1990; Kaner, 1991; Özbay, Göka, Öztürk, Güngör ve Hıncal, 1993); bir araştırmada, rol oynamaya dayanan terapötik beceri eğitiminin empatik beceri düzeyi üzerindeki etkisi araştırılmış (Voltan-Acar, 1992), bir araştırmada ise farklı gruplar sosyal atomları açısından karşı-laştırılmıştır (Altınay, 1994). Bazı araştırmacılar, grupla danışma/rehberlik alanlarında deneysel araştırmalar gerçekleştirmişlerdir (Ülkü, 1976; Öner, 1988 ve 1991). Bir grup araştırmada ise, masal, tiyatro gibi sanat ürünlerinde sergilenen sosyometrik örüntüler ve bu örüntülerle ilişkili değişkenler incelenmiştir (Dökmen, 1983, 1985 ve 1986).

Sosyometride Ölçme ve Değerlendirme

Yukarda sözü edilen araştırmalardan bazıları, sahip oldukları önemli artıların yanı sıra, metodolojik açıdan birtakım sorunlara sahip. Ne yazık ki ülkemizde, sosyal bilimlerde ve tıp alanlarında hatta, oran daha düşük olsa bile fen alanında yapılan yüksek lisans ve doktora tezlerinde, kongrelerde sunulan bildirilerde ve dergilerde yayınlanan makalelerde, yaygın olarak metodolojik hatalara, özellikle istatistik hatalarına rastlıyoruz. Bu noktada peşin olarak şunu söylemek isterim ki, bir araştırmada görülen metodolojik hata, o araştırmanın değerini sıfıra indirmez; yalnızca araştırmacının ve okuyucuların yanlış sonuçlara ulaşmalarına yol açabilir. Ancak, doğrudan alanımız olmadığı için belki de kaçınılmaz olarak yaptığımız metodolojik /istatistiksel hatalardan ötürü, üzüntüye kapılmamak, bu konudaki eleştirileri, doğruya giden yolda birer geribildirim olarak görmek yerinde olur. Üstadımız Moreno'nun kitabında bile, ufak ama ciddi bir istatistik hatası var. Yukarda da belirttiğim gibi, Moreno'nun "Who Shall Survive" adlı eseri, Kösemihal tarafından, büyük bir çalışma sonucunda dilimize "Sosyometrinin Temelleri" adıyla çevrilmişti. Bu kitabın 325.sayfasındaki grup-ichi ilgi yüzdesinin formülü ve hesaplanışı yanlıştır; her şeyden önce 130'u 43'e bölerseniz "%33" çıkmaz; 100x43'ü 130 bölerseniz "%33" çıkar. Moreno'nun orijinal eseri şu an elimde yok; bu yüzden, bu hata ilk kitapta da mı var, yoksa tercümede mi ortaya çıkmış, bilemiyorum. Yalnızca büyük hocaların da hata yapabileceklerini belirtmek istiyorum. Ancak hocalarımızın bütün yaptıklarını yapmak zorunda değiliz.

Aşağıda bazı araştırmaları metodolojik açıdan eleştirirken, araştırmacı adı belirtmeyeceğim. Çünkü kimin hata yaptığı değil, yapılan hatanın ne olduğu önemlidir. Yapılan hataların altını çizmek, ilerde başka araştırmacıların benzeri hatalara düşme ihtimallerini azaltabilir.

Yukarda değindiğim bazı tezlerde uygun metodoloji kullanılmıştır; ancak bazılarında metodolojik sorunlar gözlenmektedir. Örneğin, araştırmacının elinde üç denek grubu ve

Sosyometri ve Psikodratia

iki değişken varken, çok sayıda ortalama, t-testi ile ikiye ikiye karşılaştırılmış. Oysa, bu verilere t-testi uygulamak yerine, tek bir istatistiksel işlem (Çift Yönlü Varyans Analizi) yapılabilirdi. (Bunu bir örnek diye belirttim; aslında tezdeki tüm değişkenlerin dikkate alınması durumunda, daha karmaşık desenler de kullanılabilir.)

Bezen aynı verilere iki farklı istatistiksel işlem uygulandığı bile görülmektedir. Örneğin bir tezde yalnızca t-testi kullanılmışken; bu tezin özetlenerek yayınlandığı araştırmada ise nispeten daha uygun bir teknik, sanırım randomize blok desene uygun 2x2'lik varyans analizi kullanılmıştır; oysa bunun yerine, 2x2'lik, son çarpımda tekrar ölçümlü desene uygun varyans analizi (split-plot / karma desen) uygulanmalıydı. Çünkü aynı denek grubu üzerinde, iki kez ölçüm yapıldığında split-plot kullanılır. (Split-plot'un mantığı ile ilgili olarak, Kirk'e (1969) veya Türkçe bir kaynak istendiğinde Dökmen'e (1986-b) bakılabilir.)

Bir varyans analizi yerine, birden fazla t-testi uyguladığımız zaman, şu iki sorun ortaya çıkar:

(1) Değişkenler arasındaki ortak etkileri (interaction effect) göremeyiz. Varyans analizi yapsak bile, bunun ardından Tukey ya da t-testi yapmak gerektiği, o halde kısa yoldan t-testi yapabileceğimiz ileri sürülebilir. Fakat bu iddia yanlıştır; çünkü varyans analizi ardından kullanılacak t-testinin, grup-ici kareler ortalamasını içermesi gerekir. Oysa yukarda belirtilen araştırmalarda, doğrudan t-testi kullanıldığında, bu t-testinin formülü, grup-ici kareler ortalamasını içermemektedir. Öyleyse, önce varyans analizi uygulamalı, eğer F değeri anlamlı çıkarsa, Tukey ya da benzeri bir test kullanmalıyız. Böylece, değişkenler arasındaki, mümkün olan tüm ortak etkileri görme şansımız da olur. (Bilimsel çalışmalarda ortak etki önemlidir; gözardı edemeyiz. Çünkü pek çok deneyi ya da başka tür araştırmaları, yalnızca ortak etkilerin niteliğini görmek için yaparız.)

metride Ölçme ve Değerlendirme

119

(2) Varyans analizi yapmaksızın doğrudan t-testi uyguladığımızda, "I. Tür Hata" yapma ihtimalimiz artar. (I. Tür Hata doğru olduğu halde null hipotezi reddetmek demektir. Null hipotez ise "yokluk hipotezi" demektir.) Varyans analizi yapmaksızın, doğrudan t-testi uyguladığımız zaman, aslında aralarında anlamlı farklılık bulunmayan ortalamalar arasında "anlamlı farklılık bulunduğunu" ileri sürmüş oluruz ki, bu da yanıltıcıdır. Bir başka tezde, çok sayıda denek kullanılmış, yoğun emek gerektiren, büyük ve ilginç bir deneysel çalışma gerçekleştirilmiştir. Ancak araştırmada, tek bir çalışmada üstesinden gelinemeyecek kadar çok sayıda değişken vardır; ve bu değişkenlere ilişkin veriler, oldukça karmaşık bir örüntü içinde değerlendirilmeye çalışılmıştır. Araştırmada deney ve kontrol grupları vardır; bu gruplara ön test ve son test verilmiş, deney grubu ile grup rehberliği programı gerçekleştirilmiştir. Bu desene uygulanabilecek doğru istatistiksel teknik, varyans analizinin özel bir şekli olan split-plot'tır. Ya da kovaryans analizi düşünülebilir. Hiç değilse -ki uygun değildir- t-testi uygulanabilirdi. Ancak söz konusu tezde, deneysel desenle elde edilen verilere "Kay-kare (chi-square)" uygulanmıştır. Eğer elimizde frekanslar (süreksiz değişkenler) varsa, kay-kareyi düşünürüz. Oysa söz konusu tezde veriler, sürekli değişkendir. Elimizde sürekli değişkenler bulunduğu, varyans analizi, t-testi gibi, kay-kareye oranla daha gelişmiş birtakım parametrik teknikleri kullanmamız beklenir. Araştırmacı, bir deney yaptıktan sonra, topladığı sürekli değişkenleri frekanslara çevirmiş, -adetâ özetlemiş- daha sonra da bu frekanslara kay-kare uygulamıştır. Bu, önemli bir bilgi kaybı demektir. Eğer bir benzetme yapmak istersek, elimizde metre varken, kârîşî tercih etmek demektir.

Kapsamında etkileşim grubu yapılan bir dersin verimliliğinin incelendiği bir araştırmada şu yöntem izlenmiştir: Söz konusu dersin verimliliğini değerlendirmek için, dönem sonunda deneklere/öğrencilere, bu dersten neler kazandıkları şeklinde

120

Sosyometri ve Psikodrama

açık uçlu bir soru sorulmuş, deneklerin rumuz kullanarak verdikleri cevaplar ise, herhangi bir sayısal işleme tabi tutmadan alt alta sıralamıştır. Araştırmacı bu cevaplara bakarak, söz konusu uygulamanın, deneklerin duygusal, toplumsal ve zihinsel gelişimlerine katkıda bulunduğu sonucuna varmıştır. Örneğin: Bir denek "Bu derste insanları sevmeyi öğrendim" demiştir. Araştırmacı, bu ve benzeri ifadelerle bakarak, adı geçen dersin, deneklerin duygusal gelişimlerine katkıda bulunduğu sonucunu çıkarmıştır. Bir başka denek, "Bu derste, kendimi toplum içinde ifade edebilme gücü kazandım" demiş, araştırmacı bu ifadeden, deneklerin, toplumsal açıdan geliştikleri sonucuna ulaşmıştır. Grup etkileşimi sırasında denekler, insanlararası ilişkiler konusunda çeşidi şeyler öğrenmişlerdir. Araştırmacıya göre, deneklerin bunları öğrenmeleri, zihinsel gelişimlerine katkıda bulunmuştur. Bu araştırma, gerek temel araştırma yöntemi açısından, gerekse kullanılan terminoloji açısından eleştirilebilir. Her şeyden önce, eğer verilen bir eğitimin etkisi/etkinliği araştırılmak istendiyse, bu deney yapılmalıydı. Deney ve kontrol grupları olmalı, deney grubuna uygulanan manipölasyon öncesinde ve sonrasında gruplara, sayısal veriler elde etmeye uygun ölçme araçları uygulanmalıydı. Ayrıca bu araştırmada kullanılan terminoloji de, psikoloji ya da eğitim alanında kullanılan terminolojiden farklıdır. Örneğin, ortalama yirmi yaşındaki denekler, bir derste bazı şeyler öğrendiler diye, "zihinsel açıdan gelişim göstermiş" sayılmazlar. Zihinsel gelişim başka bir şeydir. (Bu konuda Morgan'a (1980), Cüceloğlu'na (1991) ve libert ve Wicks-Nelson'a (1981) bakılabilir.) Yine bu araştırmada "grup yaşantısı, öğrenmeyi ve büyümeyi destekler" denilmektedir. Buradaki "büyüme" sözcüğü yerine "gelişme" demek daha doğru olur. Çünkü, grup yaşantısı geçiren yirmi yaşındaki deneklerin büyüüklerini söylemek, günlük konuşmalarda bile uygun değildir. Söz konusu makalenin bir başka yerinde ise "Küçük gruplarda bireyler, yeteneklerini geliştirme ve pekiştirme olanağı bulabilirler" denilmektedir. Psikoloji ve eğitim literatüründe, özellikle öğrenme psikolojisi alanında, "bireylerin, kendi yeteneklerini pekiştirmeleri" şeklinde

Sosyometride Ölçme ve Değerlendirme

121

bir ifadeye rastlanmaz. Bir defa her şeyden önce, operant şartlama yaklaşımına göre, pekiştireçler, organizmalara dışardan verilir. (Örneğin hedef davranışı gerçekleştiren güvercine yiyecek/ pekiştireç verilir.) Daha da önemlisi, dışardan bile verilse, insanların yetenekleri pekiştirilmez; ancak belirli bir davranışları (daha doğrusu sergiledikleri edimler) pekiştirilir.

Bazı araştırmalarda ise araştırmacılar, verdikleri bir dersin, yada bir iletişim becerisi eğitiminin etkisi görmek amacıyla araştırma yapmışlardır. Araştırmaları "deney" görünümündedir, ancak bir deneyin sahip olması gereken şartlar bu araştırmalarda yeterince sağlanmamıştır. Deney grubuna uygulanan işlem öncesinde ve sonrasında, grup üyelerine birer ölçek uygulanmıştır. İki ayrı ölçümle elde edilen verilerin aritmetik ortalaması ise t-testiyle veya bir parametrik-olmayan testle karşılaştırılmış, sonucun anlamlı çıkması halinde deney grubuna uygulanan işlemin etkili olduğu belirtilmiştir. Ancak burada önemli bir metodolojik hata vardır: Bir değişkenin diğer bir değişken üzerindeki etkisini araştırırken, yani deney yaparken, hatalı sonuçlara ulaşmamıza yol açabilecek birtakım karıştırıcı değişkenlerin kontrol altına alınması gerekir. Araştırmalarda karıştırıcı olması muhtemel değişkenlerin başında Havvthorne etkisi gelmektedir. Hemen her araştırmada geçerli olan bu karıştırıcı değişken, yukarıda sözü edilen araştırmalardan birisinde özellikle geçerlidir. Çünkü araştırmacı deneklerin öğretmeni/hocasını konumundadır; üstelik öğrencileriyle yakından ilgilenen, onlar için elinden geleni yapan bir öğretmendir. Bu durumda Hawthorne etkisinin ortaya çıkacağını söylemek bir kehanet olmasa gerek. (Burada Havvthorne etkisi şöyle ortaya çıkabilir: Öğrenciler/denekler, kendileri için bir dönem boyu uğraşan hocalarına -ki aynı zamanda araştırmacıdır- destek olmak isterler; bilinçli ya da bilinçsiz bir davranışla ikinci ölçümde, hocalarının hipotezini destekleyecek doğrultuda performans gösterebilirler.) Hawthorne etkisinin ortaya çıkması ise araştırmanın bulgularının yanıltıcı olmasına yol açar. İşte bu sakıncayı giderebilmek için bir kontrol grubu kullanmak ve bu grupla da plasebo nitelikli bir

122

Sosyometri ve Psikodrama

etkinlik gerçekleştirmek gereklidir. Bu yolla, Hawthorne etkisinin yol açabileceği yanlılığın, deney ve kontrol grupları arasında eşit şekilde dağılması ve dolayısıyla da bağımlı değişkenin ölçüldüğü durumlardan birisini tek yönlü olarak etkilememesi sağlanmış olur. Sonuç olarak, bu araştırmanın, doğru metodolojinin kullanıldığı bir deney olabilmesi için, mutlaka bir kontrol grubundan yararlanılması, üstelik bu grupla plase-bo nitelikli bir uygulamanın yine araştırmacı tarafından gerçekleştirilmesi gereklidir. Bu iki gruptan elde edilecek ilk ve son ölçüm sonuçlarına da varyans ya da kovaryans analizi uygulanmalıdır. (Burada belirtilmesi gereken son nokta şudur: Meslek etiği açısından, kontrol grubuyla plasebo nitelikli etkinlik gerçekleştirirken, bu etkinliğin, öğrencilerin zamanını çalan önemsiz bir uğraş olmamasına özen göstermek gerekir. Yukarıdaki deneyde yapılabilecek plasebo grup, etkileşim (encounter) grubu niteliği taşımayan bir sohbet-grubu ya da bir sanat-tartışması grubu olabilir.) Bazı deneysel araştırmalarda ise doğru metodoloji kullanılmıştır. Bu araştırmalarda deney ve kontrol grupları vardır; deney gruplarıyla psikodrama gerçekleştirilmiş, deney ve kontrol gruplarından ilk ve son ölçümler elde edilmiştir. Toplanan verilere ise 2x2 (kimi araştırmada 3x2), son çarpımda tekrar ölçümlü desene uygun varyans analizi (split-plot) uygulanmıştır. Bazı araştırmalarda ise deney grubuyla psikodrama yapılırken, Havvthorne etkisini dengelemek amacıyla, kontrol grubuyla da eğitsel rehberlik gerçekleştirilmiştir (Dökmen, 1988b; Kaner, 1991).

Bir Öneri: Şimdi bir öneride bulunmak istiyorum. Yukarıda sıralanan örneklerle baktığımızda, kullanılan istatistikler açısından, araştırmaların oldukça geniş bir yelpaze sergiledikleri görülüyor. Bir deney yapıldığında, çift yönlü varyans analizi kullananlar var; split-plot kullananlar var; yalnızca t-testi yapanlar var; kay-kare yapanlar var; hiçbir şey yapmayanlar var; deney yapmaya çalışıp kontrol grubu kullanmayanlar var... Bu yelpaze, fazla geniştir. Araştırmacılar özgür olmalıdırlar; an-gosyomemde Ölçme ve Değerlendirme

123

cak bu özgürlük, araştırmalardan yanlış sonuçlar çıkarmamıza ve bu alanda yetişmekte olan öğrencilerimizin kafalarının karışmasına yol açacak nitelikte bir özgürlük olmamalıdır. O halde ortak bir metodolojik dil kullanmalıyız. En azından, psikoloji, psikolojik danışma, psikiyatri gibi birbirine yakın alanlarda çalışanlar, formel bir toplantıda bir araya gelip, metodoloji konusunda ortak bir dil oluşturmalıyız. Bu toplantı, bir panel mi olur, bir sempozyum mu olur, bilemiyorum ama, bir araya gelip, en az birkaç asgari müşterekte buluşmamız gerektiğine inanıyorum. Tezlerde, makalelerde, bildirilerde, aynı verilere birbirleriyle çelişen istatistiksel teknikler uygulamamalıyız. Varyans analizi gibi daha gelişmiş bir teknik varken, kay-kare ile yetinmemeliyiz. Şunu da vurgulamak isterim ki, varyans analizi mevcut tekniklerin en gelişmişisi değildir. Henüz tam olarak ulaşamadığımızı düşündüğüm varyans analizi, aslında biraz gerilerde kalmaya başladı; çoklu regres-yon var, faktör analizi var, diskrimineyt analiz var... Bir araya gelip bunları öğrenmeliyiz; öğrenmiş olduklarımız üzerinde • ortak paydalara ulaşmalıyız.

Bu konuda son olarak şunu söylemek isterim: Psikodrama veya grupla danışma alanlarında yapılan bazı araştırmalarda önemli metod hataları bulunabilir. Ancak bazı araştırmalar ise umut vericidir. Örneğin, Göka'nın (1989), Bulut'un ve Mavili-Aktaş'ın (1990), İnceer'in ve Üregen'in (1990), Ka-ner'in (1991), Özbay ve arkadaşlarının (1993) ve Altınay'ın (1994) araştırmaları umut vericidir.

HI.BOLUM PSİKODRAMA

Bu bölümde, psikodramanın kuramsal temellerine kısaca değindikten sonra, psikodrama oturumlarının nasıl gerçekleştirildiğini ele alacağız. Çeşitli yıllarda yönetmiş olduğum psiko-drama oturumlarından örnekler vererek,

psikodramanın öğelerini, aşamalarını ve bu aşamalar boyunca kullanılan temel teknikleri aktarmaya çalışacağım. Ayrıca bu bölümde, psiko-dramanın- davranışçı yaklaşımla ve meslekî rehberlikle nasıl dağdaşabileceği konusundaki görüşlerimi, okuyucularımın tartışmasına sunmak isteriyorum.

PSİKODRAMANIN KURAMSAL TEMELLERİ

Psikodrama, bir tür dramatizasyondan, ya da başka bir ifadeyle spontan tiyatrodan yararlanılarak gerçekleştirilen bir ruhsal geliştirme / tedavi yaklaşımıdır. (Bu tanımda "bir tür dramatizasyon" diyerek, psikodramadaki dramatize etme olayının, genel anlamdaki dramatizasyon ile tamamen aynı şey olmadığını vurgulamaya çalıştım.) Bir psikodramaya ilk kez katılan ve bu konuda hiçbir bilgisi bir kişi, başlangıçta bir tiyatro izlemekte olduğunu, ya da yönetmenin (yöneticinin) sık sık söze karışmasına bakıp bir tiyatro provasında bulunduğunu düşünebilir. Oysa ortada yazılı herhangi bir metin yoktur; b i r spontan tiyatro sergileyerek izleyenleri eğlendirmek ya da eğitmek de amaç değildir. Sahnede görülen spontan tiyatro, gerek oyuncuların gerekse izleyenlerin ruhsal yönden gelişmelerini/iyileşmelerim amaçlayan karmaşık bir sürecin,

126

Sosyometri ve Psikodrama

ancak su yüzündeki bölümüdür. Kişiler, psikodrama oturumlarına katıldıkça, tiyatro çerçevesi içine yerleştirilmiş olan bu danışma/tedavi yaklaşımının niteliğini kavramaya başlarlar.

"Psyche" ve "drama" sözcüklerinden oluşan psikodrama, kelime olarak, kişilerin iç dünyalarının eyleme (aksiyona) dönüşmesi anlamına gelir. Psikodramanın niteliğini, psikodra-mada bir araç olarak kullanılan spontan tiyatronun işlevini, konunun kuramsal boyutlarını birer birer ele alarak incelemeye çalışalım.

B i r Yaşantının T e k r a r l a n a b i l i r l i ğ i ve Bu Tekrarın İşlevi

Psikodramada her şey mümkündür. Buradaki "her şey"in altını çizmek isterim. Kişiler psikodrama sahnesine, geçmişte yaşadıkları birtakım olayları getirebilecekleri gibi, geleceğe ilişkin hayallerini, rüyalarını, hatta deja-vu yaşantılarını ya da hallüsinasyonlarını da getirebilirler. Kitabın başındaki şiirde, rüyalarda her şeyin mümkün olduğu dile getiriliyordu. Psiko-drama sahnesinde de öyledir.

Psikodramanın bize sunduğu sonsuza yakın olanaklar içinde kanımca en önemlisi, kişilerin, birtakım iç yaşantılarını psikodrama sahnesinde somutlaştırabilmeleridir. Sahip olduğumuz bir iç yaşantı, geçmişteki bir olayla ilgili olabilir, ya da henüz gerçekleşmemiş bir şey olabilir. Ne tür olursa olsun, geçirdiğimiz bir iç yaşantıyı psikodrama sahnesinde tekrar yaşama şansımız vardır. Söz konusu "tekrar yaşama", geçmişteki bir olayın yeniden yaşanması şeklinde olabileceği gibi, geleceğe ilişkin bir hayalin provası şeklinde de olabilir.

Psikodramanın niteliğini ve temel özelliğini, Moreno'nun Freud'a söylediği bir söz, kanımca veciz bir şekilde özetemektedir. Hikâyeye göre -ki gerçek- Moreno, henüz psikodramayı geliştirmekte olduğu yıllarda Freud'a rastlar. Galiba büyük usta, More-no'ya biraz bozuluyormuş ki, alaycı bir üslupla "Genç meslektaşım işler nasıl?" diye sorar. Bunun üzerine Moreno şöyle der: "Dr. Freud, siz, yapay bir ortamda, insanların görmüş oldukları rüyaları analiz ediyorsunuz. Ben ise onları, görmüş oldukları bir rüyayı tekrar

psikodrama

127

görmeleri için yüreklendiriyorum." Gerçekten de Moreno'nun dediği gibi, insanlar, niteliği ne olursa olsun birtakım yaşanılanı psiko-drama sahnesinde tekrarlama, yeniden yaşama şansına sahiptirler.

Birtakım yaşantıların psikodrama sahnesinde tekrarlanması, iyileştirici/tedavi edici işleve sahiptir. Moreno'nun bu işlevle ilgili görüşü de ilginçtir. O'na göre "ikinci kez yaşanan her gerçek, birinciden kurtuluştur".

Moreno'nun, ikinci kez yaşanan her gerçeğin birinciden kurtuluş olduğu yolundaki sözünü, biraz irdelemek istiyorum. Bence burada, doğru, ancak biraz özetlenmiş bir ifade ile karşı karşıyayız. Belki şöyle dersek daha belirgin olabilir: Eğer bir gereği ikinci kez yaşarsak, bu gerçeği kontrolümüz altına alabiliriz. Yani ilk kez yaşadığımız bazı olaylar, bizi kontrollerine alabilir; fakat biz bu olayları psikodrama sahnesinde ikinci kez yaşarsak, bu durumda biz onları kontrolümüz altına alırız. Kontrolümüz altına aldığımızda ise, onların bize verebileceği zararlardan kurtuluruz. Bu durumda, "ikinci kez yaşanan her gerçek, birinciden kurtuluştur" demek yerine, "ikinci kez yaşanan her gerçek, birincinin verebileceği zarardan kurtuluştur" diyebiliriz.

Aslında galiba, günlük yaşamda da bize sıkıntı veren birtakım olayları tekrar yaşayarak, bunları kontrolümüz altına almaya, doğrudukları sıkıntıyı azaltmaya uğraşıyoruz. Örneğin bir çocuk, havlayarak kendisini korkutan bir köpeği, yalnız kaldığında taklit ederek korkusunu hafifletmeye çalışır. Muhtemelen eski çağlarda ilkel insanlar da böyleydi; kendilerini korkutan doğa olaylarını ve hayvanların davranışlarını, dans ederek ya da benzeri yollarla tekrarlıyor, onlar karşısında duydukları kaygıyı denetim altına almaya çalışıyorlardı. Günümüzde ise, bizi rahatsız eden olayları dostlarımıza anlatarak, yani bir kez yaşadığımız bir olayı ikinci kez yaşamaya çalışarak, bu olayın yarattığı sıkıntıdan kurtulmaya çabalarız. Ancak burada, sistematik olmayan, sezgiyle yürütülen bir etkinlik söz konusudur. Kuramsal birtakım temellere oturtulmuş, çeşitli tekniklerle bezenmiş psikodramada ise, sistematik

128

Sosyometri ve Psikodrama

bir "yeniden yaşama" etkinliği söz konusudur. Psikodrama yöneticilerinin organize ettikleri bu etkinlik, kişilerin katarsis sağlamalarına, yani birtakım ağırlıklarından kurtulmalarına yardımcı olur.

Spontan/ık ve Yaratıcılık

Kitabın bundan önceki bölümlerinde de belirtildiği gibi, Evren'in her köşesine sinmiş olan ve adetâ sürekli çağıldayan bir cevher vardır. Bu cevherin adı "yaratıcılık"tır. Nesnelerde bulunan yaratıcılık, insanlarda da bulunur, insanlar spontan olabildikleri ölçüde sahip oldukları yaratıcı gücü ürüne dönüştürebilirler. Spontan ve yaratıcı olmayan insanların yarına kalma şansları yüksek değildir; ancak, bu tür insanlara yardım edilebilir. Moreno'ya göre sosyometrinin amacı, insanların spontanlıklarını ve yaratıcılıklarını kullanmalarına yardımcı olup bu dünyada tutunmalarını sağlamaktır. İşte psikodrama, bu amacın gerçekleşmesi için uygun bir etkinliktir; psiko-drama sahnesinde insanlar, spontan olmayı öğrenebilirler ve böylece yaratıcı eylemler sergileyebilirler. Psikodrama sahnelerinde ortaya çıkan bu durumu ise, günlük yaşamlarına taşıma şansları vardır.

Psikodramada üyelerin spontanlıklarını ve yaratıcılıklarını kullanmaları önemlidir. Ancak bunun kadar yöneticinin de spontan ve yaratıcı olması gerekli ve önemlidir, ilerde daha ayrıntılı tartışacağız, psikodramada bilinen belli teknikler vardır; yönetici duruma göre bunları kullanır. Ancak psikodrama yöneticileri, bilinen tekniklerle sınırlı kalmak zorunda değildirler. Bir psikodrama yöneticisi, gerektiğinde yaratıcılığını kullanarak, bilinenlerin dışında birtakım etkinlikler, teknikler üretebilir, uygulayabilir. Bu konuyla ilgili ilginç bir anı dinlemiştım.

Dr.Erich Franzke'nin anlattığı olay şöyle: Moreno öldükten kısa süre sonra, Avrupa'da ve Amerika'da çeşitli yöneticilerin / terapistlerin yönettikleri psikodrama grupları yapılmaktaymış. Bu gruplar sırasında bazen bir yönetici bilinen

Psikodrama

129

tekniklerin dışında, o an kendi ürettiği bir tekniği kullanmak istediğinde, bazı genç yöneticiler sahneye fırlayıp, "Olmaz Dr.Moreno böyle yapmazdı" diye oyuna müdahale ediyorlarmış. Franzke'ye göre, baba ölmüştü ve genç oğullan onun mirasını aynen korumaya çalışıyorlardı. Oysa onların bu tutucu tavırları, Moreno'nun öğretilerine, psikodramanın ruhuna aykırıydı. Çünkü, duruma uygun olmak şartıyla, psikodrama sahnesinde yeni bir tekniği denemek, Moreno'ya saygısızlık değil, tam aksine, O'nun yolunda giderek spontan ve yaratıcı olmak demektir. Yenilikler, bilinenlerin aşılmasıyla ortaya çıkar. Şayet Moreno Freud'ün sadık bir izleyicisi olsaydı, bugün ne Moreno'nun adını bilirdik, ne de psikodrama diye bir şey olurdu ortada.

Rol Kuramı, Rol Oynama ve Rol Değiştirme

Kitabın ilk bölümünde de belirtildiği gibi, psikodramada rol kavramı / kuramı çok önemli bir yere sahiptir.

Moreno'ya göre roller ben'den çıkmaz, ben, rollerden çıkar. Yine More-no'ya göre rol, kişilerarası bir yaşantıdır, sosyal yaşantının a y -rılmaz bir parçasıdır; hatta sosyal yaşam, rollerden ibarettir. Özetle tekrarlamak gerekirse, psikosomatik, sosyal ve psiko-dramatik olmak üzere üç tür rol vardır. Doğumla, hatta doğum öncesi dönemde başlayan bir süreç içinde rol gelişimi ortaya çıkar.

Psikodramanın yapısı ve işleyişi büyük ölçüde rol kuramına dayanır. Hiçbir psikodrama oturumu, baştan sona karşılıklı konuşmalarla geçmez; psikodramada rol oynamak, eylemde bulunmak esastır. Psikodramada, ilerde değineceğimiz çeşitli teknikler kullanılır. Bu tekniklerin en önemlisi, en vazgeçilmez olanı rol değiştirme tekniğidir.

Moreno'nun rol kuramına göre, her birey çeşidi roller sergiler, yani belli bir rol repertuarına sahiptir; ve bu repertuar geliştirilebilir. Çocuklar oyun oynarken, yeni rolleri denemekte, rol repertuarlarını zenginleştirmeye çalışmaktadırlar.

130

Sosyometri ve Psikodrama

Rol repertuarını zenginleştirmenin en etkili yolu, More-no'ya göre psikodramadır, Psikodrama sahnesinde psikodramatik rolleri oynayan kişiler, günlük yaşamlarında diğer rolleri, özellikle sosyal rolleri oynamak konusunda beceri kazanabilirler. Psikodrama sahnelerinde kişiler, rol oynama ve rol değiştirme yoluyla yeni rollerle tanışma, bunları öğrenme şansına sahip olurlar.

İlerde daha ayrıntılı tartışacağız, ancak burada kısaca, rol oynama ve rol değiştirme arasındaki farka değinmek istiyorum. Bir üyenin psikodrama sahnesinde belirli bir rolü sergilemesine "rol oynama" adı verilir. Örneğin, bir annenin yaptıklarını yapan bir üye, anne rolünü, bir öğretmenin yaptıklarını yapan bir üye ise öğretmen rolünü sergilemiş olur. Rol değiştirmede ise bir üye, karşısındaki kişinin yerine / rolüne geçerek, o kişinin rolünü oynamaya, bir anlamda onunla empati kurmaya çalışır. Aslında, rol oynama ile rol değiştirme birbirlerinden tamamen bağımsız değildir; rol değiştiren bir üye, aynı zamanda rol de oynamaktadır. Ancak, rol oynama daha genel bir anlam, rol değiştirme ise daha özel bir anlam taşır. Bir üye psikodrama sahnesinde tek başına bir rolü sergileyebilir; örneğin aşağıda vereceğim birinci örnekte olduğu gibi avukat rolü oynayabilir. Rol değiştirmede ise mutlaka iki üyeye ihtiyaç vardır. Aşağıdaki ikinci örnekte görüldüğü gibi, eğer bir başoyuncu babası ile konuşuyorsa, babayı bir yardımcı oyuncu canlandırmaktadır. Başoyuncu, bu yardımcı oyuncu ile yer değiştirdiğinde, yani babasının rolüne geçtiğinde, bu durumu "rol değiştirdi" şeklinde tanımlarız.

Psikodramada rol oynama ve rol değiştirme yoluyla rol repertuarını zenginleştirmenin nasıl olduğu konusunda, yönettiğim psikodramalardan iki örnek vermek istiyorum. İlk örnek rol oynama ile ilgili: Psikodramadan yararlanarak meslekî danışma yaptığım bir oturumda, Hukuk Fakültesi'ne girmek isteyen bir üye başoyuncu

olmuştu (Dökmen, 1993-b). Bu başoyuncunun, sahneye çıkıp avukat rolünü oynamasını istemiştin. Oyuncu avukat rolünü oynarken, bu meslek

psikodrama

131 hakkında yeterli bilgisi olmadığı görüldü. Örneğin fakl'. lē_ bitirir bitirmez, avukat olacağını sanıyordu; yani staj d1 ı minden haberi yoktu. Ayrıca avukatlığı, mahkeme salonl' : . güzel konuşmalar yapmaktan ibaret sanıyordu; icra taPl ı . den, keşfe gitmekten, müvekkillerin sonu gelmeyen sof ı rından haberi yoktu. Sergilediği rollerdeki bu tür eksikl', : hakkında kendisine, yardımcı yönetici ile birlikte geribil^l j _ verdik. Oyun sona erdiğinde bu baş-oyuncu, "avukatlık" jüri nün ne olduğu hakkında, yeni ve kendisi için şaşırtıcı . edinmişti. Bu oyun, rol oynama yoluyla rol repertuarın* ginleştirmeye bir örnektir.

Rol değiştirme yoluyla rol repertuarını zenginleştirir1 . nasıl olduğu konusundaki örnek ise şöyle: Bir üye, babası dışından su istediğinde rahatsız olduğunu, "bunca dersinl ^ . ken benden su istiyor" diye sinirlendiğini belirtmişti (V j . men, 1989-a). Daha sonra baş-oyuncu olan bu üye, baba *" „m nü oynayan yardımcı oyuncuyla yer değiştirdiği zaman ^ ^ni babasının rolüne girdiğinde), bir baba olarak kızıyla ^ ^e-baş-oyuncuyla) iftihar ettiğini, kızının kendisine su getJ • • sinden mutlu olduğunu dile getirdi. Baş-oyuncu kendi x°, „ha geçtiğinde, babasının rolündeyken söylediği bu sözleri ^ g . önce düşünmediğini, bunların kendisi için bir yenilik ol^ . bj nu ifade etti. Baş-oyuncu rol değiştirme sonucunda yef H; lgi şey öğrenmişti; repertuarına, "baba" rolüyle ilgili yeni bil" eklenmişti.

\$fna-Rol repertuarlarını genişletmek, kişilerin toplumsala larına, dolayısıyla da topluma ve doğaya uyum sağlama!*1 j katkıda bulunur.

Rol repertuarını genişletmeye yardımcı olabilecek y şunlardır:

(1) Yaşamda çeşitli roller bulunduğunun farkına ya*" k-kendisine en uygun olan rolün ne olduğunun farkına vaf^

y^Şa"

(2) Sahip olduğu rol çatışmalarının farkına varmak; 7 j-ju-mında rol bulaşması veya rol katılığı sergiliyorsa, bunun *

na varmak (Dökmen, 1994)

132

Sosyometri ve Psikodrama

(3) Yaşamdaki çeşidi roller arasından seçim yapabilmek ve bu seçmenin sorumluluğunu üstlenmek;

(4) Spontanlığı geliştirerek seçim yapma şansını artırmak;

(5) Çeşitli rolleri denemek; başkalarıyla rol değiştirmek, onlarla empati kurmak;

(6) Özdeşim kurarak başka insanların rollerine sahip olmak;

(7) Tele ilişkisi yoluyla başka insanlarla ve onların sahip oldukları rollerle tanışmak.

Psikodrama, olayların, duygu ve düşüncelerin dramatize edilmesine, yani rol oynamaya dayanan bir ruhsal geliştirme ve tedavi tekniğidir. Moreno'nun psikodramayı bu tanıma uygun hale getirmesi, uzun bir arayış dönemi sonunda mümkün olmuştur. Spontan tiyatro ile çeşitli denemeler yapan Moreno, tiyatroyu ruhsal tedavide nasıl kullanabileceğini araştırıyordu. Henüz kesin bir çözüme ulaşmadığı sıralarda, bir gün Viyana'da parkta dolaşırken tanık olduğu bir olay, More-no'nun çalışmalarına bir dönüm noktası oluşturdu (Moreno, 1963). Olay şuydu: İki erkek kardeş parkta oyun oynamaktaydı. Altı yaşlarındaki ağabey, annesinin rolünü almıştı ve küçük kardeşine "yemeğini ye, yoksa tokadı yersin" diyordu. Küçük kardeş ise kızgınlıkla "sen kötü bir annesin, hep beni döversin, Heinrich'e (anne rolündeki ağabey) hiç dokunmazsın" diye karşılık yeriordu. Galiba Arkhimedes'in hamamı, Newton'un elması gibi, bu olayda Moreno'nun kafasında bir şimşek çakmasına yol açar. Moreno şöyle düşünür: "Madem ki bu çocuklar günlük baskılar yüzünden açığa vuramadıkları duygularını, tiyatroyu bir oyunda spontan olarak ortaya koyabilmekte ve rahatlayabilmektedirler, o halde bu olaydan, yetişkinlerin tedavisinde de yararlanabiliriz". Bu başlangıçtan sonra zaman içinde Moreno, rol oynama yoluyla gerçekleştirilen ruhsal tedavide kullanılabilecek çeşitli teknikler geliştirmiştir.

psikodrama

133

gurplus Reality (Gerçek Olmayan Gerçek)

Çevremizde, bir fiziksel realite (gerçek) vardır, diğer bir söyleyişle fiziksel dünya vardır; bir de bizim kafamızda yaşayan bir iç dünyamız vardır. Moreno (1977), iç dünyamızla ilgili olarak "surplus reality" kavramını ortaya atmıştır. Surplus reality, dış dünyada aynen bulunmasa da, bizim zihnimizde "gerçek" olan bir dünyadır. Surplus reality, hayal, rüya ve benzeri tüm soyut ruhsal yaşantılarımıza, bu arada geçmiş yaşantılarımıza ve geleceğe ilişkin fantezilerimize verilen addır. Surplus reality kapsamına giren şeyler, doğrudan gözlenemeyen, bir bakıma gerçek-dışı şeylerdir, ama bir bakıma da insanlar tarafından düşünülmüş veya yaşanmış olmaktan ötürü yaşamın bir

parçasıdır, yani gerçektir. Surplus reality'nin bu özelliğinden ötürü ona dilimizde "gerçek olmayan gerçek" karşılığını vermek istiyorum.

Surplus reality, yani gerçek olmayan gerçek, gerçeğe yapılmış önemli bir ilâvedir. İnsanların -ve bu arada diğer bazı canlıların- zihinlerinde varolan bilişsel haritaların, bilişsel yaşantıların, fiziksel dünyaya önemli bir artı getirdiği kanısındayım. Söz konusu bu artı, yani Moreno'nun ifadesiyle surplus reality bence, fiziksel dünyaya eklenmiş önemli bir boyuttur. Bu boyuta, diğer bir ifadeyle hayal gücünün ürünlerine sahip olan varlıklar, olmayanlara oranla, evren içinde daha fazla hareket özgürlüğüne sahiptirler. Bu sözlerle şunu ifade etmek istiyorum: Önünüzdeki masa, birisi götürmeden uzaklara gidemez, ya da dünyaya kendi keyfince bir şekil veremez. Fakat siz, yalnızca düşünerek, hayalinizde uzak bir mekâna gidebilirsiniz, geçmişe ya da geleceğe yolculuk yapabilirsiniz ve hatta önünüzdeki masayı üç ayaklı olarak hayal edebilirsiniz.

Yukarda ifade ettiğim bilgi, bizler için basit ve yaygın olarak bilinen bir gerçek olabilir. Ancak bu gerçeği fark etmek önemlidir; yerimizden kalkmadan hayalimizde uzaklara gidebildiğimizi ve zaman içinde yolculuk yapabildiğimizi fark etmek önemlidir; hayal kurabilen bir varlık olduğumuzu fark etmek ve bundan haz duymak önemlidir. Söz konusu bu gerçeği

günlük yaşam içinde fark eden ve bundan haz duyan insani var. Fakat bütün bunların en yoğun biçimde yaşandığı psikodrama sahneleridir. Tiyatro sahnelerinde de zaman içinde yolculuk yapanları izleriz; ancak psikodrama sahnelerinde bu yolculuğu bizzat biz yaparız, i n s a n l a r gelecekte, belki de z a -man içinde fiziksel anlamda yolculuk yapabilecekler. Bugün bizler yalnızca, surplus reality kapsamında, zihnimizin sınırları içinde bunu gerçekleştirebiliyoruz. Surplus reality'lerimizi so-mutlaştırabildiğimiz ve dolu doluya yaşayabildiğimiz yer olan psikodrama sahneleri, bu yüzden yaşantımıza önemli bir artıdır.

Kişilere ait anılar, rüyalar, tasavvurlar, masalsı yaşantılar hallüsinasyonlar, deja-vu yaşantıları ve geçmişe, geleceğe ya da bugüne ilişkin hayaller, kısacası surplus reality kapsamındaki her şey, psikodrama sahnesinde somutlaştırılabilir. Psikodra-ma sahnesinde bir hayalini, bir rüyasını ya da sevdiği bir masalı somutlaştıran bir başoyuncu, bunların kapsamındaki kahramanlarla ve nesnelerle tanışabilir, onlara dokunabilir, hatta bu sembollerin rolüne geçerek, onların kendisi için ne ifade ettiğini anlayabilir. (Örneğin bir genç rüyasında, deniz kenarında bir kaplıca keşfetmişti; bunun ne anlama geldiğini bilmiyordu ve öğrenmek istiyordu (Dökmen, 1988-a). Yapılan psikodrama sırasında anlaşıldı ki bu kaplıca onun, gelişme, ailesinden ayrı bir yaşantı ve iş kurma eğilimini sembolize etmekteydi.) Bunun gerçekleşmesi ise, başoyuncunun hem iç-görü kazanmasına, hem de duygusal boşalım sağlamasına yardımcı olur.

Surplus reality kapsamındaki hayallerin, rüyaların yanı sıra, gerek geçmişte olup bitmiş birtakım olaylar, gerekse gelecekte olması muhtemel olaylar, psikodramada canlandırılabilir; kişiler psikodrama sahnesinde geleceğin provasını yapabilirler. Örneğin, bir yakını ile küs olan bir üye, bu kişiyle barışmak isteyip istemediğini psikodrama sahnesinde irdeleyebilir ve eğer barışacaksa bunun nasıl gerçekleşeceği konusunda, yine psikodrama sahnesinde prova yapabilir. Geçmişin ve geleceğin, surplus reality yoluyla bugüne nasıl taşındığı, aşağıdaki bölümde dile getirilmektedir.

psikodrama

135

Surplus reality iki türdür. Bunlar: (1) Kendini yaşama orak surplus reality; (2) Senin (yani karşıdakinin) yaşanması larak surplus reality'dir. Bunlardan birincisi de yine ikiye ayrılabilir: (a) Kişinin, dış gerçek açısından bilinç alanını genişletmesi; (b) Kişinin, iç gerçek açısından bilinç alanını genişletmesi (Özbek ve Leutz, 1987).

Bir önceki bölümde, rol oynama ve rol değiştirme yoluyla kişilerin rol repertuarlarını genişletebileceklerinden söz etmiştik. Orada sözü edilen "rol repertuarını genişletme" ile burada sözünü ettiğimiz "dış gerçek açısından bilinç alanını genişletme" arasında benzerlik vardır. Kişiler, yeni rolleri denedikçe ve öğrendikçe, dış gerçek açısından bilinç alanlarını genişletmiş olurlar. Aşağıda değineceğimiz üzere, kişiler, içgörü kazandıkça da, iç gerçek açısından bilinç alanlarını genişletirler.

Surplus reality'ye ilişkin bir tanımlamaya göre, bu kavram, kişilerin hayallerinin, rüyalarının ve benzeri yaşantılarının psi-kodrama sahnesinde somutlaştırılması anlamına gelir (Özbek ve Leut, 1987, s.75). Bence, kişilerin hayal, fantazi gibi bilişsel etkinliklerini "surplus reality" olarak adlandırmak, ancak bunların psikodrama sahnesinde somutlaştırılabildiğinden söz etmek daha doğru olur.

Yukarda, bilişsel etkinliklerin surplus reality'yi oluşturduğundan söz ettim. Duyguları, zihinsel etkinliklerden ayrı tanımlama eğiliminde olanlar, bu görüşe karşı çıkarak, surplus reality kapsamındaki her şeyin bilişsel etkinlik sayılamayacağını ileri sürebilirler. Ancak her şeyden önce, düşüncelerle duygular arasında kesin ayırım yapmak, literatürde taraftar bulmayan bir yaklaşımdır; düşünceleri, duyguları ve davranışları ayrılmaz bir bütün olarak görmekte yarar vardır. Ayrıca Bilişsel Yaklaşım'a -ya da daha doğrusu Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım'a göre- duygularımız, bilişlerimizin bir parçasıdır. Çeşitli bilişsel etkinlikler, duygusal yaşantıların ortaya çıkmasında önemli rol oynar (Schacter, 1964; Lazarus, 1968); Cüceloğlu, 1991; Dökmen, 1994).

136

Sosyometri ve Psikodrama

Geçmiş - Şimdi - Gelecek Bütünlüğü

Psikodrama, "şimdi - ve - burada" (here-and-now)" ilkesi üzerine kurulmuş bir terapi şeklidir. Psikodramada, geçmişteki birtakım olayların rasyonalize edilmesi -yani sadece mantık düzeyinde kalınarak- tartışılması ve geçmişin sınırları içinde hapsolunması söz konusu değildir. Psikodrama oturumlarında, gerek baş oyuncuların, gerekse diğer oyuncuların "o andaki" duygulanı esastır. Moreno'dan sonra "şimdi ve burada" ilkesi, pek çok grupta, özellikle varoluşçu (existentialist) yaklaşımın benimsendiği gruplarda, adeta temel dayanak olmuştur. Konuya bu açıdan bakıldığında Moreno'yu -O, kendisini açıkça böyle adlandırmasa da-, bir "varoluşçu" kabul edebiliriz. Corey (1985), Moreno'nun, Camus ve Sartre gibi bir varoluşçu olduğu, hatta bu konuda ruhsal tedavi alanında öncü sayılabileceği görüşündedir.

Psikodramada, "şimdi-ve-burada" ilkesi uyarınca "içinde bulunulan an" ön plandadır; ancak, "geçmiş" ve "gelecek" de gözardı edilmeksizin, içinde bulunulan anla, anlamlı bir bütün oluşturacak şekilde bağdaştırılır. Psikodrama sahnelerinde, dün, bugün ve yarın, bir süreç olarak yaşanır. Psikodrama-da, surplus reality gündeme gelir; geçmişteki olaylar ve duygular bugün tekrar yaşanabilir ya da gelecekte yaşanması muhtemel duygular şimdiden yaşanabilir; geleceğe ilişkin hayaller canlandırılabilir. Bir örnek üzerinde açıklayalım:

Psikodrama oturumlarında üyeler, geçmiş yaşantılarını bir anı olarak anlatmazlar; eğer geçmişteki bir olay, o andaki psikodrama ortamında hâlâ kendilerini etkiliyor, içlerinde birtakım duygular uyandırıyorsa, ancak bu takdirde geçmişteki o olayın sözü edilir ve sahnede canlandırılır. Diyelim ki bir grup üyesi, on yıl önce, bir arkadaşı tarafından haksız olarak suçlanmıştır ve o günkü ortamda, kendisini yeterince savunamamıştır. (Burada karşımıza bir bitmemiş iş (unfinished business) çıkmaktadır.) Söz konusu üye, bir ısınma egzersizi sırasında, bu olayın hâlâ kendisini etkilemekte olduğunu fark etmiş olsun. Bu üye, baş-oyuncu olup, gruptan bir başka üyeye, psikodrama

137

o arkadaşının rolünü verir ve on yıl önceki olayı sahnede canlandırmaya başlar. Bu canlandırma işlemi sırasında baş-oyuncu, on yıl önceki olayı, kişileri, dekoru, atmosferi hatırlayarak, o günkü duygularını tekrar yaşayabilir. Yönetici, bütün bunların gerçekleşmesi için belirli bir strateji izler. Hatırlanacağı üzere Moreno, "Ben insanları, görmüş oldukları bir rüyayı tekrar görmeleri için yüreklendiriyorum" demişti. Burada yöneticinin işlevi, bu yüreklendirme işlemini, çeşitli tekniklerden yararlanarak gerçekleştirmektir.

Yöneticinin rehberliğinde başoyuncu, on yıl önceki duygularını bugün tekrar yaşarken, geçmiş, bugünle bütünleşmektedir. Fakat psikodrama, geçmiş bugüne getirmenin yanı sıra, geleceğe ilişkin yeni davranışların denenmesine de fırsat yaratır. On yıl önce arkadaşı tarafından suçlanıp da kendini savunamayan baş-oyuncu, bugün psikodrama sahnesinde o gün söyleyemediklerini söyleyebilir, arkadaşına spontan olarak kızabilir; bu arkadaşıyla bir süre sonra karşılaştığında ona neler söyleyebileceğini şu an sahnede kararlaştırabilir ve bu kararın provasını yapabilir. Böylece, gelecek de bugüne taşınmış olur; geçmiş ve gelecek içinde yaşanan an ile kaynaşır.

PSİKODRAMANIN İŞLEVİ

Psikodramanın temel işlevlerini, üç ana maddede toplayarak anlatmak istiyorum. Bunlar, (1) Katarsis sağlama ve içgörü kazanma; (2) Gerçeği test etme (ve alternatif düşünce oluşturma); (3) Öğrenme'dir. Birer birer ele alalım:

(1) Katarsis Sağlama ve içgörü Kazanma

Psikodramadaki katarsis (duygusal boşalım) ve içgörü kavramlarını Moreno, psikanalizden almıştır. Kısaca belirtmek gerekirse, katarsis, kişilerin duygularını sergilemeleri anlamına gelmektedir, içgörü ise, kişinin belli bir davranışının nedeni hakkında bilgi sahibi olması demektir. Bütün davranışlarımızın -veya semptomlarımızın- nedenlerini, her zaman tam olarak bilemeyiz. Kişilerin, sahip oldukları ruhsal sorunların

138

Sosyometri ve Psikodrama

nedenleri hakkında bilgi sahibi olmaları, hemen pek çok psikoterapi yaklaşımının amaçları arasında yer alır.

Psikanaliz ve diğer bazı yaklaşımlar gibi psikodramada da, başta başoyuncu olmak üzere tüm üyelerin içgörü kazanmaları amaçlanır. Fakat herhangi bir içgörüyü mutlaka katarsis eşlik etmelidir; hatta belli bir konuda önce katarsis ortaya çıkmalı, bunu o konuyla ilgili içgörü izlemelidir. Psikodramada, katarsis olmaksızın içgörünün tek başına görülmesi işlevsel değildir, tedavi edici değildir. Salt içgörü, entellektüel bir tartışmadan öteye gitmez. Katarsis olmadan yalnızca içgörü kazanma, aslında sahte sayılabilecek bir içgördür. Çünkü salt içgörü, kişide davranış değişikliğine yol açmaz; bu yüzden tedavi edici değildir. Bana öyle geliyor ki, katarsis adeta bir katalizör işlevi görmektedir ve başlangıçta sözel olarak ifade edilmiş bir içgörünün, kişi tarafından özümlemesine, benimsenmesine yol açmaktadır. Böylece, katarsisin eşlik ettiği bir içgörü, kişide davranış değişikliğine yol açabilmektedir.

Klasik Yunan tiyatrosunda katarsis (catharsis) önemle üzerinde durulan bir konuydu. Aristo, tiyatro eserlerini, özellikle tragedyaları izleyen seyircilerin, oyun sırasında birtakım duygusal yaşantılar geçirerek, bazı olumsuz duygularından arındıklarını belirtmiş, bu işleme ise "katarsis" adını vermişti (Şener, 1982). Yani Aristo'nun tanımladığı şekliyle tiyatro, seyirciler için bir duygusal/ruhsal annma yeri idi. Sanırım günümüz tiyatrosunda da seyircinin katarsis sağlama önemli. Psikodrama ise tiyatrodan farklı olarak, hem oyuncular, hem de seyirciler katarsis elde etme fırsatına sahip olurlar. Tiyatroda oyuncular, yazılı bir metne sadık kalarak oynadıkları için, kişisel duygularından ziyade başkalarının duygularını sergilemektedirler; Hamlet'i oynayan bir aktör,

Hamlet'le ya da belki de Shakespeare ile empati kurar. Bu yüzden de tiyatro sanatçılarının sahnede kendi yaşantılarına ilişkin duygularından arınmaları hedeflenmemektedir. Oysa psikodramada başoyuncu, önceden yazılmış bir metin olmaksızın, o an içinden geldiğince

Psikodrama

139

kendi yaşantısını sergiler; ifade yerindeyse, oynarken yazar. Böyle olunca da duygusal boşalım / katarsis sağlayabilir. Onun yanı sıra, sahnedeki oyunu izleyen diğer grup üyeleri de, kendi içlerinde birtakım paralel yaşantılar geçirerek katarsis elde etme fırsatına sahip olurlar.

Şunu belirtmek gerekir ki, psikodrama sahnesinde her başoyuncu aynı düzeyde katarsis sağlamaz. İzleyiciler de her oyunda eşit düzeyde katarsis elde edemezler. Başoyuncuların yeterince katarsis sağlayabilmeleri için spontan olmaları ön koşuldur. Yine, izleyicilerin katarsis sağlama düzeyleri de, başoyuncunun spontanlığı ile doğru orantılıdır. Spontanlığın bulunmadığı oyunlar, yazılı bir metinden ezberlenmiş replikler aktarılmışçasına, kuru, entelektüalize edilmiş şekilde geçer; katarsis gözlenmez.

Psikodramayı geliştirdiği yıllarda Moreno, bir grup izleyicinin önünde spontan tiyatrolar düzenleyerek denemeler yapıyordu. Bu sıralarda bir erkek izleyici, karısının evde saldırgan olduğundan yakınmıştı (Moreno, 1963). Moreno söz konusu kadın üyeye sahnede, romantik roller yerine saldırgan roller vermeye başladı. Bir süre sonra da Moreno, bu kadın oyuncunun evde artık saldırgan olmadığını öğrendi. Bu önemli bir gözlem; Moreno, kadın oyuncunun her akşam sahnede saldırganlıkta bulunarak saldırganlık duygularından arındığını, bu yüzden artık evde saldırgan olmadığını düşündü.

Katarsisle birlikte içgörünü ortaya çıkmasına, izlediğim oyunlardan bir örnek vermek istiyorum:

Yönettiğim oyunlardan birisinde, üniversite öğrencisi olan evli bir hanım, son zamanlarda içinin sıkıldığını, ancak bu durum için herhangi bir somut neden bulunmadığını dile getirmişti. Bu hanım başoyuncu olduktan sonra oyun sırasında onun, taşımakta olduğu çok sayıda rolden ötürü sıkıntı çektiğini sezinledim. Bunun üzerine sahnede rol atomunu sergilemesini istedim. Kendisi sahnede oturdu ve sahip olduğu rolleri, birer kişiyle sembolize ederek çevresine yerleştirmeye başladı. Evinde, eş, anne, sağlık sorunları bulunan an-

140

Sosyometri ve Psikodrama

nesine ve babasına yardım etmek zorunda olan bir evlâtti-çalışan bir kadındı, sınavlara hazırlanan bir üniversite öğrencisiydi ve bütün bu rollerin yanı sıra sık sık ziyaretine gelen komşularını ağırlaması gereken bir ev hanımıydı. Baş-oyuncu tüm bu rolleri somutlaştırarak etrafına dizdikten sonra ağlamaya başladı ve "meğer yüküm ne kadar ağırmış" dedi. Burada, katarsisle birlikte ortaya çıkan bir içgörüyle karşılaşırız. Baş-oyuncu, sıkıntısının kaynağını hissetmiş (ağlamış) ve anlamıştır (rolleri ile sıkıntısı arasında, zihinde bir bağlantı kurmuştur).

Yönettiğim bazı psikodrama gruplarında, anneleriyle ya da babalarıyla çatışan gençler baş-oyuncu olduklarında, oyun genelde şu şekilde seyretmektedir: Özetle belirtmek gerekirse, önce gencin babasıyla (veya annesiyle) olan bir çatışması canlandırılmaktadır. Bu canlandırma sırasında bazı gençler babalarına öfkelerini dile getirirler (katarsis). (Babalarına karşı öfkelerini dile getirmeyen gençlerin oyunlarından, şimdilik söz etmiyorum.) Bu sahneyi izleyen ikinci sahne, genelde, babayla rol değiştirme sahnesidir. Rol değiştirme yoluyla gençler, babalarıyla ilgili kişisel duygu ve düşüncelerini netleştirebilirler, öfkelerinin nedenleri hakkında bilgi sahibi olabilirler (içgörü kazanma); ayrıca babalarının rolüne girerek, onlarla empati kurma, onları anlama şansına sahip olurlar. Bu iki sahneyi genelde, babayla konuşma ve uzlaşma sahnesi izler. Gençler çoğunlukla sonuçta, babalarını (ya da annelerini) oynayan yardımcı oyuncuya sarılmak isterler ve sarılırlar. Gençlerin bu davranışlarına yol açan temel neden, ilk sahnede ka-tarsisin gerçekleşmiş olmasıdır. İlk sahnede öfkelerini boşaltan, ikinci sahnede genelde duygulanarak içgörü kazanan ve empati kuran gençlerin, son sahnede uzlaşma ihtimalleri artmaktadır.

Psikodrama oturumlarında içgörü kazanmayla ilgili, zaman zaman ilginç bulduğum bazı örnekler ortaya çıkar.

Bunlardan bir tanesini aktarmak istiyorum:

Psikodrama

141

Bir gruptaki ısınma aşamasında Pamuk Prenses adlı masal canlandırılıyordu. Yedi cüce rolünü oynayan oyuncular, başlangıçta Pamuk Prenses'e iyi davranıyorlardı; fakat samimiyetleri arttıkça Pamuk Prenses'e hizmetçi muamelesi yapmaya başladılar. Sürekli olarak O'na, "çorabım nerede?", "gömleğimi ütüledin mi?", "yemek daha hazır değil mi?" demeye başladılar. Bu sırada ben yönetici olarak oyunu kenardan izliyordum; aklımdan, "galiba Pamuk Prenses'e evde annelerine davrandıkları gibi davranıyor" diye geçirdim; fakat sesimi çıkarmadım. Masalın dramatizasyonu bittikten sonra grup görüşmesi başladı. Bir üye, biraz önce benim aklımdan geçenleri aynen tekrarladı; diğer üyeler de bu görüşe katıldılar. Üyeler, o güne kadar düşünmedikleri bir gerçeği fark etmişlerdi. Annelerini, kendilerine hizmet eden bir kişi olarak algılıyorlardı, bu yüzden de ona sürekli emirler yağıdırıyorlardı. Hoşgörülü bir pamuk prenses bulduklarında ise, annelerine nasıl davranıyorlarsa, ona da öyle davranmışlardı. Burada söz konusu olan içgörü yüzeysel sayılabilir; kökü derinlerde olan karmaşık bir içgörü değildir. Ancak gençler bu içgörü sayesinde, kişilerarası ilişkilerini gözden geçirebilirler, yeni ve daha işlevsel davranışlara yönelebilirler.

(2) Gerçeği Test Etme ve Alternatif Düşünceler Geliştirme

Psikodramanın bir başka önemli işlevi, kişilere gerçeği test etme fırsatı vermesidir. Psikodrama sahnelerinde kişiler, yaşamlarındaki birtakım gerçekleri sorgular, kökleşmiş kanılarının doğruluk derecesini araştırırlar. Bu yönüyle psikodrama sahneleri bir tür laboratuvardır.

Psikodramada gerçeği test etmek ne demektir, niçin gereklidir? Bu soruya şöyle cevap verebiliriz: Günlük yaşamda, fiziksel, sosyal ve psikolojik birtakım gerçekler vardır; bir de bizim bu gerçekleri algılayış şeklimiz vardır. Gerçekleri algılayış şeklimiz bazen, gerçeğe tam uymayabilir. Söz gelişi, bizi sevmediklerini düşündüğümüz bazı kişiler, aslında bizi seviyor olabilirler. Ya da biz, çok sevdiğimizi sandığımız bazılarına, aslında içten içe öfke duyuyor olabiliriz. Günlük yaşamda,

142

Sosyometri ve Psikodrama

bazı algılarımızın gerçeğe uygun olmadığını zaman zaman fark ederiz. Fakat söz konusu farkına varma, bazen çok yavaş olur; bazen de hiç mümkün olmayabilir. Oysa psikodrama sahnelerinde kişiler, günlük yaşamda farkına varamadıkları pek çok şeyin farkına varabilirler; özellikle kişilerarası ilişkiler konusunda "kesin gerçekler" olarak kabul ettikleri birtakım durumları test etme fırsatı bulurlar.

Kişilerin yaşamlarındaki gerçekleri test etmeleriyle ilgili Moreno'nun ünlü Evelyne örneği vardır (Moreno, 1963). Evelyne evinden ayrılmak isteyen bir genç kızdır; babasının, onun bu isteğini reddedecek katı ve hoşgörüsüz bir baba olduğunu düşünmektedir. Genç kızın babasıyla konuşması sahnede canlandırılır; Evelyne, babasını oynamakta olan yardımcı oyuncuyla rol değiştirir, yani babasının rolüne girer. Babasının rolünderken, onun aslında sandığı gibi katı olmadığını, kızını seven şevkatli bir baba olduğunu fark eder. Oyunu yöneten Moreno şöyle der: "Babanızla yirmi yıl aynı evde oturduğunuz halde size olan sevgisinin ne kadar derin olduğunu anlamanız için bugün buraya gelmeniz, onun âdeta etine, derisine girerek, onun rolünü oynamanız gerekiyormuş." Evelyne, babasıyla ilgili algısını test etmiş ve bu algının doğru olmadığını görmüştür. Muhtemelen gerçek yaşamda da babasıyla benzeri bir diyalogu kurduğunda da aynı sonuca ulaşacaktır.

Moreno'nun Evelyne örneğinin benzerini, ülkemiz üniversitelerinde gençlerle yürüttüğüm psikodramalarda sıklıkla görmekteyim (Dökmen, 1989-a ve 1989-b). Babasını "yanına yaklaşılmaz" olarak tanımlayan nice genç, babasının aslında duygulu ve sevecen olduğunu -en azından olabileceğini-, psi-kodrama sahnelerinde hayretle görüyor. Bir örnek: Bir oturumda, üniversite öğrencisi olan bir genç kız, okuduğu fakülteden memnun olduğunu, fakat babasının onu mutlaka Siyasal Bilgiler Fakültesi'nde okutmak istediğini belirtti. Genç ise fakültesini değiştirmek istemiyordu. Bu sorundan yola çıkılarak gerçekleştirilen oyun sırasında, bir ara baş-oyuncudan sosyal atomunu sergilemesini istedim. Atomu sergiledi; en çok

Psikodrama

143

konusmak istediği kişi babasıydı. Baş-oyuncu babasını temsilen bir yardımcı oyuncu seçti ve konuşmaya başladılar. Genç kız, kendi rolünderken Siyasal Bilgilere gitmek istemediğini söylüyordu. Babasının rolüne geçtiğinde ise bir ara şunları söyledi: "Evlâdım, ben Siyasal'ın istikbali iyi diye istiyorum, ama sen hiç istemiyorsan, zora girmeni istemem". Kendi rolüne döndüğünde, babası rolündeki yardımcı oyuncudan bu sözleri tekrar işiten başoyuncunun gözlerinin yaşardığı görüldü. Baş-oyuncumuz, psikodramada, yaşamıyla ilgili bir gerçeği test etmiş ve bu gerçeğe ilişkin tahmininin doğru olmadığını, en azında doğru olmayabileceğini görmüştü (Dökmen, 1993-b).

Sosyometri kapsamında gerçeği test etmenin en sistematik ve çarpıcı örneği sosyometrik algı testi'dir. İlk iki bölümden hatırlanacağı üzere, bir kişiye ait sosyometrik algı testi ile gruptaki gerçek tercihleri gösteren sosyometri testi sonuçları birbiriyle karşılaştırılıyordu. Bu karşılaştırma sonucunda, sos-yometrik algı testi sahibinin, kimler tarafından seçildiği ve reddedildiği konusunda ne ölçüde doğru tahminde bulunduğunu anlayabiliyorduk.

Gerçeği test etme, psikodrama literatürüne ait bir kavram; alternatif düşünce geliştirme ise bilişsel-davranışçı yaklaşımla ilgili. Bu iki kavram arasında ilişki, hatta benzerlik bulunduğu görüşünderim. Şöyle ki:

Psikodrama sahnesinde kişiler gerçeği test etmeye çalıştıklarında, elde edilen sonuçların doğruluğundan her zaman yüzde yüz emin olamayız. Söz gelişi Ayhan adlı bir üyenin "Patronum benim hakkımda olumsuz şeyler düşünüyor; nitekim dün sabah bana çok soğuk bir şekilde selam verdi" dediğini düşünelim. Bu üye baş-oyuncu olup sahnede patronunun rolüne girse ve bir iç-konuşma yaparak patronunun ağzından şunları söylese: "Çok yorgunum, işlerimi yetiştiremiyorum...". Ayhan kendi rolüne geçtiğinde, aslında patronunun kendisine kızgın olmadığını, kişisel sorunları çok olduğu için ona sıcak bir şekilde selâm vermediğini düşünebilir. Ayhan burada, psikodrama kapsamında gerçeği test etmiş ve patronuyla

144

Sosyometri ve Psikodrama

ilgili algısının doğru olmadığını anlamıştır. Şimdi, bu sonuç doğru olabilir; ya da Ayhan yanılmış olabilir. Yani gerçekten patronu ona kızıyor olabilir; fakat kızmıyor da olabilir. Bence psikodramanın buradaki yararı, bu ikinci alternaüfi Ayhan'ın gündemine getirmiş olmasıdır. Ayhan psikodrama sahnesinden, hiç değilse, patronuyla ilgili başlangıçtaki peşin hükmünün doğru olmayabileceğini fark ederek iner. Yalnızca bu bile önemli bir kazançtır.

Yukarda Ayhan'ın bir sorununun psikodrama kapsamında nasıl ele alınabileceğini gördük. Eğer aynı sorunu bilişsel-davranışçı yaklaşımı (*) benimseyen bir terapist/danışman ele alsaydı, özetle şu yolu izlerdi:

(1) Olay ne?: Patronun soğuk selâm vermesi;

(2) Bu olaya ilişkin Ayhan'ın otomatik düşüncesi ne?: "Patron bana kızgın"; (belki de daha derindeki bir başka düşünce: "Kimse beni sevmiyor");

(3) Terapistin yardımıyla Ayhan'ın yukarıdaki birinci otomatik düşünceye alternatif ürettiğini farzedelim; söz konusu alternatif düşünceler şunlar olabilir: "Patronun canı, benimle ilgili olmayan bir şeye sıkılmış olabilir; bana selâm verdiğinde, kafası kendi sorunlarıyla doluydu; hakkımda olumsuz şeyler düşünmesi için neden yok".

Yukarda belirtilen türden birtakım alternatif düşünceler üretildiğinde, Ayhan'ın başlangıçtaki kaygısında azalma görülecektir. Çünkü bu yaklaşım Ayhan'a, ilk düşüncesi dışında da birtakım alternatif gerçekler bulunabileceğini göstermiştir. Buradaki yaklaşım ile psikodramadaki yaklaşım arasındaki

* Bilişsel-davranışçı yaklaşımla ilgili bazı Türkçe ve yabancı kaynaklar: Gilleard, 1987; Karana, 1987; Özer, 1990; Cüceloğlu, 1991; Blackburn, (Çev. N.H.Şahin ve R.N.Rugancı), 1992; Ellis, 1973; Beck ve ark., 1980; Kendal, 1983; Trovver ve ark., 1989; Freeman ve ark., (Ed.), 1989).

Psikodrama

145

önemli benzerlik dikkat çekicidir. Aradaki tek ciddi fark, alternatif gerçeklerin bilişsel yaklaşımda, daha çok konuşma yoluyla, psikodramada ise rol oynama ve rol değiştirme yoluyla belirlenmiş olmasıdır. (Aslında bilişsel-davranışçı yaklaşımın rol değiştirme tekniğine tamamen kapalı olduğunu söyleyemeyiz. Bilişsel-davranışçı terapi /danışma yaklaşımını benimseyen pek çok uygulamacı rol oynama tekniğinden yararlanır (Trower, Casey ve Dryden, 1989; Hawton, Salkovskis, Kirk ve Clark, 1990; Dökmen, 1993-c). Rol oynama tekniği özellikle, bilişsel çarpıtmaları ve bunlara eşlik eden duyguları ortaya çıkarmakta etkili olur. Rol oynama sırasında kişilerin duygusal ve bilişsel yaşantıları çeşitli araştırmalara konu edilmektedir (Kipper ve Uspiz, 1987). Bu konuyu ilerde tekrar ele alacağız.)

(3) Psikodramada Öğrenme / Davranış Değişikliği

Davranışçı terapide kullanılan birtakım teknikler, psiko-dramada doğrudan uygulanmaz. (En azından klâsik psikodrama içinde doğrudan uygulanmaz. Ancak bu tekniklerin psiko-drama içinde doğrudan kullanılıp kullanılamayacağı araştırılmaktadır (Dökmen, 1993-c). Bilişsel-davranışçı yaklaşımla psikodramanın nasıl bağdaştırılabileceği konusunu ilerde ele alacağız.) Psikodramada davranışçı teknikler doğrudan kullanılmaz; ancak başlangıçtan bugüne, davranışçı yaklaşım psiko-drama içine öylesine ustalıkla sindirilmiştir ki, rol oynama ve benzeri psikodrama tekniklerinin kişilerde davranış değişikliğine yol açtığını rahatlıkla söyleyebiliriz. Psikodrama ile davranış terapisi arasındaki ilişki ve psikodramanın davranış değiştirmedeki etkisi, yoğun bir şekilde olmasa da araştırmacıların ilgi alanı içindedir (Ferinden, 1971). Ayrıca, uzun yıllardan bu yana davranışçı yaklaşımla ele alınmasına alıştığımız birtakım davranış bozuklukları, örneğin fobiler, psikodrama ile de ele alınabilmektedir (Nevvburger, 1987). Bütün bunlar bize, psikodrama ile davranışçı yaklaşımın bağdaşabilirliğini göstermektedir. Yukarıdaki açıklamaların ışığında psikodramayı, "katarsis ve içgörü kazandırma yoluyla kişilerde davranış değişikliğini

146

Sosyometri ve Psikodrama

amaçlayan bir ruhsal geliştirme ve terapi yaklaşımı" olarak tanımlayabileceğimiz görünüşdeyim.

Psikodramada davranış değişikliğine yol açan etkinlikleri şöyle sıralayabiliriz:

(a) Spontanlık Eğitimi: Çocuklarda doğal olarak bulunan spontanlık, çevre etkisiyle bastırılır. Yetişkinler (burada yaşça yetişkinleri kastediyorum) genelde, toplumsal kuralları, kişisel isteklerinden üstün tutarlar ve daha çok içlerinden geleni değil, yapılması gerekeni yaparlar. [Çocuklardaki doğal davranma eğiliminin/spontanlığın, kültürümüzde önemli ölçüde bastırıldığını, bir incelememde ileri sürmüştüm (Dökmen, 1994).] Moreno'ya göre, bu durumun aşırı olması, kişilerin ruh sağlıklarını tehdit eder. Sosyometrinin amacı, insanların spontanlıklarını ve yaratıcılıklarını artırarak bu dünyada sağlam bir edinmelerine yardımcı olmaktır.

Genelde psikodrama, kişilerin spontanlıklarını artırma potansiyeline sahiptir. Fakat gerektiğinde bununla yetinilmez ve psikodrama içinde, spontanlığı artırıcı özel alıştırmalar yapılır. Yapılan alıştırmalarda rol oynama esastır. Spontanlık eğitime katılan üyeler, nesnelerin, hayvanların, bitkilerin, insanların, hatta soyut kavramların rollerine girebilirler. Saf, kurnaz, zalim, dilenci, kahraman, ağaç, bulut, kartal, tavşan, yıldı atı, özgürlük, umut, merak, anne, öğretmen, hamal rolleri ve akla gelebilecek daha nice rol, psikodrama sahnelerinde sergilenir. Bu rolleri oynamak, hem kişilerin rol repertuarlarını zenginleştirir, hem de onların yeni durumlara uyum sağlama ve spontan davranma potansiyellerini artırır.

(b) Atılğanlık Eğitimi: Kitabın birinci bölümünde de değinildiği üzere, atılğanlık ile spontanlık arasında benzerlik bulunduğunu düşünebiliriz. Spontanlık konusunda olduğu gibi atılğanlık eğitiminin temelinde de yine rol oynama vardır. Üyelere atılğanlık eğitimi verilmek istendiğinde, sahnede atılğanlık sergilemeyi gerektiren durumlar yaratılır; bu durumlarda üyelerin atılğan davranışları denemeleri sağlanır. Örneğin üyeler, bir kuyrukta araya giren bir kişiyi nasıl uyacaklarını

r * " " brarkadaslanndannas.lkoru-
d kendüer>ne basta yapan bu arkads
ve,, önlüklerdir. ^ « a ^^lamak «K<V«T roneri de
S davran - " f* J S 3^*^*3* " "T re, aulgar,, rollennJ aulganhta ^ n | kazanab,ln-
„alabürtf. BoyleÇ ^ bakfanda >«
g V konusundata da W * ° " " ^ S olurla,
^^tlrdSra^aüstOn.nğnnegore^^ du-
sın dıger aavL saldırgan roller v d Vra-
Were çeking-ya d a ^ ^ ^meyen ^ ^ larda eğitsel açi dan^ ^ ayunta«u^ mşı pekiştirmey^
^ 0^ grup uyelerm . ^ b .
kUde yönetmesi duru uçlannı g ° ^
t an favran^ n r^ ^mk^ ^
lece atılğan d * £ * yöneticinin ^ ı n g ^ ,
aerçkeleştiribilme^ v lere g konusu
SU*") />*)« ^Jsinde yarar^vadu_ ^
^f^b «hisselidirler. „ ğ konu-
anlamabve m nasd ,cra
(c) Rol E g r ü n n-. furtam bilgiler «vcut" 'mkundur. Bu
sunda her » P ' T ^ S ^ ^ d r ^ ^ n M « İOT
yapmaya cesaret

Sosyometri ve Psikodrama

leri birtakım davranışları, psikodrama sahnelerinde sergilemeye yönlendirilirler.

Genelde oyun aşamasında yöneticinin uygun gördüğü bir anda başoyuncular yeni davranışlar denemeye yönelirler. Gençlerle gerçekleştirdiğim psikodramalarda, yeni davranışların denenmesine yol açan psikodrama süreci genelde şöyledir:

- 1) Başoyuncunun bir kişiyle -diyelim ki babasıyla- bir sorunu vardır; bu sorun oyunlaştırılır, başoyuncu babasıyla karşılıklı konuşur (bu sırada baba rolünü grup üyelerinden birisi oynamaktadır);
- 2) Başoyuncu babasına olan kızgınlığını dile getirir, duygusal boşalım -katarsis- sağlar; (Blatner'a (1993) göre, öfke ka-tarsisi, genellikle özlem katarsisidir. Ülkemizde çoğunlukla, ulaşılamayan, konuşulamayan babaya duyulan özlem, öfke ka-tarsisi ile ifade ediliyor olabilir.);
- 3) Baş-oyuncu babayla rol değiştirir, böylece onun duygu ve düşüncelerini fark etme/anlama fırsatı bulur; bir anlamda babasıyla empati kurar; başoyuncu ile babası arasında bir uzlaşma, ilişkilerinde bir yumuşama ortaya çıkmıştır; bu anda çoğunlukla başoyuncuların duygulandıkları gözlenir; onların duygulanmaları üzerine yönetici "şu an ne yapmak istersin?" diye sorar; gelen cevap, çoğunlukla "babama sarılmak isterdim" veya "ona, onu ne kadar sevdiğimi söylemek isterdim" şeklinde olur; bunun üzerine yönetici "o halde niçin sarılmıyorsun?" veya "niçin söylemiyorsun?" der; bu söz, yeni bir davranışı denemesi için başoyuncuya uzatılan bir davetiyedir;
- 4) Baş-oyuncu, yöneticinin önerisine uyup babasına sarılır veya onu çok sevdiğini söyler; böylece, günlük yaşamda ortaya koymadığı yeni bir davranışı psikodrama sahnesinde sergilemiş olur.

Yukarda belirtildiği şekilde başoyuncuların yeni davranışlar sergilemeleri, yeni ve önemli bir öğrenme sürecinin başlangıcı sayılabilir. Başoyuncuların, psikodrama sahnelerinde

Psikodrama

sergiledikleri yeni davranışları günlük yaşamlarında da sergileme ihtimalleri yüksektir. Psikodrama ortamında yakınlarına olumlu duygularını ifade eden pek çok başoyuncudan, bir süre sonra bu davranışı günlük yaşamlarında da tekrarladıklarını işitmişimdir.

Başoyuncuların sahnede sergiledikleri yeni davranışları, günlük yaşamlarına transfer etmelerini sağlayan başlıca iki etmen bulunmaktadır. Bunlardan birincisi, sahnede yeni davranışlar sergilemenin pekiştirici getiriyor olmasıdır, ikincisi ise davranış-tutum ilişkisiyle ilgilidir. Bilindiği üzere sosyal psikolojideki bir görüşe göre, kişilerin tutumları, davranışları yoluyla da değişebilir. Şöyle ki: Belli bir konuda mevcut tutumuna aykırı davranışta bulunan bir kişi, bilişsel çelişkiye düşer; bu çelişkiden kurtulabilmek için tutumunu davranışı doğrultusunda değiştirir. Yukarıdaki örnekteki baş-oyuncu da, günlük yaşamda yapmaya alışık olmadığı bir davranışı psikodrama ortamında sergileyerek babasını öpmüştür. Bu davranış, muhtemelen gencin kafasında bulunan "babalar öpülmez" şeklindeki kalıp düşünce ile çelişmektedir. Genç, bu çelişkiden kurtulabilmek için günlük yaşamda da babasını öpmeye başlamış olabilir.

(e) Modelden Öğrenme: Psikodramada başoyuncuların yanı sıra izleyiciler de yeni davranışlarda bulunmayı öğrenebilirler. İzleyicilerin yeni davranışları öğrenmeleri, daha çok modelden öğrenme yoluyla olur. Sahnedeki başoyuncunun katarsis sağlamasını ya da yeni bir davranışta bulunması, grup üyeleri tarafından izlenerek modelden

öğrenilir. Modelden öğrenme etkili bir öğrenme yoludur. Grup üyeleri, birbirlerini izleyerek edindikleri yeni davranışları, grup dışındaki yaşantılarına da transfer edebilirler.

Modelden öğrenmenin bir başka türü daha vardır. Eğer baş-oyuncu spontan olarak yeni davranışlar üretmekte ve sergilemekte zorlanırsa, bu durumda yönetici, diğer grup üyelerinden yararlanma yolunu seçebilir. Başoyuncunun yeni davranış üretmekte tıkanıdığı bir anda yönetici gruba dönüp "siz

150

Sosyometri ve Psikodrama

olsanız bu durumda ne yapmak isterdiniz?; isteyen gelip gös_ tersin" diyebilir. Bunun üzerine grup üyeleri birer birer sahneye gelip kişisel çözümlerini sergilerler. Başoyuncu bunları aynen tekrarlamak ya da kabullenmek zorunda değildir. Arkadaşları tarafından sergilenen bu çözümler başoyuncuya birer model oluşturmaktadır.

Başoyuncu bu modellerden kendisine uygun olanı zihninde kodlayıp gelecekte kullanabilir.

Grup üyelerinin başoyuncuya model oluşturması şeklindeki mizansen, yöneticiler tarafından dikkatle kullanılmalıdır. Yönetici her şeyden önce, böyle bir uygulama öncesinde grubu ve özellikle başoyuncuyu yeterince tanıyor olmalıdır. Örneğin baş oyuncunun egosu yeteri düzeyde güçlü olmalı, kendisine birtakım örnek davranışlar sunulmasını, kişisel zayıflığı olarak algılamamalıdır.

(f) İçgörü Yoluyla Öğrenme: Yukarda sıralanan spontan-lık eğitimi, atılgaçlık eğitimi, rol eğitimi, yeni davranışlar deneme ve modelden öğrenme, psikodramada davranış değişikliğini sağlayan özel etkinliklerdir. Psikodramada davranış değişikliğine yol açan, ancak yukarda sıralananlar kadar somut olmayan bir şey daha vardır. Bu da psikodramanın kendisidir. Gerek başoyuncular, gerekse grup üyeleri katarsisin eşlik ettiği içgörü yoluyla, kendileriyle ilgili birtakım önemli gerçekleri öğrenirler. Öğrendikleri bu gerçekleri grup dışına transfer etme şansları da vardır.

İçgörü yoluyla öğrenmeye pek çok örnek verebiliriz. Örneğin yukarda, bir masalın canlandırılması sırasında grup üyelerinin Pamuk Prensesi hizmetçi gibi kullandıklarından söz etmiştik. Grup görüşmesi sırasında bu üyeler, annelerine de böyle davrandıklarını belirterek, bu konuda bir içgörü kazanmışlardı. Daha sonraki oturumlarda aynı üyeler, evlerinde artık eskisi gibi annelerine emirler yağdırmamaya çalıştıklarını ifade ettiler. Burada söz konusu olan davranış değişikliği, psikodramada kazanılan bir iç görüden kaynaklanmıştır. Psi-kodrama sahnelerinde çeşitli konularda içgörü kazanan deneklerin, bu içgörüyü ilgili olarak günlük yaşamlarında birtakım davranış değişiklikleri sergilemeleri olağandır.

psikodrama

151

PSİKODRAMANIN TEMEL ÖĞELERİ (ARAÇLARI)

Psikodramanın gerçekleştirilebilmesi için beş temel öğe/ araç gereklidir. Bunlar, sahne-dekor, yönetici, başoyuncu, yardımcı oyuncular ve gruptur. Her birini inceleyelim.

Sahne - Dekor

Moreno (1963 ve 1977), New York'ta psikodrama oturumlarını sürdürdüğü salonun bir köşesinde, üç basamakla çıkılan yarım daire şeklinde bir sahne yaptırmıştı. Sahnenin gerisinde, biraz yukarda bir balkon vardı; bu balkon, gerektiğinde süperego rolündeki kişilerin -örneğin yargıçların- göründükleri ya da seslerinin duyulduğu yer oluyordu. Moreno'ya göre sahne, objektif ve tedavi edici bir ortam yaratmaktadır. Sahnede birkaç ışık ve perde bulunmasında yarar vardır.

Oturumun başında sahne boş olur. İzleyiciler, sahneyi görebilecekleri şekilde salonda otururlar. Oyuna geçildiğinde bir grup üyesi ile birlikte -ki bu üye başoyuncudur- yönetici sahneye çıkar. Oyunun akışı içinde gerektiğinde oyunda rol alacak yardımcı oyuncular da sahneye çağırılırlar.

Psikodramanın, Moreno'nun tanımladığı şekilde özel sahnede gerçekleştirilmesi her halde etkileyici ve yararlıdır. Ancak günümüzde, gerek ülkemizde gerekse başka ülkelerde, özel psikodrama sahneleri yaygın olarak kullanılmıyor. Günümüzde psikodrama yöneticileri, çoğunlukla psikodrama oturumlarını yönetirken, grubun toplandığı odanın ya da salonun bir köşesini sahne kabul ederler. Oda/salonun hangi tarafının sahne kabul edileceğine başoyuncu karar vermelidir.

Psikodramanın yapılacağı odanın/salonun çok küçük ya da çok büyük olmamasında yarar vardır. Küçük mekân, hareket yeteneğini engeller; büyük mekân ise hem gruptaki bütünlük duygusunun oluşmasını engelleyebilir, hem de dikkatin dağılmasına yol açabilir. Kullanılan mekânın ışığı farklı düzeylerde ayarlanabilmek!, pencerelerde perde bulunmalıdır.

152

Sosyometri ve Psikodrama

(Çünkü, rüya ve benzeri yaşantıların dramatize edilmesi sırasında ortamın loş olması gerekecektir.) Eğer özel sahnesi olmayan bir ortamda çalışılıyorsa, zeminde halı bulunması iyi olur; bu takdirde grup üyelerinin rahat bir şekilde oturmaları, oyuncuların ise gerektiğinde yere oturmaları ve uzanmaları mümkün olur. Psikodrama oturumlarının başlangıcında ve sonunda üyeler bir daire teşkil edecek şekilde oturdukları için, salonda hareketli sandalyelerin ya da minderlerin bulunması gerekir. Grup içinden bir başoyuncu çıktıktan sonra, genellikle yöneticiler, bu oyuncuya "sahne ne taraf olsun?" diye sorarlar. Başoyuncunun odanın bir yarısını sahne olarak

seçmesi üzerine, diğer üyeler, sandalyelerini/minderlerini alarak odanın öteki yarısında toplanırlar. Başoyuncu ile yönetici sahnede dolaşarak, başoyuncunun dramiteze edeceği olayın nasıl başladığını konuşurlar. Başoyuncu, dekoru, yani canlandıracağı olayın geçtiği ortamı ayrıntılı olarak tanımlar.

Moreno'nun önerisi doğrultusunda sahneli psikodrama salonları kullanmanın bazı yönlerden önemli avantajları olabilir. Ancak bugün mecburen kullandığımız sahnesiz salonlar da, üyelerin daire şeklinde oturmalarına imkân verdiği için, bir başka yönden avantajlıdır. Çünkü, Moreno'nun sahneli salonlarında grup üyeleri, sabit sandalyelerde arka arkaya oturmak zorundadırlar. Oysa, bir psikodrama oturumunun başında ve sonunda üyelerin daire oluşturarak yüz yüze gelmeleri, grupta bütünlüğü/kohezyonu artırmak açısından yararlıdır.

Başoyuncuların sahnede dekoru tanımlamalarına özen gösterilmelidir. Şüphesiz ki, belli bir olayın geçmiş olduğu yerdeki eşyaların aynısı sahneye yerleştirilemez. Başoyuncu, canlandıracağı olayın geçtiği yerdeki nesneleri/eşyaları, sahneye sözel olarak yerleştirir. "Şurada kapı, şurada pencere var; dolap bu tarafta, sandalyeler şurada" der. Tanımladığı her şeyin yerine bir sembol konulması şart değildir; fakat mümkün olduğunca konulursa iyi olur. Söz gelişi, bir kapıyı temsil etmek üzere hiçbir sembol kullanılmayabilir; üyeler ve yönetici, kapının belli bir noktada bulunduğunu hayal ederler; ya da

Psikodrama

153

kapıyı temsil etmek üzere aralıklı iki sandalye, bir dolabı tem-silen bir çanta, sandalyeler için de gerçek sandalyeler kullanılabilir. Psikodrama sahnesinde nesneler, gerekirse insanlara da temsil edilebilir. Örneğin ormandaki ağaçları sembolize etmek için birkaç grup üyesi ayakta durabilir. Dekorun tanımlanması ve yerleştirilmesi bittiğinde, gerek baş-oyuncu için, gerekse grup üyeleri ve yönetici için, odanın o köşesi artık, "oda" değil, baş-oyuncunun dört yıl önce ziyarete gittiği bir ev, bindiği bir tren ya da rüyasında gördüğü bir ormandır.

Psikodramada dekorun tanımlanması önemlidir. Dekor, psikodramada hiçbir zaman bir ayrıntı değildir. Çünkü, başoyuncunun geçmişte belli bir ortamda yaşadığı duyguları, bugün psikodrama sahnesinde tekrar yaşayabilmesi için, dekor aracılık edecektir. (Söz konusu duyguların tekrar yaşanmasında aracılık edecek ikinci öge, yardımcı oyunculardır. Yardımcı oyuncuları aşağıda, ayrı başlık altında ele alacağız.) Baş-oyun-cu, o geçmiş günde, o dekor içinde, o duygulara sahip olarak o davranışları sergilemiştir. Bugün sahnede baş-oyuncunun, psikodramaya temel oluşturacak o günkü duyguları yeniden yaşayabilmesi için, öncelikle o dekoru, o geçmiş gündekine benzer şekilde hissedebilmesi gereklidir (Dökmen, 1988-a).

Psikodramadaki dekor canlandırma ile insan belleğinin işleyişi arasında, önemli bir ilişki bulunduğu kanısındayım. Bu görüşten hareketle, bellek ile ilgili bir bilgiyi hatırlatarak, psi-kodramada dekoru canlandırmanın işlevini tartışacağım.

Bilindiği üzere, belleğimiz, kodlama, depolama ve ara-bul-geriye getir mekanizmalarına dayanır. Bu kapsam içinde, geçmişteki olayları hatırlamamızda iki önemli faktör vardır. Bunlar, iç ortam ve dış ortamdır. Dış ortam, belli bir öğrenmenin gerçekleştiği çevre şartları anlamına gelir. Hatırlamaya çalıştığımız ortam, öğrenmenin gerçekleştiği ortama ne kadar benzerse, hatırlama da o kadar kolay olur. (Eğitim psikolojisinin- ' de bu ilkedan yola çıkılarak, sınav ortamına benzeyen bir ortamda ders çalışılması durumunda, hatırlamanın daha kolay olacağı ifade edilir.) Bence, psikodramada geçmiş olaylarla

154

Sosyometri ve Psikodrama

ilgili dekorların ayrıntılı olarak tanımlanması, geçmişteki bir dış ortamın günümüze taşınması demektir. Söz konusu ortamı günümüze ne kadar iyi taşırsak, bir zamanlar o ortamla birlikte bulunmuş olan duygu ve düşüncelerimiz de o kadar kolay bugüne taşınmış olur.

Psikodrama sahnesi ile ilgili son olarak şunu söylemek isterim. Eski Yunan Tiyatrosu'nda üç birlik kuralı vardı. (Zamanda, olayda ve mekânda birlik.) Çağdaş tiyatrodan bu kural geçerli değildir. Psikodrama sahnesinde de üç birlik kuralı yoktur. Bu sahne, ne dört duvarla sınırlıdır, ne de zamanın belli bir anını yansıtmak zorundadır.

Psikodrama sahnesi, hem surplus reality'yi, hem de mevcut fiziksel gerçeği birlikte kucaklar. Bu sahnedeki dekorlar, fiziksel gerçeğin bir parçası olmanın yanı sıra, surplus reality'nin öngöreceği şekilde herhangi bir anlam da taşıyabilir. Örneğin bir sandalye, yerine göre herhangi bir nesneyi, bir canlıyı ya da soyut bir kavramı temsil edebilir. Sonuç olarak psikodramada, sahne ve dekor surplus reality'nin hizmetindedir. Surplus reality ise insanın hizmetindedir.

Yönetici / Terapist

Psikodrama oturumlarını yöneten profesyonel kişilere çeşitli adlar verilmektedir. Direktör, psikodramatist, psikodra-maturg, psikodrama terapötü gibi... Bunlar arasından "direktör" sıklıkla kullanılmaktadır (Goldman ve Morrison, 1984; Corey, 1985). Moreno (1977) bazı yazılarında "director (direktör)", bazılarında ise "facilitator (kolaylaştırıcı)" demeyi tercih etmektedirler. Ben ise bu kitap kapsamında, "terapist" veya "yönetici" demeyi tercih edeceğim. Hasta gruplarıyla psi-kodrama yapıldığında "terapist", psikolojik danışma kapsamında psikodrama yapıldığında ise "yönetici" denmesinden yanayım. Adlandırmadaki bu ayırımın yanı sıra, grubun niteliğine bakılmaksızın bir ad vermek istendiğinde, "yönetici" denmesinin daha uygun olacağını sanıyorum. Çünkü psiko-dramada yönetme, tedavi etmeye oranla daha kapsayıcı bir

anlama ve işleve sahiptir. Psikodrama konusunda uzmanlaşmış bir yöneticinin yönettiği psikodrama oturumlarına katılanlar, hem ruhsal yönden gelişme hem tedavi olma şansına sahip olurlar.

Psikodramada Yöneticinin Fonksiyonu: Yönetici, psiko-drama oturumunda, grup üyelerinin tümüyle, özellikle de başoyuncuyla ve sahnedeki oyunun akışıyla ilgilenir. İlerde daha ayrıntılı ele alacağımız üzere bir psikodrama oturumu, ısınma, oyun ve görüşme adlı üç ana bölümden oluşur. Bu basamakların her birisinde yöneticinin belirli rolleri vardır. Isınma bölümünde yönetici, üyelerin spontanlıklarını artırıcı çeşitli ısınma teknikleri uygulayarak, ortaya bir başoyuncunun çıkmasını sağlamaya çalışır. Isınma sonucunda bazen bir üye baş-oyuncu olmaya kendiliğinden talip olur. Bazen de kısmen ısınmış bir üyenin sahneye çıkıp çıkmamak konusunda kararsızlık yaşadığı gözlenir. Yönetici, sahneye çıkıp çıkmama konusunda kararsız gözüken bir üyeyi, baş-oyuncu olması için yüreklendirebilir. Hatta, dozunu iyi ayarlamak kaydıyla biraz ısrarcı bile davranabilir. Oyun aşamasına geçildiğinde yönetici, baş-oyuncunun sahnede belirli bir olayı/fantaziyi canlandırması sırasında, gerekli gördüğü psikodrama tekniklerini yeri geldikçe uygular.

Oyun aşamasıyla ilgili olarak belirtilmesi gereken önemli bir noktaya değinmek istiyorum. Oyun sırasında kimin oyunu yöneteceği konusunda, yönetici ile baş-oyuncu arasında hassas bir denge kurulması gereklidir. Bu dengeyi kollayacak kişi yönetici olmalıdır. Yönetici, baş-oyuncu tarafından sürdürülen oyunun akışını gereksiz yere kesmemeli, ancak yeri geldikçe, tedavide fonksiyonel olabilecek belirli bir tekniği uygulamaya koymalıdır. Psikodrama yöneticisi, asla bir sinema rejisörü ya da bir tiyatro yönetmeni gibi davranmamalı, yani başoyuncuya ne yapacağını ya da bir rolü nasıl oynayacağını öğ-retmemelidir. Yönetici, baş-oyuncunun ve diğer oyuncuların katarsis olmalarını, içgörü kazanmalarını, gerçeği test etmelerini, kısacası ruhsal yönden gelişmelerini sağlamak amacıyla,

Sosyometri ve Psikodrama

psikodramanın kendine özgü koşulları içinde bir terapist olarak görev yapmalıdır. Bir tiyatro yönetmeni, sanatçıların rollerini nasıl oynamaları gerektiğini gösterebilir; fakat bir psiko-drama yöneticisi, oyuncuların spontanlıklarını bozabilecek bu tür davranışlardan kaçınır. (Ancak yönetici, bu konuda gerektiğinde inisiyatifini kullanarak duruma uygun çözümler üretebilir. Örneğin başoyuncunun ketlendiği bazı durumlarda, baş oyuncuya ne yapacağı konusunda önerilerde bulunabilir ya da diğer üyelerin ona model oluşturacak davranışlar sergilemelerini isteyebilir.)

Baş-oyuncu, hem kendi rolünü nasıl oynayacağına karar verir, hem de oyunda rol verdiği diğer üyelerin rollerini nasıl oynayacaklarını onlara gösterir. Çünkü sahnede canlandırılmakta olan olayı yaşamış olan ya da rüyayı görmüş olan kişi sadece başoyuncudur. Yöneticinin rollerinden birisi katalizör-lük'tür. Yönetici, oyunun yavaşlaması, başoyuncunun duygularını yeterince spontan olarak ortaya koyamaması halinde, müdahale edip oyunu hızlandırabilir. Yöneticinin bu fonksiyonu, yani katalizör rolü oynaması, çeşitli kaynaklarda vurgulanmaktadır (Moreno ve Elefthery, 1982; Corey, 1985). Fakat özellikle belirtmek gerekir ki, psikodramada yöneticinin "katalizör rolü oynadığını" söylerken "pasif bir rol oynar" demek istemiyorum. Sadece güdümlü olmayan çeşitli psikoterapi/ psikolojik danışma yaklaşımlarında, terapist/danışmana atfedilen katalizörlük rolünün, psikodrama yöneticileri için de geçerli olduğunu belirtmek istiyorum. Şüphesiz ki psikodrama yöneticisinin rolü yalnızca katalizörlükle sınırlı değildir; yönetici, söz konusu katalizörlük rolü ile tedaviye/psikolojik danışmaya yönelik birtakım meslekî bilgilerini bağdaştırmak zorundadır.

Psikodramada yöneticinin oyuna karışma-karışmama boyutundaki davranışları üç grupta toplanabilir. Şöyle ki:

(a) Yönetici bazen oyuna doğrudan müdahale ederek belirli psikodrama tekniklerini uygular, başoyuncuya yönlendirir, oyunu yönetir;

Psikodrama

(b) Bezen yönetici, yalnızca oyunu hızlandırmakla yani katalizör rolü oynamakla yetinir;

(c) Başoyuncunun oyunu sürükleyip götürdüğü, yeterince spontan davrandığı bazı sahnelerde ise yönetici, bir kenara çekilip, diğer üyelerle birlikte oyunu izlemekle yerinebilir. Yönetici oyunu kenardan izlerken, gerekli gördüğü anda oyuna katılıp yönlendirmede bulunabilir.

Yöneticiler, yukarıda belirtilen üç tür davranış, yerine ve zamanına göre kullanma becerisini, zaman içinde kullanmış olmalıdırlar.

Moreno'ya göre psikodrama yöneticisinin üç temel fonksiyonu vardır (Moreno, 1963 ve 1977; Moreno ve Elefthery, 1982). Bunları şöyle sıralayabiliriz:

(a) Oyunun prodüktörüdür (producer);

(b) Terapisttir (catalyst/faciliator);

(c) Analisttir (analyzer/observer).

Bu noktaya kadar yöneticilerin yukarıda ana hatlarıyla ifade ettiğimiz fonksiyonlarını/görevlerini, maddeler halinde şöyle belirtebiliriz:

- (1) Psikodramanın ilk aşamasında, çeşitli ısınma teknikleri uygulayıp üyelerin spontanlıklarını artırarak, ortaya bir ya da birkaç baş-oyuncu çıkmasını sağlamaya çalışır. Baş-oyuncu olmak konusunda kararsız olan üyeleri, teşvik eder; ancak bunu yaparken, emredici değil, yüreklendirici olmalıdır.
- (2) Yönetici, bir başoyuncunun oyununu sahnede canlandırmadan önce, grubun böyle bir oyunu izlemeye istekli olup olmadığını dikkate almalıdır. Bu yüzden ortada birden fazla baş-oyuncu adayının bulunması halinde, seçimi grubun yapması genellikle tercih edilen bir yoldur. Grubun böyle bir seçim yapması söz konusu olduğunda yönetici grup üyelerini, spontan seçimler yapmaya yönlendirmelidir.
- (3) Başoyuncunun belirlenmesinden sonra, yönetici bu işiyle sahnede dolaşarak, onun o andaki ihtiyacının ne olduğunu-

Sosyometri ve Psikodrama

ğunu anlamaya çalışır. Söz konusu ihtiyaç doğrultusunda başoyuncunun oyuna daha fazla ısınabilmesi, diğer bir söyleyişle oyunun havasına girebilmesi için çaba gösterir.

- (4) Yönetici, oyunun duygusal yükünün ağır olacağını tahmin ettiği durumlarda, oyuna başlamadan önce, baş-oyuncunun grup içinden eş-ego seçmesini ister. Eş-ego olarak seçilen üye, baş-oyuncunun kendisine özdeş kabul ettiği bir kişidir; oyun sırasında baş-oyuncunun arkasında durur, onunla birlikte hareket eder; görevi baş-oyuncuya destek olmaktır.
- (5) Yönetici oyun sırasında, mesleki bilgisini ve sezgisini kullanarak, yerine göre değişik psikodrama teknikleri uygular; rol değiştirir, eşleme, ayna gibi teknikleri uygular.
- (6) Yönetici, gerek oyun sırasında, gerek oyun sonrasında görüşme sırasında başoyuncuyu her türlü zedeleyici eleştiriden korumalıdır. Bunu yaparken de zedeleyici eleştiriyi yönelten üyelere karşı kırıncı olmamalıdır.
- (7) Yönetici, başoyuncunun duygusal durumuyla sürekli ve titiz bir şekilde ilgilenmelidir; başoyuncunun regresyona girmesi halinde ya da bir kriz durumunda, anında müdahale edebilmelidir. Şüphesiz ki yönetici, böyle bir müdahalede bulunabilmek için gerekli bilgi ve beceriye sahip olmalıdır. Yönetici, meslekî beceriyle ilgili kişisel sınırları hakkında gerçekçi bilgiye sahip olmalı, sahnede, üstesinden gelemeyeceği durumlar yaratmamalıdır. Psikodramada başoyuncuların regresyona girmeleri ve daha sonra bu regresyondan adım adım çıkartılarak ruhsal yönden gelişim kaydetmeleri istenen bir durumdur. Ancak yönetici, böylesine bir süreçte hâkim olabilecek ve özellikle başoyuncuyu regresyondan çıkarabilecek düzeyde meslekî bilgi ve beceriye sahip değilse, başoyuncuyu fazlaca regresyona sokmamaya özen göstermelidir.
- (8) Yönetici, sahnedeki oyunu yönetirken, oyunu izlemekte olan diğer üyelerin duygusal durumlarına da sürekli dikkat etmelidir. Oyun sırasında ya da oyun sonrasındaki görüşme sırasında izleyicilerde ortaya çıkabilecek yoğun regres-yona ya da krize müdahaleye hazır olmalıdır.

psikodrama

159

Aynı anda birkaç üyenin yöneticinin ilgisine ihtiyacı olması halinde, yöneticinin bunların hepsine birden yetişemeyeceği açıktır. Bu yüzden gruplarda yöneticiye yardımcı olabilecek bir kişinin bulunmasında yarar vardır. Bu kişiye "yardımcı terapist (co-terapist)" adı verilir. Özellikle psikiyatrik tanı almış kişilerden oluşan gruplarda -yani hasta gruplarında- yardımcı terapist bulunmasında yarar vardır.

- (9) Yönetici, gruptaki gerginlikleri azaltmalı ya da yerine göre bu gerginlikleri bir oyun konusu yaparak gruba yeni bir içgörü kazanma ve gelişme fırsatı sağlamalıdır. Gerek üyeler arasındaki çatışmalar, gerekse bir üyenin yöneticiye yönelik öfkesi, psikodrama sahnelerinde rahatlıkla ele alınabilir. Yönetici hem gruptaki sorunlara karşı duyarlı ve saygılı olmalı, hem de gerektiğinde gerginlikleri azaltacak yönde espri yapabilmelidir.
- (10) Oyun sırasında yönetici, gruptan gelen geribildirimlere (feedback'lere) açık olmalıdır. Söz konusu geribildirimler, genellikle sözsüz mesajlar şeklindedir. Üyelerden gelen sözsüz mesajlar, onların sıkıldıkları yolundaysa, oyunun sürmesi halinde başoyuncu da fazlaca yararlanacak gibi gözüküyorsa, yönetici oyunu durdurabilir. Üyeler fazlaca sıkılıyorlarsa, bir şeyler yolunda gitmiyor demektir; en azından başoyuncu yeterince spontan değil demektir. Bu durumda yönetici inisiyatifini kullanarak oyunu kesmelidir. Ancak oyun bir anda bitirilmemelidir. Yönetici, başoyuncunun kendisini engellenmiş hissetmemesi için, uygun bir mizansenle, uygun bir kompozisyon yaratarak oyunu bitirmelidir.

Yöneticinin Özellikleri: Psikodrama yöneticiliği, bir teknisyenlik işi değil, uzmanlık gerektiren bir etkinliktir. Yani herhangi bir mesleğin mensuplarına, yalnızca psikodramayı öğrettikten sonra, onları psikodrama yöneticisi kabul etmek, kanımca doğru değildir. Ancak belli mesleklere mensup kişilere psikodrama alanında özel bir eğitim verdikten sonra onları psikodrama yöneticisi/psikodrama terapötü kabul etmek gerekir. Söz konusu psikodrama eğitimi, psikiyatriklere, psi-

160

Sosyometri ve Psikodrama

kiyatrik hemşirelere, klinik psikologlar öncelikle düşünölmek üzere psikologlara ve onlara yakın eğitim görmüş psikolojik danışmanlara verilmelidir. Bu alanlar dışında lisans eğitimi almış kişilere de psikodrama eğitimi verilebilir; ancak bu kişiler temel psikoloji bilgisine sahip olmadıkları takdirde, uygulamada güçlüklerle

karşılaşacaklardır. Bir psikodrama yöneticisinin, psikodramayı öğrenmeden önce, genel psikoloji, gelişim psikolojisi, sosyal psikoloji, patoloji" j->*;'oloji ve benzeri alanlarda bilgi edinmiş olmasında yarar vardır. Temel psikoloji ve psikiyatri bilgisine ve klinik/danışma tecrübesine sahip olmayan bir yönetici, bir psikodrama oturumunu, grupta işler yolunda gittiği takdirde yönetebilir. Ancak gruplarda her z a -man işler yolunda gitmeyebilir; regresyonlar, krizler ortaya çıkabilir. Yönetici, ortaya çıkabilecek, yoğun bir regresyona / bir krize anında müdahale edebilecek meslekî beceriye sahip olmalı ya da en iyisi bir krizin ortaya çıkmaması için gerekli ortamı sağlayabilmelidir.

Bir psikodrama yöneticisi, meslekî bilginin ve tecrübenin yanı sıra, bazı kişilik özelliklerine de sahip olmalıdır. Corsini (1966) bu özelliklerin, yaratıcılık, cesaret ve karizma olduğunu belirtmektedir. Corsini'ye göre, psikodrama yöneticisi, oyunu yönetirken çeşitli tekniklerden hangisini ne şekilde uygulayacağına karar verirken, yaratıcı; bu kararı uygulamaya koyarken cesur olmalıdır. Yine Corsini'ye göre yönetici, oyuncuların spontanlıklarını artırmak ve başoyuncu olarak ortaya çıkmaları konusunda onları yüreklendirmek için de belli bir karizmaya sahip olmalıdır. Grup üyeleri kadar yöneticinin de spontan olmaya ihtiyacı vardır. Yönetici spontanlığı ile hem üyeleri cesaretlendirmeli, hem de onlara örnek olmalıdır. Yöneticinin spontan olmadığı bir grubun üyelerinin spontan olması güçleşir.

Psikodrama yöneticisinin, spontan olmanın yanı sıra yaratıcı olması da beklenir. Yukarda da belirttiğimiz gibi, psiko-drama yönetmek, teknisyenliğin çok ötesinde bir etkinliktir. Oyunun belli bir anında, mevcut çok sayıdaki teknikten en

Psikodrama

161

uygununu seçerek, bu tekniği oyunun genel kompozisyonu ile bağdaştırmak ve o adaki olaya uyarlamak yaratıcılık ister. Üstelik bazı durumlarda yöneticiler, mevcut tekniklerin yetersiz kalması durumunda, yepyeni bir tekniği ayak üstü düşünüp uygulamak zorunda da kalabilirler. Şüphesiz bu da yaratıcılık gerektiren bir olaydır.

Baş - Oyuncu (Protagonist)

Psikodramada, kişisel bir konuyu/sorunu gruba getirerek sahnede canlandıran kişiye "başoyuncu (protagonist)" adı verilir. Moreno bu adlandırmayı, Klâsik Yunan tiyatrosunda "baş oyuncu" anlamına gelen "protagonist" kelimesinden yola çıkarak yapmıştır.

Psikodramayı eğer tiyatroya benzetecek olursak, başoyuncunun hem yazar, hem rejisör, hem de aktör/aktrist olduğunu düşünebiliriz. Yönetici de, bazen doğrudan müdahale eden, bazen de kenarda kalmayı tercih eden bir rejisördür; bir anlamda yönetici, rejisörlüğü başoyuncu ile paylaşır; bu paylaşmanın ne şekilde olacağını belirlemede inisiyatif yöneticiye aittir. Adeta, yöneticinin baş rejisör olduğunu, başoyuncunun ise, yöneticinin bu rolünü zaman zaman paylaşan bir tür reji asistanı olduğunu düşünebiliriz. Başoyuncu, bu işlevinin yanı sıra, özellikle oyunun yazarı ve baş oyuncusudur.

Psikodramada başoyuncu, grubun ve yöneticinin ilgisinin üzerinde yoğunlaştığı, oyunun eksen kişisidir. Oyun sırasında bütün üyeler, başoyuncuya yardıma hazır beklerler. Oyunun niteliğine göre başoyuncu, grup üyelerinden istediklerine oyunda rol verir. (Kendisine rol verilen üyeye "yardımcı oyuncu" denilir.) Söz gelişi, babası ile ilgili bir olayı canlandırmakta olan bir başoyuncu, üyelerden birisini babasının rolünü oynamak üzere sahneye çağırır. Başoyuncunun bu tür bir rol vermeyi unutmaması halinde, yönetici kendisine hatırlatmada bulunur. Yardımcı oyuncuyu, yani baba rolünü oynayacak oyuncuyu rolüne hazırlamak ve gerektiğinde ona rolünü öğretmek, yani nasıl davranacağını göstermek, başoyuncunun

162

Sosyometri ve Psikodrama

görevidir. Oyun sırasında yardımcı oyuncu, başoyuncunun istediği şekilde rolünü oynuyorsa, oyun sürdürülür; eğer yardımcı oyuncunun oyunu, baş-oyuncunun kafasındaki gerçeğe aykırıysa, başoyuncu yardımcı oyuncunun yerine geçerek, ne yapması gerektiğini ona gösterir.

Baş - Oyuncunun Seçilmesi: Başoyuncuların ortaya çıkması çeşitli yollarla olur. Bunlardan sıklıkla raslanan birkaç tanesini şöyle sıralayabiliriz:

(a) Gönüllü Olarak: Bazı psikodrama oturumlarında, oturumun başında yönetici "bir sorun getirmek isteyen var mı?" diye sorar. Bu soru üzerine eğer bir üye ortaya çıkarsa, başoyuncu bulunmuş olur. Eğer birden fazla kişi gönüllü ise, yönetici gruba seçim yaptırır. Bu durumda izlenen yol şudur: Gönüllüler ortaya çıkıp getirmek istedikleri olaydan kısaca söz ederler; her birisi başoyuncu olmanın kendisi için niçin önemli olduğunu belirtir. Adaylar, aralarında uzlaşamazlarsa yönetici grubun fikrini sorar. Üyeler genellikle ortaya çıkıp konusunu kendilerine yakın buldukları adayın arkasında dururlar. Böylece, gerçekleştirilen bir tür sosyometrik ölçüm sonucunda (burada aksiyon seçim söz konusudur) başoyuncu belirlenmiş olur.

Bir taneden fazla başoyuncu adayı bulunduğu durumda seçimin gruba yaptırılmasında yarar vardır. Yöneticinin belli bir konuyu yönetme konusunda özel bir engeli varsa, örneğin o konuyu yönetmede kendisini yeterli hissetmiyorsa, ancak bu durumda yönetici, gerekli açıklamada bulunarak adaylar arasında seçim yapabilir. Özel engeller dışında yöneticinin adaylar arasında seçim yapmayı alışkanlık haline getirmesi iki yönden sakıncalıdır; hem adaylar arasında kıskançlık ve rekabet ortaya çıkabilir, hem de yöneticinin seçtiği bir başoyuncunun, grubun çoğunluğu

tarafından desteklenmemesi tehlikesi vardır. Bu sakıncalardan birincisi gruptaki kohezyonu olumsuz yönde etkiler, ikincisi ise psikodramanın kalitesini düşürür. Sahnedeki başoyuncu grubun duygusal desteğinden yoksun kaldığında, gerek başoyuncu, gerekse grup, sergilenen oyundan yeterince yararlanamazlar.

Psikodrama

163

Baş-oyuncu adaylarından birisinin grubun sosyometrik tercihi ile seçilmesi, çoğunlukla başvuru uygun bir yoldur. Ancak bunda da dikkatli olunması gerekir. Sosyometrik seçimi kaybeden adayların egoları, bu durumu tolere edebilecek düzeyde güçlü olmalıdır. Nevrotiklerden ya da psikotiklerden oluşan gruplarda bu tür seçimler, adaylarda reddedilmişlik duygusu uyandırabilir; bu da zedeleyici olur. Bu yüzden başoyuncu adayları arasında seçim yaptıracak yöneticilerin grubu yakından tanımlarında yarar vardır.

Belli bir psikiyatrik tanı almamış kişilerden oluşan gruplarda da bazen, başoyunculuk seçimini kaybeden adaylar üzüntü duyabilirler. Psikodramada, her şey gibi böyle bir durumdan da yararlanılabilir; yönetici, seçimi kaybettiği için üzülen adaya, bu duygusunu oyunlaştırmasını önerebilir.

Yöneticiler her zaman baş-oyuncuyu seçmek için gönüllü aramazlar. Başoyuncunun gönüllüler arasından seçilmesi, Kumar ve Treadwell'e göre (1986) üç durumda işlevseldir. Bu durumlar şöyle sıralanabilir: (1) Grup kalabalıksa, (2) Grup üyeleri psikodrama konusunda tecrübeliyse, (3) Psikodrama oturumu için ayrılan süre kısıtlı ise.

(b) Isınma alıştırmaları sırasında: Psikodrama oturumlarının ilk aşaması ısınma aşamasıdır. Bu aşama sırasında yönetici çeşitli ısınma alıştırmaları yaptırır. (Örneğin üyeler bir anılarını anlatırlar, sözsüz iletişimde bulunurlar, bir masalı canlandırırlar ya da grupta dinledikleri bir müzikle ilgili duygularını dile getirirler.) Bu alıştırmalar sırasında üyelerden birisinin fazlaca duygu yüklü olduğunu gören yönetici, bu üyeyi baş-oyuncu olmak üzere sahneye davet edebilir. Üyelerin ne ölçüde duygu yüklü olduklarını belirlemek için yöneticiler, daha çok duygusal yüz ifadelerini ipucu olarak kullanırlar.

Isınma alıştırmaları sırasında yönetici, bir üyenin duygu yüklü olduğunu görürse, yani onun yeterince ısındığına kanaat getirirse, alıştırmayı keserek bu üyeyi sahneye davet edebilir. Fakat bazen de ısınma alıştırmaları bittikten sonra grupta toplanılıp kısa bir ara görüşmesi yapılırken, bir üyenin yeterince

164

Sosyometri ve Psikodrama

ısındığı görülür. Baş oyuncu olabilmek için gerekli spontanlığa ulaştığı düşünülen bu üye de yine yönetici tarafından sahneye davet edilebilir.

(c) Sosyometrik ölçümler sonucunda: Isınma aşamasında başvuru etkinliklerden birisi de sosyometrik ölçümlerdir. Sosyometrik ölçümlerin, ısınma alıştırmaları arasında özel bir yeri bulunduğu düşünülebilir.

Daha önceki bölümlerden hatırlanacağı gibi üç tür sosyo-metri testi vardı. Bunlar, sözlü olarak, aksiyonla ve yazılı olarak gerçekleştirilen sosyometrik seçimlere dayanıyordu. Bu seçimlerden hangisi kullanılmış olursa olsun, yöneticiler, psiko-drama gruplarına ait sosyometrik örüntülere bakarak başoyuncuyu belirleyebilirler. Özellikle sosyometrik örüntülerde yalnız kalmış ya da itilmiş üyeler baş-oyuncu oldukları takdirde, ruhsal yönden gelişme fırsatı bulurlar. Yalnız kalan ya da itilen üyeler, psikodrama sahnesinde, bu durumlarına yol açan davranışlarının neler olduğu konusunda içgörü kazanabilirler.

Sosyometri testi sonuçlarının grup üyelerine açıklanması genelde uygun görülmez. Özellikle okullarda, bu tür açıklamalar zedeleyici olabilir. Ancak bazı araştırmacılar, eğitim ya da tedavi amaçlı bazı gruplarda uygulanan sosyometri testi sonuçlarının üyelere açıklanabileceğini, bu sonuçlar üzerinde üyelerin tartışabileceklerini ve bunun sonucunda da ortaya bir baş-oyuncu çıkabileceğini belirtmektedirler (Kumar ve Treadwell, 1986). Kanımca bu tür yaklaşıma başvurabilmek için, hem yöneticinin grup üyelerini yeterince tanıyıp tanımadığına, hem de üyelerin egolarının yeterince güçlü olması gereklidir.

(d) Yöneticinin paylaşma sırasındaki gözlemleri yoluyla:

Bir psikodrama oturumundaki son aşama görüşme aşamasıdır. Bu aşamada yapılanlardan birisi de paylaşmadır; üyeler, izledikleri oyuna ilişkin duygularını birbirleriyle paylaşırlar. Bu sırada yönetici, üyelerden birisinin fazlaca duygu yüklü olduğunu, yani yeterince ısındığını gözlerse, bu üyeyi baş-oyuncu olmak için sahneye davet edebilir.

Eğer grup uzunca sürmüş

Psikodrama

165

bir oyunun sonunda yorgun düşmüş ise, kısa bir aradan sonra yeni baş-oyuncu sahneye çıkarılır.

Kumar ve Treadwell (1986), baş-oyuncunun seçiminde, yukarıda belirtilen yaklaşımlardan hangisinin tercih edileceği konusunda yöneticilerin yararlanabilecekleri altı ölçüt ileri sürmüşlerdir. Bu ölçütler şunlardır:

- a) Grubun tipi: Grup üyeleri arasında ne ölçüde tanışıklık bulunduğu; grubun psikodrama konusunda ne ölçüde bilgi sahibi olduğu; üyelerin psikiyatrik tanı alıp almadıkları;
- b) Grubun kaç kişiden oluştuğu;
- c) Bir oturum için ayrılan sürenin ne kadar olduğu;
- d) Baş-oyuncu adaylarına ait sorunların/çatışmaların niteliği;
- e) Baş-oyuncu adaylarının kişilik özellikleri;

f) Yöneticinin meslekî tecrübesi ve kişisel tercihi,

Kumar ve Treadwell'e (1986) göre yöneticiler, yukarıdaki altı ölçütü dikkate alarak, hangi yaklaşımla, kimi baş-oyuncu seçeceklerine karar verirler. Örneğin, eğer grup kalabalık, süre kısıtlıysa ve üyeler daha önceden psikodrama yaşantısı geçirmişlerse, yönetici öncelikle baş-oyuncu olmak isteyen bir gönüllünün bulunup bulunmadığını sormalıdır.

Başoyuncuların seçiminde, adayların kişilikleri de önemlidir. Söz gelişi bir yönetici obsesif kişilik özelliklerine sahip olan, duygularını fazlaca denetim altında tutan bir aday yerine, spontan davranışlı bir adayı tercih edebilir. Adayların ortaya koydukları sorunların niteliği de yerine göre önemli bir etken olur. Yöneticiler genelde, grubun çoğunluğunu ilgilendiren bir soruna sahip üyeyi baş-oyuncu olarak tercih ederler; çünkü bu durumda izleyicilerin oyuna duygusal olarak katılmaları ve katarsis olmaları ihtimali artar.

Baş-oyuncu seçiminde bir başka ölçüt ise yöneticinin meslekî becerisi ve o andaki ruhsal durumudur. Yönetici, eğer bir konunun kendisi için fazlaca karmaşık olduğunu sezinlerse,

166

Sosyometri ve Psikodrama

bu konuyu getiren üyeyi başoyuncu olarak seçmeyebilir. Ya da yönetici, başoyuncu olmak isteyen bir üyenin yoğun reg-resyona girebileceği yolunda bir sezgi edinirse ve bu tür vakalarla çalışma konusunda kendisini yeterli bulmuyorsa, yine bu üyenin başoyuncu olmasını kabul etmeyebilir. Bazen de yöneticiler, o andaki ruhsal durumlarından ötürü, getirilen bazı konuları rahatlıkla ele alamayacaklarını hissederler. Bu ve benzeri nedenlerden ötürü getirilen konuyu yönetmek istemeyen bir yönetici, bu durumun nedenini gruba uygun bir dille açıklamalıdır. 1989 yılında babamı kaybetmiştik. Bu olaydan yaklaşık üç ay sonra yönettiğim bir oturumda üyelerden birisi, kaybetmiş olduğu bir yakını ile ilgili bir olaydan söz etti; başoyuncu olabilirdi. Ancak ben o sıralarda o tür bir konuyu yönetemeyeceğimi hissettim. Dikkatimi toparlamakta güçlük çekecektim, objektif olamayacaktım, dahası ağlayabilirdim. Grup üyesi olsam, mesele yoktu; ben de herkesle birlikte ağlayabilirdim. Ancak yöneticinin, oyunu aksatacak şekilde kendisine dönmesi, duygularını yaşaması uygun değildir. Üstelik bana yardımcı olacak bir yardımcı-terapist de yoktu. Durumu gruba açıklayarak, şimdilik böyle bir oyunu yönetmeye hazır olmadığımı belirttim.

Yardımcı Oyuncular (Auxiliary Ego)

Bir başoyuncu, belli bir konuyu dramatize etmek üzere sahneye geldikten sonra, genellikle kendisine yardımcı olacak kişilere ihtiyaç duyar. Bu ihtiyacı karşılamak üzere sahneye gelen grup üyelerine "yardımcı oyuncu" adı verilir. Yardımcı oyuncular, başoyuncunun katarsis sağlayabilmesi için gereken her türlü rolü alırlar, bazen kendi inisiyatiflerini kullanarak, bazen de yöneticinin direktifleriyle, başoyuncunun katar-sis sağlamasına ve içgörü kazanmasına katkıda bulunacak şekilde sahnede görev yaparlar, empati kurarlar. Örneğin başoyuncunun sahnede annesiyle diyalog kurması gerekiyordur, grup üyelerinden birisi yardımcı oyuncu olup, söz konusu anne rolünü üstlenir; ya da başoyuncunun kettlendiği, söyleyecek söz bulamadığı bir anda, grup üyelerinden birisi yine Psikodrama

167

yardımcı oyuncu işlevini üstlenerek başoyuncuyla empati kurar. Bu empatik anlayış, baş-oyuncunun daha spontan bir şekilde oyuna devam etmesine yol açabilir.

Psikodramada yardımcı oyuncuların, bir tür katalizör rolü oynadıkları ve bir anlamda da yardımcı-terapist (co-terapist) rolü sergiledikleri görüşündeyim. Baş-oyuncunun sahnedeki oyunu sürerken, gerek yönetici, gerekse yardımcı oyuncular, başoyuncuya yardımcı olabilmek, onun işini kolaylaştı-rabilmek için tetikte beklerler, ellerinden geleni yaparlar.

Yardımcı Oyuncuların İşlevleri: Yardımcı oyuncuların işlevlerini -diğer bir ifadeyle görevlerini- üç ana grupta toplayabiliriz:

(A) Empati kurma: Gerekli olduğunda bazen yöneticiler, bazen yardımcı oyuncular, başoyuncu ile empati kurarlar. Psikodramada eşleme tekniği adı verilen bir teknik vardır; bu teknikte yönetici ya da bir grup üyesi baş-oyuncunun arkasına geçerek onunla empati kurar. Örneğin başoyuncunun heyecanlı olduğu fakat duygularını sözelleştiremediği bir anda grup üyelerinden birisi, baş-oyuncunun arkasına geçerek "şu an kendimi gergin hissediyorum" ya da "kendimi yalnız hissediyorum" der. Eğer bu empatik tepki baş-oyuncunun iç gerçeğine uyarsa, baş-oyuncunun katarsis/duygusal boşalım sağladığını gözleyebiliriz. Böylelikle bir tıkanıklık giderilmiş olur ve oyunun akışı hızlanır.

(B) Eş-ego olma: Bazen bir oyunun başlangıcında yönetici, oyunun duygusal açıdan yüklü geçeceğini, baş-oyuncu-nun duygusal desteğe ihtiyacı olacağını sezinler ve grup üyelerinden birisinin eş-ego rolünü üstlenmesini ister. Eş-ego, oyun sürecince baş-oyuncunun biraz yan ve arkasında duracak, gerektiğinde onunla birlikte dolaşacak ve yine duygusal boşalma anlarında gerekirse ona dokunacak ya da sarılacaktır. Eş-ego rolünü üstlenen yardımcı oyuncu, başoyuncunun egosunu desteklemektedir. Oyunda bir eş-ego'nun bulunması durumunda başoyuncuların kendilerini yalnız ve güçsüz hissetme ihtimalleri azalır.

168

Sosyometri ve Psikodrama

Eş-egoların, başoyunculara ego desteği sağlamak dışında da işlevleri vardır. Bazı sahnelerde, başoyuncunun kendisine dışardan bakabilmesi için eş-ego'dan yararlanır. Örneğin belli bir sahneyi, başoyuncunun yerine eş-ego geçerek canlandırır; başoyuncu ise yönetici ile birlikte kenara çekilerek olayı izler. Bu mizansen, âdetâ başoyuncunun aynaya bakması demektir; kendi yaptıklarını dışardan izleyen başoyuncu, bir anlamda kendi kendine geribildirim almış olur. Başoyuncuların içgörü kazanmalarında bu tür mizansenler etkili olmaktadır. Bir oyunda bir başoyuncu, babasını kışkırtacak şekilde davranıyordu; ancak bunun farkında değildi, yalnızca babasının kendisini kışkırttığını düşünüyordu. Başoyuncunun babasını kışkırttığı, yönetici olarak benim kişisel kanımdı. Hem bu kanının doğruluk derecesini test etmek, hem de eğer ya-nılmamışsam bu gerçeği başoyuncuya göstermek için ayna tekniğini uygulamaya karar verdim. Bu teknik uyarınca başoyuncuyu o sahnenin dışına çıkarıp, onun rolünü eş-egosu-nun oynamasını istedim. Eş-ego, başoyuncunun yerine geçip, onun babasıyla gerçekleştirdiği diyalogu tekrarlamaya çalıştı. Bu durum dışardan gözleyen başoyuncu ise "ben galiba babamın damarına basıyorum" dedi. Yönetici oyunun başlangıcında, başoyuncunun bir eş-egoya ihtiyacı olabileceğini düşünürse, seçimi başoyuncuya yaptırmalıdır. Başlangıçta eş-egoya gerek görülmemişse fakat oyun içinde yönetici başoyuncunun eş-egoya ihtiyacı olduğunu düşünürse, baş oyuncunun konsantrasyonunu bozmamak için yönetici, eş-ego seçimini kendisi yapabilir.

(C) Başoyuncunun ilişkide bulunduğu şey'lerin rolünü almak: Psikodrama rol oynamaya, rol değiştirmeye dayanan bir yaklaşımdır. Rol oynamak için, özellikle dramatizasyon içinde rol değiştirme tekniğini kullanabilmek için, birden fazla kişiye ihtiyaç vardır. İşte yardımcı oyuncuların temel işlevlerinden birisi bu ihtiyaca cevap vermektir. Yardımcı oyuncular, sahnede başoyuncuyla ilgili olan -baş oyuncuyu etkileyen ya da onun tarafından etkilenen- hemen her şeyin rolünü alırlar;

Psikodrama

169

örneğin gerektiğinde bir anne, gerektiğinde bir arkadaş, bazen bir ağaç, bazen de soyut bir kavram, örneğin bir fikir rolü alırlar. Baş-oyuncu, bu rolleri alan yardımcı oyunculara, o rolde nasıl davranacaklarını gösterirler.

Yardımcı oyuncuların alabilecekleri rolleri şöyle grupla-yabiliriz:

- a) Yardımcı oyuncular, başoyuncunun iletişim kurduğu kişinin r o l ü n ü alabilirler; örneğin baş-oyuncunun kardeşi r o l ü n ü üstlenirler. Yardımcı oyuncuların rollerini aldıkları b i -rinci grup kişiler, başoyuncuların sosyal atomlarında önemli yere sahiptirler.
- b) Oyunlarda, yukarda belirtilen ilk gruptaki karakterler kadar önemli olmayan, başoyuncu için ikinci, üçüncü derecede önemli kişiler de -ki bunların "tanıdıklar" diyebiliriz-bulunur. Yardımcı oyuncular bazen de bu kişilerin rollerini alırlar. Örneğin, "komşu teyzeleri" ya da "sokaktaki adamı sembolize ederler.
- c) Yardımcı oyuncular bazen de nesnelerin yerini alırlar; örneğin ağaç, kitap ya da bulut olurlar. Diyelim ki, ders çalışma sorunu oyunlaştırılırken başoyuncu, kitaplarını hem sevdiğinden hem de nefret ettiğinden söz etti. Bu durumda y ö -netici, b a ş o y u n c u n u n kitaplarıyla konuşmasını isteyebilir. K i -tabın rolünü oynamak üzere bir grup üyesi (yardımcı oyuncu) görevlendirilir. Başoyuncu, bu yardımcı oyuncuyla rol değişü" rerek, yani aslında kitabın rolüne girerek oyunu sürdürür.
- d) Yardımcı oyuncular bazen fantazileştirilmiş birtakım figürlerin rolünü alırlar (Blatner, 1993); örneğin yargıç, beyaz atlı prens, padişah, şeytan ya da melek rolüne girerler.
- e) Bazen de yardımcı oyuncular, birtakım soyut kavramları sembolize ederler; örneğin mutluluk, hürriyet, öfke ya oa adalet rolü oynarlar.

Yardımcı Oyuncuların Seçiminde Başvurulan Yollar: "ir oyun sırasında kimin/kimlerin yardımcı oyuncu olacağına karar vermede, yöneticilerin başvurabilecekleri çeşidi yollar vardır. Bu yolları şöyle sıralayabiliriz:

170

Sosyometri ve Psikodrama

- a) Yardımcı oyuncunun seçimi başoyuncuya bırakılır; grup üyelerini gözden geçiren başoyuncu sezgileri doğrultusunda bu üyelerden birisini gerekli rollerden birisine seçer. Bu şekilde yapılan seçimler, ilk bakışta geliş güzel yapılmış izlenimi verse de, genelde etkileyici bir doğruluk payına sahiptir. Grup üyesi ya da yönetici olarak katıldığım pek çok psi-kodramada, ayaküstü seçilivermiş yardımcı oyuncuların, oyunda temsil ettikleri asıl karaktere, şaşılacak şekilde benzediklerini gözlemişimdir. Yardımcı oyuncular bu benzerliği, oyunun sonundaki görüşme aşamasında dile getirirler. Örneğin bir yardımcı oyuncu, "beni halanın rolüne seçtiğinde, bu rolün bana uygun olmadığını düşünmüştüm; fakat oyun sırasında gördüm ki, meğer halanla benim aramda önemli benzerlikler varmış; ben de onun gibi evhamhydır ve çabuk parlarım". Sözlerinden anlaşıldığı kadarıyla bu yardımcı oyuncu, başoyuncu ile istatistiksel yönden manidar sayılabilecek bir benzerlik, her halde göstermemektedir. Fakat yardımcı oyuncuyla başoyuncu arasında, kişilik özellikleri açısından önemli sayılabilecek bazı benzerlikler vardır. Başoyuncu, muhtemelen sezgisiyle bu benzerlikleri keşfetmiştir, hissetmiştir. Bu ve benzeri örnekler bize, yardımcı oyuncu seçimini başoyunculara yaptırmının genelde isabetli olduğunu göstermektedir.
- b) Bazı durumlarda yardımcı oyuncu seçimini yönetici yapabilir. Örneğin başoyuncu sırasında duygusal boşalım yaşa-maktaysa, yani kendisine dönmüş haldeyse, ondan, gruba bakıp bir yardımcı oyuncu seçmesini istemek uygun

olmayacağı için, seçimi onun yerine yönetici yapar. Yönetici bu seçimi gerçekleştirirken, söz konusu role en uygun kişiyi seçmeye çalışmalıdır.

Bazen de yönetici, grup üyelerinden birisinin belli bir role çıkmasının o üye için iyi olacağını düşünür; örneğin çekingen bir üyenin, mücadele gerektiren, atılganlık isteyen bir role çıkmasını gerekli görebilir. Bu düşünceden hareketle de o üyeyi yardımcı oyuncu olmak üzere sahneye çağırır. Ancak yönetici bunu yaparken, seçtiği yardımcı oyuncunun, başoyuncuya aykırı gelmeyeceğinden emin olmalıdır.

Psikodrama

171

c) Yardımcı oyuncuyu belirlemenin bir başka yolu, seçimi gruba yaptırmaktır. Yönetici, gruptan öneriler isteyebilir, ya da bazen seçimi doğrudan üyelere bırakabilir. Bu yaklaşımın başlıca iki avantajı olabilir. Bunlardan birincisi, bu yolla yönetici grup içindeki bazı dinamikler hakkında bilgi sahibi olabilir; diğeri ise, seçimi yapan grup üyelerinin oyuna sahip çıkma ihtimallerinin artmasıdır.

d) Bir başka yaklaşım ise belli bir rolü oynayacak bir gönüllü aramaktır (Blatner, 1993). Bu yolla, kendisini belirli bir role yakın hisseden üyenin/üyelerin ortaya çıkması sağlanabilir.

Yardımcı Oyuncuların Role Isındırılmalan: Yardımcı oyuncuların oynayacakları role ısındırılmalan için genelde izlenen yol şudur: Baş-oyuncu, yardımcı oyuncunun arkasına geçip, onun rolüne gireceği kişinin kişilik özelliklerini, "Ben" ile başlayan cümlelerle anlatır. Diyelim ki Ayşe başoyuncudur, Beyhan ise Ayşe'nin annesi rolünü oynayacak yardımcı oyuncudur. Oyuna başlamadan önce Ayşe Beyhan'ın arkasına geçerek "Ben Ayşe'nin annesiyim; 45 yaşındayım; üç çocuğum var; mesleğim şu ...; fiziksel özelliklerim şunlar...; girişken bir insanım - y a da çekingen bir insanım..." türünde cümlelerle, Beyhan'a, annesini tanıtır. Bu tanıtmada, Beyhan'ın oynayacağı role ısınmasını, konsantre olmasını sağlar. Yeterince ısınan Beyhan, oyun içinde muhtemelen Ayşe'nin annesi gibi hissedebilecek, onun söyleyebileceği şeyleri söyleyecektir.

Yardımcı Oyuncuların Özgürlük Düzeyi: Yardımcı oyuncuların oyun içindeki özgürlük düzeyleri, başoyuncuların yargılarıyla sınırlıdır. Yukarıdaki örneğimizi sürdürülim: Eğer Beyhan, oynayacağı anne rolüne yeterince konsantre olmuşsa, Ayşe'nin fazlaca müdahalesine gerek kalmadan anne rolünü sürdürür. Eğer Beyhan'ın oynadığı anne rolü, Ayşe'nin kafasındaki anne rolüne uymuyorsa, Ayşe oyunu durdurup Beyhan'a ne yapması gerektiğini gösterir; bir anlamda Beyhan'a, rolünü nasıl oynayacağı konusunda geribildirim verir. Böylece Ayşe ve Beyhan karşılıklı rol değiştirerek oyunu sürdürürler.

172

Sosyometri ve Psikodrama

Suflör - Yardımcı Oyuncu Benzerliği: Daha önce de tartıştığımız üzere, Moreno'ya göre ikinci kez yaşanan bir gerçeğin daha iyi tanınması ve anlaşılması mümkün olur. Bunu sağlamak için psikodrama sahnesinde başoyuncunun, geçmişteki bir olayı, elden geldiğince tekrar yaşayabilmesi, o günkü duygularını bugün yeniden hissetmesi sağlanmaya çalışılır. Geçmişin bugüne taşınabilmesinde ise, dekor ve yardımcı oyuncular önemli bir işleve sahiptir. Yardımcı oyuncuların bu konudaki rollerine ilişkin olarak Moreno (1977) şöyle bir benzetme yapmaktadır: Tiyatroda bazen bir aktör, bir sahnede söylemesi gereken bütün replikleri, bir anda unutabilir; böyle olduğunda şüphesiz, o sahnede her zaman hissettiği duyguları da hissetmez olur. Bu durumdaki bir aktöre, suflörün birkaç kelime sufle etmesiyle aktör, hem repliklerini hatırlayacak, hem de o sahnede her zaman hissettiği duyguları hissederek oyuna devam edecektir. Moreno'ya göre, tiyatrodaki suflörün sahip olduğu bu işlevi, psikodramada yardımcı oyuncular üstlenmektedir. Yardımcı oyuncuların, verecekleri küçük bir em-patik tepki ya da oynadıkları rolün gereği olarak söyleyecekleri birkaç kelime, başoyuncunun geçmişte yaşadığı duyguları, bugün tekrar yaşamasına yol açabilir. Söz gelişi, bir başoyuncuya on yıl önce birisi tarafından "çık git buradan" denilmiş-se, bugün psikodrama sahnesinde bir yardımcı oyuncu o günkü benzer bir sertlikle "çık git" dediğinde, başoyuncu on yıl önceki reddedilmişlik ve yalnızlık duygularını tekrar yaşayabilir. Başoyuncunun o duyguları tekrar yaşaması, o günü bugüne taşır; böylece, grubun ve yöneticinin desteği ile başoyuncunun, psikodrama sahnesinde içgörü kazanması, yeni çözümler bulması ve nihayet o sorunun sıkıntısından kurtulması mümkün olabilir.

İzleyiciler (Grup)

Psikodramanın oyun aşamasında başoyuncu ve yardımcı oyuncular sahnede oyuna başladıktan sonra, grubun diğer üyeleri sahne dışında toplanarak oyunu izlerler. "İzleyiciler (audience)" adı verilen bu üyeler, oyun sırasında sahnedeki

Psikodrama

173

baş-oyuncuya gerektiğinde destek olmak için bekleyen bir potansiyel güçtür.

İzleyiciler baş-oyuncuya, başlıca iki tür destek/yardım sağlayabilirler:

- 1) Oyun aşamasında, gerekli görün grup üyesi, yöneticiden göz teması yoluyla izin aldıktan sonra sahneye gelip eşleme tekniğini uygulayabilir; yani baş-oyuncu ile empati kurar.
- 2) Psikodramanın son aşaması olan görüşme aşamasında grup üyeleri baş-oyuncuya geribildirim verirler, onun oyun sırasındaki duygularına yönelik paylaşımda bulunurlar. Böylece, oyunu izlemiş olan grup üyeleri, baş-oyuncuya duygusal destek sağlamış olurlar.

Psikodramada izleyiciler, baş-oyuncuya destek olmanın yanı sıra, kendileri de ruhsal yönden gelişme fırsatına sahip olurlar. Bir psikodrama oturumunda, baş-oyuncu kadar izleyicilerin de katarsis sağlama ve içgörü kazanma ihtimalleri vardır.

Eğer baş-oyuncu sahnede yeterince spontan davranır, canlandırdığı olaya ilişkin duygularını bastırmadan rahatça yaşayabilirse, bu durum izleyicileri etkiler. Sahnede duygularını rahat ve akıcı bir şekilde yaşayan bir baş-oyuncuyu izleyen üyeler, bu başoyuncunun duygularına paralel birtakım duygusal yaşantılar geçirmeye başlarlar. Örneğin, kendi başlarından geçmiş birtakım olaylarla, başoyuncunun sergilemekte olduğu oyun arasında bazı benzerlikler bulurlar. Bu durum izleyicilerin, baş-oyuncuya paralel duygusal yaşantı geçirmelerine yol açar. Bazı psikodramalarda, başoyuncu ağlarken, birkaç izleyicinin de ağladığı görülür. Bu gibi durumlar karşısında, yardımcı terapistin, oyunu bozmadan ağlayan üyelerle ilgilenmesi, eğer yardımcı terapist yoksa diğer üyelerin bu üyelere destek olmaları gerekir.

174

Sosyometri ve Psikodrama

Psikodramada izleyicilerin baş-oyuncuya paralel yaşantılar geçirmeleri sırasında vicarious pekiştireç (*) elde ettikleri kanısındayım. Söz gelişi, bir başoyuncu sahnede kendisine haksızlık etmiş birisine öfkeyle bağırıp rahatladığında, izleyiciler de sanki kendileri bağırışlarcasına rahatlatma duyabilirler. Bu durumda izleyiciler, gözledikleri baş-oyuncunun rahatlayarak almış olduğu pekiştireci, gözlem yoluyla paylaşmış olurlar; yani vicarious pekiştireç almış olurlar.

PSİKODRAMA OTURUMUNUN AŞAMALARI

Genelde bir psikodrama oturumu üç aşamadan oluşur. Bunlar, ısınma, oyun ve görüşme aşamalarıdır. Ancak bazı durumlarda bir oturum, yalnızca ısınma ve görüşme aşamalarından ya da yalnızca oyun ve görüşme aşamalarından oluşabilir. Oturum kaç aşamadan oluşacağını, yöneticinin tercihi ve grup sürecinin niteliğini belirler. Isınma aşamasının temel amacı, ısınan üyeler arasından bir başoyuncu çıkmasıdır. Eğer ısınma aşamasında uygulanan ısınma teknikleri sonucunda ortaya bir başoyuncu çıkarsa, oyun aşamasına geçilir. Eğer ısınma aşamasının başlangıcında bir baş oyuncu adayı ortaya çıkarsa, birtakım ısınma teknikleri uygulamaya gerek kalmadan oyun geçilir. Oyunun sonunda tüm üyeler toplanarak görüşme aşamasını gerçekleştirirler. Bazen ısınma aşaması sırasında ortaya bir başoyuncu çıkmaz; bu durumda oyun aşaması atlanarak görüşmeye geçilir; grup, ısınma aşamasında uygulanan teknikler üzerinde tartışır. Bazen de yönetici, ortaya bir başoyuncu çıkararak bir oyun sergilemek yerine, ısınma aşamasından sonra doğrudan görüşmeye geçilmesini tercih edebilir. Eğer bu yol izlenirse üyeler, ısınma sırasında sergiledikleri davranışlar üzerinde konuşma ve içgörü kazanma şansı elde ederler. Aşağıda "Isınma Aşaması" başlığı altında, bu yolların her birisine ilişkin örnekler verilecektir.

Vicarious pekiştirme, başka bir organizmaya verilen pekiştirecin, olayı izleyen bir gözlemci üzerindeki etkisi anlamına gelmektedir.

Psikodrama

175

Psikodrama oturumlarını oluşturan ısınma, oyun ve görüşme aşamalarını teker teker ele almadan önce, ilk psikodrama oturumunda ve her oturumda ısınma öncesinde neler yapılabileceğini ayrı ayrı belirtmek istiyorum.

İlk Oturum

Bir grupla psikodrama yapmaya başladığımızda, ilk oturumda neler yapılabileceğini sıralamak istiyorum. İlk oturum için aşağıda belirttiğim etkinlikler, benim kişisel tercihim; son yıllarda, psikodrama yapmak amacıyla bir grupla ilk kez toplandığımızda, çoğunlukla bu sıralamaya uyuyorum. Bunları, psikodrama ya da etkileşim (encounter) grubu yönetmeye başlayacak yöneticilere bir fikir vermesi amacıyla ifade edeceğim. Şüphesiz ki bunlara aynen uyulması şart değildir; her yönetici, kendi üslubuyla, kendine özgü bir "ilk oturum" gerçekleştirebilir.

Bir grupla ilk kez toplandığında, ana hatlarıyla aşağıdaki basamaklar izlenebilir:

- (1) İlk oturum öncesinde yöneticinin, her bir adayla ayrı ayrı görüşmesinde yarar vardır. Bu ön görüşmeler yöneticiye, kafasındaki grup türüne uygun bir grup oluşturma şansı verir. Bu ön görüşme aynı zamanda yöneticiyi, üyelerin özellikleriyle ilgili bir sürprizle karşılaşmaktan korur.
- (2) İlk oturumda üyeler, bir daire oluşturacak şekilde oturduktan sonra yönetici gruba, "tanışma alıştırması" adını verdiğim bir etkinlikte bulunmayı önerebilir. Bu alıştırma şöyledir: Her bir üye kendi adını ve soyadını söyler; bunun ardından adının ve soyadının konulmasıyla ilgili bir hikâye varsa bunu anlatır; örneğin dedesinin adı mı, anneanesi mi koymuş, bundan bahseder; ayrıca, adına ve soyadına ilişkin duygularını, bunları sevip sevmediğini belirtir. Sıra geldiğinde yönetici de adıyla ilgili hikâyeyi ve duygularını dile getirmelidir. (Bu alıştırma kapsamında, grup üyesi ya da yönetici olarak benim anlattığım isim koyma hikâyesi, özgeçmişimin bir parçası olarak da yayınlanmıştır (Dökmen, 1994).)

176

Sosyometri ve Psikodrama

Gruba bu alıştırmayla başlamanın yararı kanımca şu: Gözlediğim kadarıyla bu alıştırma, hem kişiler arasında kısa sürede sıcak bir atmosfer yaratıyor, hem de onların kişisel yaşantılarına dönmelerine yol açıyor. Üyeler kişisel

yaşantılarına döndükleri zaman ise, bu tür gruplarda engelleyici bir faktör olan "fikir tartışmalarının" ortaya çıkma ihtimali azalıyor. Psikodrama veya etkileşim grupları konusunda yeterli bilgiye sahip olmayan üyeler, ilk oturumlarda "Freud der ki..." veya "Toplumsal kalkınma için gereken..." diye başlayan cümleleri sıklıkla kurarlar. Fakat insanlar, adlarının konulma hikâyesini anlattıktan sonra, bu tür kişisel olmayan genellemelere çok daha az yöneliyorlar. Grup fikir tartışmasına yönelmediği zaman ise, yöneticilerin, fikir tartışmalarından uzak kalınması gerektiği konusunda grubu uyarması gerekmiyor. Gruptaki kişilerarası etkileşim, doğal bir akış içinde gerçekleşmeye başlıyor. İşte "tanışma alıştırmaları" diyebileceğimiz ısınma etkinliği, bu yüzden yararlı olmaktadır. (3) Tanışma alıştırmalarından sonra yönetici, başlanılacak olan grup yaşantısıyla ilgili temel ilkeleri belirtir, uyulması gereken kuralları belirlemek için grup tartışması açar. Yöneticinin belirtmesi gereken ilkelerden bir tanesi "gizlilik ilkesi" yani, grupta konuşulanların dışarıya çıkarılmayacağı ilkesidir. Bir başkası ise "şimdi ve burada" ilkesidir. Grup çalışmalarının etkili bir şekilde sürdürülebilmesi için bazı kurallara uyulması gerektiği açıktır. Örneğin gruplara geç gelmenin mümkün olup olmadığı ya da üyelerin ne kadar devamsızlık hakları bulunduğu gibi konuların açıklığa kavuşturulması gereklidir. Bu tür konularda yönetici, kural koyan kişi olmamalıdır. Grubun işleyişi tüm üyeleri ilgilendirdiği için, işleyişle ilgili kuralların grup tartışması sonucunda belirlenmesinden yanayım. Bu konuda grup tartışmasına baş vurmak, başlıca iki açıdan yararlı olmaktadır. Birincisi, kuralları grup koyduğunda, üyelerin bu kurallara sahip çıkma ihtimalleri artmaktadır, ikincisi ise, gruptaki kuralların neler olacağını belirlemek için tartışılması, grupta birlik duygusunun/kohezyonun ortaya çıkmasını hızlandırmaktadır.

Psikodrama

177

(4) Daha sonra yönetici, grubun o andaki duygularıyla, ihtiyaçlarıyla bağdaşır nitelikte bir ısınma alıştırmaları önermelidir. Daha sonraki oturumların başlangıcında yöneticinin birkaç ısınma alıştırmaları önermesi, grubun ise bunlardan birisini seçmesi uygun olabilir. Ancak ilk oturumda yönetici, gruba birkaç öneri yerine, tek bir alıştırmayı sunmayı tercih edebilir.

Oturumların Başlangıcı

İkinci oturumdan itibaren her oturumun başlangıcında yöneticinin grup üyelerine şu soruyu sormasında yarar vardır: "En son gerçekleştirdiğimiz oturumdan bu yana, o oturumla ilgili, grupla paylaşmak istediğiniz bir yaşantınız oldu mu? O oturumla ilgili bir düşünce ya da duygu, günlük yaşamınızda sizi etkilediyse ya da rüyanıza girdiyse, grupla paylaşabilirsiniz." Bu veya benzeri sorular, oturumlar arasındaki kopukluğu gidermeye yarar, araya uzun fasılalar girse bile, psikodrama oturumlarının kesintisiz bir süreç olmasına katkıda bulunur.

Isınma Aşaması

Isınma aşamasında, hem grup üyelerinin hem de yöneticinin ısınması için birtakım ısınma alıştırmaları yapılır. Bu alıştırmalar yoluyla üyelerin spontanlıkları artar, gruptaki direncin (resistance) aşılması kolaylaşır. Isınma aşaması ayrıca, transferanse ilişkilerinin grup için önemli bir sorun haline gelmeden çözülmesine de zemin hazırlar. Yönetici, ısınma aşamasında ortaya çıkan çatışmaları ve transferans belirtilerini, hemen bir oyun konusu yaparak çözüme ulaştırabilir.

Isınma aşamasında yeterince ısınan, diğer bir ifadeyle spontanlığı hareket geçen üyeler, baş-oyuncu adayı olarak ortaya çıkarlar. Isınma aşamasının temel amacı, üyelerin spontanlıklarını artırarak içlerinden birisinin baş-oyuncu olarak sahneye çıkmasını sağlamaktır.

Baş-oyuncu Çıkarmayı Hedefleyen Isınma: Isınma aşamasında, bütün grubun yararlanabileceği bir oyunun sergilenmesi için gerekli hazırlık yapılır. Hatırlanacağı üzere, bir oyunda

178

Sosyometri ve Psikodrama

gerek başoyuncunun, gerekse diğer grup üyelerinin katarsis sağlayabilmeleri için, baş-oyuncunun spontan davranması, duygularını rahatça yaşayabilmesi gerekliydi. Isınma aşamasında yönetici, birtakım tekniklerden yararlanarak, üyelerin spontanlıklarını harekete geçirmeye, onları bir oyun ortaya koymak ve bu oyunu sürdürmek konusunda güdülemeye çalışır. Isınma aşamasında, belli bir konuya ilişkin olarak hem başoyuncu, hem de üyeler yeterince güdülenirlerse, hem sahnede etkileyici bir oyun sergilenir, hem de grup bu oyuna sahip çıkar. Isınmış, güdülenmiş bir başoyuncu spontan ve yaratıcı olacaktır; aynı şekilde, ısınmış ve güdülenmiş grup üyeleri de yardımcı oyuncu olarak sahneye davet edildiklerinde spontan ve yaratıcı olabileceklerdir. Eğer üyeler, özellikle başoyuncu yeterince ısınmadan oyun aşamasına geçilirse, oyun yavan olur; yavan bir oyunda üyeler, duygusal yaşantılar geçirerek ruhsal gelişim sağlamak yerine, entelektüel tartışmalara yönelirler; ya da tümüyle susarlar. Başoyuncu ortaya çıkarmak amacıyla yönetici, aşağıda dile getirilen ısınma tekniklerinden herhangi birisini uygulayabilir. Ancak yöneticiler, bilinen ısınma teknikleriyle sınırlı kalmak zorunda değildirler; yaratıcılıklarını kullanarak, duruma uygun birtakım yeni ısınma teknikleri de üretebilirler, deneyebilirler.

Her psikodrama oturumunun başında yönetici üyelere, bir önceki oturumla ilgili paylaşmak istedikleri yaşantıları olup olmadığını sorduktan sonra, o günkü oturumda belli bir konu getirmek isteyen bir üye olup olmadığını da sormalıdır. Eğer belli bir konuyu/sorunu getirmek isteyen bir üye varsa; bu üye yeterince ısınmış gözüküyorsa (yönetici üyenin ısınmışlık düzeyini, onun sözsüz mesajlarına bakarak anlamaya çalışmalıdır) ve bunların yanı sıra

grup da bu sorunun oyun-laştırılmasına karşı değilse, hemen oyun aşamasına geçilmelidir. Bu durumda yönetici diğer üyelerin de ısınmalarını sağlamak amacıyla, birtakım ısınma tekniklerine baş vurmamalıdır; aksi halde bu gönüllü* üyenin duygularında soğuma ortaya çıkabilir.

psikodrama

179

Gönüllü bir baş-oyuncu adayı ısınmış bile gözüксе, yine de yönetici, oyuna geçmeden önce başoyuncunun daha fazla ısınmasını sağlamaya çalışmalıdır. Bunun için yönetici, başoyuncu ile birlikte sahnede dolaşarak, ona, sorunuyla ve o andaki ihtiyacıyla ilgili sorular sormalıdır. Yöneticinin bu şekilde sorular sorması ve verilen karşılıkları empati kurarak dinlemesi, hem baş-oyuncunun, hem de izleyicilerin ısınma düzeylerini ve spontanlıklarını artırır.

Eğer bir oturumun başında, belirli bir sorun dile getiren bir üye yoksa, bu durumda yönetici ısınma alıştırmalarından birisine yönelmelidir.

Bir ısınma alıştırması bittiğinde, hatta bazen daha alıştırmanın ortasında, grup üyelerinden birisinin heyecanlı olduğu, muhtemelen ısınmaya başladığı (ya da başka bir ifadeyle spontan davranmaya hazır hale geldiği) gözlenir. Örneğin boş sandalye tekniği uygulanmaktadır ya da bir masal canlandırılmaktadır; üyelerden birisinin, boş sandalyedeki annesine ya da oynamakta olduğu masalda karşısındaki kahramanlardan birisi olan anneye, öfkelenildiği görülür. Bunun üzerine yönetici bu üyenin yanına giderek "Galiba annene (ya da masaldaki anneye) öfkeliisin" şeklinde bir eşleme yapar. Eğer üye "Evet" diye karşılık verirse yönetici bu kez, "Bu durumu oyunlaştırmak ister misin?" diye sorabilir. Eğer üye istekliyse, oyuna geçilir; eğer üye kararsızsa, yöneticinin hafif bir ısrarı, üyenin yapılan teklifi kabul etmesine yol açabilir. (Psikodramalarda, sahneye çıkma konusunda kararsız olan üyelere, yöneticilerin hafifçe ısrarda bulunmaları durumunda, bu üyelerin çoğunlukla sahneye çıktıklarını görmüşümdür.)

Grubun Gelişimini Hedefleyen Isınma: Yöneticiler, ısınma alıştırmalarını çoğunlukla bir baş-oyuncu ortaya çıkarabilmek amacıyla kullanırlar. Fakat bazen de bu alıştırmaları, grubun genel gelişimine katkıda bulunabilmek amacıyla kullanırlar. Eğer (a) grup yeni oluşmuşsa, (b) baş-oyuncuyu merkez alan bir oyunun üyelere ağır gelme ihtimali varsa, (c) grupta yeterince kohezyon yoksa ve bu yüzden de yönetici üyeler

180

Sosyometri ve Psikodi

arasında öncelikle yakınlık oluşturm-ak istiyorsa, grubu hedefleyen ısınma- tercih edilebilir. Örneğin grup bir masalı canlandırır canlandırma bitince de üyeler otururlar ve görüşme aşamasına geçilir. Bu aşamada üyeler, f«»elli rolleri niçin seçtikleri konusunda içgörü kazanabilirler; oynadıkları role ilişkin duygularını dile getirebilirler. Yönettiğ™ gruplardan birisinde, Külkedisini canlandırdıktan sonra görüşme aşamasına geçmiştik Külkedisine eziyet eden üvey ab» la rolunu oldukça hayret ederek "eziyet eden ^bla rolünden hoşlandıklarını belirttiler. Bu durum, onlar i*in önemli bir keşifti. Bu üyeler psikodrama oturumunda, güllük yaşamda yaptıkların-dan farklı bir şey yaptılar: Belli bir" konuya ilişkin olarak içlerinde bulnnan saldırganlığı, basur*", yerine fark ettiler ve kabul ettiler. Bu olayın, onların ru^al gelişimlerine katkıda bulunduğunu düşünebiliriz.

Isınma Ahstirmalanna Örnekle*": Burada, psikodramanın ısınma aşamasında kullanılabilecek x ^ m a ahşürmalarına/tek-n klTrin^ otuz tane örnek vermek i^yorum. Şüphesiz ki her yönetici, yaratıcılığını kullanarak banlar aşında pek çok alıştırma Önerebilir, kullanabilir, öner** <*** -çilen alıştırma-nn^ grubun mevcut durumuna ve dvi^yme uygun olmasıdır.

(1) Yönetici, ortaya boş bir sandalye (ya da bir minder) kovarak üyelerin kendileri için ö n ^ h bir kişiyi bu sandalyeye h L l e ^ oturtmalarını ve onunla hayali bir diyaloga gır-meTerinfister. Daha sonra isteyen <***. hayal etmiş olduk-lan bu diyalogu gruba anlatırlar.

(2) Grup üyelerinin ikişer jkişef oturup birbirlerine kendilerini en fazla etkilemiş olan bir anılarını anlatmalar, isten i rv a da üyelerden birbirlerine, tamamlanmamış bir yaşantıyı m S e r bir ifadeyle içlerinde u*de olarak kalan bir yasa*

Snılla^

bir araya gelmeden, yanı her birisi te* u^m* yapabilirler.

(3) üyelerin kendi duygnlann. ™ kişilik özelliklerle, yan-»•unalann'a (projekte etmeferine) «••• haklayacak çeŞ,ü,

181

P s i lcodrama

olmasay-

. ,/abanmak vnikler uygulanabilir Orn ği üyelere "eğer ins- ?

f İ hangi hayvanın, bitkinin veya eşyanın yerindi t rdiniz?" diye sorulur. Daha sonra da üyelerde' Zvi şeylerin rolüne girerek, onların sahip oldu* ,>

(4) Bir başka projektif teknikte, üyelerden v olmaları ve istedikleri pozısy da durmaları isten» > ^ ^ . her bir heykele, hangi maddeden yapılmış oldu» • b l fclmda bulunduğu ve nel e hissettiği sorulur. (Ti Qİ k . or bandığında, duygusal açıdan hassas bir döner» ^ ^ b lirt . g e kişilerarası ilişkilerinde bozukluklar ortaya çık» jl v rin, camdan, sırçadan yap h keller oldu*

meleri, sıklıkla raslanan bir durumdur.) ^ n

(5) Üyelerden, yalnızca yüz ve beden hareketi/

narak sahip oldukları duyguları birbirlerine ^^ meğ in ,

(6) Üyelerin engellerime karşısındaki te P V elerin, önle-çıkarmak amacıyla çeşitli mizansenler düzenli?J

ki . büyük bir otoriteye giderek dilekte bulunacak Vf

rini kesen muhafızları sözsüz mesajlarla ikna ettiler

(7) Sessiz film oynanabilir.

(8) Üyelere ortak olarak bir resim yaptırılır- jeki obje enn

(9) Üyelere bir resim gösterilir; bu resim' yerlerine geçerek resmi canlandırmaları istenir-

(10) Üyelere müzik dinletilir; neler hisse*

maları ya da canlandırmaları istenir. /m TMrüntü ya-

(11) Yapılandırmadan ya dakısmi yapıla' 'g-^ . ler baş-üyelerin hayâl kurmaları i t nir. Örneğin kata^ ^

kapatırlar; şanlıan geçirmeleri sağlanır (Özbek ve Leutz, ^vL^ kadar bek-ları merkeze gelecek şekilde yere uzanır, gözl' d rken, daha sonra her birisi, zihninde bir hayal canla;/uşimde buluna-ler. Üyeler zihinlerinde canlanan hayallerin ? l b i . gözlerini açmadan birbirleriyle sözlü olarak 'ürr bilirler. İsteyenler birbirlerinin hayaline konu'

182

Sosyometri ve Psikodrama

Bazen de üyelere, kısmî yapılandırma yoluyla hayal kurdurulur. Örneğin üyeler gözlerini kapatırlar, yönetici onlara bir ormanda yürümekte olduklarını, ormanın ortasında bir kulübeye Tasladıklarını söyler; bu noktadan sonra üyelere, bu hikâyeyi hayallerinde tamamlamalarını ister.

(12) Üyelerden bir gazetede ya da bir kitapta, belirli bir bölüm olmaları istenir. Hangi sayfada bulundukları, neden söz ettikleri sorulur.

(13) Daha çok sözel yolla veya aksiyonla sosyometri testi uygulanır. Üyeler, sosyometrik tercihlerle ilgili duygularını dile getirirler. Üyelerden sosyal atomlarını canlandırmaları, atomlarında bulunan kişilerle iletişim kurmaları istenir.

(14) Bilişsel çarpıtmalarla ilgili ısınma alıştırmaları yapılabilir (Dökmen, 1993-c). Örneğin Ellis'e ait üç temel bilişsel çarpıtma birer kartona yazılarak, üç ayrı noktaya konur. Üyeler bunlardan birisini seçerek yanında dururlar. Genelleme, kişiselleştirme, değiştirme yanılgısı vb. bilişsel çarpıtmalara ilişkin örnekler kâğıtlara yazılır; üyeler bunlardan istediklerini alarak oyunlaştırır/ canlandırır.

Üyelere Ellis'in ABC modeli (Ellis, 1973) kısaca anlatıldıktan sonra her birinin belli bir olaya ilişkin A, B ve C'lerini belirtmesi ve canlandırması istenebilir. Özellikle üyelere, B'lerini, yani irasyonel düşüncelerini ve bunlara alternatif olarak geliştirecekleri yeni düşünceleri canlandırmaları istenebilir (Dökmen, 1993-c).

(15) Üyeler kendilerine ait önemli özellikleri düşündükten sonra bunların zıttı özelliğe uygun davranırlar. Örneğin kibar olduğunu düşünen üye "kaba adamı" oynar. (Bu tür bir oyunda, reaksiyon formasyon mekanizmasını kullanmakta olan üyeler içgörü kazanabilirler.)

(16) Üyeler vücutlarının değişik bölümleriyle etkileşimde bulunabilirler, onların rolüne girebilirler.

(17) Üyeler birbirleriyle empati alıştırmaları yapabilirler. Örneğin ikişer ikişer oturup birbirlerine birer duygularını ifade

Psikodrama

183

ederler, dinleyen geribildirim verir, yani empati kurmaya çalışır. Daha sonra grupça toplanılır, her üye kendisine verilen geribildirim, kendisine ne kadar uygun olduğunu belirtir.

Bazen de üyeler, birbirlerinin duygularını anlamaya çalıştıktan sonra, birbirlerinin vücudunu, bu duyguları yansıtabilecek bir heykel şekline sokarlar. Yani bu heykeller aracılığıyla birbirlerine geribildirim verirler.

(18) Yönetici, farklı geometrik şekillerde olan çok sayıda küçük karton keser. Üyeler bu kartonlardan belli sayıda seçerek, duygularını/kişilik özelliklerini betimleyen geometrik şekiller oluştururlar (Zigler, 1991).

(19) Üyelerin, geleceği ilişkin projeksiyonlarını sergilemeleri sağlanır. Örneğin her üye, on yıl sonra hangi pozisyonda bulunduğunu, bir gün içinde neler yaptığını hayal ederek oyunlaştırır (Moreno, 1975).

(20) Gelecekte yaşanması muhtemel olayların provası yapılır. Örneğin işe girme mülakatı canlandırılabilir; ya da belli bir mesleğin nasıl icra edileceği oyunlaştırılır. Mesleklerin ic-rasıyla ilgili oyunlar, ısınma alıştırmaları olabileceği gibi, meslekî danışma kapsamında, oyun aşamasında da canlandırılabilir (Dökmen, 1993-b).

(21) Büyülü dükkân (magic shop) adlı teknik/alıştırma uygulanır. Büyülü dükkân, her türlü ahş-verişin yapılabilirdiği, maddî ve manevî her türlü şeyin takas yoluyla alınabildiği fan-tazide varolan bir yerdir (Rustin ve Olsson, 1993). Dükkân sahibi rolünü yönetici ya da yardımcı-terapist oynar. Müşteriler (grup üyeleri), birer birer gelip isteklerini belirtirler, dükkân sahibiyle takas konusunda pazarlık ederler. Örneğin bir müşteri şöhret ister; ancak karşılığında sahip olduğu değerli bir şeyi vermesi gerekmektedir; söz gelişi sevincini vermesi ya da bundan böyle görebileceği tüm rüyalarından vazgeçmesi gerekmektedir. Hazırcevap dükkân sahipleri, genellikle müşterileri

aş-veriştiren vazgeçirip geri gönderirler. Müşteriler çoğunlukla, sahip oldukları güzel şeylerin farkına vararak, yeni şeylere sahip olmak için ellerindekileri kaybetmek istemediklerini

184

Sosyometri ve Psikodrama

görerek, alış-veriştiren vazgeçerler. Büyülü dükkân sahibi olduğum bir oyunda, üyelerden birisi kararsızlığından kurtulmak istiyordu. Konuştuk; bu üye sonunda gördü ki, kararsız olmanın bile bazı güzel yanları vardır; örneğin karar vermek için veri toplamak, insanlardan görüş almak ve sonuçta bir karara ulaşarak rahatlamak güzeldir.

(22) Bilinen masallar, destanlar, tiyatrolar oyunlaştırılabilir. Birkaç öneri arasından grubun seçim yapmasında yarar vardır.

Akla gelebilecek tüm masallar oyunlaştırılabilir. Örneğin Pamuk Prenses, Külkedisi adlı masallar, Keloğlan, Dede Korkut ya da bilim-kurgu masalları oyunlaştırılabilir.

(23) Blatner (1993), "ölüm ve yargılama" sahnelerinde "StPeter ile Karşılaşma" tekniğinin etkili olduğunu belirtmektedir. St.Peter ile Karşılaşma, oyun aşamasında kullanılabileceği gibi ısınma aşamasında da bir ısınma alıştırması olarak kullanılabilir. Bu alıştırmaların çeşitli varyasyonları üretilebilir; örneğin "Dede Korkut'la Konuşma" ya da "Azrail'le Karşılaşma" sahneleri düzenlenebilir.

(24) Eric Berne'in Transaksiyonel Analiz'i çerçevesinde pek çok alıştırma üretilebilir (Berne, 1964, 1976 ve 1992; Dökmen, 1994). Örneğin üyelere Anababa, Yetişkin ve Çocuk benlik-durumları anlatıldıktan sonra, her birinin kendisine ait bu benlik-durumlarını canlandırması istenebilir; ya da üyelere Berne'nün oyunları hakkında bilgi verildikten sonra, her üyenin yaşamında sergilediği bir oyunu oyunlaştırması istenebilir.

Bütün üyelerin oyun'larını aynı anda canlandırmaları ve birbirleriyle etkileşimde bulunmaları durumunda ilginç kompozisyonlar ortaya çıkabilir.

(24) Sonsuz denebilecek sayıda doğaçlama (improvizasyon) oyun oynanabilir. Örneğin üyeler, bir tatil köyü kurabilirler; köyün işletilmesi rolünü bazı üyeler, köye gelen müşterileri ise başka üyeler oynayabilir. Bütün üyelerin bindiği bir geminin okyanusta battığı ve grubun ıssız bir adaya çıktığı

Psikodrama

185

şeklinde bir oyun canlandırılabilir. Mahallede muhtar seçme oyunu oynanabilir. Yönetici, "öfkeli anne", "işgüzar beki", "titiz garson", "ilerlemeyen kuyruk", "meraklı komşu" gibi birtakım doğaçlama oyun isimleri söyleyip sunar; başka bir şey söylemez. Bu oyunlardan birisini canlandırmak üzere birkaç üye sahneye gelir; istedikleri gibi canlandırır. Bu tür oyunların amacı üyelerin spontanlıklarını artırmaktır. (Meraklı Komşu'nun dramatize edildiği bir oyun, kitabın sonunda özetlenecektir.)

(25) Beden hareketleri yapılabilir; gevşeme teknikleri uygulanabilir.

(26) "Eğer sırrımı bilseydiniz" oyunu oynanabilir. Her bir üye, kendisi için önemli olan bir sır açıklamış olsa, çevredekilerin nasıl tepki göstereceklerini tahmin ederek, sözlü ya da sözsüz iletişim yoluyla oyunlaştırır. Bu alıştırmada, sırlar açıklanmaz; yalnızca çevrenin tepkisi oyunlaştırılır.

(27) "Eğer bir mektup olsaydım" adını verebileceğimiz bir alıştırma yapılabilir. Her üye, eğer bir mektup olsaydı içinde neler yazacağını oyunlaştırır.

(28) Üyeler, geçmişteki ya da günümüzdeki çeşitli toplumlara mensup insanların -örneğin Afrikalıların, Eskimoların, Hititlilerin ya da Romalıların- rollerine girerek, doğaçlamalar sergilerler.

(29) Çocuklarla yapılan psikodramalarda kullanılan hemen bütün ısınma alıştırmaları, yetişkinlerle yapılan psikodramalarda da kullanılabilir. (Bazı oyunlarda, çocukların gelişim düzeylerini düşünerek uyarılama yapmak koşuluyla, bu durumun tersi de söz konusudur; yani yukarıda sıralanan alıştırmalar, bazı uyarlamalar yapıldıktan sonra çocuklara da uygulanabilir.) Örneğin Kranz'ın (1991) çocuklar için önerdiği "en sevilen mevsim/gün/saat ve harf" alıştırmaları, yetişkinlerle de gerçekleştirilebilir. Bu alıştırmada üyeler, en çok sevdikleri mevsimi, günü, saati, harfi ya da sayıyı canlandırabilirler, tercihleriyle ilgili duygularını yaşayabilirler.

(30) Eğitim alanında kullanılan dramalarda ve kişilere verilen drama eğitimlerinde, çeşitli oyunlar oynanır (San ve diğ.,

186

Sosyometri ve Psikodrama

1993). Bu oyunların hemen hepsini, psikodramanın ısınma aşamasında, birer ısınma alıştırması olarak kullanabiliriz. (Zaten yukarıda sıraladığımız alıştırmaların bir kısmı drama eğitiminde de kullanılmaktadır.)

Oyun Aşaması

Psikodramada ikinci aşama oyun aşamasıdır. Bu aşamada genelde, ısınma aşaması sonunda ortaya çıkan başoyuncunun getirmek istediği oyun sergilenir. (Oyun aşamasında bazen, grubun tümünü doğrudan ilgilendiren bir konu oyunlaştırılır; sosyodrama denilen bu etkinlikte, bir anlamda grubun tümü başoyuncu olur.)

Yöneticinin ve ısınma sonucunda ortaya çıkan başoyuncunun sahneye gelmeleriyle oyun aşamasına geçilmiş olur. Başoyuncu, ısınma aşamasında belirli bir olaydan ya da genel nitelikteki bir sorundan söz etmiş olabilir. Eğer olay yeterince belirginse, yönetici hemen oyunu başlatabilir. Fakat olay yeterince belirgin değilse, başoyuncu daha çok genel bir sıkıntısından söz etmişse, yönetici olayı somutlaştırmaya çalışmalıdır. Söz konusu bu somutlaştırmayı

sağlamak için, yönetici ile başoyuncu sahnede bir süre birlikte dolaşırlar. Dışardan bakıldığında bir gezintiye andıran bu dolaşma sırasında yönetici, başoyuncuya birtakım sorular sorar, onun o andaki duygularını ve ihtiyaçlarını kavramaya çalışır. Biraz sonra başlayacak olan oyun, başoyuncunun mevcut ihtiyaçlarının ve duygularının dikkate alındığı bir çizgide gelişmelidir. Dolaşma sona erdiğinde yönetici, oyunun hangi sahne ile başlaması gerektiğine karar vermiş olmalıdır.

Yönetici başoyuncudan, canlandırılacak olayın geçtiği ortamı tanımlamasını ister. Başoyuncu özellikle olayın ne zaman, nerede geçtiğini ve ortamda kimlerin bulunduğunu belirtmelidir (Schramski, 1979). Bu amaçla, olayın geçtiği sahne/dekor başoyuncu tarafından ayrıntılı olarak tanımlanır. (Dekorun tanımlanması ve canlandırılması önemlidir; bu konuda yukarda "Sahne-Dekor" başlığı altında ele alınmıştı.)

Psikodrama

187

Dekordan sonra sıra oyunda yer alacak kişilerin seçimine gelir. Bu kişileri canlandırmak üzere başoyuncu, grup üyelerinden istediklerini sahneye davet eder. Bu andan itibaren "yardımcı oyuncu" olacak olan bu grup üyeleri sahneye gelirler. Başoyuncu, bu kişilerin teker teker arkalarına geçip, bunların canlandıracakları kişilerin, fiziksel özelliklerini, kişilik özelliklerini ve sahip oldukları ilişki örüntülerini ifade etmelidir (Schramski, 1979). (Böylece hem yardımcı oyuncular rollerine ısınmaya başlarlar, hem de grup, bu oyuncuların ne tür insanların rollerini canlandıracaklarını öğrenmiş olur.) Bu arada yönetici gerek görürse başoyuncuya, oyun boyunca başoyuncunun yanında bulunacak ve gerektiğinde onun rolünü alacak olan bir eş-ego seçmesini söyler.

Dekor ve oyunda yer alan kişiler tanımlandıktan, gruba tanıtıldıktan sonra, sıra oyunlaştırmaya/dramatizasyona gelir. Oyunlaştırmanın ana stratejisi hakkında aşağıda kısa bir bilgi sunmaya çalışacağım. Ancak daha önce şunu belirtmek isterim ki, oyunlaştırmanın nasıl yapılacağı konusunda, maddeler halinde ifade edebileceğimiz, önceden belirlenmiş kesin kurallar yoktur. Yöneticiler, başoyuncuların o andaki duygularını ve ihtiyaçlarını dikkate alarak, her konuya özgü ayrı bir oyun stratejisi ortaya koymak zorundadırlar. Oyun süreci içinde, ilerde sözü edilecek psikodrama tekniklerinden hangisinin ne şekilde uygulanacağına ya da bilinen teknikler yetmediğinde ne yapılacağına, oyunun akışına bakarak yönetici karar verecektir. Aynı konuyu, farklı yöneticiler, farklı üsluplarla yönetebilirler. Her oyun, yöneticinin meslekî becerisiyle ve yöneticinin ve başoyuncunun spontanlık ve yaratıcılıkla-ıyyla biçimlenir. Bu yüzden, psikodrama yönetmeyi öğrenmek için, kitap okumak gereklidir fakat yeterli değildir. Psiko-drama yöneticisi olmak için, bizzat grup üyesi olup psiko-drama yaşantısı geçirmek ve bir uzmanın denetiminde grup yönetmiş olmak gereklidir.

188

Sosyometri ve Psikodrama

Psikodramada bir konuyu oyunlaştırmanın kesin kuralları yoksa da, oyun aşamasında uyulması gereken bazı temel ilkeler vardır. Bu ilkeleri şöyle sıralayabiliriz:

(1) Psikodramada olayların anlatılması değil, oyutdaştırılması esastır. Şüphesiz ki yönetici, neyi, nasıl oyunlaştıracığını anlayabilmek için başoyuncudan kafasındaki olayın en azından başlangıcını anlatmasını isteyecektir. Fakat psikodramada, hiçbir z a -man bir olay, bir anı, baştan sonra hikâye edilmez. Baş-oyuncu olayın başlangıcını sözel olarak ifade etse bile, gerek yönetici, gerekse izleyiciler, olayın seyrini ancak dramatize edilmiş oyunun akışı içinde öğreneceklerdir.

Ülkemizde gözlediğim kadarıyla, psikodramaya yeni başlayanlara rol oynayarak birtakım olayları dramatize etmek, duygusal açıdan biraz itici gelmektedir. Bu kişiler, oynamak yerine anlatmayı tercih etmekte, oyun içinde durup yöneticiye dönerek, olayın akışını anlatmaya çabalamaktadırlar. Bu durumda yöneticilere düşen, başoyuncuları olayları oynayarak göstermeleri konusunda uyarmaktır.

(2) Psikodramada "şimdi ve burada" ilkesine uyulması gerekir. Geçmiş ve gelecek, ancak şu an ile bütünleşebildiği takdirde önemlidir. Başoyuncunun sergilediği bir olayın, gerçeğin aynen kopyası olması şart değildir. Önemli olan baş-oyuncunun psikodrama sahnesinde o an yaptıkları ve hissettikleridir (Fine, 1979; Kaner, 1990). Diyelim ki başoyuncu beş yıl önce birisiyle yaptığı bir diyalog sırasında öfkelenmemiştir; fakat şu an psikodrama sahnesinde, aynı diyalogu tekrarlamaya çalıştığında öfkelenmektedir. Bu durumda başoyuncunun şu andaki öfkesi dikkate almakta ve üzerinde durmakta yarar vardır.

Başoyuncunun şimdi ve burada ilkesine uymaması halinde, yöneticinin uyarılmasında yarar vardır. Örneğin bir başoyuncu oyun sırasında "kardeşime şunu söyledim" derse, yönetici bu başoyuncuya, sahnede kardeşi rolünü oynayan yardımcı oyuncuyu göstererek "kardeşin karşında; ne söylemek isüyorsan ona söyle" demelidir.

psikodrama

189

(3) Psikodrama sahnesinde entellektüel tartışmalara girişilmesi değil, duyguların yaşanması esastır. Bir baş-oyuncunun duygularını kenara itmesi, diğer bir ifadeyle spontanlığının azalması halinde, yönetici, öncelikle empati kurarak, yeterli olmazsa uyararak bu baş-oyuncunun duygularından kopmamasını sağlamaya çalışmalıdır.

(4) Yönetici psikodramanın hiçbir safhasında, özellikle de oyun sırasında, doğrudan yorum yapmaz, yorum sayılabilecek sorular sormaz. Örneğin bir yönetici, başoyuncuya "Ona niçin kızılıyorsun? Seni korkutuyor olabilir mi?" şeklinde bir soru sor-mamalıdır. Grup üyeleri de yorum yapamazlar. Ancak başoyuncu, istediğinde kendi

davranışlarıyla ilgili yorum yapabilir; örneğin "ben galiba ona kızmıyorum, ondan korkuyorum" diyebilir.

Başoyuncuya ait bu tür sözler ise, yorumdan ziyade, içgörü kazanmanın belirtisi sayılabilir.

(5) Psikodramada, oyunun yazar ve baş aktörü başoyuncudur. Başoyuncu, rolleri dağıtan, oyunu sürükleyen kişidir. Yöneticinin bu tablodaki yerinin esnek olmasında yarar vardır. Bir yönetici, sahnedeki oyuna müdahale etme - etmeme boyutunda nerede bulunacağına iyi karar vermelidir.

Yönetici, oyunu başlattıktan sonra, oyunun başoyuncu tarafından akıcı bir şekilde sürdürüldüğünü gördüğünde, kenara çekilebilir, hatta geçici bir süre için sahneden çıkabilir. Ancak şu üç durumda yönetici sahneye dönmelidir: (a) başoyuncu bunaldığında, (b) oyun statikleştiğinde ve (c) yöneticinin kafasında belli bir oyun stratejisi izlemek gerektiği fikri uyandığında, yönetici oyuna müdahale etmelidir.

Yöneticinin gerektiğinde oyuna müdahale etmesi, onun katalizörlük işlevini zedelemeyiz. Yönetici gerektiğinde müdahale ederek, gerektiğinde ise kenara çekilerek, başoyuncunun ve grubun ruhsal gelişimine katkıda bulunabilir. Şüphesiz ki oyunda hangi psikodrama tekniklerinin uygulanacağına yönetici karar verir. Ancak yönetici kendisini, tekniklerin uygulanmasında zorlayıcı ve tek söz sahibi saymamalıdır. Yöneticinin önerdiği bir tekniği eğer başoyuncu uygulamak iste-

190

Sosyometri ve Psikodrama

mezse, yönetici bu konuda ısrarcı olmamalıdır. Çünkü psi-kodramada amaç, baş-oyuncuya, kendisi ile ilgili birtakım gerçekleri zorla göstermek değil, onun, duygusal açıdan rahatlamasına, katarsis sağlamasına ve içgörü kazanmasına yardımcı olmaktır.

Yukarda, yöneticinin başlıca üç gerekçe ile oyuna müdahalede bulunabileceğini belirttik. Bunlardan birisi, yöneticinin belli bir strateji izlemeye karar vermesiydi. Bu tür kararlar, yöneticinin meslekî becerisiyle orantılı olarak oyunun kalitesine katkıda bulunur. Bir yönetici, belli başlı stratejilerden birisini kullanabileceği gibi, kendi yaratıcılığı doğrultusunda, sonsuz sayılabilecek varyasyonları da deneyebilir. Örneğin oyunun bir noktasında baş-oyuncudan, sosyal atomunu sergilemesini ve buradaki kişilerden birisiyle diyalog kurmasını isteyebilir; yerine göre bu tür bir yaklaşım, oyunun akışını değiştirebileceği gibi, konunun belli bir çözüme ulaşmasına da katkıda bulunabilir. Ya da bir oyunda yönetici, başoyuncunun sahip olduğu kararsızlıktan ötürü zedelenişini, ancak bu durumun farkına varmadığını düşünebilir. Bu düşünceden hareketle yönetici, iki ayrı karan sembolize eden iki yardımcı oyuncudan, baş-oyuncunun kollarını kuvvetle iki yana çekmelerini isteyebilir. Bu durumda fiziksel olarak rahatsız olan baş-oyuncu, içinde bulunduğu kararsızlığın kendisine verdiği sıkıntıyı somut olarak yaşama şansı elde eder; yani baş-oyuncu, yaşamı ile ilgili bir gerçeği, psikodrama sahnesinde fark etmiş olur. Söz konusu farkına varma ise, değişmeye giden yolda önemli bir adım olacaktır.

Bir yönetici, yönettiği oyunda hangi stratejiyi uygulayacağına, diğer bir söyleyişle, hangi tekniği ne zaman kullanacağına nasıl karar verir? Bu sorunun basit bir cevabı yoktur. Bu yüzden, herkes adına konuşmak yerine, ne yaptığımdan söz edeceğim. Sanırım ben, psikodramada strateji belirlerken iki ana yol izlemekteyim. Şöyle ki:

(1) Oyunu yönetirken bir yandan da kafamda, çeşitli değişkenler arasında birtakım ilişkiler kuruyorum, bunlara dayanarak hipotezler oluştuyorum. Daha sonra da bu hipotezleri

Psikodrama

191

test etmek amacıyla bazı teknikler uyguluyorum. Örnek: Diyelim ki bir oyunda baş-oyuncunun, günlük yaşamdaki yükünün ağır olduğu yolunda bir tahminde bulunuyorum; ve psikodrama sahnesinde şimdi ve burada bu yükü hafifletmenin gerekli olduğunu düşünüyorum. Bu düşüncüyü test etmek ve düşündüğüm çözüm yolunu uygulamaya koymak amacıyla da başoyuncunun rol atomunu sergilemesini istiyorum. (Rol atomunda kişi merkezde durur, yaşamdaki rollerini çevresine yerleştirir.) Rol atomunun fazlaca yüklü olduğunu gören başoyuncu, bazı rollerini güç kullanarak geriletebilir, atomunu hafifletebilir.

Bir başka örnek: Diyelim ki bir baş-oyuncunun mevcut sorununun temelinde babasıyla olan çatışmalarının yattığını düşündüm. Bu düşüncüyü bir hipotez kabul edip, doğrudan herhangi bir yorumda bulunmaksızın, söz konusu hipotezi test etmeye yönelmeliyim. Hipotezimi test etmeye çalışırken ise, yönlendirici olmaktan, elden geldiğince kaçınmalıyım. Eğer hipotezim doğruysa, bu durumun baş-oyuncu tarafından da keşfedilmesine yol açabilecek ortamları yaratmalıyım. Örneğin baş-oyuncudan sosyal atomunu oluşturtmasını istemeliyim. Daha sonra da baş-oyuncuya "çevrene bak, kiminle konuşmak istersin?" diye sormalıyım. Eğer kafamdaki hipotez doğruysa, baş-oyuncu babasıyla konuşmak isteyecektir. Eğer baş-oyuncu babasıyla değil de annesiyle konuşmak isterse, hipotezim doğrulanmamış olur. Bu durum, ilk hipotezimden vazgeçerek, baş-oyuncunun tercihi doğrultusunda, onu izlememde yarar vardır.

(2) Psikodrama yöneticisi olarak strateji belirlerken izlediğim ikinci yol, herhangi bir hipotez kurmaksızın araştırmaya girişmektir. Çünkü araştırma amacıyla birtakım teknikler uygulandığında, ipucu elde etme ihtimali yüksektir. Bu düşünceden hareketle çeşitli teknikler uygulanabilir. Örneğin bazen kendi kendine konuşma tekniğini (soliloquy) uygulayım. Bazen de, "şu anda ben..." şeklinde yarım bırakılmış cümlelerle eşleme yaparım. (Bu tür eşleme, projektif tekniklerden

192

Sosyometri ve Psikodrama

birisi olan C ü m l ^

oyuncuların, k e n ^ ^ ^ a n ^ a m a Tesu 'ne benzemektedir.) Baş-kılmış cümleleri t * kendilerine konuşmaları ya da yarım bira-yol açabilir ve ha,** damlamaları, sorunlarının somutlaşmasına ciye ipucu v e r e b i j ^ i stratejinin izleneceği konusunda yöneti-Bazı oyunlarÇ Kızca araştırma arn. ^a- kafamda belli bir hipotez olmaksızın, yal- mesini isteyebilir^, noyla başoyuncudan sosyal atomunu sergile-dilediği kişiyi o t u r , ^ P d a o r t a v a koyduğum boş bir sandalyeye bir ısınma a l ı ş ü m ^351111 söyleyebilirim. (Boş sandalye tekniği, araştırma amacıyla ! v l olarak kullanılabileceği gibi, oyun içinde ____ ;l kullanılabilir.)

Oyun Yoneün

gibi, yöneticilerin 0 ^e Temel Strateji: Yukarıda da belirtildiği da belirli şablonlar ^n aşamasında neler yapacakları konusun-izleyeceği, oyunun baktır. Yöneticinin oyunda hangi stratejiyi spontanlık ve yarat, konusuna, baş- oyuncunun ve yöneticinin lekî becerisine ve c j "üç düzeylerine ve ayrıca yöneticinin mes-den olsa gerek, k o , ^tt da k i kişisel tercihlerine bağlıdır. Bu yüz-belirli stratejilerin v«jltyla ^g*1* literatüre bakıldığında, genelde ması gereken işler^ ölmediği, bunun yerine bu aşamada yapı-ramska, 1979). Bt, **in sıralandığı görülür (Hale, 1974; Sch-Goldman ve Morrisn konuda raslanan istisnalardan birisinde bir strateji b u l u n m a ^ (1984), psikodramadaki oyunlarda ortak oyunda da bu strateji gerektiğinden, aslında yönetilen pek çok da şunu vurgulama^^ uyulduğundan söz etmektedirler. Bura-nımladıkları temel 0 fterekir ki, Goldman ve Morrison'un ta-hangi teknikleri u y&ln stratejisinde, yöneticilerin adım adım seyri sırasında izlene,-,1* ayacakları belirtilmez; yalnızca oyunun

„ ... „ Volun niteliği dile getirilir.

Şekil - 13 te gö s 5

(1984) tanımladıkları s 'Idüğü üzere Goldman ve Morrison'un giden, daha sonra tek> R e j i d e oyun, bugünden başlayıp geçmişe konusu şekilde g ö r ü] ^ bugüne dönem bir yol özlemektedir. Söz nnda tanımladıkları ^j'l oyun stratejisi, araştırmacıların kitapla-kitaplannda, Şekil-13'e **ik stratejilerden birisidir. Araştırmacılar sayıda oyun stratejisin^ ^enzeyen, ancak onun aynısı olmayan çok

Ver vermişlerdir. Bu yüzden Şekil-13'teki

Psikodrama

193

stratejiyi, mutlaka uyulması gereken bir kalıp olarak görememekte, bu stratejinin çeşitli varyasyonlarının sergilenebileceğini bilmekte yarar vardır.

—^—Sorunun takdimi

Şekil-13 Psikodramanın oyun aşaması için temel strateji (Goldman ve Morrison, 1984).

Şekil - 13'ü şöyle açıklayabiliriz: Dıştaki çember şimdiki zamanı, içerdeki geçmiş günleri ifade etmektedir. Oyun aşaması, baş-oyuncuya ait sorunun takdimi ile başlar. I.sahne, şimdiki zamanda geçer; ikinci çemberde yer alan II.sahne yakın geçmişle, üçüncü çemberde yer alan III.sahne ise uzak geçmişle ilgilidir. Çemberlerin merkezinde baş-oyuncunun ilk çocukluk yılları yer almaktadır. Oyun, şimdiki zamanda geçen ilk sahneyle başlar; daha sonra yakın geçmişle, uzak geçmişle ve ilk çocukluk yıllarında yaşanmış olan çekirdek çatışmalara uzanılır. Gerek uzak geçmişle, gerekse ilk çocukluk yıllarıyla ilgili sahnelerde, baş-oyuncu katarsis yaşar. Bunun üzerine tekrar yakın geçmişle ve şimdiki zamanla ilgili sahnelere geçilir; söz konusu bu sahnelerde baş-oyuncu içgörü kazanır, diğer bir ifadeyle, yaşamıyla ilgili birtakım gerçeklerin farkına varır. Sonuçta baş-oyuncu, geçmiş yaşantılarıyla ilgili farkına

194

Sosyometri ve Psikodrama

vardığı gerçekleri mevcut yaşantısıyla bağdaştırır, bütünleştirir. Böylece, bugün-geçmiş-bugün yolunu izleyen yolculuk tamamlanmış ve baş-oyuncu bu yolculuk sırasında ruhsal yönden gelişme sağlamış olur.

Bir örnek: Yukarıdaki stratejiye ana hatlarıyla sahip olduğunu düşündüğüm bir oyunu özetlemek istiyorum.

Üniversite öğrencileriyle yürütmüş olduğum bir grupta, üyelerden birisi şu sorunu dile getirmişti: Arkadaşları onun, fakülteyi temsilen televizyona çıkmasını istiyorlardı. O ise istemiyordu; kendisine bu konuda baskı yapılmasında da rahatsız oluyordu. Oyuna, bu konunun canlandırıldığı sahne ile başladık. Baş-oyuncu bu sahnede, kendi kendine konuşma tekniğiyle, ısrarlar karşısında duyduğu sıkıntıyı dile getirdi; ancak arkadaşlarına açıkça bir şey söyleyemedi. Duygularını arkadaşlarına doğrudan ifade edemediği noktada, baş-oyuncunun gergin olduğunu gözledim. Bunun üzerine kendisine, o andaki duygularıyla kalmasını söyledim ve bu duyguları geçmişte yaşayıp yaşamadığını sordum. Bir ay önce sınıfta yaşadığını belirtti. Bu sahneye geçtik. (Böylece, şimdiki zamandan yakın geçmişle atlamış olduk.) Oyunun bu ikinci sahnesinde, baş-oyuncu sınıfta ders dinlemekte, anlatılanları kaçırmadan not tutmak istemektedir; fakat yanındaki arkadaşı kendisini sürekli konuşturmaktadır. Bu durumdan rahatsız olan baş-oyuncu ise rahatsızlığını arkadaşına ifade edememektedir. Bu noktada baş-oyuncunun biraz ketlendiğini gördüm ve kendisine "kimse benim ne istediğime bakmıyor ve ben de çevreme olan kızgınlığımı dile getiremiyorum" şeklinde eşlemede bulundum. Baş-oyuncu duygulanarak, bu eşlemenin -yani kurulan empatinin- kendisine uygun olduğunu belirtti. (Bu noktada, baş-oyuncunun arkadaşlarına uyum sorunu bulunduğunu düşünüp, ondan rol atomunu ya da sosyal atomunu sergilemesini isteyebilirdim. Ancak bu yola gitmedim, baş-oyuncunun yaşantısında, çekirdek çatışmalara kadar olmasa bile, biraz daha derinleşmeyi tercih ettim.) Tekrar gözlerini

kapatmasını ve şu andaki duygularını geçmişte ne zaman yaşadığını düşünmesini istedim. Biraz düşündü ve "geçen yıl annemle kahvaltıda" dedi. Bunun üzerine kahvaltı sahnesine geçildi. (Bu sahneyi uzak geçmiş geçmiş sayabiliriz.)

Psikodrama

195

Kahvaltıda baş-oyuncu annesine, heyecanla son okuduğu kitaptan söz ederken, annesi, o gün yapacağı ev işlerini anlatıyordu. Başoyuncudan, başını yana çevirerek kendi kendine konuşma tekniği ile duygularını dile getirmesini isterim; "annemin kitapla ilgili heyecanıma katılmaması beni üzüyor" dedi. Ben kendisine "kendimi yalnız hissediyorum" şeklinde eşlemede bulununca da ağlamaya başladı. (Bu noktada duygusal boşahm/katarsis ortaya çıkmıştır.) Daha sonra, kahvaltı sofrasında annesiyle rol değiştirerek diyalog kurmalarını istedim. Konuştular. Baş-oyuncu bir ara annesinin rolündeyken, anne olarak biraz önceki davranışının kızını üzüldüğünden tamamen habersiz olduğu dile getirdi. Baş-oyuncu daha sonra kendi rolüne geçtiğinde "elbette üzüldüğümden haberi olmaz; çünkü bunu ona hiç söylemedim" dedi. (Bu noktada baş-oyuncunun içgörü kazandığını düşündüm; ancak bu durumu vurgulamak ve sahneler arasında baş-oyuncunun bağlantı kurabilmesini sağlamak amacıyla, ayna tekniğini kullanmaya karar verdim.) Kahvaltı sahnesini ve fakültedeki iki sahneyi yardımcı oyunculara canlandırttım. Başoyuncuyla birlikte, bu üç sahneye dışardan baktık. Başoyuncu, bana dönüp şunları söyledi: "Galiba bunu hep yapıyorum; duygularıma ilgi göstermiyorlar ya da bana baskı yaparlar diye insanlara kızıyorum, ama bunu onlara söylemiyorum."

Yönetici baş-oyuncunun kahvaltı masasına geçmesini ve annesine olan kızgınlığını söylemesini istedi. Baş-oyuncu bunu yaptı, daha sonra da annesine sarılıp ağladı. Sonra sınıf sahnesine geçildi; baş-oyuncu orada da arkadaşlarına olan kızgınlığını ifade etti. Böylece, Goldman'ın ve Morrison'un (1984) belirttikleri tur tamamlanmış oldu; yani baş-oyuncu bugünden yola çıkıp geçmişe gitti, katarsis sağlayarak ve içgörü kazanarak günümüze döndü. (Baş-oyuncu kızgınlığını ifade ettiği sahnelerde, saldırgan ya da çekingen olmayan bir üslup kullandı; yani atılgan davrandı. Bu yüzden, kızgınlığını daha uygun bir şekilde ifade etmesi için uyarıda bulunmayı ya da kendisine uygun bir model göstermeyi düşünmedim.) Başoyuncu rahatladığını belirtti. Görüşme aşamasına geçildi.

196

Sosyometri ve Psikodrama

Yukarıdaki oyunu aktarırken, elden geldiğine özetleyebilmek için, ayrıntılara girmedim. Oyun sırasında, anne ve arkadaş rollerini oynayan yardımcı oyuncuların baş-oyuncu tarafından seçilmeleri ve eşlenerek role ısındırılmaları, daha önceki bölümlerde anlatıldığı şekilde gerçekleştirilmiştir.

Oyun sırasında ne kadar derinleşmeli?: Goldman ve Morrison'a ait yukarıda açıklanan strateji, ilginç ve uygulanması kolay gözükabilir. Ancak, baş-oyuncunun katarsis, içgörü ve bütünleşme elde etmesine katkıda bulunabilmek ve bütün bunların yanı sıra onun, fazlaca regresyona girip ruhsal yönden zedelenmesini önleyebilmek için, yöneticinin belirli düzeyde psikodrama bilgisine ve klinik tecrübesine sahip olması gerekir. Özellikle, yeterli düzeyde klinik tecrübeye sahip olmayan yöneticilerin, çekirdek çatışmaları ele almamalarında yarar vardır. Çekirdek çatışmalar genelde, başoyuncuların anneleriyle ve babalarıyla ilişkili erken çocukluk dönemi sorunlarını kapsar. Bu yüzden yöneticilerin çekirdek çatışmalara girmeleri demek, belirli bir risk almaları demektir. Böyle bir riske girip girmemek, yöneticiler için bir etik sorundur. Yönetici, çekirdek çatışmaların üstesinden gelebileceğine inanıyor bile olsa, eğer başoyuncuya ve gruba zarar verme ihtimali varsa, çekirdek çatışmalarından uzak durmalıdır. Üstelik bazen, yönetici bir çekirdek çatışmanın üstesinden gelebileceğini düşünse bile, grup böylesine bir sahneyi izlemeye hazır olmayabilir. Balt-ner'in de (1993) belirttiği gibi, eğer birbirlerini tanıyan kişilerden oluşan gruplarla, örneğin öğrenci gruplarıyla çalışıyorsak, birey odaklı incelemelere ve çekirdek çatışmalara girmemekte, grubun tümünü ilgilendiren sorunlara yönelmekte yarar vardır. Bu yüzden bir psikodrama yöneticisi, ne kadar derine ineceğine karar verirken, bütün bu faktörleri birden dikkate almalıdır. Bu düşüncenin ışığında, bugüne kadar üniversite öğrencileriyle gerçekleştirdiğim psikodramalarda, çekirdek çatışmaları da kapsayacak şekilde bireysel incelemeler yapmamaya özen gösterdim. Aslında, yukarıda verdiğim "televizyona

Psikodrama

197

çıkma istemeyen öğrenci" örneğinde de görüldüğü üzere, çekirdek çatışmalara inmediğimiz, daha yüzeysel katmanlarda kaldığımız durumlarda bile, birtakım ruhsal gelişmeler gözlenebilmektedir. Öyleyse, daha çok gelişme için -ifade yerindeyse daha çok kâr için- mevcut gelişmeyi / kârı tehlikeye sokmamakta yarar vardır.

Görüşme Aşaması

Oyun aşamasında baş-oyuncu için, duygusal ve bilişsel açıdan belirli bir doyum düzeyine ulaşıldığında, baş-oyuncu ile yönetici, oyunu sona erdirmeye karar verirler. (Genelde yöneticiler, oyunu sona erdirmek istediklerinde, baş-oyuncu-nun da fikrini alırlar.) Ancak oyunun sona ermesiyle psiko-drama sona ermez. Çünkü gerek baş-oyuncu, gerekse diğer üyeler, oyun sırasında önemli bir duygusal yaşantı geçirmişlerdir. Özellikle baş-oyuncu, oyunun bitiminde yorgun ve kaygılı olabilir; sahnede sergilediği duygulardan ötürü pişmanlık duyabilir. Bu yüzden oturumun sürdürülmesi gereklidir. Sahne boşaltılır; grup, başlangıçtaki gibi bir daire oluşturacak şekilde oturur; görüşme başlar.

Görüşme aşamasında, rol-geribildirim ve özdeşim-geri-bildirim verilir, paylaşımda bulunulur ve süreç analizi yapılır. Aşağıda sırayla açıklanacak olan bu etkinliklerden rol-geribil-dirimi, genellikle ilk önce verilirse de, baş-oyuncunun fazlaca sıkıntılı görülmesi durumunda, yöneticiler paylaşıma öncelik verebilirler.

Rol Geribildirim

Geribildirim, günlük yaşamın hemen her kesitinde, özellikle öğrenme sürecinde, vazgeçilmez bir yere sahiptir (Dökmen, 1982). Psikodramada da geribildirim, görüşme aşamasında önemli bir öğedir.

Rol-geribildiriminde, önce baş-oyuncu olmak üzere bütün yardımcı oyuncular, sahnede rollerini üstlendikleri kişilerin kimliklerinde neler hissettiklerini dile getirirler. Söz gelişi

198

Sosyometri ve Psikodi

bir oyunda bir başoyuncu, kardeşini canlandıran bir yardımcı oyuncuyla rol değiştirmiş bulunsun; yani oyunun belli bir anında baş-oyuncu kardeşinin rolüne, yardımcı oyuncu ise başoyuncunun rolüne girmiş olsunlar. Rol-geribildirim verilirken, başoyuncu hem kendisi olarak, hem de kardeşinin rolünde neler hissettiğini dile getirir. Kardeş rolünü oynayan yardımcı oyuncu da, hem kardeş rolünde, hem de başoyuncuyla rol değiştirdiğinde başoyuncunun rolünde neler hissettiğini dile getirir. Örneğin bu yardımcı oyuncu, "Ben kardeş rolüneyken kendimi itilmiş hissettim; başoyuncunun rolüne yani ağabey/rolüne girdiğimde ise kardeşimi kıskandığımı hissettim" diyebilir. Belli bir doğruluk payı içinde bile dinlenilmiş olsa, bu tür bir geribildirim başoyuncunun, içgörü kazanmasına yol açabilir. Diyelim ki başoyuncu günlük y a -şamda kardeşinin kendisine karşı itici davrandığını düşünüyorsa, yardımcı oyuncunun verdiği geribildirim sayesinde, aslında kendisinin kardeşine itici davrandığını, hatta kardeşini kıskandığını fark edebilir; ya da en azından, aldığı geribildirim, konu üzerinde ilerde düşünmesine yol açacaktır.

Özdeşim Geribildirim

Bazen grup üyeleri, hatta yönetici, sahnedeki kahramanlardan birisiyle özdeşim kurarlar, onu kendilerine yakın hissederler. İzleyicilerin bu durumu ifade etmelerine ise "özdeşim geribildirim" adı verilir. Örneğin, özdeşim-geribildiri-minde bulunan bir üye başoyuncuya, "şu sahnede kendimi sana yakın hissettim; benim de gözlerim yaşardı; eğer yerinde olsaydım ben de öyle davranırdım" der. Ya da bir başka üye, başoyuncunun babasını kendisine yakın bulduğunu belirterek, aslında o ortamda bulunmayan baba ile özdeşim kurduğunu ifade eder. (Katıldığım oyunlarda gördüğüm kadarıyla, başoyuncular, çatıştıkları anne ve babalarıyla bazı izleyiciler özdeşim kurduklarında, bu durumdan etkilenmekte, anne ve babalarına ilişkin tutumlarını gözden geçirme ihtiyacı duymaktadırlar.)

psikodrama

199

Özdeşim-geribildirim empatik tepkiden farklıdır. Özdeşimde, empati ile fazlaca bağdaşmayan sempatik bir tavır vardır. Özdeşim kuran, karşıdakini anlamak yerine -belki de anlamanın yanı sıra- onunla yandaş olmakta, ona benzemektedir.

Özdeşim-geribildirim, role-geribildiriminden de farklıdır. Rol- geribildiriminde, geribildirim veren kişi, rolünü üstlendiği kişiyi nasıl yaşadığını dile getirmekteydi. Özdeşim-geribildirim veren kişi ise, karşısındakine benzer bir duygusal yaşantı geçirdiğini, onunla bir ve beraber olduğunu dile getirir.

Verilen özdeşim-geribildirimleri, izleyicilerin oyundan ne ölçüde etkilendiklerini gösterir. Başoyuncunun ve yardımcı oyuncuların duygularını yeterince spontan sergilemeleri halinde, izleyicilerden gelen özdeşim-geribildirimlerinde artış olacaktır. İzleyicilerden özdeşim- geribildirim gelmesi ise, hem oyuncuların rahatlamasını sağlayacak, hem de grubun kaynaşmasına katkıda bulunacaktır.

Paylaşma

Psikodramada paylaşma önemli bir işleve sahiptir. Grup liderinin ya da oyunu izleyen üyelerin başlarından sahnede sergilenen olaya benzer bir olay geçmişse, bu durumun başoyuncuya iletilmesine "paylaşma (sharing)" adı verilir. Paylaşmada bulunmak isteyen üyeler, "Ben de buna benzer bir olay yaşadım..." ya da "Senin oyununu izlerken aklıma bir anım geldi..." diye başlayarak kendi yaşantılarından kesitler dile getirirler.

Paylaşmanın temel işlevlerini şöyle sıralayabiliriz:

(1) Paylaşma, insanlara belli duyguların evrenselliğini gösterir. Paylaşma sayesinde, başımızdan geçen bir olayın yalnızca bizim yaşantımızda ortaya çıkmadığını görürüz. Yalom'a (1992) göre, yaşantılarımızın evrenselliğini görmek, başlı başına tedavi edici etkiye sahiptir.

200

Sosyometri ve Psikodrama

Psikodrama sahnesinde baş-oyuncu, kendisi için önemli olan üzüntülerini, sevinçlerini, hayâl kırıklıklarını, belki de o güne kadar başkalarına hiç açmadığı duygularını ortaya koymuştur; bu yüzden tedirginlik içinde bulunabilir. Paylaşma sırasında bu baş-oyuncu, yalnız olmadığını, benzeri yaşantıları başkalarının da geçirdiğini görür, grup üyelerinin duygusal desteklerini hisseder ve rahatlar.

(2) Paylaşma, grup üyelerini birbirlerine yaklaştırır, grupta güven havası yaratır.

(3) Paylaşma sırasında bazı üyeler, sahnede izledikleri yaşantıya benzer kişisel yaşantılarından söz ederken, katarsis fırsatı bulurlar; içgörü kazanabilirler.

(4) Paylaşma, bazı üyelerin bir süredir unutmuş oldukları birtakım anılarını hatırlamalarına yol açabilir. Bu üyeler, paylaşma sırasında dile getirdikleri bu anılarını, gelecek oturumlarda oyun konusu yapmaya karar verebilirler.

Bana öyle geliyor ki:

Paylaşma, psikodramanın görgü kuralıdır; paylaşma bir tür nezaket gösterimidir. Bize derin duygularını açan, özel yaşantısını paylaşan bir baş-oyuncuya "teşekkür ederiz" demekle yetinenleyiz. Paylaşmanın karşılığı, paylaşma olmalıdır. Bir baş-oyuncuya yalnızca, biz de kendi iç dünyamızı açarak teşekkür edebiliriz.

Bu dünyada, kendimize ait bazı yaşantıları herkesten saklamaya da hakkımız vardır. Ancak pek çok yaşantımızı saklıyorsak, giderek kendimizi yalnız hissederiz. Eğer sırlarımızı/sakladıklarımızı, önümüze gelene söylersek, kendi hakkımızda dedikodu yapmış oluruz. Eğer sırlarımızı, sırlarım bizimle paylaşan birileriyle paylaşırsak, hem zenginleşiriz, hem de yalnızlıktan kurtuluruz.

Süreç Analizi

Süreç analizine, genellikle, bir ruhsal hastalık teşhisi almamış kişilerle sürdürülen gruplarda, daha çok da psikodrama eğitimi alan gruplarda yer verilir. Geribildirimlerden ve paylaşmadan sonra sıra süreç analizine geldiğinde grup yorulmuş

Psikodrama

201

olabilir. Bu yüzden süreç analizinin, dinlenme için verilen bir aradan sonra ya da en iyisi, bir sonraki oturumun başında yapılmasında yarar vardır. Özbek ve Leutz (1987), süreç analizinin, bir sonraki oturumun başında yapılmasını özellikle önermektedirler.

Süreç analizinin, yukarda ele alman diğer görüşme tekniklerinden önemli bir farkı vardır. Süreç analizinde oyun, teknik özellikleri açısından ele alınır, irdelenir; konuşmalar duygusal nitelikli olabileceği gibi entellektüel düzeyde de olabilir. Yönetici ve tüm grup üyeleri bu analizde, oyunun akışını ve oyunda kullanılan psikodrama tekniklerini gözden geçirirler; sosyometri açısından, özellikle de Rol Kuramı doğrultusunda oyun üzerinde tartışılır.

TEMEL PSİKODRAMA TEKNİKLERİ

Psikodramada kullanılan çok sayıda teknik vardır. Ancak buna rağmen, daha önce de belirttiğimiz gibi, belli oyunlarda mevcut tekniklerin yeterli olmaması durumunda, psikodrama yöneticileri, yeni oyunlar üretebilirler, uygulayabilirler.

Kaynaklarda çoğunlukla, psikodramada kullanılan tekniklerden üç tanesi "temel psikodrama tekniği" olarak adlandırılır. Bunlar, rol değiştirme, eşleme ve ayna teknikleridir. Bu tekniklere, "Kendini Takdim" ve "Kendi Kendine Konuşma" adı verilen teknikleri de katarak her birisini ayrı ayrı ele almak istiyorum.

Rol Değiştirme Tekniği

Psikodramada kullanılan bütün teknikler ilginçtir ve yerine göre etkili olabilir. Ancak tüm bu teknikler arasında en vazgeçilmezi, "olmazsa olmaz" olanı rol değiştirme tekniğidir. Psikodrama sahnelerinde binlerce oyun izleseniz, bu oyunlar içinde belki, yalnızca kısa sürmüş birkaç tanesinde rol değiştirme tekniğinin kullanılmadığını görebilirsiniz; bunun dışında, ortalama oyunların hemen tümünde rol değiştirme tekniğinin kullanıldığını görebilirsiniz.

202

Sosyometri ve Psikodrama

Birinci bölümde; Moreno'ya ait beş temel rol gelişim aşamasını sıralamıştık. Rol gelişimi, bu aşamalardan dördüncüsüne ve beşinçisine denk düşmektedir. Yani, söz konusu gelişim basamaklımdan ancak dördüncü ve beşinci basamaklara ulaşanlar, anneleriyle ya da karşılarındaki herhangi bir insanla rol değiştirebilirler.

Psikodrama oyun sırasında rol değiştirme tekniği uygulandığında, bir baş-oyuncu, o an ortamda bulunmayan bir tanıdığını temsil etmek üzere karşısında bulunan yardımcı oyuncu ile rol değiştirir. Söz gelişi bir baş-oyuncu, babasını temsil etmek üzere bir yardımcı oyuncuyu sahneye davet etmişse, bu baş-oyuncu) z a man zaman karşısındaki yardımcı oyuncu ile yer değiştirerek baba rolüne geçer. Bu sırada yardımcı oyuncu ise baş-oyuncunun yerine geçerek çocuk rolünü üstlenir. Baş-oyuncu, yardımcı oyuncu ile yer değiştirip "baba" rolüne girdiğinde, artık kendisi gibi değil, babası gibi hissetmeye ve davranmaya çalışır.

Rol değiştirme yaşantısı, surplus-reality'nin bir parçasıdır. Surplus-reality'nin yaşanmasında, rol oynama, önemli bir fonksiyona sahiptir. Başoyuncular rol değiştirerek, hem kendilerini, hem de rolüne girdikleri kişileri daha iyi tanıma şansına sahip olurlar

Rol değiştirmenin nasıl gerçekleştiğini bir örnek üzerinde görelim:

Diyelim ki l^ir baş-oyuncu (adı Ayşe olsun) babasıyla sahnede konuşacaktır. Ayşe, babasını temsil etmek üzere grup üyelerinden Ahmet'i seçmiştir. Yardımcı oyuncu rolünü üstlenen Ahmet sahneye geldiğinde, Ayşe Ahmet'in arkasında durarak, birkaç cümleyle eşleme yapar; yani babasının kişilik özelliklerini ve günlük yaşamda sahip olduğu rolleri Ahmet'e ve gruba tanıtır. Artık Ahmet ve Ayşe, baba-kız-olarak karşılıklı konuşmaya v^ ro 1 değiştirmeye hazırdırlar. Aralarında öylesine bir diyalog geçtiğini farzedelim:

Ayşe (kench rolünde): Baba arkadaşımın doğum günü partisi var. Ben de katılmak istiyorum.

Ahmet (baba rolünde): Hayır olmaz!

Yönetici (Ayşe'ye hitaben): Baban böyle mi söyler?

Ayşe: Hayır; pek uymadı.

Yönetici: O halde babanın yerine geç ve neyi, nasıl söyleyeceğini bize göster.

(Ayşe ile Ahmet yer değiştirirler; Ayşe'nin yerine geçen Ahmet, O'nun son cümlesini tekrarlar. I.Rol Değiştirme.)

Ahmet (Ayşe rolünde): ...Ben de katılmak istiyorum.

Ayşe (baba rolünde): Saat kaçta bu parti?

Yönetici: Tamam; rol değiştirin; eski rollerinize geçin.

(Tekrar rol değiştirirler; Ayşe kendi rolüne, Ahmet ise Ayşe'nin babası rolüne geçerler.)

Ahmet (baba rolünde): Saat kaçta bu parti?

Ayşe (kendi rolünde): Akşam 9 ile 12 arasında.

Ahmet: Çok geç. O saatlerde tek başına eve dönemezsin.

Yönetici (Ayşe'ye hitaben): Uydu mu?

Ayşe: Evet.

(Yönetici, devam edin anlamında bir işaret yapar.)

Ayşe: Ama baba, bütün arkadaşlarım gidiyor. Eğer ben gitmezsem...

Ahmet: O saate eve tek başına dönemezsin dedim sana.

Ayşe: Tamam öyle olsun...

(Ayşe, kapıyı çarparak odadan çıkar; daha sonra odasına gittiğini ve ağladığını söyler. Yönetici, önceki sahneye dönüşmesini ister. Ahmet baba rolünde, Ayşe kendi rolündedir. Kaldıkları yerden devam ederler.)

Ahmet (baba rolünde): O saatte eve tek başına dönemezsin dedim sana.

(Yönetici Ayşe'ye rol değiştirir. II.Rol Değiştirme.)

Sosyometri ve Psikodrama

(Ayşe baba rolündedir, Ahmet de Ayşe'nin rolünde. Yönetici baba rolündeki Ayşe'ye dönerek...)

Yönetici: Şu an babanın rolündesin ne hissediyorsun; başını yana çevir ve içinden geçenleri söyle.

(Ayşe bir süre düşünür, hiç bir şey söylemez. Yönetici, Ayşe'nin baba rolüne yeterince ısınmamış olduğunu düşünür ve biraz önce Ayşe'nin Ayşe rolünde söylediği sözlerin tekrarlanmasını ister. Baş-oyuncuyu girdiği role ısındırmak için I. deneme.)

Ahmet (Ayşe rolünde): Tamam öyle olsun...

Yönetici (Ayşe'ye): Ne hissediyorsun?

Ayşe (baba rolünde): Kızımı üzdüğüm için üzülüyorum.

Yönetici: Başka?

(Ayşe baba rolünde susmaktadır. Yönetici Ayşe'nin baba rolüne yeterince ısınmadığını düşünür ve ısınmasına yardımcı olmak için eşleme yapmaya karar verir. Yapacağı eşleme, Ayşe'ye babasının kişilik özelliklerini ve rollerini hatırlatmak olacaktır. Oyunun başında Ayşe, Ahmet'in arkasında durarak, Ahmet'i baba rolüne ısındırmak için, babasına ait özellikleri sıralayarak eşleme yapmıştı. Şimdi de yönetici aynı yolu deneyerek, Ayşe'yi baba rolüne ısındırmak için, Ayşe'nin babasına ait kişilik özelliklerini ve rolleri sıralayacaktır. (Baş-oyuncuyu girdiği role ısındırmak için II.deneme.)

Yönetici: Kırkbeş yaşındayım; bir oğlum, bir kızım var; onları seviyorum; eşimle iyi geçiniyoruz; bütün gün haftasonları da çalışmak zorundayım, çocuklarıma iyi imkân vermek istiyorum. (Bir süre sustuktan sonra Ayşe'ye) Şu an ne hissediyorsun?

Ayşe (Bir süre düşündükten sonra): Çocuklarımı seviyorum ve korkuyorum.

Yönetici: Niçin?

Ayşe: Onlara zarar gelebileceği düşüncesi beni korkutuyor. Dünya kötü; her gün neler duyuyoruz, okuyoruz; o yaştaki kız çocuğu gece sokakta tek başına olur mu? Kızımın üzülmelerini de istemiyorum; arada kalıyorum.

Yönetici: Eski rollerinize geçer misiniz.

(Ayşe kendi rolüne, Ahmet de baba rolüne geçer.)

Ahmet (baba rolünde): ...Kızımın üzülmelerini de istemiyorum; arada kalıyorum.

Yönetici (Ayşe'ye hitaben): Babanın düşüncelerini işittin. Şu an ne düşünüyorsun?

Ayşe (duygulanmıştır): O'nun aklından bunların geçebileceğini hiç düşünmemiştim; bizim için korkabileceğimi hiç düşünmemiştim. Eskiden, babamın benim duygulanım dikkate almadığını düşünüyordum, galiba bu kadar basit değil.

(Ayşe bu anda katarsis sağlamıştır. Biraz önce babasının rolüne girdiği zaman ise, babasının bakış açısını kavramış, babasının gözüyle kendisine dışardan bakmıştır. Bu durum, Ayşe için bir yeniliktir.)

Yukarıdaki diyalogun temel esprisi, Ayşe'nin babasıyla rol değiştirerek olaylara yeni bir bakış açısı kazanmasıdır. Söz konusu rol değiştirme sırasında, baş-oyuncuyu girdiği role ısındı-rabilmek için yönetici iki ayrı yaklaşım denemiştir. Bunlardan birincisinde, yardımcı oyuncu Ahmet, Ayşe'nin karşısında, onun bir önceki rolünde söylediği son sözleri tekrarlamıştır; örneğin Ahmet, Ayşe'nin ağzından "Tamam öyle olsun... demiştir. Bu yaklaşım, baş-oyuncunun baba rolüne kısmen ısınmasına yol açmıştır. (Söz konusu yaklaşım, yanı birbirleriyle rol değiştiren üyelerin, birbirlerinin son sözlerini tekrarlamaları, diyalogların akıcılığına da katkıda bulunur.)

' Başoyuncu girdiği role ısındırabilmek için yöneticinin başvurduğu ikinci yaklaşım ise, babasıyla ilgili olarak baş-oyun-cuyu eşlemek olmuştur. Yönetici, gerçekleştirdiği eşleme sırasında baş-oyuncunun arkasında durup, "Kırkbeş yaşındayım diye söze başlayarak baş-oyuncunun babasına ait kişilik özelliklerini ve sahip olduğu rolleri sıralamıştı. Bu yak aşım ise, baş-oyuncunun babasının rolüne girmesine önemli ölçüde katkıda bulunmuştu. Yöneticiler tarafından gerçekleştirilen bu tür eşlemeler, genellikle başoyunculara* karşılanndaki kışıürin

206

Sosyometri ve Psikodrama

rollerine girmelerini kolaylaştırır. Çünkü bu tür eşlemeler başoyuncunun, o güne kadar sahip olmadığı bir bakış açısına sahip olmasına, âdeta başoyuncunun yeni bir konuma yerleşerek olaylara bakmasına yol açmaktadır. O güne kadar A y ş e babasına hep kendi bulunduğu konumdan bakmış ve babasını "izin vermeyen, engelleyen baba" rolünde algılamıştır. Yukarıdaki sahnede ise Ayşe, babasının konumuna/rolüne geçtiğinde, babasına ait bir başka rol ile tanışmıştır. Ayşe'nin yeni tanıştığı bu rol "çocuklarına zarar gelmesinden korkan baba" rolüdür. Babaya ait bu ikinci muhtemel rolün, Ayşe için bir alternatif düşünce oluşturduğunu düşünebiliriz. Bu alternatif düşünce, Ayşe'nin ufkunu genişletmiş. O'nun babasına farklı bir açıdan bakmasına yol açmıştır.

Yukarıda Ayşe, babasıyla rol değiştirerek olaylara onun bakış açısıyla bakmayı öğrendi. Diğer bir ifadeyle Ayşe, babasıyla empati kurdu.

Karşısındakinin rolünü alma ile empati kurma arasında doğrudan ilişki vardır, insanlar ben-merkezci (ego-santrik) davrandıkları zaman, karşılarındaki insanın rolünü alamazlar; olaylara yalnızca kendi bakış açılarıyla bakarlar. Bir insan, ancak karşısındakinin rolüne girdiği zaman, onunla empaü kurabilir, olaylara onun bakış açısıyla bakabilir. Rol alma, algısal, bilişsel ve duygusal rol alma olmak üzere üç türdür. Üçünü birlikte gerçekleştirebilen kişiler, karşılarındakiyle gerçek anlamda empati kurabilirler (Kurdek ve Rodgon, 1975; Ford, 1979; Cox, 1980; Dökmen, 1994). Empati kurmanın ilk basamağı algısal rol almadır; bunu diğerleri izlemelidir. (Algısal anlamda rol almak demek, fiziksel olarak karşımızdakinin konumuna girmeden onun konumu hakkında doğru bilgi sahibi olmak demektir. Eğer fiziksel olarak da karşımızdakinin rolünü alırsak, bu durum o kişiyle empati kurmamızı kolaylaştırır. Rol değiştirmenin esprilerinden birisi de, fiziksel anlamda kar-şıdakinin rolünü alarak empati kurmayı kolaylaştırmaktır. Bu

Psikodrama

207

konuya aşağıda "Eşleme" başlığı altında tekrar değineceğiz.)

O

Yukarıdaki örnekte Ayşe, algısal, bilişsel ve duygusal açıdan babasının rolünü alarak onunla empati kurmuştur. (Ayşe, fiziksel anlamda/algısal anlamda babasının rolünü alarak, Ayşe rolünü oynayan yardımcı oyuncuya, dolayısıyla kendisine dışardan, babasının gözüyle bakmıştır; daha sonra da bilişsel ve duygusal açıdan da babasının rolüne girebilmiştir.) Bu tür bir yaşantı geçirmemiş olanlar ya da geçirmiş olsalar bile bunun farkına varmamış olanlar, Ayşe ile ilgili örneği abartılı bulabilirler. Oysa rol alma sonucunda, başka insanlara yönelik bakış açılarımızın değişmesi olayına, psikodrama sahnelerinde sıklıkla ras-larız. Fiziksel anlamda karşımızdakinin konumuna/rolüne girmek, duygusal ve bilişsel açıdan da onun konumuna girmemizi kolaylaştırır. Aslında bu tür bir yaşanüyı, psikodrama olmaksızın günlük yaşamımızda da gerçekleştirmemiz mümkündür. Diyelim ki, rolünü iyi ezberlemiş olan, üstelik yıllardır sahnelere çıkmakta olan bir aktör, tiyatro sahnesine her çıktığında aşırı heyecanlanmaktadır. Siz ise onun niçin bu kadar heyecanlandığını anlayamıyorsunuz; yani onunla empati kuramıyorsunuz. Eğer bir tiyatro öncesinde, seyircilerin doldurduğu tiyatroya, perdenin gerisindeki küçük bir aralıktan birkaç saniyeliğine bakarsanız, size çevrilmiş yüzlerce gözle karşılaşırırsınız; işte o anda, o heyecanlı aktörün niçin heyecanlı olduğunu anlamanız ihtimali yüksek olacaktır.

Bizler psikodramada, yukarıdaki heyecanlı aktör örneğinde olduğu gibi insanları doğal ortamlara götürmüyoruz; doğal ortamları psikodrama sahnesine taşımaya çalışıyoruz.

Rol değiştirmenin işlevlerini maddeler halinde şöyle sıralayabiliriz:

* Algısal ve bilişsel rol almaya ağırlık veren, karikatür dizilerinden oluşturulmuş Rol Alma Testi adlı bir ölçme aracı tarafından geliştirilmişti (Dökmen, 1990).

208

Sosyometri ve Psikodrama

(1) Baş-oyuncu, yardımcı oyuncuyla rol değiştirerek, ona rolünü nasıl oynayacağını gösterir. Yukarıdaki Ayşe örneğinde, I.rol değiştirmenin amacı, Ayşe'nin babası rolünü oynayacak olan yardımcı oyuncuya (Ahmet'e), baba rolünü nasıl oynayacağını göstermektir. Rol değiştirmenin buradaki işlevi, yalnızca baş-oyuncunun kafasında

varolan birtakım sahnelerin yaratılabilmesidir. Üretilen bir sahne, gerçek yaşama tam benzemiyor olabilir; örneğin Ayşe'nin babası gerçek yaşamda Ahmet'in söylediklerini tam olarak söylemeyebilir. Bu önemli değildir. Önemli olan Ayşe'nin kafasındaki "baba" motifinin sahnede tam olarak canlandırılabilmesidir. İşte bu canlandırmayı sağlayabilmek için, Ayşe'nin karşısındaki yardımcı oyuncunun rolüne girip, ona kafasındaki gerçeği aktarması gerekmiştir.

(2) Baş-oyuncular karşısındaki yardımcı oyuncu ile rol değiştirerek, bu oyuncunun temsil ettiği kişinin bakış açısını alabilirler, o kişiyle empati kurabilirler. Rol almak, empati kurmanın ilk basamağıdır. Ancak, algısal, bilişsel ve duygusal açıdan başka insanların rollerini alarak onlarla empati kurabiliriz. Yukarıdaki örnekte görülen II.rol almanın amacı, Ayşe'nin babasıyla empati kurabilmesine yardımcı olmaktır.

(3) Karşısındaki yardımcı oyuncu ile rol değiştiren bir baş-oyuncu, kendisine dışardan, üstelik bir başkasının gözüyle bakma şansına sahip olur. Örneğimizdeki Ayşe, babasının rolüne girdiğinde, yardımcı oyuncu Ahmet de Ayşe'nin rolünü üstlenmişti. (Ahmet, Ayşe rolüne her girdiğinde, onun biraz önceki son cümlesini tekrarlamaktaydı.) Bu durumda Ayşe, babasının rolünderken, babasının gözüyle, âdeta bir aynaya bakar gibi kendisine dışardan bakabilmiştir.

(4) Rol değiştirme tekniğinden yararlanılarak birtakım diyaloglar gerçekleştirildiğinde, başoyuncuların içgörü kazanmaları kolaylaşır. Söz konusu içgörüye yol açan şey, baş-oyun-cunun yeni bakış açıları kazanmasıdır. Kanımca, diyalog kurduğu kişinin rolüne girerek yeni bakış açıları kazanan bir başoyuncu, bu kişiye ait muhtemel alternatif düşünceleri görme şansına da sahip olmaktadır. Örneğin Ayşe, babasının o güne

Psikodrama

209

kadar "engelleyen, izin vermeyen baba" rolünde algılamaktaydı. Psikodrama sahnesindeki rol değiştirme sırasında Ayşe, babasına ait olabilecek yeni bir rol ile, diğer bir ifadeyle bir alternatif düşünce ile tanıştı: bu rol/bu alternatif düşünce biçimi ise "çocuklarına zarar gelmesinden korkan baba" rolüydü. Bu gerçeği fark etmek, Ayşe'nin babasıyla olan çatışmalarına yeni bir boyut getirecektir. Ayşe, hem babasına yönelik bazı davranışları hakkında içgörü kazanabilecek, hem de edindiği yeni bilgiden ötürü babasına karşı daha hoşgörülü olabilecektir.

(5) Rol değiştirme, baş-oyuncunun, -hatta yardımcı oyuncunun da- spontanlığını artırır.

(6) Rol değiştirmenin bir başka işlevi ise, kitabın birinci bölümünde de belirtildiği gibi, oyuncuların (gerek baş-oyun-cunun gerekse yardımcı oyuncuların) rol repertuarlarını genişletmesidir.

Eşleme Tekniği

Eşleme tekniği, Moreno'nun tanımladığı rol gelişim aşamalarının ilk iki basamağından kaynaklanmaktadır.

Hatırlanacağı üzere bu basamaklarda çocuk, kendisi ile dış dünya arasında bir ayırım yapamıyor, annesini ve dış dünyadaki her şeyi kendisinin bir uzantısı olarak algıliyordu. Bu dönemde anne, çocuğun birtakım ihtiyaçlarını, duygularını keşfederek, anlayarak çocuğa yardımcı olmaya çalışır. Moreno'ya ve izleyicilerine göre, çocuk ile annesi arasındaki bu etkileşimin bir benzeri, psikodrama sahnelerinde eşleme yapan kişi ile eşlenen başoyuncu arasındaki etkileşime benzemektedir (Moreno, 1975; Özbek ve Leutz, 1987). İster yöneücü, isterse grup üyelerinden birisi olsun, eşlemeyi yapan kişi, anneleri hatırlatan bir rolü, kendisine eşleme yapılan başoyuncu ise çocukları hatırlatan bir rolü üstlenmektedir. Eşlemeyi yapan kişi, kendisini eşlediği kişinin yerine koyarak, onun duygu ve düşüncelerini doğru olarak kavramaya ve iletmeye çalışır. Bu yaklaşım, eşlenen kişinin sahip olduğu bazı duygu ve düşüncelerin farkına varmasına ve onları açıkça ifade edebilmesine yardımcı olur.

210

Sosyometri ve Psikodrama

Eşleme türleri ve eşlemenin işlevi: Eşleme denildiğinde akla ilk önce, başoyuncuya yönelik eşlemeler gelmektedir. Ancak, başka tür eşlemeler de vardır. Bu yüzden, yapılabilecek eşlemeleri, bu eşlemelerin amaçlarını da belirterek sınıflamak istiyorum. Eşleme türleri şunlardır:

(1) Başoyuncuya yönelik eşlemeler: Yönetici, eş-ego ya da grup üyelerinden birisi başoyuncuyu eşler. Bu eşleme, empa-tiye benzer, ancak bazı yönlerden empatiden farklıdır. Burada söz konusu olan eşlemenin amaçları, başoyuncuyu oyuna ısındırmak, spontanlığını artırmak, onun katarsis ve içgörü elde etmesine yardımcı olmaktır.

(2) Başoyuncunun yardımcı oyuncuya yönelik eşlemesi: Oyuna başlamadan önce başoyuncu, karşısında belli bir rolü oynayacak olan yardımcı oyuncuyu/oyuncuları role ısındırmak amacıyla eşleme yapar. Bu eşleme sırasında başoyuncu, yardımcı oyuncunun temsil edeceği kişinin kişilik özelliklerini ve sahip olduğu rolleri dile getirir.

(3) Yöneticinin ya da izleyicilerin yardımcı oyuncuya yönelik eşlemeleri: Oyun içinde bazen, yöneticiler ya da izleyiciler, başoyuncuya doğrudan mesaj vermek yerine, yardımcı oyuncular aracılığıyla mesaj göndermeyi tercih ederler. (Burada imalı/dolaylı bir iletişim değil, psikodramanın doğasına uygun bir etkinlik söz konusudur.) Bu tür eşleme, ketlendiği durumlarda başoyuncuyu harekete geçirebilmek, içgörü kazanmasına yardımcı olmak ya da başoyuncunun yeni davranışlar denemesini sağlamak amacıyla yapılır. Yardımcı oyuncuların eşlenmeleri, söz konusu faydaların yanı sıra, bu oyuncuların spontanlıklarının artmasına da kaduda bulunabilir.

Bu tür eşlemenin nasıl yapıldığı konusunda bir örnek verelim. Diyelim ki erkek bir başoyuncu ile bu kişinin karısını temsil eden bir yardımcı oyuncu arasındaki tartışma sahnede canlandırılıyor. Baş-oyuncu öfkelenmiş,

katarsis sağlamıştır. Yönetici, artık karı-koca arasında uzlaşmaya yönelik bir şeyler yapılmasını istemektedir; ancak baş-oyuncu uzlaşmaya yönelik bir adım atmamaktadır. Yöneticinin "Haydi barışın" demesi

Psikodrama

211

işlevsel değildir. Bu durumda yönetici, uzlaşmayı sağlamak amacıyla çeşitli yollara başvurabilir. Denenebilecek yollardan birisi de, baş-oyuncunun karısı rolünü oynayan yardımcı oyuncuyu eşleyerek, başoyuncuya mesaj iletmektir. Örneğin yönetici yardımcı oyuncuyu eşleyerek, "Bu öfkeli halinden sıkıldım, lütfen oturur musun, sakın bir şekilde konuşalım" diyebilir. Yardımcı oyuncu da, kendisine yönetici tarafından söylenen bu sözleri, aynen baş-oyuncuya tekrarlar.

(4) İzleyicilere/gruba yönelik eşleme: Sahnedeki oyunda kısır döngü ortaya çıktığında ya da baş-oyuncu yeterince spon-tan olamadığı için oyun çıkmaza girdiğinde, izleyicileri eşlemek yararlı olabilir. Bu gibi durumlarda, yönetici ya da bir üye, izleyicilerin arkasına geçerek, "Sıkıldığımı hissediyorum" ya da "X"in (baş-oyuncunun) bir çözüm bulabilmesi için acaba nasıl yardımcı olabilirim" şeklinde eşlemelerde bulunurlar. Bu tür eşlemenin temelde üç faydası olabilir: Öncelikle bu tür eşlemeler, baş-oyuncuları harekete geçirir, onların spontan-lıklarının artmasına katkıda bulunabilir, ikinci olarak, böyle bir eşleme, grubu harekete geçirir; örneğin bazı izleyicilerin sahneye gelerek baş-oyuncuyla eşleme yapma ihtimallerini artırır, izleyicilerin eşlenmesi üçüncü olarak da, sahnede şimdi ve burada ilkesine aykırı davranışlar sergileyen bir baş-oyun-cunun şimdiye ve buraya çekilmesine yardımcı olur. Baş-oyuncuya eşleme yapacak olan yönetici ya da bir grup üyesi, baş-oyuncunun biraz yanında ve arkasında olmak üzere durur; bu kişi kendisini baş-oyuncunun yerine koyarak, olaylara onun bakış açısıyla bakmaya, onun duygu ve düşüncelerini doğru olarak anlamaya ve hissetmeye çalışır ve bu durumu ona kısaca ifade eder. Burada yapılan, bir tür empati kurmaktır. (Eşleme ile empati arasındaki benzerlik ve farklılık, aşağıda "Empati türleri" alt başlığı altında tartışılacaktır.) Başoyuncuya yöneltilen bu empatik tepki, baş-oyuncunun içindeki gerçeğe uyarsa, baş-oyuncu başını sallayarak ya da "evet" diyerek bu durumu ifade eder. Eğer yapılan eşleme/kurulan empati, baş-oyuncunun iç gerçeğine uymazsa, baş-oyuncu bu durumu da ifade eder.

212

Sosyometri ve Psikodram

Yapılan bir eşleme, diğer bir söyleyişle verilen empatik tepki, eğer baş-oyuncunun iç gerçeğine büyük ölçüde uyarsa, bu durumda ilginç sonuçlar ortaya çıkmaktadır. Uygun bir eşleme, her şeyden önce, oyunun akışını hızlandırmakta, başoyuncunun spontanlığını, yaratıcılığını ve sahnede sergilediği üretkenliği artırmaktadır. Eşlemeyi yapan kişi, baş-oyuncunun içinde saklı bulunan, ancak henüz farkına varmamış olduğu duygularını açığa çıkarabilir. Kaliteli bir eşleme, baş-oyuncu-nun birtakım iç yaşantılarını fark etmesine katkıda bulunabilir. Bu yüzden olsa gerek, zaman zaman uygun eşlemelerle karşılaşan baş oyuncuları katarsis yaşadıkları, örneğin ağladıkları görülür. Diyelim ki geçmişteki bir olay sırasında kendisini yalnız hisseden ve o olayı bugün psikodrama sahnesine taşıdığına yine kendisini yalnız hissetmekte olan bir başoyuncu var. Yönetici ya da yöneticinin izin vermesiyle grup üyelerinden birisi, baş-oyuncunun arkasında durarak "kendimi şu an yalnız ve terk edilmiş hissediyorum" diyerek eşlemede bulunmuş olsun. Eğer bu durumda, (1) yapılan eşleme baş-oyuncunun iç gerçeğine uygunsa ve (2) eğer baş-oyuncu o an yeterince ısınmışsa, yapılan bu eşleme karşısında başoyuncu, büyük bir ihtimalle ağlayacak ya da en azından duygulanacaktır. Bu çok doğaldır. Çünkü o an baş-oyuncu, benliğinin derinliklerinden gelen, bir duygu ile karşılaşmıştır; ve çünkü o an baş-oyuncu, kendisini anlayan (onunla empati kuran) insanlar arasındadır.

"Yapılan eşlemeler gerçekten işe yaramakta mıdır, yoksa bir kandırmaca mıdır?" şeklinde bir soru sorabilirsiniz. Bu konuda, psikodrama sahnelerinin sıcak atmosferini birçok defa yaşamış bir kişi olarak şunu söylemek isterim: Psikodrama ortamına özgü öylesine bir atmosfer vardır ki, bu atmosfer içinde, kandırmacalar, gerçek-dışı sözler uçup gider; geride yalnızca sahnedekilere ait gerçekler ayakta kalır. Pek çok defa hayretle şunu görmüşümdür: Oyun sahnesinden sonra görüşme sahnesine geçildiğinde, başoyuncular, biraz önce kendilerine yapılmış eşlemelerden yalnızca içlerindeki gerçeğe uyanları hatırlamaktadırlar: kendilerine uygun olmayan eşlemeleri, Psikodrama

213

gerçeğe parmak basmayan empatik tepkileri hatırlamamaktadırlar. Uygun olmayan eşlemeler, âdeta başoyuncuların zihninden teğet geçmiştir; iz bırakmamıştır.

Eşleme, rol alma ve taklit: Bir eş-ego, başoyuncuyla birlikte sahnede dolaşırken, onun vücut şeklini takinmaya çalışır. Aynı şekilde başoyuncuyla eşleme yapmak, onunla empati kurmak isteyen üyeler de, başoyuncunun yüz ve beden hareketlerini takindikten sonra sözel ifadeler ortaya koyarlar. Başoyuncunun yüz ve beden duruşunu aynen takinmak demek, onu taklit etmek demektir. Ancak burada basit bir taklit söz konusu değildir, buradaki taklit, kurulacak empatinin ilk basamağını oluşturmaktadır. Şöyle ki: Empati kurmak istediğimizde, algısal, bilişsel ve duygusal açıdan karşımızdakinin rolüne girebilmemiz gerekiyordu. Eğer başoyuncunun konumuna girer, onun vücut hareketlerini takinirsek, algısal açıdan bu başoyuncunun rolünü almamız kolaylaşır. Algısal rol almayı bilişsel ve duygusal rol almanın izlemesi halinde, baş-oyuncuya işe yarar empatik tepkiler verebiliriz.

Taklit etme davranışının, empatik beceriyi kazanma sürecinde bir başlangıç noktası olduğu düşünülebilir. Araştırmalara göre, iki günlük bebekler, ağlamakta olan bir diğer bebeğe, onun vokal özelliklerine uygun bir ağlama ile eşlik etmekteymişler (Simner, 1971; Sagi ve Hoffman, 1976). Hoffman (1975), bebeklerin bu davranışlarını, ilerdeki empatik ilgilerine ilişkin bir müjde kabul etmektedir (Dökmen, 1988-c). Bebeklerin söz konusu davranışları şüphesiz ki, tam anlamıyla empati sayılamaz; bu davranışın "taklit" olarak tanımlanması gerekir. Ancak, kaliteli bir empatik tepkiye giden gelişme sürecinin ilk basamağında taklit davranışının bulunduğunu düşünmek yanlış olmasa gerek. Taklit, gelişme sürecinde belli bir işleve sahip olmanın yanı sıra, empati kurma becerisini kazanmış yetişkinlere de yardımcı olma özelliğine sahiptir. Günlük yaşamda ya da psikoterapi/psikolojik danışma ortamlarında, empati kuracağımız kişinin beden duruşuna az çok benzer bir duruş aldığımızda, empati kurmamız kolaylaşır. Aynı şey psikodrama

214

Sosyometri ve Psikodrama

için de geçerlidir. Yukarda da belirttiğimiz gibi, baş-oyuncuya eşlemede bulunmak isteyen üyeler ya da yöneticiler, onun beden duruşunu taklit ederek işe başlamalıdır. Söz konusu taklit davranışı ile fizyolojik süreçler arasında da bir ilişki bulunduğunu düşünebiliriz.

Belli duygusal yaşantılara, belli davranışlar, belli yüz ve beden yapıları eşlik eder. Örneğin korku duygusunu yaşarken, yüzümüzle ve bedenimizle de korkulu bir tavır sergileriz. Belirli bir duyguyu yaşamadığımız anlarda, genelde o duyguya eşlik eden beden hareketini takınırsak, söz konusu içimizde belirme ihtimali de artar. Örneğin korkulu bir tavır takındığımızda, korku duygusunu yakalama şansınız artar. İşte, eşleme yapacak/empati kuracak kişinin, başoyuncunun davranışlarını taklit ederek işe başlaması bu yüzden etkilidir.

Baş-oyuncuya yönelik eşleme nasıl yapılır?: Eşleme yapmanın oldukça değişik yolları vardır. Bir yönetici, bu yollardan hangisini ne zaman kullanacağına karar verirken, öncelikle, baş-oyuncunun o andaki ihtiyaçlarını dikkate almalıdır. Aşağıda sıralayacağımız eşleme yollarından her birisi, yerine ve zamanına göre yararlı olabilir.

Başoyunculara yönelik eşleme yaparken kullanabileceğimiz yollardan bazıları şunlardır:

(1) Sıklıkla başvurulmuş eşleme şekli: Eşlemeyi yapacak kişi (yönetici, eş-ego ya da grup üyelerinden herhangi birisi), başoyuncunun biraz yan ve arkasında durup, onun beden hareketlerine benzer bir tavır takındıktan sonra, başoyuncuya ait duygu ve düşünceleri, onun adına sözel olarak ifade eder. Örneğin "Şu an kendimi çok gergin hissediyorum" der. Burada, eşleme yapan kişi, aslında başoyuncuyla empati kurmaktadır. Ancak burada empatinin iletiliş biçimi, alışageldiğimiz empa-tik tepkilerden biraz farklıdır. Bir psikoterapi/psikolojik danışma ortamında, terapistler /danışmanlar, empati kurarken, öznesi "sen" olan cümleler kullanırlar; örneğin "Şu an kendini gergin hissediyorsun" derler. Eşleme yaparken ise, eşleme yapan kişi baş-oyuncuya empatik tepkisini, öznesi "ben" olan Psikodrama

215

cümlelerle iletir; örneğin "kendimi gergin hissediyorum" d e r Psikodramada bu ifade şekliyle, anne-bebek birlikteliğine b e n -zer bir ilişki yaratılmak istenmektedir.

Bu şekilde yapılan bir eşlemeyi, eğer baş-oyuncu iç gerçeğine uygun bulursa kabul eder, bulmazsa etmez. Baş-oyuncu-nun yapılan eşlemeyi uygun bulmaması durumunda, ısrarcı olmamak gereklidir.

(2) Bazen yarım bırakılmış cümlelerle eşleme yapılır. Ö r -neğin başoyuncunun arkasında duran kişi, "Şu anda ben ..." der ve susar; ya da "Bazen düşünüyorum da ..." der ve susar. Bu tür yarım bırakılmış cümleleri başoyuncunun tamamlaması istenir.

Bu eşleme şekli, Projektif tekniklerden birisi olan cümle tamamlama testini hatırlatmaktadır. Böylesine bir eşlemeyi, başoyuncuyu hiçbir şekilde yönlendirmek istemediğimizde tercih ederiz. Çünkü yukarıdaki birinci maddede ifade edilen eşleme şeklinde, az da olsa y ö n l e n d i r m e vardır. Fakat cümleyi yarım bıraktığımızda, başoyuncuya, içindeki gerçeği araştırma ve özgürce ifade etme şansı vermiş oluruz.

Eğer yöneticinin kafasında oyunla ilgili olarak belli bir hipotez varsa, yukarda belirtilen birinci tür eşlemeyi tercih etmelidir; eğer yönetici kafasında belirli bir hipotez olmaksızın başoyuncuya ait gerçeği araştırmaya çalışıyorsa, yarım bırakılmış cümlelerle eşleme yapması daha uygun olur.

(3) Başoyuncuya ait sözsüz mesajlar sözelleştirilerek eşleme yapılabilir. Örneğin bir başoyuncu dişlerini ve yumruklarını sıkıyor ancak sessiz kalıyorsa, eşleme yapan kişi "Bu beni sinirlendiriyor" diyerek sözsüz mesajları sözelleştirebilir (Blat-ner, 1993).

Başoyuncuya ait sözsüz mesajların, yalnızca betimlenmesi yoluyla da eşleme yapılabilir. Örneğin, baş-oyuncuyu gözleyen kişi, "Sürekli ayağımı sallıyorum" diyebilir (Zigler, 1991). (Bu tür eşlemeler, görünürde yalnızca betimleme iseler de, dolaylı bir yüzleştirme ya da yorum olarak da düşünülebilirler. Yüzleştirmeden ve yorumdan aşağıdaki maddelerde söz edeceğiz.)

216

Sosyometri ve Psikodra

(4) Bazen, yüzleştirme (co>frontation) yapılarak eşleme gerçekleştirilebilir. Bu tür eşleje daha çok, baş-oyuncunun duygularıyla ya da anılarıyla <lavraruŞlan çelişkili olduğunda, ya da baş-oyuncu afnksiyönel davranışlar sergilediğinde tercih edilir. Örneğin baş-oyuncu" ofkeh olmasına rağmen gü-lümsüyorsa, yönetici

"Öneliyim ama gülümsüyorum" diyebilir. Yüzleştirme niteliğindeki hv î"r. e ? l e m e l e r , baş-oyuncula-rm içgörü kazanmalarına katkıda bulunabilir.

Yüzleştirme ile yorumlama pasında benzerlik vardır. Ancak aşağıda ll.madde de belirtileceği gibi, yüzeysel sebep göstermeler şeklindeki doğrudan yorumlardan kaçınmak gereklidir. Aynı şekilde yalnızca bir çelişme parmak basan, kuru yüzleştirmelerden de kaçınmak gerendir. Gerek bireysel görüşmelerde yapılan, gerekse psikodramada eşleme yoluyla yapılan yüzleştirmelere, empat i k anlı[?ış v e say& ifadesi, mutlaka eşlik etmelidir. Çünkü, empatinin/e saygının eşlik etmediği bir yüzleştirme, eleştirme olmanın ötesine geçmez.

(5) Bazen hiciv ile yüzleştirme kaynaştırılarak eşleme yapılabilir. Bu konuda iki örnek vermek istiyorum. Diyelim ki baş-oyuncu, bilişsel- davranışçı yaklaşımdaki anlamıyla irasyo-nel düşüncelere sahiptir; yönetici "Tabı canım, bütün aksilikler beni bulur" diyebilir, ^a da başoyuncu yaşamında, Tran-saksiyonel Analiz'deki a n l a "11 ^ birtakım oyunlar sergilemektedir; yönetici bu davranma Rikkat Çekmek amacıyla "Aman Tanrım, işte yine başladım-" diyebilir. (Transaksiyonel Ana-liz'deki oyunlar için Eric Berne'ne (1976) bakılabilir.)

Aslında mizah, psikoterapide/psikolojik danışmada ve dolayısıyla psikodramada, yerine g"re kullanıldığında etkili bir araç olabilir. Doğrudan y°rum niteliği taşımayan yüzleştirmelerin, zaman zaman bir espriyle bağdaştırılarak mizahi bir anlayışla sunulabileceği görüşündeyim.

(6) Baş-oyuncuya ait sözlü mesajlar, eşleme yapan kişi tarafından sözsüz mesajlarla ifade edilebilir. Örneğin baş-oyuncu kardeşini çok sevdiğini söylüy01" anca* o n d a n uzak duruyorsa, eş-ego, kardeşi canlandıran yardımcı oyuncuya sevgiyle yaklaşabilir, ona dokunabilir.

Psikodrama

217

(7) Başoyuncunun birtakım duygularını destekleyerek eşleme yapı]abiür. örneğin baş-oyuncu karşısındakine "ısrar etme istemiyorum" diyorsa, eşleme yapan kişi "kaç defa söyleyeceğim sana, ısrar etme" diyebilir. Bu tür bir eşleme, başoyuncunun içindeki gerçeğin vurgulanması anlamına gelmektedir.

(o) Baş-^yyncunun sıklıkla kullandığı savunma mekanizmaları sozellçşnYiiererek eşleme yapılabilir; örneğin "Ah, aksilik olmasaydı bçn yapardım" denilerek mantığa bürüme mekanizması, ya da "hiçbir şey hissetmiyorum" denilerek izolasyon mekanizması vurgulanabilir (Blatner, 1993). Kanımca bu tür eşlemeleri de bir tür yüzleştirme kabul edebiliriz.

(9) Eşleme

yapan kişi başoyuncuya ilişkin gözlemlerini sözelleşdrebiir; örneğin "terledim" ya da "yine kızardım" diyebilir.

(10) Şimdi ve buradaki duygular üzerinde konuşularak eşleme yapılabilir.

Örneğin, "Benim için önemini yitirmiş eski bir olaydan sö2 ettiğimi sanıyordum; ama yine de heyecanlandım" diyebilir.

(11) Yor

Urn]arna

yoluyla eşleme yapılabilir. Ancak psiko-dramada yorum yapmak, tartışmalı ve riskli bir konudur. Bazı psikodrama kuramcıları, her türlü yoruma tamamen karşıdırlar, ya yorumd^n hiç söz etmezler ya da yoruma karşı olduklarını belirtirler (Özbek ve Leutz, 1987). Bu arada bazı kuramcılar ise, dıkkarji bir şekilde yorum yapılabileceğini belirtirler (Blatner, 1993).

Bence yalrxızca yöneticiler tarafından gerekli görülen durumlarda yorurn yapılabilmelidir. Ancak yapılacak yorumlar, günlük dilde yapageldiğimiz şekilde, yüzeysel ve doğrudan bir sebep açıklam^ şeklinde olmamalıdır. Örneğin "Sen babanı bile bile kızdırd,n" şeklinde bir yorum ya da "Ben babamı bile bile kızdırdım" şeklinde bir eşleme kesinlikle yapılmamalıdır. Çünkü bu tür yorumlar, Öztürk'ün de (1985) belirttiği gibi yalancı psikanaliz" olmanın ötesine geçmez.

218

Sosyometri ve Psikodi

Psikodramada yönetici, psikanalitik yaklaşımdaki kadar sık olmamak kaydıyla, yorum yapabilmelidir. Bu yorumlar başoyuncuya davranışlarının sebeplerini göstermek amacıyla eşleme içine sindirilmiş halde uygun sorular sorularak yapılmalıdır. Soru olmaksızın, doğrudan yorum yapmaktan kaçınmakta yarar vardır. Örneğin yönetici, eşleme ile birleştirerek şöyle bir yorum yapabilir: "Şu an rahat konuşmamı engelleyen bir şeyler var; acaba ne olabilir?". Bu tür bir yorum, yarım bırakılmış cümlelerle yapılan eşlemeleri hatırlatan ve başoyuncuya duygularını projekte etme fırsatı veren bir eşleme niteliğindedir.

(12) Eşleme yapmanın bir başka yolu, başoyuncuya, sergilediği mimiklerin ya da yüz ve beden hareketlerinin anlamını sormaktır. Örneğin "işaret parmağımı boynuma bastırıyorum; bu ne demek?" denilebilir (Zigler, 1991). Kanımca bu tür eşlemeler, yerine göre yorum niteliği taşıyabileceğinden, dikkatli olmakta yarar vardır.

(13) Başoyuncuya zaman zaman doğrudan sorular sorularak da eşleme yapılabilir. Örneğin başoyuncu sessiz kaldığında, ne düşündüğü, eğer gözleri bir noktaya dalarsa, o noktada ne gördüğü sorulabilir.

(14) Başoyuncuyu provoke ederek de eşleme yapmak mümkündür. Örneğin yönetici, başoyuncunun duygularının tam zıttı olan ya da duygularıyla tamamen ilgisiz bir şey söyler; başoyuncu bu duruma tepki gösterince de "öyleyse nasıl?" türünden bir soru sorar. Bu eşleme şekli, başoyuncunun yoğun olarak keüendiği durumlarda işe yarayabilir.

Diyelim ki başoyuncu gergin ve kaygılıdır, fakat bu durumu sözelleştir-memekte, tepkisiz durmaktadır. Yönetici "Şu an kendimi çok rahat hissediyorum" dediğinde, başoyuncu muhtemelen "hayır öyle değil" diyecektir; bunun üzerine yönetici "peki nasıl?" sorusunu sorabilir.

(15) Çoklu eşleme yapılabilir. Çoklu eşlemede, birden fazla yardımcı oyuncu (bunlara eş-ego'lar de diyebiliriz), başoyuncuya ait çeşidi yaş dönemlerini, çeşitli özellikleri ya da

Psikodrama

219

rolleri canlandırırlar. Örneğin bir sahnede söz konusu eş-egolardan birisi baş-oyuncunun on yaşındaki, bir diğeri ise ondört yaşındaki durumunu canlandırarak eşlemede bulunabilir. Ya da bir başka sahnede baş-oyuncunun rol atomu canlandırılır. Diyelim ki bir baş-oyuncu, iş kadını, ev hanımı, anne, -kendi anababasının yanında- çocuk, komşu ve öğrenci rollerine sahiptir. Başoyuncuya ait bu altı rolün her birisi, sahnede grup üyelerinden birisi tarafından temsil edilir. Önce baş-oyuncu bu üyeleri eşleyerek, onlara rolleri hakkında bilgi verir; daha sonra bu üyeler, başoyuncuya ait çeşidi rolleri canlandırırlar ve gerektiğinde temsil ettikleri roller doğrultusunda başoyuncuya eşlemede bulunurlar.

(16) Bazen de başoyuncu karşısındaki yardımcı oyuncuyla rol değiştirdiği zaman, kendisine, rolüne girdiği kişiye yönelik olmak üzere eşleme yapılabilir, eşleme niteliğinde soru sorulabilir. Aşağıda, kaplıca rüyası ile ilgili örnekte, baş-oyuncu Can, babasının rolündeyken, yönetici tarafından kendisine, "Oğlun kaplıca keşfetti; ne düşünüyorsun?" denilerek, bu tür bir eşleme yapılmıştır.

Ayna Tekniği

Bu teknik, Moreno'nun rol gelişim dönemlerinden birisi olan Her Şey Gerçek Dönemi ile ilgilidir. Ayna tekniği sayesinde baş-oyuncu, tıpkı aynaya bakan bir insan gibi kendi davranışlarını dışardan izleme, değerlendirme ve gerektiğinde manipüye etme (değiştirme) şansına sahip olur.

Ayna tekniği çeşitli şekillerde uygulanabilir. Örneğin başoyuncu bir sahneyi oynadıktan sonra, yönetici onun kenara çekilmesini ister. Sahnedeki oyunda baş-oyuncunun yerini başoyuncuyu temsil etmek üzere seçilmiş olan eş-ego alır. Eş-ego ve yardımcı oyuncular biraz önceki sahneyi tekrarlarlarken, baş-oyuncu bu sahneyi kenardan izler. Böylece baş-oyuncu kendi davranışlarına dışardan bakma fırsatı bulur. Bu yaklaşım, başoyuncuya yönelik etkili bir geribildirim (feedback) verme yoludur. Diyelim ki, ilk sahnede baş-oyuncu çekingen

220

Sosyometri ve Psikodrama

bir tavır içindedir ve karşısındaki insanın kendisine önem vermediğini, ilgi göstermediğini belirtmiştir. (Baş-oyuncunun bu tanımlaması üzerine yardımcı oyuncu, başoyuncuya ilgisiz davranmıştır.) Baş-oyuncu sahnenin dışına çıkıp kendisini dışardan seyrettiğinde şunu görebilir: Karşısındaki insan kendisine durup dururken ilgisiz davranmamaktadır; kendisi, o insanın ilgisini uyandıracak kadar etkinlik göstermemektedir, çekingen davranmaktadır. Bu geribildirim, baş-oyuncunun davranışlarını gözden geçirmesine, değişme sürecine girmesine yardımcı olabilir.

Yukarıdaki oyunda yönetici, tekniğin etkisini artırmak için, başoyuncuyu temsil eden eş-egodan daha atılgan (assertive) davranarak sahneyi tekrarlamasını isteyebilir. Eş-ego (yani başoyuncu) daha atılgan davrandığında, karşısındaki kişi, kendisine daha fazla ilgi gösterir. İzlediği bu model davranış karşısında, başoyuncuda daha atılgan davranma isteği uyanabilir.

Yukarıdaki örnekte ayna tekniği uygulanırken tek bir sahne kullanılmıştır. Yöneticiler bazen de tekniğin etkisini güçlendirmek için, baş-oyuncunun belli bir davranışı sergilediği birkaç sahneyi birden canlandırırlar. Diyelim ki baş-oyuncu üç farklı yerde çekingen davranmıştır. Bu üç ayrı olay, psiko-drama sahnesinin üç ayrı köşesinde canlandırılır; üç farklı eş-ego bu üç sahnede başoyuncuyu temsil eder. Yine baş-oyuncu da yönetici ile birlikte kenarda durarak birbirine benzeyen bu üç sahneyi dışardan seyrederek. Baş-oyuncu güçlü bir geribildirim almış olur.

Ayna tekniği özellikle, başoyuncuların dirençlerini aşmada ve onlara sahip oldukları çelişkileri göstermede, etkili bir geribildirim ve yüzleştirme aracıdır (Fine, 1979; Kaner, 1990).

Ayna tekniğinin işleviyle ilgili son olarak şunu söyleyebiliriz: Johari Penceresi'ni bilirsiniz. Bu penceredeki dört bölümden birisi, kişilerin kendilerine kapalı olan fakat başkalarına açık olan yanlarını sembolize eder. Ayna tekniğinden yararlanılarak, pencerenin bu bölümü, yani kişilerin kendilerine kapalı olan fakat başkalarına açık olan yanları küçültülebilir.

Psikodrama

221

Nitekim yukarıdaki başoyuncu, kendisine kapalı ancak çev-redekilere açık olan bir yanının, yani çekingenliğinin farkına varmıştır.

Kendini Takdim Tekniği

Oyunun başlangıcında baş-oyuncu sahnede tek başına durarak, sahip olduğu kişisel özellikleri, rollerini, ilişkilerini, kişilik özelliklerini sıralar. Buna "Kendini Takdim" adı verilir. Kendini Takdim tekniğini baş-oyuncu, tek başına gerçekleştirebileceği gibi, kendisini temsil etmek üzere seçtiği eş-egonun arkasına geçip onu eşleyerek de

gerçekleştirebilir. Burada başoyuncunun, âdeta yardımcı oyuncularını eşler gibi kendi kendisini eşlemesi söz konusudur.

Kendini takdim tekniği, hem başoyuncunun ısınmasına katkıda bulunur, hem de başoyuncunun kişisel özellikleri ve o andaki duygu-durumu hakkında, yöneticinin ve izleyicilerin bilgi edinmelerine yardımcı olur.

Kendini Takdim tekniği ile aşağıda sözünü edeceğimiz Kendi Kendine Konuşma tekniği literatürde ayrı ayrı ele alınmaktadır (Corey, 1985). Bu iki tekniğin birbirine benzediği, hatta ikisinin aynı şey olduğu düşünülebilir. En azından, Kendini Takdim tekniğinin, Kendi Kendine Konuşma tekniğinin özel bir durumu olduğunu düşünebiliriz. Kendi Kendine Konuşma Tekniği

Oyun sırasında başoyuncu yardımcı oyuncularla diyaloglar kurar. Bu konuşmaların ötesinde başoyuncuların neler düşündüklerini ve hissettiklerini anlamak istediğimizde "Kendi Kendine Konuşma Tekniği (Soliloquy) " adı verilen tekniğe başvurulur. Bu teknikte baş-oyuncu, zihnindeki duygu ve düşünceleri, çevresindekilerin duyabilecekleri şekilde sözel olarak ifade eder (Moreno, 1975). Kendi kendine Konuşma Tekniği genelde iki şekilde gerçekleştirilir: (1) Yönetici başoyuncudan, başını yan tarafa çevirerek içinden geçenleri yüksek sesle söylemesini ister. Bu yönerge uyarınca baş-oyuncu, sanki çev-

222

Sosyometri ve Psikodrama

resinde kimse yokmuş gibi, içinden geçenleri seslendirir; bir anlamda sesli düşünmüş olur. (2) Bazen de başoyuncular, kendilerine yöneltilen eşlemeler karşılık olarak geribildirim verirler. Bu geribildirimleri de bir tür Kendi Kendine Konuşma sayabiliriz.

Kendi Kendine Konuşma Tekniğinin çeşidi işlevleri vardır. Bunları şöyle sıralayabiliriz:

(a) Başoyuncu, Kendi Kendine Konuşma yoluyla, içindeki duygu ve düşüncelerin farkına varabilir, onları daha net bir şekilde tanımlayabilir. Bu durum ise, başoyuncunun hem ısınmasına hem de içgörü kazanmasına katkıda bulunabilir;

(b) Kendi Kendine Konuşma, bazen başlı başına bir ka-tarsis nedeni olabilir;

(c) Başoyuncuların bu teknik sırasında söyledikleri sözler, yardımcı oyuncuların ısınmalarına katkıda bulunabilir;

(d) Kendi Kendine Konuşma tekniği sırasında başoyuncuların söyledikleri sözler, yöneücilere, oyunu nasıl yönetecekleri konusunda ipuçları verebilir. Bu sözler, yöneticiler için bir tür geribildirim sayılabilir.

Başoyuncuların iç dünyalarını dikkate alan yöneticiler, oyunun gidişini etkileyebilecek yeni hipotezler geliştirebilirler, yeni teknikler uygulamaya karar verebilirler.

Kendi Kendine Konuşma tekniği, tiyatrodan esinlenilerek psikodrama kapsamında geliştirilmiş çok sayıdaki teknikten bir tanesidir (Starr, 1979). Shakespeare ve Moliere, bu tekniği etkili biçimde kullanan sanatçılardandır. Aktörlerin sahnede kendi kendilerine konuşmalarına verilebilecek en güzel örneklerden birisi bence, Moliere'in cimrisi Harpagon'un, salonu ve sahneyi boş zannederek yaptığı konuşmalarıdır.

PSİKODRAMA ETKİNLİKLERİ

Bazı yerli ve yabancı kaynaklarda "Psikodrama Teknikleri" başlığı altında şunlar sıralanmaktadır: Rol değiştirme, eşleme,

Psikodrama

223

çoklu eşleme, ayna, kendini takdim, diğerlerini takdim, kendi kendine konuşma, gelecek projeksiyonu tekniği, gelecekte yaşanabilecek olayların provası tekniği, doğaçlama oyunlar (spon-tan improvisasyon) tekniği, sihirli dükkân (magic shop) ve rüya çalışması (Moreno, 1975; Corey, 1985; Kaner, 1990). Yukarıda sıralananların tümüne birden "teknik" adı verilebilir; ancak bunların nitelikleri arasında farklılık vardır. Dikkat edilirse sayılanlardan ilk yedisi ile diğer beş tanesi arasında, temel bir farklılık bulunmaktadır. Söz konusu ilk yedi teknik, örneğin rol değiştirme, eşleme veya kendi kendine konuşma, tek başlarına bir anlam ifade etmezler, yalnızca belli bir kompozisyon içinde kullanılabilirler. Oysa diğer beş teknik, örneğin doğaçlama oyunlar ya da rüya çalışmaları, kendi başlarına yürütülebilecek etkinliklerdir. Diyelim ki sahnede bir rüyayı canlandırıyoruz, bu süreç içinde, sözü edilen yedi tekniğin her birisini ayrı ayrı kullanabiliriz. Fakat buna karşılık, adı geçen yedi teknikten herhangi bir tanesini uygularken, bu tekniğin içine rüya incelemesini veya sihirli dükkânı yerleştirmek mümkün değildir. Yani, bir eşleme tekniğinin içine rüya incelemesi sığmaz; fakat bir rüya incelemesinin içinde, eşleme, ayna, rol değiştirme ve diğer teknikler yer alabilir. İşte bu yüzden, yukarıda sıralananların tümüne birden "teknik" demek doğru değildir. Kısacası, bunlar arasından ilk yedi tanesine "psiko-drama tekniği" diyebiliriz; diğer beşine ise başka bir ad verilebilir, örneğin "Psikodrama Etkinlikleri" denilebilir.

Bu durumda, Psikodrama Etkinlikleri başlığı altında şu etkinlikleri sıralayabiliriz: Gelecek Projeksiyonu, Gelecekte Yaşanabilecek Olayların Provası, Doğaçlama Oyunlar, Sihirli Dükkân ve Rüya Çalışması etkinlikleri. Bunlara, Katatim Görüntü Yaşantısı, Sosyal Atom ve Rol Atomu etkinliklerini de ekleyebiliriz. Söz konusu psikodrama etkinlikleri, oyun aşamasında yöneticiler tarafından uygulamaya konulabilecekleri gibi, ısınma aşamasında da bir alıştırmalar olarak kullanılabilirler. Yukarıda "Isınma Aşaması" alt başlığı altında, ısınma aşamasında kullanılabilecek alıştırmalardan otuz tanesi sıralanmıştı. Bunlardan, 11 .alıştırmada Katatim Görüntü Yaşantısı etkinliği,

224

Sosyometri ve Psikodrama

19. alıştırma Gelecek Projeksiyonu etkinliği, 20. alıştırma Gelecekte Yaşanabilecek Olayların Provası etkinliği, 21. alıştırma Büyülü Dükkân etkinliği, 24. alıştırma ise Doğaçlama Oyunlar etkinliği tanıtılmıştı. Şimdi, geri kalan üç etkinliği, Rüya Çalışması, Sosyal Atom ve Rol Atomu etkinliklerini tanıyalım.

Rüya Çalışması

Psikodramada rüya incelemelerinin özel bir yeri vardır. Bu incelemeler sırasında âdeta Jung'un aşama (yeniden-doğuş) arketipi, grupça yaşanır. Bir rüyanın oyunlaştırılması sırasında, baş-oyuncu, yönetici ve tüm izleyiciler, uzak ve esrareniz bir ülkeye birlikte yolculuk yapıp dönüyorlarmış gibime gelir. O ortamdaki herkesin birlikte aşama geçirdikleri bu yolculuğun kazancı, insanların rüyalarıyla, iç dünyalarıyla tanışmaları, "kendilerine" giden yolda mesafe katetmeleridir.

Psikodramada rüya incelemeleri, kendine özgü bir yapıda gerçekleştirilir. Bir baş-oyuncu gruba rüyasını getirmek istediği zaman, yalnızca birkaç cümle ile bu rüyadan söz etmesine izin verilir; rüyanın tümü anlatılmaz. Rüyanın canlandırılmasına geçilmeden önce de yönetici başoyuncudan, o rüyayı gördüğü gecenin bir öncesindeki günü canlandırmasını ister. Baş-oyuncu, özellikle akşam saatlerine ağırlık vererek, rüya öncesindeki gününü sahnede canlandırır; gerekirse grup üyelerinden yardımcı oyuncu olmalarını ister. (Bu yaklaşımın nedeni, rüyaların iki kaynağa dayandığı görüşüdür. Birinci kaynak, kişinin bilinçdışıdır, ikincisi ise rüya öncesindeki gündelik yaşantı. Gündelik yaşamda ortaya çıkan bazı olayların, kişinin bilinçdışındaki birtakım öğeleri uyardığını da düşünebiliriz. Bu yüzden psikodramada, rüya öncesindeki yaşantıya önem verilir. Üstelik rüyayı canlandırmaya başlamadan önce, sahnede bir önceki günü yaşamak, başoyuncunun ısınmasına önemli katkıda bulunabilir.) Daha sonra uyku sahnesine geçilir; başoyuncu uyuduğu odayı tanımlar, nasıl yattığını canlandırır. Işıklar karartılır; baş-oyuncu yatağına uzanmış durumdadır; derin nefesler alır, uyku pozisyonuna geçer. Bu anda yönetici,

Psikodrama

225

gerek görürse eşlemede bulunur; örneğin "vücudun rahat, gözlerin, kapanıyor, uyumak üzeresin" gibi... (Burada amaç, başoyuncuyu uyutmak değil, uyku öncesindeki anı, dengeli-diğince yaşatabilmektir.) Başoyuncu rüyası zihninde canlanmaya başlayınca, bu rüyayı sahnede dramatize etmek üzere ayağa kalkar. Bu noktadan itibaren, psikodramada herhangi bir konu oyunlaştırılırken ne yapılıyorsa aynısı yapılmaya başlanır; eğer rüya aydınlık bir ortamda geçiyorsa, sahne aydınlatılır. Başoyuncu, rüyanın ilk sahnesiyle ilgili dekoru tanımlar; bu sahnede rolü bulunan kişileri temsil etmek üzere grup üyelerinden istediklerini yardımcı oyuncu olarak seçer ve onları eşleyerek gruba tanıtır.

Oyun aşamasında, başoyuncu rüyada ne gördüyse sahnede aynen canlandırılır. Yöneticinin yönlendirmesiyle gerekli teknikler kullanılır; örneğin başoyuncu rüyasında yer alan kişilerle ya da nesnelerle diyalog kurar, onlarla rol değiştirir.

Rüyanın incelenmesi sırasında, başlıca iki yol izlenebilir. Ya yalnızca rüyanın görünen/açık kapsamı ele alınır ya da görünen kapsamının yanı sıra rüyanın derin kapsamı da araştırılır (Leutz, 1986). Bu yollardan hangisinin izleneceği konusunda karar yöneticindir. Yönetici oyunu, yalnızca rüyanın kapsamıyla sınırlı tutabilir; ya da gerek görürse, rüyadaki bir sahnenin ardından başoyuncunun gerçek yaşantısına geçilebilir. Örneğin, âdeta rüyanın içinde bir parantez açılarak, başoyuncunun bir anısı canlandırılır, sonra tekrar rüyanın kapsamına dönlür. Bazen de rüyanın canlandırılması bittikten sonra, yönetici başoyuncudan rüyasına devam etmesini isteyebilir. Bu durumda başoyuncu rüyayı canlandırmaya devam eder. Rüyanın görünen ve derin kapsamına ilişkin canlandırmalar ve incelemeler bittikten sonra, başoyuncu tekrar yatağına yatar; ışıklar tekrar karartılır. Başoyuncu rüyanın sonunu hatırlar ve dilediği zaman gözlerini açarak içinde bulunulan ana döner. Sahne aydınlatılır; görüşme aşamasına geçilir.

Yukarda "Oyun Aşaması" başlığı altında, Goldman ve Mor-rison'un (1984) temel oyun stratejisi ile ilgili görüşlerinden

226

Sosyometri ve Psikodrama

söz etmiştik. Eğer bir rüya incelemesi sırasında rüyanın yalnızca görünen/açık kapsamıyla ilgilenirsek, Şekil-13'te görülen dairelerden dıştaki iki dairede yer alan bir inceleme yapmış oluruz. Eğer rüyanın derin kapsamıyla da ilgilenirsek, örneğin rüya kapsamında yer almayan, baş-oyuncuya ait çocukluk anılarını da canlandırır, daha sonra tekrar rüyaya ve bugüne dönersek, en dıştaki daireden içtekinе ve sonra tekrar dıştaki-ne ulaşan bir yol izlemiş oluruz. Aşağıda, bu temel stratejinin izlendiği bir rüya çalışması örnek olarak sunmak istiyorum.

Psikodramada rüya çalışmasına bir örnek: Burada özetlenecek olan rüya incelemesi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Rehberlik Merkezi'nde gerçekleştirilmiştir. Benim tarafımdan yönetilen psikodrama oturumuna, fakültenin yüksek lisans öğrencileri katılmıştır (Dökmen, 1988-a). Rüyasını yayınlamak konusunda kendisinden izin almış olmama rağmen, aşağıda başoyuncunun asıl adını belirtmeksizin kendisinden "Can" diye söz edeceğim. Anababası E şehrinde oturmakta olan Can, F şehrinde işe girmiştir ve bir lojmanda tek başına oturmaktadır. Yüksek lisans dersleri için Ankara'ya geldiğinde ise bir pansiyonda kalmaktadır.

Oturumun başında Can, bir hafta önce kendisini etkileyen bir rüya gördüğünü, yorumlayamadığını, istenirse anlatabileceğini dile getirdi.

Yönetici: Kısaca söz eder misin?

Can: Deniz kenarında bir kaplıca keşfediyorum.

(Yönetici, Çan'ın rüyasını ayrıntılı olarak anlatmasını engeller.)

Yönetici: Rüyanı oyunlaştırmak ister misin?

Can: İsterim.

Yönetici: O halde şu taraf sahne olsun.

227

(Yönetici Çan'la birlikte sahnede dolaşmaya başladı; Çan'a, rüyayı gördüğü geceden bir önceki gün neler yaptığını sordu. Can da gün boyu yaptıklarını ve pansiyona gelişini anlattı; yemekten sonra odasına çekilmiştir.)

Odanı bize ayrıntılı olarak tanımlar mısın? Nerede ne var.

(Can, odadaki kapının, pencerenin ve e ş -yaların yerlerini göstererek, sahnedeki hayâli dekoru gruba tanıttı. Dekor elde geldiğinde somutlaştırmak için de, çalışma masasının yerine bir masa, yatağın yerine iki minder konuldu).

Odada ne yapmıştın?

(Can okumaya başladı.)

Şu anda içinden geçenleri yüksek sesle söyler misin?

Babamdan gelen mektuba üzülüyorum. Okulu bırakmamı, işten de çıkmamı ve yanlarına yerleşmemi istiyor. "Sana yanımda iş kurayım, evlendirelim seni" diyor.

(Can bir süre okuduktan sonra, yatmak için kalkıyor. Yönetici Çan'dan, o gece yatarken yaptığı her şeyi, ışığı söndürü-şünü, terliklerini çıkarışını vb. aynen tekrarlamasını istiyor. Can yatağında (minder üstünde) yatarken, yönetici perdeleri kapatarak odayı karartıyor.)

Yatağındasın, gözlerin kapalı, derin soluk al; şimdi uykudasın. O gece gördüğün rüyayı başından sonuna kadar aklından geçir.

Tamam.

Sosyometri ve Psikodra,n

Yönetici: Rüyan nasıl başladı.

Can: Deniz kenarında ailemle birlikteyim.

Şimdi kalk, sahneyi canlandıralım. Yönetici:

(Can kalkıp kumsal dekorunu anlatıyor. Kendisi tam kıyıda durmaktadır; annesi babası ve iki kardeşi ise otuz metre içerde birlikte dirler. Yönetici Çan'dan, ana-babasının ve kardeşlerinin rolüne dört grup üyesini seçmesini ister.)

Yönetici: Can, deniz kenarındasın, denizin kokusunu ve rüzgârın serinliğini hissetmeye çalış. Aklından ne geçiyor?

Can: Bu kıyıda bir kaplıca bulunacağı söylentisi var; herkes arıyormuş. Ben kaynağı bulacağımdan eminim, Kumsalı biraz eşeliyorum (eşeler) ve işte kaplıcanın kaynağını buldum.

(Yönetici, kaynağı temsilen bir ada koyar.)

Yönetici: Ne hissediyorsun?

Can: Bunu bulmam kolay oldu.

Yönetici: Şu cümleyi tamamlar mısın?

Şu anda ben...

Can: Şu anda ben hem mutlu, hem de biraz huzursuzum.

Yönetici: Niçin huzursuzsun?

Can: Bilemiyorum.

Yönetici: Babanla rol değiştirip onun aklından geçenleri bize söyler misin?

(Can, baba rolündeki yardımcı oyuncunun yerine geçiyor.)

Yönetici: Oğlun bir kaplıca keşfetti; ne hissediyorsun?

psikodrama

229

Can (baba

rolünde): Kaygılıyım. Bu çocuk orada yine bir şey-ler karıştırıyor; bırakıp yanımıza gelse, hepimiz için daha iyi olur.

(Can, annesinin rolüne geçtiğinde de benzer şeyler söyledi. Yönetici Çan'ı tekrar eski yerine geçirir.)

Yönetici: Sonra ne oluyor rüyada?

Can: Borular getirip suyu denetim altına alıyorum. (Bu olayı oyunlaştırır.) Rüya bitiyor.

Yönetici: Bir de kaynağın yerine geçer misin, kaynak ne hissediyor?

Can; (Kaynak

rolünde): Kendimi özgür ve güçlü hissediyorum.

Yalnız, beni bulan kişinin bir huzursuzluğu var; O huzurlu olmayınca ben de tam sevinemiyorum. (Can tekrar kendi rolüne geçer.)

Yönetici: Annene ya da babana bir şey söylemek ister misin?

Can: Rüyada söylememiştim.

Yönetici: Olsun şimdi söyleyebilirsin.

Can: Aklıma bir şey gelmiyor.

Yönetici: Can, kaplıca'yı bulduğun andaki mutlu-

lukla karışık huzursuzluk duygusunu tekrar hissetmeye çalışır mısın. Şimdi gözlerini kapayıp bu duygunla kal; kendini serbest bırakıp şöyle bir geriye gitmeni istiyorum. Birkaç yıl ya da daha fazla geriye gidebilirsin. Kendini nerede ve kaç yaşında görüyorsun?

(Kısa bir sessizlikten sonra...)

Can: Onbir yaşındayım; babamla birlikte bir kaplıcaya gitmiştik, oradayım.

S^syometri ve Psikodrama

(Bunun üzerine hemüen kaplıca sahnesine geçilir. Can yeni d ^koru tanımlar; büyük bir havuzun kena^nda babası ile birlikte oturmaktadırlar. Havuzda çocuklar vardır; birkaç yardımca oyuncu çocuk rolünü alır. Neler oluyor?

Babam yanımdan ayrı Jmama izin vermiyor. Oysa ben öteki çocuklarla birlikte oynamak istiyorum.

Şu söz uygunsu tekrarcı: Şu an da kendimi kısıtlanmış hissediyorum, ah babam beni bir bıraksa.

Evet, öteki çocuklar n^ ka d a r keyifle o y -nuyorlar.

Babanla karşılıklı konudur musun? Ben de onların yanına fideyim mi? Baba rolündeki yardım & oyuncu sert bir tonla - Olmaz, otur yeri*1 e-' Böyle değil.

Onun yerine geç, nasıl söylemesi gerektiğini göster.

Yavrum, neme lâzım, orası derin. Sonra su filan sıçratırsın bir kızan olur. (Can kendi yerine geçince, baba rolündeki yardımcı oyuncu bu sözleri tekrarlar. Böylece bir süre karşılıklı konuşurlar.) Şimdi tekrar rüya sahnesine dönelim. Deniz kenarındasın. Şu anda neler hissediyorsun?

Çocukken uzağa gidemiyordum; şimdi gi-debiliyorum. Kendime ait bir kaplıcam bile var. Sanırım bu kaplıca, kendime ait yaşan-

Psikodrama

231

Yönetici: Can:

ümü, özellikle F şehrindeki işimi sembolize ediyor. F'de tam deniz kenarında bir lojmanda oturuyorum. Lojmana ya da kaplıcaya sahip olmak, aileme karşı çıkmak gibi geliyor. Ama bunları zıtlık olsun diye yapmıyorum; bunu yapmaya mecburum. Böyle düşünmek beni rahatlatıyor. Şimdi deminki gibi huzursuz değilim. Rüya'na bitmemiş gibi devam eder misin? içinden geldiği gibi sürdür rüyanı. Kaplıca'yı büyütüp bir tesis kuruyorum. Sonra ailemi buraya çağırıyorum.

(Ailesi Çan'ın yanına gelirler; karşılıklı konuşurlar.)

Baba rolündeki

oyuncu

(kendiliğinden)

: Yavrum bırak burayı, bizimle E'ye gel;

mürüvvetini görelim.

Baba sizleri seviyorum, ama işimi de bırakmak istemiyorum.

Şu anda ne yapmak istersin Can?

Onlara sarılmak

Sarılsana.

(Çan'la babası kucaklaşırlar.)

Şu anda nasılsın?

Çok iyiyim.

O halde pansiyondaki odana dönelim.

(Minderler serildi, Can yatağına uzandı.)

Gözünü kapa, rüyanın sonunu hatırla ve istediğin zaman uyan.

(Can uyanıp kalkınca perdeler açıldı. Daha sonra, oyunda rol alan ve almayan tüm üyeler, daire oluşturacak şekilde oturup, oyun sırasında neler hissettiklerini dile getirdiler.)

Can:

Yönetici:

Can:

Yönetici:

Yönetici:

Can:

Yönetici:

Yönetici:

232

Sosyometri ve Psikodrama

İncelemenin Teknik Özellikleri

Yukarda özetlenen rüya analizi, üç ana bölümden olmaktadır. Birinci bölümde rüya sahnede canlandırılırım ikincide, baş-oyuncuya ait bir anı sahnelenerek, rüyanın örtük (latent) kapsamı incelenmiştir. Üçüncü bölümde ise başoyuncu, aslında bitmiş olan rüyasına, psikodrama ortamında devam etmiştir. Bir rüyanın psikodrama ile analizinde, söz konusu bu üç bölümden birincisine başvurulması zorunludur; diğer iki bölüme ise, yöneticinin gerekli görmesi halinde başvurulur.

Çan'ın rüyasını incelerken, birinci bölüm tamamlandığında, yani rüyanın açık kapsamının oyunlaştırılması bittiğinde, ortada iki sorun vardı. Bunlardan birincisi, o noktada Çan'ın tanımlayamadığı bir huzursuzluk içinde bulunmasıydı. ikinci sorun ise, yine o anda Çan'ın, rüyası ile gerçek yaşantısı arasında bir ilişki kuramamış, yani içgörü kazanmamış olmasıydı. Bu iki sorunu çözmek umuduyla Yönetici, Çan'ı geçmiş yaşantısına yönlendirmiş ve O'nun onbir yaşındaki bir olayı hatırlamasına yardımcı olmuştur. Söz konusu bu olayın hatırlanması ise Çan'ın, rüyasının anlamını keşfetmesine yani içgörü kazanmasına ve içinde bulunduğu huzursuzluktan kurtulmasına yol açmıştır. Bu noktada belirtmek gerekir ki, psikodramanın temel ilkelerinden birisi uyarınca, yönetici asla yorum yapamaz; ancak ve ancak başoyuncu, içinden geldiği takdirde yorum yapabilir. Yukarıdaki incelemede "çocukken uzağa gide iniyordum..." diye başlayan yorum tamamen Çan'a aittir. Çan'ın yaptığı bu yorum, O'nun rüyasına ilişkin içgörü kazandığını göstermektedir.

ikinci bölümün sonunda Can, içgörü kazanmış ve rahatlamıştır fakat, henüz çözülmemiş bir sorun daha vardır. Can, gerek rüyada, gerekse günlük yaşantıda anababasıyla bir uzlaşma sağlayamamıştır. Bu uzlaşmaya zemin hazırlamak için Yönetici, Çan'dan rüyasına devam etmesini istemiştir. Böylelikle, hatırlanacağı üzere Can da, anababasının isteği ile kendi isteği arasında, kendince bir uzlaşma sağlamıştır. Varılan bu sonuca, psikodrama

233

Yönetici, dolaylı olarak katkıda bulunmuş olabilir, ama uzlaşmanın niteliğini belirleyen, yine baş-oyuncunun kendisi olmuştur.

Moreno (1977), psikodramada uygulanabilecek çok sayıda teknik geliştirmiştir. Yukarda özetlenen uygulamada, bu tekniklerden iki tanesi sıklıkla kullanılmıştır. Bunlar eşleme ve rol değiştirme teknikleridir. Yönetici birkaç defa, yarım bıraktığı cümleyi baş-oyuncunun tamamlamasını isteyerek bir tür eşleme yapmıştır. Babayla kaplıcaya gitme sahnesinde ise Yönetici "şu anda kendimi kısıtlanmış hissediyorum..." diye başlayan cümleyi söyleyerek eşleme yapmıştır.

Sosyal Atom

Sosyal atomun ne olduğundan ve nasıl ölçülebileceğinden, kitabın ilk iki bölümünde söz etmiştik. Burada ise sosyal atomun oyun aşamasında nasıl kullanıldığını, bir örnek üzerinde kısaca ele almak istiyorum.

Isınma aşamasında da üyelerin sosyal atomlarını canlandırmaları istenebilir. Ancak oyun aşamasında sosyal atomdan yararlanmanın daha etkili ve yerine göre daha işlevsel olacağını düşünebiliriz.

Oyun aşamasında yönetici, baş-oyuncunun, aile-içi ilişkilerinde ya da genelde kişilerarası iletişimlerinde bir soruna sahip olduğunu düşünürse, ondan sosyal atomunu canlandırmasını isteyebilir. Baş-oyuncu sosyal atomunu canlandırmak için sahnenin ortasında durur, çevresine kendisi için önemli kişileri yerleştirir. Söz konusu önemli kişilerin her birisini temsil etmek üzere, baş-oyuncunun etrafına birer eşya, örneğin kitap ya da çanta konulabilir; fakat en iyisi, sosyal atomda yer alan kişileri birer yardımcı oyuncu ile sembolize etmektir.

Baş-oyuncu sosyal atomunda bulunan kişileri sembolize etmek üzere, grup üyelerinden bazılarını yardımcı oyuncu olmak üzere sahneye davet eder. Baş-oyuncunun birer yakını, örneğin annesini, babasını ya da arkadaşlarını sembolize eden yardımcı oyuncular, sosyal atomda, başoyuncunun istediği pozisyonda yerlerini alarak dururlar.

Örneğin baş-oyuncu

234

Sosyometri ve Psikodi

sosyal atomundaki bazı kişilerin merkeze, yani kendisine dönerek gülümsemelerini isterken, bazılarının ise yan durmasını isteyebilir. Daha sonra baş oyuncu, çevresine yerleştirdiği yardımcı oyuncuların birer birer arkalarına geçerek, onları eşler, yani temsil ettikleri kişilerin özelliklerini dile getirir. Sosyal atomda yer alan kişilerin yerleştirilmeleri ve gruba tanıtılmaları işlemi bittikten sonra yönetici, başoyuncunun çevresine bakmasını ve sosyal atomundaki kişilerden istediği bir tanesiyle konuşmasını söyleyebilir. Baş-oyuncu bu kişilerden birisini seçtikten sonra yöneticiler genellikle, başoyuncuya bu kişi ile hangi ortamda konuşmak istediklerini sorarlar. Örneğin

annesiyle konuşmak istediğini belirten bir baş-oyuncu, evlerinin salonunda ya da mutfağında annesiyle konuşmak istediğini söyler. Bunun üzerine yeni bir sahneye geçilir ve başoyuncu annesiyle rol değiştirerek konuşmaya başlar. Kişilerin psikodrama sahnesinde sosyal atomlarını sergilemeleri başlıca iki açıdan işlevseldir:

- (1) Sosyal atomlarını sergileyerek, sahip oldukları kişi-lerarası ilişkiler örüntüsünü somut olarak görme, dolayısıyla da bu örüntünün farkına varma şansına sahip olurlar. Sosyal atomu sergiledikten sonra, buradaki bazı kişilerle diyalog kurduklarında ise, katarsis sağlama ve içgörü kazanma fırsatı elde ederler.
- (2) Başoyuncunun sosyal atomunu gözleyen yöneticiler, bu başoyuncunun kişilerarası ilişkiler örüntüsü hakkında bilgi edinirler.

Rol Atomu

Rol atomu da, sosyal atom gibi ısınma aşamasında kullanılabilir; ancak oyun aşamasında kullanılması daha işlevseldir.

Rol atomunu sergileyecek başoyuncu, merkezde durarak, sahip olduğu rolleri, önemli bulduklarını kendisine yakın olmak üzere çevresine yerleştirir. Genelde, söz konusu rollerin her birisi birer yardımcı oyuncu ile sembolize edilir. Baş-oyun-cu, bu yardımcı oyuncuların arkalarına geçerek onları eşler.

Psikodrama

235

Örneğin, "Ben Ahmet'in öğrenci rolüyüm; beni ihmal etmemeli" ya da "Ben senin derslerinim; bana yeterince zaman ayırmalısın" der. Böylece yardımcı oyuncular, ne söylemeleri gerektiğini öğrenirler; daha sonra Ahmet merkeze geçtiğinde, bulundukları yerden bu sözleri tekrarlarlar.

Rol atomunu canlandırmanın temel işlevi, baş-oyuncuya, sahip olduğu rollerin sayısını ve niteliğini göstermektir. Rol atomunu canlandıran bir baş-oyuncu, bu rollerden bazıları kendisine ağır geliyorsa ya da bu rollerden kaynaklanan birtakım çatışmalar yaşıyorsa, bu konuda içgörü kazanabilir. Rol atomunun söz konusu işlevini vurgulayan bir örnek sunmak istiyorum. Tarafımdan yönetilen bir psikodrama oturumundan alınan bu örnek, rol atomuyla ilgili alışlagelmiş bir uygulamayı kapsamaktadır.

Rol atomuyla ilgili bir uygulama: Tarafımdan yönetilen bir oyunun ısınma aşamasında üyelerden birisi, birkaç gün önce geçen ve kendisini rahatsız eden bir olaydan söz etti. Bu üyenin duygusal yönden oldukça ısınmış olduğunu görerek "Canlandırmak ister misin?" diye sordum. O da kabul etti. ikimiz birlikte salonda gezinmeye başladık; baş-oyuncumuz son günlerdeki yaşantısından söz etti. (Anlattıklarından, yükünün ağır olduğu anlaşıyordu. Bu sırada aklımdan, oyunda başoyuncunun rol atomunu canlandırmanın yararlı olabileceği düşüncesi geçti.) Sonra kendisinden salonun bir köşesini sahne olarak seçmesini istedim; seçti. İlk sahne olarak yurttaki çalışma salonu canlandırdık. Baş-oyuncu, bu sahnede yer alacak bir arkadaşını temsil etmek üzere grup üyelerinden birisini yardımcı oyuncu olarak seçti ve eşleyere gruba tanıttı.

Baş-oyuncu, masa üzerindeki çok miktardaki fotokopiyi, 80 kişi için harmanlamaktaydı. Bu sırada bir arkadaşı, arkasından gelerek, şaka diye hafifçe koluna vurdu. Bunun üzerine baş-oyuncu çok sinirlendi; "Burada benim canım çıkıyor, senin aklın oyunda" diye bağırdı. Bu sahnenin hemen ardından, başoyuncudan, başını yana çevirerek Kendi Kendine Konuşma tekniği ile içinden geçenleri ifade etmesini istedim.

236

Sosyometri ve Psikodrama

Baş-oyuncu, "İşim çok, yetişemiyorum; başa çıkmakta güçlük çekiyorum" dedi. İzleyicilerden birisi, eşleme yapmak için eliyle işaret etti; ben de eşleme yapmasını başımla onayladım Bu üye, b a ş o y u n c u n u n arkasına geçerek şunları söyledi: "Y ü -küm çok; kendimi baskı altında hissediyorum". Bu eşlemeye baş-oyuncu "Zaten işim çok, bu teksir işini de üzerime yıktılar keşke kabul etmeseydim" diye karşılık verdi. (Bu noktada, yönetici olarak iki yol izleyebilirdim: Birincisi, baş-oyuncunun, koluna vuran arkadaşıyla, rol değiştirerek diyalog kurmasını isteyebilirdim; ikincisi ise başoyuncudan rol atomunu sergilemesini isteyebilirdim. İkinci yolun, baş-oyuncunun ihtiyaçlarına daha uygun olacağı sezgisinden hareketle, rol atomunu sergiletmeye karar verdim.) Teksir sahnesini bıraktık. Baş-oyuncu ortadaki bir sandalyeye oturdu. Kendisinden, şu an yaşamında kaç tane rol bulunduğunu, hangi sorumlulukları üstlenmiş olduğunu saymasını istedim. Şunları sıraladı: "Dersler; ailemin beklentisini boşa çıkarmamak; bir kurumdan burs alıyorum, bu bursun kesilmemesi için devamsızlık yapmamak ve iyi notlar almak; şu sırada bazı yakınlarım şehir dışından hastane için geldiler, onlara yardımcı olmak; okulda folklor grubundayım; en son da sınıfın teksir işini üzerine aldım". Her bir sorumluluğun yerine bir grup üyesini seçerek yerleştirmesini istedim. Seçilen altı yardımcı oyuncunun teker teker arkalarında durup, birkaç cümleyle, kendisine ait hangi rolü temsil ettiklerini belirtti. Başoyuncu daha sonra merkezdeki sandalyeye oturdu; çevresindeki yardımcı oyuncular, önce birer birer, sonra hep bir ağızdan temsil ettikleri rolleri dile getirdiler. Baş-oyuncu sinirli bir şekilde gülerek "Bunlar ne böyle" dedi. Kendisinden başını yana çevirerek içinden geçenleri söylemesini istedim. Şunları söyledi: "Ne kadar çok sorumluluk yüklenmişim; üstelik bunların bir kısmını da ben yaratıyorum. Şimdi bu teksir işine ne gerek vardı? Hastaneye gelen akrabalar için ille de benim koşturmam gerekmiyor; ben olmasam da becerebilirler. Kendime eziyet ediyorum."

psikodrama

Baş-oyuncudan sorumluluklarına bakmasını ve hangisinden ne ölçüde vazgeçebileceksen, o sorumluluğu temsil eden yardımcı oyuncuyu o ölçüde uzağa yerleştirmesini istedim. Baş-oyuncu, her bir sorumluluk için çevresinde yeni bir yer belirledi; bazılarını biraz öteye, bazılarını ise oldukça uzağa yerleştirdi. Bu yerleştirme sırasında, yardımcı oyunculara kolayca geriye gitmemelerini, direnmelerini söyledim. Bu yüzden baş-oyuncu, yardımcı oyuncuları geriletirken, önemli ölçüde fiziksel güç harcamak zorunda kaldı; terlediği gözlemlendi. (Bu yaklaşıma başvurmanın nedeni, yaşantımızdaki birtakım şeyleri -duygularımızı, bilişlerimizi veya davranışlarımızı- değiştirmenin, çok kolay olmadığını baş-oyuncuya hatırlatmaktır. Kısacası, değişmek için uğraşmak gerektiğini göstermekti. Ayrıca psikodramada, sembolik olarak da olsa, psikodrama sahnesinde değişmek için güç harcayan bir baş-oyuncunun, söz konusu değişme çabasını günlük yaşama da taşıyacağına inanılır. Bu görüş kanımca, yeni davranışlar denemenin tutum değişimine yol açabileceği yolundaki sosyal psikoloji bilgisine paralellik göstermektedir.)

Yukarda rol atomunun, klâsik sayılabilecek bir yaklaşımla nasıl ele alınabileceğini gördük. Şüphesiz bu yaklaşımın çok sayıda versiyonunu geliştirebileceğimiz gibi, kişilerin rol atomlarını birtakım yeni yaklaşımlarla incelemeyi de deneyebiliriz. Bir bölüm sonra "Psikodramada Yeni Uygulamalar" başlığı altında, "Rol Atomunun Sosyometrik Örüntüsü" alt başlığı içinde böyle bir denemeden söz edilecektir.

PSİKODRAMA TÜRLERİ

Bu bölümde, ana çizgileriyle psikodrama türlerinden söz edeceğiz. Psikodrama türleri hakkında bilgi sahibi olmak, yöneticilerin konuya ilişkin bilgilerini sistematik hale getirmelerine katkıda bulunabilir, bu alandaki kuramsal tartışmalara ışık tutabilir. Ancak türler arasında kesin bir ayırım bulunduğunu düşünmek doğru olmaz. Sahnelenen bir oyunun, yalnızca belirli bir türün kapsamında kalması gerektiğini ileri sürmek

238

Sosyometri ve Psikodrama

de gerçekçi olmaz. Oyunun seyrine, grup üyelerinin tutumlarına ve yöneticinin tercihinine bağlı olmak üzere, aşağıda tanımlanan psikodrama türleri birbirleriyle bağdaştırılabilir.

Özbek ve Leutz (1987), psikodrama türleri olarak şunları sıralamaktadırlar: (1) Baş-oyuncuya ya da kişiyi merkez alan psikodrama, (2) Konuyu merkez alan psikodrama, (3) Gruba yönelik psikodrama, (4) Grubu merkez alan (grup içi ilişki sorunlarını esas alan) psikodrama, (5) Doğaçlama oyun (das stegreifspiel). (6) Rol oyunu, (7) Belli durumları oyun konusu alma, (8) Sosyodrama. Burada belirtilen sekiz türün kapsamlarına bakıldığında, aralarında önemli binişiklikler bulunduğu görülmektedir. Örneğin, "belli durumları oyun konusu alma" diğer türlerin önemli bir kısmıyla çakışmaktadır. Yine, "gruba yönelik psikodrama" ile "sosyodrama" arasında benzerlik vardır.

Yukarda sözü edilen sekiz psikodrama türünün nasıl yapılacağına ilişkin temel bilgiler, kitabımızın bundan önceki bölümlerinde dile getirilmiştir. Aşağıda, farklı tür psikodrama-lar, ana çizgileriyle sınıflanarak özetlenecektir. Ele almak istediğim psikodrama türleri şunlar: Baş-oyuncuyu merkez alan psi-kodrama, grubu merkez alan psikodrama (sosyodrama), grup içi ilişki sorunlarını merkez alan psikodrama ve rol merkezli psikodrama. Bunlara, ülkemizde henüz denenmemiş, batı literatüründe ise hakkında az yayın bulunan "psiko-operayı" (Wasserman ve Klein, 1974) eklemek istiyorum.

Baş-oyuncuyu Merkez Alan Psikodrama

En çok sergilenen psikodrama türüdür. Kitapta şimdiye kadar, psikodramanın aşamalarını ve bu aşamalarda uygulanan teknikleri incelerken, verilen örnekler hep baş-oyuncuyu merkez alan psikodramalarla ilgiliydi. Söz konusu örneklerden de hatırlanacağı üzere, bu türde, grup üyelerinden birisinin (ki bu üyeye baş-oyuncu adını veriyoruz) getirdiği bir sorun, oyun aşamasında sahnede dramatize edilir. Böyle bir oyun sırasında, yönetici ve tüm grup üyeleri, âdeta baş-oyuncunun

psikodrama

239

hizmetindedirler; gerek oyun aşamasında, gerekse görüşme aşamasında uygulanan tüm teknikler, temelde başoyuncuyu hedef alır. Söz konusu teknikler, örneğin yapılan eşlemeler ve verilen geribildirimler, başoyuncunun katarsis sağlamasına, içgörü kazanmasına ve sonuçta ruhsal yönden gelişmesine, rahatlamasına yardımcı olmak amacıyla ortaya konur. Başoyuncuyu merkez alan psikodramada, temel amaç başoyuncunun katarsis sağlaması ve içgörü kazanmasıdır; izleyicilerin katarsis sağlamaları ve içgörü zamanları ise ikincil bir amaçtır.

Grubu Merkez Alan Psikodrama (Sosyodrama)

Bir psikodrama grubundaki tüm üyeleri ilgilendiren konuların ele alınması durumunda, grubu merkez alan psikodrama ortaya çıkar. Bu psikodrama türünde, tek bir başoyuncu yoktur; âdeta grubun tümü birden başoyuncudur. Grubu merkez alan psikodramaların, aralarında küçük farklılıklar bulunan türleri olabilir. Ancak, "sosyodrama" adı verilen oyun türünün, bütün bu türleri karakterize ettiği düşüncesinden hareketle, burada sosyodramayı anlatmak istiyorum.

Isınma aşamasında yönetici, grubun tümünü ya da büyük çoğunluğunu ilgilendiren bir sorun olduğunu görürse sosyo-drama yapmaya karar verebilir. Sosyodramada, izlenebilecek iki ana yol vardır. Bunlardan birisi, grubu temsil etmek üzere bir başoyuncu seçmektir. Seçilen bu başoyuncu, bir anlamda grubun eş-egosu niteliğindedir; sahnede, çoğunluğun duygu ve düşüncelerini dile getirir. Oyun sırasında, daha önce gördüğümüz tekniklerin tümü

kullanılabilir. Bu yolun izlenmesi halinde grup üyelerinin, kendilerini temsil eden başoyuncuya, alışılmıştan daha sık eşleme yapmalarında yarar vardır.

Sosyodramanın oyun aşamasında izlenebilecek ikinci yol, tek başoyuncu yerine, birden fazla grup üyesini başoyuncu yapmaktır. Söz gelişi üç üye birlikte başoyuncu olurlar; üçü, tek kişiymiş gibi hareket edebilirler; gerektiğinde aralarında konuşarak nasıl hareket edeceklerini kararlaştırırlar. Bunun dışında, oyunun yönetiminde değişen fazlaca bir şey yoktur.

240

Sosyometri ve Psikodrama

Üniversite son sınıf öğrencileriyle yürüttüğüm bir psiko-drama oturumunda, üyelerin hemen hepsi, sınav kaygılarını dile getirdiler ve öğretim üyeleriyle daha iyi diyalog kurmak istediklerini belirttiler. Sosyodrama yapmaya karar verdim. Grup, dört kişiyi başoyuncu olarak seçti. Bu başoyuncular, aralarında yaptıkları görüşme sonucunda, bir öğretim üyesiyle konuşma sahnesini canlandırmaya karar verdiler. İzleyiciler arasından bir üyeyi yardımcı oyuncu olarak seçtiler, daha sonra eşleyerek gruba ve yöneticiye tanıttılar. Öğretim üyesini temsil eden bu yardımcı oyuncu ile başoyuncular, ilk olarak bir konuşma sahnesi canlandırıdılar. Bu sahne sırasında, rol değiştirme ve eşleme teknikleri kullanıldı. Rol değiştirme sırasında dört başoyuncu, öğretim üyesinin rolüne ayrı ayrı girdiler. (Sosyodramada rol değiştirme tekniği uygulanırken, başoyuncular, birer birer kar-şıdaki rolüne girebilecekleri gibi, hep birlikte de o kişinin rolüne girebilirler.) Oyun, başoyuncuyu merkez alan psikodrama-malara benzer şekilde yürütüldü ve sonlandırıldı.

Grup-İçİ İlişki Sorunlarını Merkez Alan Psikodrama

Gruplarda bazen kişilerarası çatışmalar görülür. Örneğin grup üyeleri arasında ya da grup üyeleriyle yönetici arasında, açık ya da kapalı sürtüşmeler, huzursuzluklar bulunabilir. Böyle bir çatışma/sürtüşme sezinediği zaman yönetici, asla işi oluruna bırakmamalı, söz konusu çatışmayı psikodrama konusu yapmalıdır. Yalom'un da '1992) vurguladığı gibi, eğer gruplarda "bir şey varsa", "bir şey yokmuş gibi dazlanmak" yanlış olur.

Psikodramada, grup içi çatışmaları, psikodrama konusu yapmanın çeşitli yolları vardır. Çatışmaların niteliğine göre yöneticiler, sezgilerini ve yaratıcılıklarını kullanarak uygun stratejiler geliştirebilirler. Burada, çoğunlukla izlenen iki yoldan söz etmek istiyorum.

Eğer grup içindeki çatışma grubun tümünü ilgilendiriyorsa ya da grup üyeleri ile yönetici arasında bir çatışma varsa, genelde şu yol izlenir: Yönetici ortaya üç tane sandalye (ya da yerde oturuluyorsa üç tane minder) koyar. Bu sandalyelerden

Psikodrama

241

birincisi, tüm grubu, ikincisi herhangi bir grup üyesini, üçüncüsü ise yöneticiyi temsil etmektedir. Grup üyeleri teker teker sahneye gelip, bu üç sandalyenin her birisinin arkasında ayrı ayrı durarak, "ben" özneli cümlelerle, bu sandalyelerin temsil ettikleri kişileri eşlerler, (ikinci sandalye, bu üyenin kendisini temsil etmektedir.) Söz gelişi bir üye, grubu, kendisini ve yöneticiyi sırasıyla şöyle eşler: "Grup olarak, gerginlik hissediyorum; ifade edemediğim bir sıkıntı içindeyim"; "grup üyelerinden birisi olarak kendimi gruba ait değilmiş gibi hissediyorum"; "grubun yöneticisi olarak, kararsızlık ve kaygı içindeyim; bu insanları bir arada tutmak için ne yapmalı?".

Grup üyelerinden yöneticiye yönelen bir transferans ilişkisi olduğunda yönetici, yukarıdakine benzer bir yaklaşımla, kendisini grup dışında tutarak olayı çözümlemeye çalışabilir.

Bazen de iki grup üyesi arasında çatışma görülebilir. Bu tür bir çatışma da çeşitli yollarla ele alınabilir. Bazı psikodrama yöneticileri tarafından tercih edilmese de, başvurulabilecek yollardan birisi, çatışan üyelerin karşılıklı olarak konuşmalarını sağlamaktır; bu sırada yol değiştirebilirler, izleyiciler bu üyeleri eşleyebilir. Bu konuda ikinci bir yol, çatışan iki üyeden bir tanesini baş-oyuncu yapmaktır. Baş-oyuncu olan üye, çatıştığı arkadaşını temsil etmek üzere izleyiciler arasından bir üyeyi yardımcı oyuncu olarak seçer; söz konusu çatışmayı ya da bu çatışmayla ilgili somut bir olayı sahnede canlandırır. Çatışmaya taraf olmuş olan diğer üye ise, oyun sırasında sessiz kalır, oyuna müdahale etmez. Baş-oyuncu olan üye, olayı nasıl algılıyorsa öyle canlandırır. Çatışmaya taraf olmuş birinci üyenin oyunu sona erdiğinde, bu sefer, çatışmacı diğer üye başoyuncu olur. Aynı işlem tekrarlanır, ikinci oyun da sona erdiğinde görüşmeye geçilir; diğer üyelerle birlikte bu iki üye de duygularını dile getirirler.

Psikodramada iki üye arasındaki çatışmayı ele almanın bir üçüncü yolu ise, bu üyelere sahip oldukları özellikleri sıralatmaktır. Bu konuda gerçekleştirdiğim bir uygulamayı ve bu uygulamanın kuramsal temelini, "Psikodramada Yeni Uygulamalar" başlığı altında ele alacağım.

242

Sosyometri ve Psikodrama

Rol Merkezli Psikodrama (Rol Oyunu)

Belli bir sorundan yola çıkmaksızın psikodrama sahnelerinde üyeler, çeşitli rolleri canlandırabilirler. Örneğin anneliğe hazırlanan üyeler anne rolünü, belli bir meslek edinmek için eğitim görmekte olan üyeler ise o mesleğin icrasını canlandırabilirler. Ya da psikodrama sahnelerinde insanlar, belki de hayatlarında hiç sergilemeyecekleri birtakım rolleri deneyebilirler. Bu tür oyunlar, kişilerin rol repertuarlarının zenginleşmesine katkıda bulunabileceği gibi, onların, birtakım iç gerçeklerini fark etmelerine dolayısıyla içgörü kazanmalarına da yardımcı olabilir.

Rol oyunu, psikodrama alanında özel eğitim almış, yöneticilerin yönetimleri altında gerçekleştirilebileceği gibi, tamamen psikodrama dışı bir etkinlik olarak da gerçekleştirilebilir. Bu yüzden Moreno (1977), psikodrama dışındaki uygulamaları, psikodramadaki rol oyunlarından ayırmak için "role-training" kavramını kullanmıştır. Eğer, öğretmenlere, tiyatro sanatçılarına ya da hekimlere rol oyunu yoluyla meslekî beceri kazandırmak istersek, role-training yapmış oluruz; bu ise psikodrama sayılmaz. Çünkü, söz konusu meslek mensuplarıyla gerçekleştirilen rol oyunları/rol çalışmaları, yalnızca belli bir rolün öğrenilmesiyle sınırlıdır; bu tür çalışmalarda, psikodramanın ısınma, oyun ve görüşme aşamalarında kullanılan çeşitli teknikler kullanılmaz, aynı zamanda, Goldman ve Morrison'un (1984) stratejilerine benzer stratejiler de kullanılmaz. Kısacası, psikodrama kapsamı dışında gerçekleştirilen rol oyunları/rol çalışmaları, kişilerin ruhsal yönden tedavi edilmelerine, geliştirilmelerine yönelik değildir. Psikodrama dışındaki rol oyunlarının temel amacı, kişilerin toplumsallaşmalarına katkıda bulunmaktır; bu yönleriyle eğitsel bir etkinlik sayılırlar. Bütün eğitsel etkinlikleri psikodrama sayamayız. Çocuklar, çeşitli rollere girerek, toplumsallaşmalarına katkıda bulunacak oyunlar oynarlar. Bu tür oyunları psikodrama saymadığımız gibi, meslekî beceri geliştirmeyi hedefleyen rol çalışmalarını da psikodrama sayamayız.

Psikodrama

243

Özetlersek, ister çocuklar oyun oynasınlar, ister yetişkinler meslekî becerilerini artırmak amacıyla rol çalışması yapsınlar, isterse psikodrama yapılıyor olsun, bütün bunlar, homo ludens'e (oyuncu insana) ait oyunlardır. Homo ludens, daha başka oyunlarda sergiler. Ancak homo ludens'in her oyununu psikodrama sayamayız. Yalnızca, konunun uzmanları eliyle yürütülen tedavi ya da psikolojik danışma amaçlı oyunları "psikodrama" kabul edebiliriz. Psikodrama dışında gerçekleştirilen rol oyunları, literatürde genellikle "iletişim eğitimi" ya da "empati eğitimi" başlığı altında ele alınmaktadır (Dökmen, 1988b ve 1994). Kişilerin iletişim/empati becerilerini geliştirmekte kullanılan başlıca dört yaklaşım vardır. Bunlar, (1) Didaktik yaklaşım, (2) Yaşantısal Yaklaşım, (3) Modelden öğrenme yaklaşımı ve (4) Rol oynama yaklaşımıdır. Bu yaklaşımlar içinde rol oynama yaklaşımı, özel bir öneme sahiptir. Rol oynama yaklaşımı başta olmak üzere söz konusu yaklaşımlardan yararlanılarak çeşitli meslek mensuplarına iletişim/empati eğitimi verilmektedir. Örneğin hekimlere ve hekim adaylarına (Fine ve Teerrien, 1977), hemşirelere (Herbek ve Yammarino, 1990), öğretmenlere, sosyal çalışma uzmanlarına, psikiyatristlere, psikologlara, psikolojik danışmanlara (Carkhuff, 1971; Blair ve Fretz, 1980; Avery ve Thiessen, 1982; Wolff ve Miller, 1993), ticaretle uğraşanlara (McEuen, 1985), hatta pazarlamacılara (Dawson ve diğ., 1992), rol oynama yaklaşımından ve rol değiştirme tekniğinden yararlanılarak iletişim/empati eğitimi verilmektedir. Bu tür bir eğitim sırasında, söz gelişi tıp öğrencileri, bazen hasta, bazen hasta yakını, bazen de hekim rolüne girmektedirler. Ya da pazarlamacılık konusunda eğitim alan satış elemanları/bazen pazarlamacı, bazen de müşteri rolüne girmektedirler. Bütün bunlar, kişilerin meslekî rollerini kazanmalarına katkıda bulunabileceği gibi, onların empati kurma becerilerini de artırabilir. Söz konusu eğitimlerin, psikodrama kapsamında, psikodrama yöneticileri tarafından verilmesi durumunda ise katılanlar, daha geniş boyutlarda, ruh sağlıklarını çok yönlü etkileyecek faydalar sağlayabilirler.

244

Sosyometri ve Psikodrama

Psiko-opera

Psiko-opera, Moreno'nun psikodrama tekniklerini temel alan, sözlü iletişimden çok müzik üretmeye ve müzik eşliğinde sözsüz iletişime, özellikle dansa, dramatizasyona ve şarkı söylemeye ağırlık veren bir yaklaşımdır. Aslında bu yaklaşım, psikodrama kapsamında yepyeni bir şey değildir; yukarda da belirttiğimiz gibi, psikodramanın ısınma aşamasında müzikten, resimden, danstan yararlanmak, bilinen uygulamalardandır. Ancak Tobi Klein tarafından ortaya atılmış olan psiko-opera'da, müzik, dans ve şarkı, daha yoğun ve sistematik bir şekilde kullanılır; psiko-operada bu üçlü, yaklaşımın özünü oluşturur (Wasserman ve Klein, 1974). Fakat buna rağmen psiko-operayı, başlıbaşına bir terapi yaklaşımı saymak yerine, kurucusunun da belirttiği gibi, psikodrama türlerinden birisi olarak görmek daha uygun olacaktır.

Psiko-operada, belirli sorunlar üzerinde yoğunlaşmaz. Psiko-opera oturumlarında belli sorunlardan yola çıkılabilir, ancak beklenen, bunların çözülmesi değil, birtakım genel hedeflere ulaşılmasıdır (Wasserman ve Klein, 1974). Uygulamaların temel amaçlarını şöyle sıralayabiliriz: (1) Katılanlar arasında birliktelik duygusunu yaratmak ve geliştirmek, (2) Katılanların ruhsal yönden gelişmelerine yardımcı olmak; spontanlıklarını artırmak, rahatlamalarına ve hoş zaman geçirmelerine katkıda bulunmak.

Müzik, psiko-operanın ayrılmaz bir parçasıdır. Müzikteki ritimler, kişilerin iç dünyalarını harekete geçirerek, onların bastırılmış duygularını açığa çıkararak, spontanlıklarını ve yaratıcılıklarını artırabilir.

Bir psiko-opera oturumunda müziğe iki şekilde yer vermek mümkündür; ya üyelere biri ya da birkaçı bir müzik aleti çalar ya da müzik banttan dinlenir. Grupça yapılan etkinlikler ise iki ana grupta toplanabilir: (1) Grup üyeleri, dinledikleri müzik eşliğinde topluca dans edip şarkı söylerler, (2) Her üye kendi başına dans eder, pandomimler yapar, şarkı söyler.

Psikodrama

245

Psiko-operada üç öge vardır. Bunlardan birincisi, bireylerin iç dünyaları, ikincisi bireylerin işittikleri müzik ve şarkılar, üçüncüsü ise bireyler tarafından gözlenen diğer grup üyelerine ait hareketlerdir. Bu üç öge arasında çok yönlü etkileşim vardır; özellikle, grupta canlı müzik çalınıyorsa, söz konusu üç ögenin üçü arasında karşılıklı etkileşim bulunduğunu söyleyebiliriz. Örneğin bir grup üyesi, dinlediği müzikten etkilenerek birtakım yaşantılar geçirir, duygu durumunda değişiklikler olur. Bu üye, içinde oluşan duyguları dansla, şarkıyla dışa vurduğunda, onu gözleyen diğer üyeler bu gözlemlerinden etkilenebilirler; müzik aleti çalmakta olanlar, birtakım yeni sesler üretebilir, diğer üyeler ise yeni danslar, mimikler, şarkılar ortaya koyabilirler. Kişileri özgür bırakan, âdeta özgür davranmaları konusunda onları teşvik eden bu etkileşim ortamı, üyelerin spontanlıklarını artırır, nihayetinde de onların kataris sağlamalarını kolaylaştırır.

Sanat terapi sanat mıdır, terapi midir?: Ulaştığımız bu noktada, bir hususu vurgulamak istiyorum. İlgili literatüre ve dünyadaki uygulamalara baktığımızda, çeşitli sanat etkinliklerinden tedavi amacıyla yararlanılmak istendiğini görürüz. Bu alanda yapılan etkinliklere çeşidi adlar verilmektedir; örneğin, "sanat terapi", "müzik terapi", "dans terapi", "drama terapi" gibi (Bush 1988; Moreno, 1988; Kaslow ve Eicher, 1988; Pendzik, 1988). Ancak bir etkinliğin adının "terapi" olması, o etkinliğin terapi sayılması için yeterli değildir. Her şeyden önce bir etkinliğin "terapi" sayılabilmesi için, o etkinliğin bir terapist tarafından yönetilmesi gerekir. (Ya da eğer bir etkinliği bir psikolojik danışma süreci kabul edeceksek, bu etkinliğin bu alanda yetişmiş bir yönetici tarafından yönetilmesi beklenir.) Çeşitli sanat terapisi etkinlikleri, psikoterapi/psikolojik danışma konusunda uzman olmayan yöneticiler tarafından yönetilirse, şüphesiz ki üyelerin ruhsal gelişimlerine katkıda bulunabilir; ancak bu katkı, bir psikoterapi ya da bir psikolojik danışma niteliğinde değildir. (Bir film izlemek ya da konser dinlemek de bizi ruhsal yönden geliştirebilir, ancak bunları da terapi sayamayız.)

246

Sosyometri ve Psikodrama

Kimi araştırmacılara göre, müziğin ve dansın bulunduğu hemen her yerde şamanik öğeler ortaya çıkar (McNiff, 1988; Moreno, 1988; Pendzik, 1988). Bu bakış açısına göre, rock müzikte ve benzeri diğer müziklerde, bazı ritüellerde ve sanat terapide şamanik öğeler hakimdir. Pendzik'e (1988) göre, drama terapi, şamanizmin modern bir formudur. Drama terapideki yönetici ile eski dönemlerin şamanları arasında benzerlik vardır; her ikisi de müzikten/danstan yararlanarak doğaçlama oyunlar sergiler, her ikisi de izleyicilerin üzerindeki birtakım hastalıkları gidermeye uğraşır. Bu durumda sanat terapistinin, biraz şaman, biraz da terapist olduğu düşünülebilir. Ancak, eğer böyleyse, sanat terapide, terapi ile sanatın (ya da diğer bir ifadeyle, terapistlikle sanatçılığın) uygun bir kompozisyonla bağdaştırılması gerekir. Sanat terapistinin şamanlık yanı terapistliğine ağır basarsa, ortaya sorun çıkar; yapılan ruhsal tedavi değil, hoş vakit geçirme olur. Bundan kaçınmak için, yani hangi tür olursa olsun bir sanat terapi oturumunu (bu arada psiko-operayı) ruhsal yönden tedavi edici/geliştirici kılmak için, yöneticinin, grup psikoterapileriyle, psikodrama ile ilgili bilgilerini gündemde tutabilmesi gereklidir. Bir grup yöneticisi, dinlediği bir müziğin etkisiyle coşabilir, dans edebilir; ancak bu durum onun grup dinamiklerini gözden kaçırmaya yol açmamalıdır. Gerçi Cari Gustav Jung (1954) terapistlere "yaşayan bir ruhun mucizesiyle karşılaştığınızda, kuramları bir yana bırakınız" demiştir. Fakat kanımca burada kastedilen, kuramları bilmemek veya önemsememek değil, karşıımızdaki hastanın/danışanın durumunu dikkate alarak kuramsal bilgilerimizi esnek bir şekilde kullanmak ve yaratıcı olmaktır. Jung'un ofisinde hastaların heykel yaptıkları, şarkı söyledikleri, dans ettikleri olmuştur; Jung'un uykusuzluk çeken bir hastasına ninni söylediği de olmuştur. Fakat bütün bunların yanı sıra Jung, kurumları ve kuramsal incelemeleri gözardı etmemiş, üstelik kendisi de zengin ve renkli bir kişilik kuramı geliştirmiştir.

Psikodrama

247

PSİKODRAMADA YENİ UYGULAMALAR

Bu bölümde, son yıllarda yönetmekte olduğum psikodrama oturumlarında, önceleri yavaş yavaş ortaya çıkan, zaman içinde ise giderek belirginleşen dört ayrı uygulama biçiminden söz etmek istiyorum. Söz konusu uygulamalar, psikodrama içinde, hiç duyulmadık türden yepyeni yaklaşımlar değil. Fakat bu uygulama biçimlerinin, teorik ve pratik açıdan, alışlagelmiş uygulama biçimlerinin, teorik ve pratik açıdan, alışlagelmiş uygulama biçimlerinden kısmen de olsa farklı olduğunu sanıyorum. Eğer gerçekten böyle bir farklılık varsa, bu farklılaşmanın yararlı olup olmadığı ya da gerekli olup olmadığı, şüphesiz ki tartışılabilir. Okuyucularımla gerçekleştireceğim böylesine bir tartışma, bu uygulamaların geliştirilmesine ve sürdürülmesine ışık tutabilir; belki de konu üzerinde birlikte düşüneceğimiz arkadaşlarla, yeni uygulamalara, yeni yaklaşımlara yönelebiliriz. Sözümlü etmek istediğim yeni uygulama biçimleri şunlar: Rol atomunun sosyometrik örüntüsü, grup içi çatışmalarda rol atomundan yararlanmak, mesleki danışmada psikodramanın kullanılması ve psikodrama ile bilişsel-davranışçı yaklaşımın bağdaştırılması. Sırayla ele alalım.

Rol Sosyogramı (Rol Atomunun Sosyometrik Örüntüsü)

Yukarda "Psikodrama Etkinlikleri" başlığı altında rol atomunun ne olduğundan ve sahnede nasıl canlandırıldığından söz edilmişti. Burada ise, bir kişiye ait rol atomunun sos-yometrik örüntüsünü tanımlayacağız ve bu örüntüyü nasıl inceleyebileceğimizi tartışacağız. Rol atomunun sosyometrik örüntüsüne "rol sosyogramı" adını vermek

istiyorum. Literatürde rol diyagramlarından söz edilir (Moreno, 1977; Starr, 1979); ancak burada tanımlanacak olan rol sosyogramı, nitelik açısından rol diyagramlarından oldukça farklı olacak.

Eğer bir kişi, sahip olduğu rollerden ötürü birtakım iç çatışmalar ya da kişilerarası çatışmalar yaşıyorsa, bu kişinin rol atomuna bakmakta yarar vardır. Yukarda, "Psikodrama Etkinlikleri" başlığı altında, kişilerin rol atomlarına, alışlagelmiş

248

Sosyometri ve Psikodrama

yaklaşımlarla nasıl bakabileceğimiz konusunda bir örnek vermiştik. Şüphesiz, örnekte görülen yaklaşım, rollerden kaynaklanan kişi içi çatışmalardan bazılarını çözmede yararlı olabilir. Ancak, kişilerin sahip oldukları rollerden ötürü yaşadıkları iç ve dış çatışmaları daha ayrıntılı olarak betimlemek ve kısa yoldan giderebilmek isteriz. İşte bu isteğe cevap verecek bir yaklaşım geliştirmeye çalışırken, bir rol atomunun sosyometrik örüntüsünün tanımlanabileceğini ve incelenebileceği fark ettim.

Bir kişiye ait rol sosyogramı (rol atomunun sosyometrik örüntüsü) nasıl belirlenir?: Bir baş-oyuncunun sahnede rol atomunu sergilediğini düşünelim. Atomun merkezinde başoyuncu bulunmaktadır; çevresine ise, önemli gördüklerini kendisine yakın olmak üzere sahip olduğu rolleri yerleştirmiştir. (Rol atomunun dışardan görünüşü, aynen bir sosyal atomun görünüşüne benzemektedir. Aralarındaki fark, sosyal atom üzerinde baş-oyuncunun kendisine yakın hissettiği kişilerin bulunması, rol atomunda ise sahip olduğu rollerin bulunmasıdır.) Daha sonra baş-oyuncu, her bir rolünün yerine ayrı ayrı geçerek, her bir rolün, diğer rollere ve merkezdeki başoyuncuya ilişkin sosyometrik tercihlerini belirtir. Yani başoyuncu, her bir rolün yerinde durarak, bu rolün bir kişi olduğunu farzedip, bu kişinin diğer rolleri ve merkezdeki başoyuncuyu seçmekte olduğunu mu, reddetmekte olduğunu mu belirtir. (Tercih sayısında "yalnızca üç veya beş kişiyi seç" şeklinde bir sınırlama yoktur.) Baş-oyuncu sırayla tüm rollerini dolaşarak, her birinin diğer tüm rollere ilişkin seçmelerini ve reddetmelerini belirtir. Daha sonra merkeze, yani kendi rolüne geçerek, her bir rolünü seçtiğini mi, ittiğini mi belirtir. Bu arada baş-oyuncu, reddetmeleri dile getirirken, her bir reddetmenin sebebini de belirtir. Böylece, rol atomunda bulunan tüm öğelerin sosyometrik tercihlerini kapsayan bir ö-rüntü, diğer bir ifadeyle bir sosyogram ortaya çıkmış olur. Bu örün tüyü /sosyogramı, yönetici veya yardımcısı bir kâğıt üzerine not alır.

Psikodrama

249

Kâğıda kaydedilen rol atomuna ait sosyogramda, reddetmeyi belirten her çizginin üzerine, bu reddetmenin sebebini gösteren bir harf konur. Reddetme sebepleri genelde dört grupta toplanmaktadır. Bunlar, (a) Zaman yokluğu, (b) İlgi yokluğu, (3) Yeteneğe aykırılık, (4) Sosyal baskılar'dır. Bu dört tür sebep sırasıyla "z", "i", "y" ve "s" harfleriyle gösterilir. Eğer baş-oyuncu burada belirtilen sebepler dışında bir sebep ileri sürmüştse, yine bu da sosyogramda reddetmeyi gösteren çizginin üzerine not edilir.

Yukarıdaki açıklamaya ilişkin bir örnek verelim. Ahmet adlı bir baş-oyuncuya ait rollerin sosyometrik örüntüsü Şekil-14'teki sosyogramda görüldüğü gibi olsun.

Şekil -14 Bir baş-oyuncuya ait rol sosyogramı.

Şekil-14'ü şöyle açıklayabiliriz: Baş-oyuncu, beş tane rolü olduğu belirtmiştir. Bunlar, baba rolü, eş rolü, evlât rolü (kendi annesine ve babasına karşı), aile reisi rolü, mesleki rolü ve tiyatro sever rolüdür.

250

Sosyometri ve Psikodrama

Başoyuncu, merkezde durarak bu altı rolüne ilişkin sosyo-metrik tercihlerini belirttiğinde ve daha sonra bu altı rolün her birisinin yerine geçerek diğer rollere ve merkezdeki kendisine ilişkin tercihlerini belirttiğinde şu görünüm ortaya çıkmıştır:

(1) Baş-oyuncu ile baba rolü arasında karşılıklı seçme vardır; baş-oyuncu, baba rolünden hoşnuttur, baba rolü de kendisine yeterince zaman ayırdığı için başoyuncudan hoşnuttur. Aynı şekilde baş-oyuncu ile mesleki rol arasında da karşılıklı seçme vardır; baş-oyuncu mesleki rolünden hoşnuttur, mesleki rolü ise kendisine yeterince zaman ayırdığı için başoyuncudan hoşnuttur.

(2) Baş-oyuncu ile eş, evlât ve tiyatro severlik arasında uyuşmayan ilişki vardır. Şöyle ki: Baş-oyuncu, söz konusu bu üç rolünden de hoşnuttur; bu yüzden onları seçmiştir. Ancak bu üç rol, kendilerine yeterince zaman ayırmadığı gerekçesiyle başoyuncudan hoşnut değildir; bu yüzden başoyuncuyu seçmemişlerdir.

(3) Başoyuncu ile aile-reisliği rolü arasında karşılıklı reddetme vardır. İlgili sosyogramda da görüldüğü üzere, başoyuncunun bu rolünü reddetme sebebi, zaman ve ilgi yokluğudur. Başoyuncuya ait aile reisliği rolünün olayı algılaması ise ilginçtir; çünkü aile reisliği rolü, başoyuncunun aile reisliği yapmak için gerekli yeteneğe sahip olmadığını düşünmektedir. (Bu durum sosyogramda "y" harfi ile ifade edilmiştir.) Baş-oyuncu, aile reisliği rolüne girdiğinde, bu role bürünerek şunları söylemiştir: "Ahmet (yani baş-oyuncu) evle ilgili işlerde becerikli değil; tamirat yapamaz; ayrıca ekonomik açıdan ailesinin geleceğini de düşünmüyor, daha iyi bir evde oturmak, daha iyi bir arabaya sahip olmak konusunda hiç bir planı yok; kısacası kötü bir aile reisi; çocuklarını ve eşini seviyor ama, ailesi için somut olarak yaptığı bir şey yok; bir şey yapmamasının sebebi ise bu konularda becerikli olmaması."

Başoyuncu, kendi rolüne (yani merkeze) geldiğinde, aile reisliği rolüne sıcak bakmadığını, bu rolü reddettiğini, reddetme sebebinin ise zaman ve ilgi yokluğu olduğunu belirtmiştir.

Psikodrama

251

(4) Başoyuncuya ait tiyatro severlik rolü ile meslekî rol arasında ve yine tiyatro severlik rolü ile aile reisliği rolü arasında karşılıklı reddetme vardır. Bu roller, karşılıklı olarak birbirlerini, zaman alıcı birer engel olarak görmektedirler. Bu üçlü arasında yalnızca aile reisliği rolü ile meslekî rol arasında uyuşmayan tercih vardır; aile reisliği rolü meslekî rolü seçerken, meslekî rol aile reisliği rolünü reddetmiştir. Bu durumun nedeni, aile reisliği rolünün meslekî rolü, aile için gerekli görmesi, buna karşılık meslekî rolün aile reisliği rolünü, zaman alıcı ve engelleyici bulmasıdır.

Meslekî rol ile aile reisliği rolü arasındaki ilişkinin bir benzeri, meslekî rol ile eş rolü arasında ortaya çıkmıştır. Eş rolü, meslekî rolü gerekli bularak tercih etmiştir; buna karşılık meslekî rol eş rolünü zaman alıcı ve engelleyici bulduğu için reddetmiştir.

(5) Evlât rolü ile tiyatro severlik rolü arasında da uyuşmayan bir tercih görülmektedir. Tiyatro severlik rolü evlât rolünü seçerken, evlât rolü zaman alıcı olduğu gerekçesiyle tiyatro rolünü reddetmiştir.

(6) Baba rolü ile meslekî rol uyuşmayan bir çift oluşturmaktadırlar; baba rolü meslekî rolü, çocuklarının geleceği için gerekli görmektedir; buna karşılık meslekî rol baba rolünü (yani başoyuncunun çocuklarına zaman ayırmasını) zaman alıcı bir engel olarak görmektedir. Eş rolü ile tiyatro severlik rolü arasında karşılıklı seçme vardır; çünkü baş-oyuncu tiyatroya eşi ile birlikte gidebilmektedir; bu yüzden bu iki rol birbirlerinden hoşnuttur. Fakat aynı uyuşma, baba rolü ile tiyatro severlik rolü arasında ortaya çıkmamıştır. Tiyatro severlik rolünün baba rolünden herhangi bir şikâyeti yoktur; ancak baş-oyuncu tiyatroya çocuklarıyla birlikte gidemediği için, baba rolü tiyatro severlik rolünü reddetmektedir.

(7) Baba ve eş rolleri arasında karşılıklı seçme görülmektedir; eş rolü, çocuklara zaman ayrılmasından şikâyetçi değildir, baba rolü ise anneye zaman ayrılmasından şikâyetçi değildir. Benzer şekilde, baba ve evlât rolleri arasında da karşılıklı

252

Sosyometri ve Psikodrama

seçme bulunmaktadır; bu iki rol de birbirlerinden şikâyetçi değildir. Bu noktada, eş, baba ve evlât rollerinin bir kırmızı üçgen oluşturmak üzere olduğu, ancak eş rolü evlât rolünü reddettiği için bu üçgenin oluşmadığı görülmektedir. Evlât rolü, eş rolünden şikâyetçi değildir; ancak eş rolü, baş-oyuncu-nun kendi annesine ve babasına fazlaca zaman ayırmasından hoşnut değildir.

Şekil-14'te görülen rol sosyogramını yukarıda, sözel olarak açıklamaya çalıştık. Bu açıklamalardan da anlaşılacağı üzere, söz konusu rol sosyogramını sergileyen başoyuncu, sahip olduğu rollerden kaynaklanan birtakım ikilemler yaşamaktadır. Baş-oyuncu, mesleği, ailesi ve hobisi olan tiyatro arasında, kendisini ikileme düşüren tercihler yapmak zorundadır. Bu durum, baş-oyuncunun hem birtakım iç çatışmalar yaşamasına, hem de kişilerarası ilişkilerde zorlanmasına yol açabilir. Yaşadığı iç çatışmalardan ötürü, baş-oyuncunun aile içi iletişim sorunları artabilir; ailedeki iletişim sorunları ise, hem başoyuncunun iç çatışmalarını körükler, hem de meslek yaşamını olumsuz yönde etkiler.

Şekil-14'te bakıldığında, baş-oyuncunun, meslekî rolü ve hobisi ile ailesiyle ilgili rolleri arasında denge kurmakta güçlük çektiği anlaşılmaktadır. Baş-oyuncunun algılayışına göre, gerek meslekî rolü, gerekse tiyatro severliği, reddedilen özelliklerdir. (Söz konusu bu iki rol, diğer rollerden dörder red almıştır.) Baba ve eş olma rolleri ise seçilen özelliklerdir. (Bu iki rol de dörder seçim almıştır.) Böyle olmasına rağmen, başoyuncunun, yaşamındaki baba ve eş rollerini yerinde bırakması, buna karşılık meslekî ve tiyatro severlik rollerini yaşamından atması mümkün değildir. O halde baş-oyuncunun tüm rolleriyle uzlaşması gereklidir. (Eğer baş-oyuncu bunu gerçekleştirebilirse, bu takdirde sahip olduğu roller de birbirleriyle uzlaşabilir.)

Yukarıdaki tartışmalardan yola çıkılarak, baş-oyuncunun rolleri ile ilgili çatışmaları, psikodramada oyun konusu yapılabilir. Özellik baş-oyuncunun zamanını kullanma konusunda

Psikodrama

253

sorunu bulunduğu akla gelmektedir. Çünkü baş-oyuncunun algılayışına göre, rolleriyle ilgili çatışmalarının temel sebebi zamansızlıktır. Eğer gerçekten böyleyse -ki böyle olup olmadığı oyun sırasında, daha açık bir şekilde ortaya çıkabilir- başoyuncuya zamanını iyi kullanmadığı konusunda içgörü kazandırılabilir. Bunun ardından ise, zamanını daha iyi planlaması ve kullanabilmesi için birtakım mizansenler yaratılabilir, grup üyeleri tarafından birtakım model davranışlar sunulabilir.

Grup Üyeleri Arasındaki Çatışmalara Bir Yaklaşım

Yukarıda "Grup-içi İlişki Sorunlarını Merkez Alan Psiko-drama" başlığı altında, üyeler arasındaki çatışmaların psiko-dramada çeşitli yaklaşımlarla ele alınabileceğini belirtmiştik. Burada ise, gençlerle yapılan psikodramalarda, iki üye arasındaki çatışmanın nasıl ele alınabileceği konusunda bir öneride bulunmak ve bu önerinin kuramsal temelini tartışmak istiyorum.

Gençlerle yapılan psikodramalarda, iki grup üyesi arasında çatışma olduğunda, öncelikle bu üyelerin aralarındaki çatışmayı oyunlaştırmak isteyip istemedikleri sorulur. İstekli olmaları durumunda şu yolu izleyebiliriz: Önce bir üyeden bir sandalyeye oturup, sahip olduğu kişisel özellikleri düşünmesini ve bunlardan önemli bulduklarını, birer yardımcı oyuncuyla temsil ederek arkasına yarım yay teşkil edecek şekilde yerleştirmesini isteriz. (Burada canlandırılan, bir anlamda bu üyenin "kişisel özellik atomu "dur.) Daha sonra aynı şeyi, ikinci üyeden de isteriz. Böylece çatışan bu iki üye, sahip oldukları kişisel/kişilik özellikleri arkalarında bulunmak üzere sahnede karşı karşıya gelmiş olurlar. Bu iki üye yerine birer eş-ego konularak, üyeler sahnenin kenarına alınır; yönetici ile birlikte sahip oldukları özelliklere dışardan bakarlar. Bu uygulama sırasında hemen her zaman, üyelerin sahip oldukları kişisel özelliklerden en az birkaç tanesinin birbirine benzediği ortaya çıkar. Üyelerin bu benzerliği fark etmelerinden sonra, aralarındaki benzerlikler ve farklılıklar üzerine kısa bir söyleşide bulunulur. Birbirleriyle çatışan üyelerin, bazı ortak yönleri sahip

254

Sosyometri ve Psikodra

olduklarını görmeleri halinde, bu durumdan etkilendikleri' ' ve birbirlerine daha ılımlı gözle bakmaya başladıklarını PÖZ\ mişimdir.

Çatışan üyeler, daha sonra birbirlerine ait sandalyelere yani birbirlerinin rollerine geçebilirler, sahip oldukları birtakım özellikleri, birbirleriyle değiş-tokuş edebilirler. Bunlar ve bunlara benzeyen etkinlikler, bu iki üye arasındaki yakınlaşmayı artırabilir.

Yukarda dile getirilen yaklaşımın arkasındaki kuramsal dayanak şudur: Analitik yaklaşıma göre insanlar, sahip oldukları fakat hoşlanmadıkları birtakım kişilik özelliklerini, bir başka insanda gördükleri zaman, bilinçli olmaksızın o insana karşı olumsuz bir tavır takınırlar; ona kızmaya başlarlar. (Jung'a (1959) göre, bir insan kendisine ait gölge arketipinin bir benzerini karşılarındaki insanda gördüğü zaman, o kişiden hoşlanmadığını düşünebilir.) Öte yandan, ergenlik dönemindeki gençlerin, kendilerini tanımak kimlik edinmek amacıyla birbirlerine âdeta bir aynaya bakar gibi baktıkları da ileri sürülebilir. Yani gençler, kimlik edinme uğraşları sırasında, kendileriyle ve kendilerine benzeyen kişilerle bir hesaplaşma içine girerler. Bu hesaplaşma sırasında genç insan, kendisine ait hoşlanmadığı yönleri, bir arkadaşında görürse, -ya da gördüğünü zannederse- hesaplaşmanın, çatışmanın boyutları büyüyecektir. Yukarda sözü edilen çatışma çözme yaklaşımında, işte bu tür hesaplaşmalar sırasında gençlerle içgörü kazandırılması amaçlanmaktadır.

Bir örnek: Gençlerle yapılan bir psikodrama oturumunda, iki üye arasındaki çatışmanın, yukarda belirtilen yaklaşımla nasıl ele alındığı konusunda bir örnek vermek istiyorum.

Bir psikodrama oturumunda, iki üye arasında gerginlik olduğunu sezinledim. Kısa bir süre sonra da birkaç sert cümleyle çatıştılar. Aralarında, grup öncesinden gelen bir çatışma olduğu anlaşılıyordu. Kendilerine, aralarındaki çatışmayı oyunlaştırmak isteyip istemediklerini sordum, kabul ettiler. Artık ikisi de başoyuncu olmuşlardı. Bir süre üçümüz birlikte sahnede

psikodrama

255

dolaştık. Birinci başoyuncuya, ikinciyle kendi arasında herhangi bir benzerlik bulunup bulunmadığını sordum "hiç bir benzerlik yok" dedi. Aynı soruyu ikinci başoyuncuya da sordum, o da aynı cevabı verdi.

Birinci başoyuncudan bir sandalyeye oturarak sahip olduğu özellikleri çevresine, yarım yay oluşturacak şekilde yerleştirmesini istedim. Yerleştirme öncesinde ve yerleştirme sırasında, kendisine zaman zaman eşlemelerde bulunarak, ısınma düzeyini artırmaya çalıştım. Aynı işlemi ikinci başoyuncuyla da gerçekleştirdik. Böylece ikisi de sahip oldukları kişisel özellikleri sahnede canlandırmış oldular. Daha sonra, sahnenin kenarında durarak ikisini de yanıma çağırdım. Sahip oldukları kişisel özellikler arasında farklılıklar vardı; ancak iki özellikleri, belirgin şekilde benzerdi. Benzerlik gösteren bu özellikler, "alınganlık" ve "içinde bulunulan grupta önder olma isteği" idi.

Başoyunculara "hani aranızda hiç bir benzerlik yoktu" dedim; güldüler. (Bireyle ya da grupla yapılan danışmalarda, danışman tarafından yapılan yüzleştirmelere (konf-rontasyonlara) üyelerin gülmeleri, genelde "evet öyle" anlamında yorumlanabilir.)

İki başoyuncu, önemli sayılabilecek bir konuda aralarında benzerlik bulunduğunu fark ettikten sonra, birbirleriyle daha ılımlı bir diyalog içine girdiler.

İki üye arasındaki söz konusu çatışmanın tek nedeni, şüphesiz ki aralarındaki birkaç benzer nokta değildir. Benzer kişisel özellikler, analitik yaklaşımın öngördüğü şekilde muhtemel çatışma nedenlerinden birisi olabilir. Bunun dışında iki üyenin çatışmasına yol açan başka nedenler de bulunabilir. Ancak bütün bunlara rağmen, birbirleriyle çatışmakta olan iki kişi psikodrama sahnesinde ortak bazı yönleri bulunduğunu fark ettikleri zaman, birbirlerine farklı açıdan bakmaya başlayabilirler. Bir insanın, kendisine "tamamen zıt" olarak algıladığı bir insanla bazı ortak yanlarının bulunduğunu fark etmesi, sanırım o insanın olaylara ve dünyaya bakış tarzını da etkilemeye başlar.

256

Sosyometri ve Psikodrama

Meslekî Danışmada Psikodramanın Kullanılması

Bu bölümde, meslekî danışma ile psikodrama arasındaki mevcut etkileşime kısaca değindikten sonra, bu iki alanın birbiriyle nasıl bağdaştırılabileceğini ele alacağız.

Psikolojik danışma ve rehberlik kapsamında kullanılan testlerden bir tanesi de sosyometri testidir. Bunun yanı sıra literatürde az sayıda araştırmada ise, meslekî tercihin gelişiminin, sosyal atomdan yararlanılarak incelendiği görülmektedir. Bu araştırmalardan birisinde (Rockwell, 1987), kişilerin sosyal atomlarının, onların meslek atomlarını, dolayısıyla meslekî tercihlerini etkileyebileceği görüşünden hareketle, Kelly'nin "repertory grid" tekniğine benzer bir yaklaşım kullanılarak, deneklerin meslekî tercihleri incelenmiştir.

Genelde psikodrama oturumlarında, belirli konular hedeflenerek toplanılmaz. Üyelerin o andaki ihtiyaçları doğrultusunda getirdikleri konular ele alınır. Ancak, psikodramanın temel ilkelerinden fedakârlık etmeksizin, belirli sorunların psikodrama konusu yapılabileceği kanısındayım. Psikodrama, psikoterapiyle ya da psikolojik danışmayla ilgili olarak belirli alanlarda etkili bir araç olabilir. Söz konusu alanlardan birisi olarak meslekî danışmayı düşünebiliriz.

Kişilere, daha çok da öğrencilere meslekî danışma yapmak istediğimizde, yani meslek seçimi konusunda onlara rehberlik hizmeti sunduğumuzda, psikodramadan yararlanabiliriz. Aslında meslekî danışma ile psikodrama, birbirlerine kapalı alanlar değildir. Doğrudan psikodrama niteliği taşımasa da meslek danışmanları tarafından "meslekî danışma grupları (career counseling groups)" yapılmaktadır. Bu gruplarda zaman zaman, psikodramada da kullanılan birtakım tekniklere ve etkinliklere yer verilir. Örneğin geleceğin provası yapılır, geleceğe ilişkin projeksiyonlar sergilenir; bu etkinliklerin birer versiyonu olarak "yönlendirilmiş fantazi (guided fantasy)" ya da "meslek gündüz rüyası (vocational daydream)" adları verilen teknikler uygulanır (Holland, 1964; Skovholtve Hoennin-ger, 1974; Kelly, 1972; Morgan ve Skovholt, 1977; Balk, 1989).

Psikodrama

257

Fakat bir meslekî danışma grubunda, bu etkinliklerden birinin veya birkaçının uygulanması, o oturumu psikodrama niteliğine büründürmez. Kitabın başlangıcında da belirttiğimiz gibi, şu ya da bu psikodrama tekniğini/etkinliğini kullanmayan bir grup türü neredeyse kalmamıştır. O halde, meslekî danışmada psikodramayı başlıbaşına bir yaklaşım olarak kullanmayı deneyebiliriz. Yani, belli psikodrama tekniklerini meslekî danışmaya taşımak yerine, doğrudan psikodrama içinde meslek danışmanlığı yapabiliriz.

Psikodrama kapsamında meslekî danışma yapmak, yeni ve işlevsel bir yaklaşım olacaktır. Çünkü, meslekî danışma gruplarında bazı psikodrama teknikleri kullanılmaktadır ve psikodrama oturumlarında yeri geldikçe meslek seçimi sorunu ele alınabilir. Fakat, meslekî danışma ile psikodramanın nasıl bağdaştırılabileceği ve özellikle hangi psikodrama tekniklerinin meslekî danışmada daha işlevsel olduğu, sistematik olarak araştırılmamıştır. Aşağıda, bu konudaki eksikliği gidermeye yönelik bir çalışmadan söz edeceğim.

ÖSYS yoluyla girdikleri programdan hoşnut olmayan üniversite birinci sınıf öğrencileriyle gerçekleştirdiğimiz psiko-drama oturumları, psikodrama kapsamında meslekî danışmanın etkili bir şekilde yürütülebileceğini göstermiştir (Dökmen, 1993b). Söz konusu oturumlarda, "psikodramanın etkin kullanımı" olarak adlandırabileceğimiz uygulamalar şunlar olmuştur:

(1) Hangi fakülteye gireceği ya da bölüm değiştirip değiştirmeyeceği konusunda kararsızlığı olan öğrencilerin bu sorunları, alışılmış psikodrama teknikleriyle etkili bir şekilde ele alınabildi. Örneğin Siyasal Bilgiler Fakültesi ile Eğitim Bilimleri Fakültesi arasında bocalayan bir öğrenci için sahneye iki sandalye yerleştirildi. Sandalyelerden birisi öğrencinin Siya-sal'a gitmek isteyen yanını, diğeri ise Eğitim'de okumak isteyen yanını temsil etti. Öğrenci, her iki fakülteye gitmesi durumunda ortaya çıkabilecek artıları ve eksileri ayrı ayrı düşündü; kendisine ait iki ayrı yanı temsil eden bu iki sandalyeye

258

Sosyometri ve Psikodrama

sırayla oturarak, söz konusu iki yanı arasında bir diyalog gerçekleştirdi. Bu diyalog, öğrencinin içgörü kazanmasına katkıda bulundu.

(2) Gerek başoyuncular, gerekse diğer üyeler, çeşitli meslekler hakkında, kendileri için yeni sayılabilecek bilgiler edindiler. Örneğin, Hukuk Fakültesi'ni bitirir bitirmez avukat olunduğunu zanneden bazı üyeler, ancak bir yıllık bir staj döneminden sonra avukat olunduğunu öğrendiler. Bazı üyeler ise avukatlığı, yabancı filimlerde gördükleri şekilde, mahkemelerde parlak savunmalar yapmaktan ibaret sanıyorlardı. Bu üyeler, avukatların mahkeme dışında birtakım işler yapmaları gerektiğini de öğrendiler.

(3) Üyeler, psikodrama sahnesinde çeşitli mesleklerle ilgili birtakım yaşantılar geçirerek, bu mesleklere ilişkin yeni tutumlar geliştirmeye başladılar. Kanımca, en önemlisi, belli mesleklere ilişkin tutumlarını, psikodrama sahnesinde test etme fırsatı buldular. Yani, birtakım mesleklerle ilgili rolleri sahnede canlandırırken, bu rolleri icra etmenin hoşlarına gidip gitmediğini fark etmeye başladılar.

(4) Üyeler, belli meslekleri tercih etmeleri konusunda, yakınlarına attettikleri birtakım tutumların doğruluk derecesini de test etme fırsatı buldular. Örneğin bölüm değiştirirse babasının çok olumsuz bir tavır takınacağını düşünen bir başoyuncu, psikodrama sahnesinde, babasının aslında düşündüğü kadar katı bir tutuma sahip olmayabileceğini fark etmiştir.

Psikodrama ile Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımın Bağdaştırılması

Son yıllarda psikoterapi/psikolojik danışma alanında eklettik yaklaşım hızla taraftar kazanmıştır. Literatüre bakıldığında, bu alandaki uzmanların büyük çoğunluğunun eklettik yaklaşımı benimstedikleri görülür. Bu gelişme doğal olsa gerek. Çünkü uygulamacıların tek bir terapi/danışma yaklaşımını benimsemeleri, esneklikten uzak bir tavidir. Eğer "hastalık yoktur, hasta vardır" ilkesini benimsiyorsanız ve bunun

Psikodrama

259

yanı sıra "insanların kuramlardan daha önemli oldukları" fikir dünya görüşünüze uygunsa, eklettik yaklaşımı benimsemeniz kaçınılmazdır.

Eklettik yaklaşımın, pratikte sıkıntı yaratacağı, bir uygulamacının mevcut bütün yaklaşımları bilmesinin mümkün olmayacağı ileri sürülebilir. Oysa bu doğru değildir. Eklettik yaklaşımı benimseyen bir uygulamacının, tüm yaklaşımları bilmesi gerekmez. Pratikte gözlenen şudur: Birkaç yaklaşımla ilgili olarak eğitim almış olan uygulamacılar, duruma uygun şekilde bu yaklaşımları birbiriyle bağdaştırarak kullanırlar. Kanımca burada tartışılması gereken, eklettik yaklaşımın yararlı olup olmadığı değil, bu yaklaşım kullanıldığında söz konusu bağdaştırmanın nasıl yapılması gerektiğidir.

Psikoterapi/psikolojik danışma alanındaki yaklaşımları bağdaştırmanın iki ana yolu olabilir. Birincisi, uygulamacılar bilgileri ve sezgileri doğrultusunda, yerine ve zamanına göre bildikleri yaklaşımları bağdaştırarak kullanırlar, ikinci yol ise, neyin, neyle, nasıl bağdaştırılacağı konusunun sistematik olarak araştırılması ve eklettik uygulamaların kuramsal bir temele oturtulmasıdır. Bu yoldaki araştırma sonuçlarını uygulamacılar aynen benimsemek zorunda değildirler. Ancak, eklettik uygulamalar konusundaki kuramsal görüşler ve araştırma sonuçları, uygulamacılar için yol gösterici olabilir.

Psikodrama ile bilişsel-davranışçı yaklaşım, mevcut uygulamaların ötesinde birbirleriyle daha etkili bir şekilde bağdaştırılabilir. Bu bağdaştırmanın nasıl sağlanabileceğini ele almadan önce, söz konusu iki yaklaşım arasındaki mevcut etkileşime kısaca değinmek istiyorum.

Üçüncü bölümde "Psikodramada Öğrenme/Davranış Değişikliği" başlığı altında da belirttiğimiz gibi, adı her zaman açıkça konmasa da, psikodrama, bir öğrenme/bir davranış değişikliği sürecidir. Bu süreç içinde grup üyeleri, birbirlerini model alabilirler, yeni roller, yeni davranışlar öğrenebilirler. Psikodramanın bu özelliği literatürde sıklıkla vurgulanmasa da, yine de zaman zaman ele alınmıştır. Örneğin Ferinden'in

260

Sosyometri ve Psikodrama

(1971) ve Newburger'in (1987) yanı sıra bizzat Moreno da (1963 a), psikodramanın davranış değiştirmedeki işlevine ve davranışçı yaklaşımla olan ilişkisine değinmiş, konuyu tartışmıştır. Ancak Moreno'nun bu alandaki ilgisi, davranışçı yaklaşımla sınırlı kalmıştır. Çünkü O'nun konuyla ilgilendiği yıllarda, daha çok davranışçı yaklaşım gündemdeydi; bilişsel-davranışçı yaklaşım henüz gelişme aşamasındaydı, bugünkü boyutlarına ulaşmamıştı. Bu yüzden psikodrama ile bilişsel-davranışçı yaklaşımın ortak yanlarının neler olduğu ve birlikte nasıl kullanılabilecekleri, günümüzde yeni bir bakış açısıyla ele alınmalıdır.

Günümüzde, psikodramayla ilgilenen uygulamacılar arasında bilişsel-davranışçı yaklaşıma ilgi gösterenlerin sayısı oldukça azdır. Konuyla ilgili tarafımdan yapılan bir incelemenin yanı sıra (Dökmen, 1993 c), yerli literatürde, bu iki yaklaşımı birlikte ele alarak irdeleyen tek bir deneysel araştırma vardır (İnceerve Üregen, 1990).

Psikodrama literatüründeki ve uygulamalarındaki, fazla esnek sayılmayan duruma karşılık, bilişsel-davranışçı yaklaşımın psikodramaya bakış açısı oldukça esnektir. Diğer pek çok psikoterapi/psikolojik danışma yaklaşımı gibi bilişsel-davranışçı yaklaşımda da temel psikodrama tekniklerinden birisi olan "rol değiştirme" tekniği kullanılmaktadır (Trower ve diğ., 1989; Hawton ve diğ., 1990). Bunun yanı sıra bilişsel-davranışçı yaklaşımda hastalardan/danışanlardan, belli bir olayın geçtiği ortamı psikodramadaki dekor tanımlamaya benzer şekilde tanımlamaları istenir (Havton ve diğ., 1990). Ancak belirtmek gerekir ki bilişsel-davranışçı yaklaşımda söz konusu uygulamalar, psikodramada alışageldiğimizden biraz farklı bir şekilde gerçekleştirilmektedir. Örneğin bazen rol değiştirme aynen psikodramadaki gibi yapılır; fakat bazen de hasta/danışan, terapist/danışman ile rol değiştirebilir; söz gelişi, hasta, kendisine ait olumsuz düşünceleri canlandıran terapist ile iletişime girip rol değiştirebilir. Bu uygulama şekli psikodramadakin-den farklıdır. Psikodramadaki oyunlar sırasında yöneticiler başoyuncularla rol değiştirmezler.

Psikodrama

261

Özetleyecek olursak: Psikodramada, davranışçı yaklaşıma belirli bir ilgi vardır. Bilişsel-davranışçı yaklaşım kapsamında ise temel psikodrama tekniklerinden yararlanılmaktadır. Ancak bütün bunlar, söz konusu iki yaklaşımın, bütün öğeleriyle birlikte sistematik bir şekilde kaynaştırıldığı anlamına gelmemektedir. Aşağıda, konuyla ilgili bir araştırmamı (Dökmen, 1993c) temel alarak, böylesine bir kaynaştırmayı nasıl yapabileceğimizi tartışacağım.

Bir süredir, yürüttüğüm bazı psikodrama oturumlarında, bilişsel-davranışçı yaklaşımın tüm öğeleriyle birlikte psikodrama sahnesine taşınıp taşınamayacağını, zaman zaman gerçekleştirdiğim ufak denemelerle sınımaya,

anlamaya çalışıyorum (Dökmen, 1993c). Söz konusu uygulamalardan şu ana kadar çıkardığım gözlem sonuçlarını şöyle maddeleştirebiliriz:

(1) Bilindiği üzere, bilişsel-davranışçı yaklaşımda kişilerin bilişsel çarpıtmaları/irasyonel düşüncelerini belirlenmek ve bunları gidermek esası. Söz konusu bilişsel çarpıtmaları gidermek için başvuru temel yaklaşım ise, bu çarpıtılmış düşüncelere alternatif olabilecek birtakım düşünceler üretmektir. Söz gelişi, bir dostunuz size selam vermeden geçtiğinde eğer "Demek ki bana küsmüş; zaten beni hiç kimse sevmez" diye düşünürseniz ve bu düşünceden ötürü üzüntüye kapılırsanız, bu düşüncenizi bilişsel çarpıtma/irasyonel düşünce sayabiliriz. Söz konusu bu düşünce ile ilgili üretilebilecek alternatif düşünceler şunlar olabilir: "Küsmemiş olabilir, bir sorunu olduğu için görmemiş olabilir; dünyada beni hiç kimsenin sevmediği gerçekçi bir düşünce değil, beni sevenler ve sevmeyenler bulunabilir". Yukarda "Rol Değiştirme Tekniği" başlığı altında da belirtildiği gibi, psikodramada, karşısındaki kişinin rolüne geçen bir başoyuncu, adı açıkça konmasa da birtakım alternatif düşünceler üretir. Bir insan, karşısındaki kişiyle empati kurduğunda, yani onun rolüne girerek olaylara onun bakış açısıyla baktığında, ifade ettiği bu "yeni bakış açısı", k a n ı m c a b i r a l t e r n a t i f d ü ş ü n c e sayılabilir. Rol değiştirme tekniğini etkili kılan da budur. Moreno'nun (1963) Evelyne'i, babasına dışardan baktığında,

262

Sosyometri ve Psikodrama

"babam katıdır" düşüncesine sahipti; ancak Evelyne, babasının rolüne girdiğinde (onunla empati kurduğunda) "babam beni seviyor, üzülmemi istemez" düşüncesiyle karşılaştı ve bu düşüncüyü babasının ağzından ifade etti. Bu yeni bakış açısı, bir alternatif düşüncedir. Eğer Evelyne'nin sorunu psikodrama sahnesinde değil de bilişsel-davranışçı yaklaşımla ele alınsaydı, benzeri bir alternatif düşünce üretilebilirdi.

Yönetmiş olduğum bir psikodramada bir başoyuncu, yatılı okulu kazandığında babasının "keşke kızım okula gitmeyip bizimle kalsaydı" diye düşündüğünü belirtti (Dökmen, 1993c). Kendisine "babam bunu açıkça söyledi mi?" diye sordum, "söylemedi ama, öyle düşündüğünü biliyorum" dedi. Baş-oyuncu, babası rolündeki yardımcı oyuncuyla rol değiştirdiğinde (yani babasının rolüne girdiğinde), "kızımın evden ayrılmasına üzüldüm, fakat onun okumasını istiyorum; ...sanırım bu duruma alışacağım" dedi. Baş-oyuncu tarafından ifade edilen bu iki cümle, birbirlerine alternatif olabilecek niteliktedir. Bu cümleleri üreten baş-oyuncu da Evelyne gibi, yeni bir bakış açısıyla karşılaşmıştır.

Yukarıdaki örneklerde de görüldüğü gibi insanlar, gerek bilişsel-davranışçı yaklaşımda alternatif düşünceler ürettiklerinde, gerekse psikodramada rol değiştirdiklerinde, olaylara yeni bir açıdan bakabilmektedirler. Yani psikodramada bir baş-oyuncu karşısındaki kişiyle rol değiştirdiğinde, âdeta biliş-sel-davranışçı yaklaşıma benzer şekilde alternatif düşünceler üretebilmektedir. Psikodrama ile bilişsel-davranışçı yaklaşımı, uzun yıllar iki ayrı alan olarak düşünmüştüm. Yukarda ifade edildiği şekilde aralarında bir benzerlik bulunduğunu fark etmem benim için ilginç oldu. Psikodrama ile bilişsel-davranışçı yaklaşımı bağdaştırmaya çalışırken, söz konusu bu benzerliği vurgulamak ve geliştirmek gerektiğini düşünüyorum. Bu konuda çeşitli yollar denenebilir. Örneğin psikodrama yöneticisi, rol değiştirme sırasında başoyuncuların daha sistematik bir şekilde alternatif düşünceler geliştirmelerine zemin hazırlayabilir. Şüphesiz bu etkinlikler, başoyuncuların duygusal

Psikodrama

263

uyarılımlarını azaltacak, ısınmalarını geriletecek nitelikte olmamalıdır. Yönetici asla, başoyuncu adına da birtakım alternatif düşünceler üretmemelidir; yönetici yalnızca uygun eşlemeler yaparak, yeni düşünceler üretmesi konusunda başoyuncuya rehberlik etmelidir. Zaten bilişsel-davranışçı yaklaşımda da alternatif düşüncelerin hastalar/ danışanlar tarafından üretilmesi tercih edilir. Gördüğüm kadarıyla, bu ve benzeri ilkelere dikkat edilmesi durumunda, psikodrama sahnelerinde başoyuncuların zengin ve etkin birtakım alternatif düşünceler üretmeleri mümkün olmaktadır.

(2) ısınma aşamasında, bilişsel çarpıtmalarla ilgili birtakım oyunlar rahatlıkla oynanabilmektedir (Dökmen, 1993c).

(3) Psikodrama sırasında Enis'in ABC Modeli, gerektiğinde başarıyla dramatize edilebilmektedir. (Burada A, olay; B, başoyuncunun bilişsel çarpıtmaları/ irasyonel düşünceleri; C ise başoyuncunun olaya ilişkin duygu ve davranışları anlamına gelmektedir.) Başoyuncu, kendisine ait B'lerle konuşabilir, onlarla rol değiştirebilir. Eğer B'lerini kendisine empoze eden birileri varsa, bu kişiler sahnede yardımcı oyuncular tarafından canlandırılabilir; başoyuncu bu kişilerle konuşabilir. Örneğin başoyuncuya "hiç hata yapmamalısın" ya da "her zaman birinci olmalısın" mesajını veren birileri varsa, başoyuncu bu kişilerle sahnede konuşmalıdır. Bu tür uygulamalar, psikodrama sahnelerinde başarıyla gerçekleştirilebilmektedir.

(4) Sosyal atoma ve rol atomuna benzer şekilde, üyelerin bilişsel çarpıtma atomlarını da sahnede canlandırılabilir. Örneğin "sürekli fedakâr ol, birinci ol, hiç bir işi yarım bırakma" şeklindeki içselleştirilmiş emirlerin her biri sahnede bir yardımcı oyuncu tarafından canlandırılabilir. Başoyuncuların, çevrelerini saran bu düşüncelerle etkileşimde bulunmaları, onlardan kaynaklanan baskının farkına varmaları ve dilediklerini yaşamlarından sembolik olarak uzaklaştırmaları mümkün olmaktadır.

264

Sosyometri ve Psikodrama

(5) Bilişsel-davranışçı yaklaşımdakine benzer şekilde, psi-kodrama oturumlarında da üyelere ev ödevleri verilebilir. Bu konudaki uygulamalar da olumlu sonuç vermiştir.

Yukarıdaki açıklamalardan da anlaşıldığı üzere, zaten aralarında bazı yaklaşım benzerlikleri bulunan, psikodramanın ve bilişsel-davranışçı yaklaşımın sistematik bir şekilde bağdaştırılması mümkündür. Ancak bu yaklaşımları yeni öğrenmeye başlayan uygulamacıların, söz konusu bağdaştırmaya yönelmeleri, başlangıçta uygun olmayabilir. Her halde, her iki yaklaşımı da ayrı ayrı belirli bir düzeyde öğrendikten sonra, bunları birlikte kullanmaya çalışmak, izlenmesi gereken yol olmalıdır.

EKLEKTİK YAKLAŞIM İÇİNDE PSİKODRAMA

Psikodrama ile yalnızca bilişsel-davranışçı yaklaşımı bağ-daştırabileceğimizi düşünmemeliyiz. Eklektik yaklaşımı benimseyen bir uygulamacı, duruma göre, psikodrama ile hemen bütün terapi/danışma yaklaşımlarını aynı potada eritebilir. Zaten mevcut uygulamalar, bu tür bir eklektik yaklaşıma zemin hazırlar niteliktedir. Kitabın bundan önceki bölümlerinde de belirtildiği gibi, psikodramanın şu ya da bu tekniğini almamış olan bir grupla terapi/danışma yaklaşımı, neredeyse yok gibidir. O halde, pratikte zaten varolan eklektik uygulamaları, yerine ve zamanına göre olmak koşuluyla, daha bilinçli ve sistematik bir şekilde sürdürmek mümkündür.

Literatüre bakıldığında, psikodramayı çeşitli yaklaşımlarla bağdaştıran uygulamalara ve incelemelere Taşlanmaktadır. Bu konuda çeşidi örnekler verilebilir. Psikodramanın davranışçı yaklaşıma yönelik ilgisine, bir önceki alt başlık altında değinmiştik. Benzer şekilde, Transaksiyonel Analiz'le ilgili kavramlar ve teknikler de psikodrama kapsamında ele alınmaktadır (Fischer ve Garrison, 1977; Blatner, 1993). Ya da psikodramayı, bir tür projektif yaklaşım, psikodrama kapsamındaki birtakım teknikleri ve oyunları ise projeksiyonların sergilendiği etkinlikler olarak gören araştırmacılar vardır (Torto ve Cornyetz, 1947). (Söz gelişi bir baş-oyuncu, ağaç rolüne girip ağacın

Psikodrama

265

neler hissettiğini dile getirdiğinde, muhtemelen kendisine ait birtakım duygu ve düşünceleri ağaca projekte etmektedir. Yönettiğim oyunlardan birisinde, nöbetten çıkıp psikodramaya gelen genç bir hekim, ısınma sırasında, salondaki ayaklı askının rolüne girmek istemişti. Askı, palto doluydu. Genç hekim, askının rolüne girdiğinde, onun ağzından şunları dile getirdi: "Gece gündüz ayaktaym; yüküm ağır; kendimi yorgun hissediyorum". Bu üye, daha sonra kendi rolüne geçtiğinde "Ben de öyle hissediyorum" dedi. Askı rolünderken, büyük bir ihtimalle kişisel duygu ve düşüncelerini askıya projekte etmişti.)

ÖRNEK PSİKODRAMA OTURUMLARI

Kitapta şimdiye kadar, kuramsal bilgilerin arasına serpiştirilerek uygulamalardan çeşidi örnekler verildi; ayrıca, bir rüyanın ele alındığı psikodrama oturumu ise tümüyle aktarıldı. Şimdi de son olarak, yönetmiş bulunduğum birkaç oturumdan daha söz etmek istiyorum. Öncekilerle birlikte bu örnekler, psikolojik danışma/psikoterapi kapsamında psikodrama-nın nasıl kullanılabileceği konusunda daha belirgin bir tablo çizecektir.

I. Örnek (Karanlık Fobisi)

Geçmiş yıllarda yüksek lisans öğrencileriyle yürüttüğüm bir psikodrama oturumunun ısınma aşamasında, gruptaki üyelere birisi şöyle dedi: "Benim karanlık fobim var; özellikle sinemada tamamen karanlık olduğunda çok korkuyorum. Çantamda tedbir olarak sürekli bir el feneri taşıyorum. Bu durumdan kurtulmak istiyorum." Bu üyeye, sorununu oyunlaştırmayı teklif ettim; kabul etti; ayağa kalktı. (Daha önceden tanımakta olduğum bu üyenin, bu tür bir oyunu kaldırabilecek ego gücüne sahip olduğu kanısındaydım. Ancak, onunla birlikte sahneye geldiğimizde, oyunu nasıl yöneteceğim konusunda kafamda hiç bir plan bulunmadığını fark ederek kaygılandım. Baş-oyuncunun istekli olmasının bana destek olacağını düşündüğümde ise bir miktar rahatladım. Başoyuncudan

266

Sosyometri ve Psikodrama

aldığım sözsüz mesajlar, sorununun bilinçdışında belli bir olgunluğa ulaştığı ve gün ışığına çıkmaya hazır hale geldiği yolunda bir izlenim edinmeme yol açtı. Doğruluk derecesi hakkında bilgi sahibi olmadığım bu düşünce de beni rahatlatı.)

Başoyuncu ile birlikte sahnede dolaşmaya başladık; O'na, son günlerdeki yaşantısını ve "karanlık fobisi" olarak adlandırdığı durumun ilk defa ne zaman başladığını sordum. O da "Üniversitede birinci sınıftaydım; galiba yurttta kalmaya başladığım sıralardaydı" cevabını verdi. Bunun üzerine, başoyuncunun sorununun yurt yaşantısıyla ilgili olabileceğini düşünerek, oyunu baş-oyuncunun yurttaki ilk günüyle başlatmaya karar verdim. Oyuna geçmeden önce başoyuncudan, gerektiğinde kendisini temsil etmek üzere bir eş-ego seçmesini istedim; seçti.

Birinci sahne: Başoyuncu, yurttaki odasını tamamladı, odaya ilk adım atışını canlandırdı. Birkaç ay sonra yurttta sıkıntılı bir gün yaşadığını belirtti. Bu sahneyi de canlandırdık. Başoyuncu sırtı odaya dönük olarak pencereden bakmaktaydı. Bu anda başoyuncunun kendi kendine konuşma tekniğini uygulamasını istedim. Başoyuncu, "odam küçük, karanlık, kasvetli" dedi. Kendisinden, odasının rolüne girerek onunla konuşmasını istedim. Başoyuncu, kendi rolünde ve odanın rolünde olmak üzere sürekli rol değiştirerek odası ile diyalog kurdu. Bir ara odasına "sen kasvetlisin" dedi. Oda ise kendisine "ne yapayım olanaklarım kısıtlı" dedi. Bunun üzerine başoyuncu kendi rolüne

geçtiğinde, kendi kendine konuşmasını istedim. Başoyuncu bu konuşma sırasında, "Odam gibi benim de olanaklarım kısıtlı" dedi. Ben "hangi açıdan?" diye sordum. Başoyuncu bu soruya ayrıntılı cevap vermedi; ketlendiğini gözlüyordum. (Başoyuncunun ketlenmesini aşmak için iki yol geldi aklıma. Birincisi eşleme yapmak, ikincisi ise, hangi tür sorunlara sahip olduğunu görebilmek ve kendisine gösterebilmek için ona "sorunlar atomunu"nu sergilemek. İkinci yol daha uygundu; çünkü kafamda şekillenmekte olan bir hipotez, başoyuncunun, kişisel sorunlarını odasına projekte ettiği yolundaydı. Hem bu

Psikodrama

267

hipotezi test etmek, hem de ketlenmesini aşabilmek için, kendisinden, o günlerde sahip olduğu sorunları çevresine yerleştirmesini istedim.)

ikinci sahne: Baş-oyuncu salonun bir başka köşesinde durarak çevresinde şu sorunları yerleştirdi: Kitap alma güçlüğü, derslerin ağırlı, harçlığı az olduğu için sinemaya yeterince gidememesi ve istediği elbiseleri alamaması. ("Sinema" kelimesini duyunca, heyecanlandım; başoyuncunun bu sözleri ile sinemadaki karanlıktan korkuyor olması arasında bir bağlantı olabileceğini düşündüm. Fakat herhangi bir şey söylemedim.) Başoyuncunun sorunları birer yardımcı oyuncu ile sembolize edildi; her bir yardımcı oyuncu, temsil ettiği sorunu, başoyuncunun omuzlarına bastırarak sözleştirdi. Başoyuncunun yerine, daha önce seçmiş olduğu eş-egoyu geçirdim. Başoyuncu ile birlikte kenara çekilerek, o anda boş olan yurt odası sahnesine ve sorunlarını sergilediği ikinci sahneye birlikte baktık. "Ne görüyorsun?" diye sordum. Başoyuncu duygulanarak "Benim yaşıntım da odaya benziyor, ikisi de kasvetli Ve karanlık. Odanın kasveti belki de o kadar önemli değil; asıl önemli olan benim içimdeki sıkıntı" dedi.

Üçüncü sahne: Başoyuncudan o günlerde gittiği bir sinemayı hatırlamasını ve canlandırmasını istedim. Canlandırdı, sinema ortamını tanımladı; arkadaşlarıyla birlikte bilet alıp sinemaya girdiler. (Sahneyi kararttık.) Sinemada sahnesinde, başoyuncunun arkasına, gerektiğinde eşleme yapmak üzere oturdum.

Baş-oyuncu bir süre filmi seyretti. Daha sonra kendi kendine konuşmasını istediğinde, sinemadaki karanlığın, hem odasındaki hem de kendi yaşıntısındaki karanlığa benzediğini belirtti. (Bence bu önemli bir içgörüydü.) Bir süre sessiz kaldı. Bu sessizlik sırasında olaya psikanalitik açıdan bakarak, başoyuncunun karanlık korkusunun arkasında bir öfke bulunabileceğini düşündüm. Bu düşünceden hareket ederek "Şu an öfkeliyim" şeklinde bir eşlemede bulundum. Başo}jun-cu, bu eşlemenin kendisine uyduğunu belirttikten sonra "içinde

268

Sosyometri ve Psikodrama

bulduğum duruma, zorluklara öfkeliyim, üstelik de korkuyorum" dedi. Bir süre durduktan sonra "galiba aslında bu sinemadaki karanlıktan değil, yaşıntımdaki karanlıktan, içimdeki öfkeden korkuyorum; yaşam beni öfkeliyor, korkutuyor" dedi. Bir süre daha sessiz kaldık. (Bu sırada, başoyuncunun önemli ölçüde içgörü kazandığını, bu içgörüye katarsi-sin de eşlik ettiğini düşünerek, daha derinlere inmenin gerekli olmadığına karar verdim.) "Şu an ekonomik sorunun var mı?" diye sordum. "Hayır" dedi. "Sanırım geçmişteki ekonomik sorunlarını yenmişsin, şimdi burada bu sorunları bir defa daha yenmek ister misin?" dedim ve ikinci sahneye dönülmesini önerdim.

ikinci sahne: Baş-oyuncu sahip olduğu ekonomik sorunların ortasında durdu; sorunlarını temsil eden yardımcı oyuncular çevresini sarıp omuzlarına bastırdılar. Baş-oyuncudan, fiziksel güç kullanarak bu sorunları çevresinden uzaklaştırmasını istedim. Bir miktar uğraşarak bunu başardı.

Birinci sahne: Tekrar yurttaki odaya döndük. Baş-oyuncu odada yalnızdı; kendisine ne hissettiğini sorduğumda başoyuncu "Odam şu an daha geniş ve aydınlık geldi" dedi. Görüşme öncesinde grubun havasını yumuşatmak için bir espri yapmak istedim ve "Hatır için söylemiyorsun değil mi?" dedim. Baş-oyuncu gülererek "Hayır gerçekten şimdi daha ferah" dedi. Böylece oyun bitti, görüşme aşamasına geçildi.

Yorum: Baş-oyuncu, başlangıçta karanlık, kasveü ve küçük olarak algıladığı odasını, oyunun sonunda geniş ve aydınlık olarak algılamıştır. Başoyuncunun algısındaki bu değişiklik, uygulanan psikodrama teknikleri sonucunda, başoyuncunun bilişsel ve duygusal açıdan değiştiği, rahatladığı şeklinde yorumlanabilir.

Yukarıdaki oyunda başoyuncu, katarsisle birlikte, önemli sayılabilecek bir içgörü kazanmıştır. Bu içgörünün, başoyuncunun bundan sonraki yaşıntısında önemli bir rolü olacağını düşünebiliriz. Nitekim bir süre sonra başoyuncu sinemada artık eskisi gibi huzursuz olmadığını ve "karanlık fobisi" olarak

Psikodrama

269

adlandırdığı durumun ortadan kaybolduğunu belirtti. Kanımca bu sonuç bize, psikodramanın etkili ve ekonomik bir yaklaşım olduğunu göstermiştir.

Oyun sırasında birinci sahneden ikinciye, ikinciden üçüncüye geçilmiş, daha sonra da tersine sıra izlenerek geriye dönmüştür. İzlenen bu yol, Goldman'ın ve Morrison'un (1984) oyun stratejilerine benzemektedir. (Yalnızca ilk çocukluk çatışmalarına girmedik.) Aslında oyunumuzdaki üçüncü sahnede başoyuncu katarsis ve içgörü elde etmişti; bu yüzden oyun bu sahnede kesilebilirdi. Ancak, ikinci ve birinci sahnelerle tekrar dönmekte yarar gördüm, ikinci sahnede başoyuncunun fiziksel güç kullanarak sorunlarını uzaklaştırması, sorunlarını kendisinin kontrol

etmesine, dolayısıyla da egosunun güçlenmesine yol açmış olabilir. Başoyuncunun fiziksel güç kullanması, aynı zamanda onun, ekonomik sorunlardan kaynaklanan öfkesini boşaltmasına da katkıda bulunmuş olabilir. Oyunun sonunda birinci sahneye tekrar dönülmesi ise, başoyuncunun, yaşantısında ortaya çıkan değişikliği somut olarak görmesine yardımcı olmuştur. Söz konusu değişiklik, başoyuncunun karanlık ile ilgili öfkesiyle ve korkusuyla tanışması ve bunları denetim altına almaya başlamasıdır. Karanlık korkusuyla ilgili olarak içgörü kazanan ve bu konudaki öfkesini ve korkusunu denetim altına almaya başlayan başoyuncu, yurttaki odasına ikinci kez geldiğinde, odayı eskiye nazaran daha geniş ve aydınlık algılamıştır. Hatırlanacağı üzere, aynı odayı oyunun başlangıcında küçük ve kasvetli algılamıştı. Bence, başoyuncunun algılarındaki bu değişmeyi görmesi, O'nu, psikodramada elde ettiği kazancı günlük transfer etme konusunda güdülemiştir. (Bu görüşü ileri sürerken, kişisel duygu ve düşüncelerimi baş-oyuncuya yansıtıyor olabilirim. Çünkü eğer ben, başlangıçta küçük ve karanlık algıladığım bir odayı, kısa bir oyun sonucunda geniş ve aydınlık algılamaya başlasaydım, bu durumdan etkilenir, oyunda kazandığım içgörüyü günlük yaşamıma taşımak isterdim. Başka günler, başka sorunlarımı psikodrama sahnelerine getirmek de isterdim.)

270

Sosyometri ve Psikodrama

II. Örnek (Çekingenlikten Atılma)

Yetişkinlerle sürdürülen bir psikodrama oturumunun ısınma aşamasında, güçlü bir otoriteye ulaşmayı engelleyen muhafızlarla ilgili bir oyun oynuyorduk. İzleyicilerden birisinin duygulandığını görerek kendisine duygulanma sebebini sordum. Altı yaşlarında bir oğlu olan bu hanım üye, bir süre önce başından geçen bir olayı hatırladığını belirtti. Grup kendisiyle ilgili gözüküyordu; üzüldüğü olayı canlandırmak üzere sahneye davet ettim, kabul etti. Birinci sahne: Başoyuncuyla birlikte bir süre sahnede dolaşarak, baş-oyuncunun o andaki duygu durumu ve sözünü ettiği olayın niteliği hakkında bilgi edindim; küçük sorunlarla ve eşlemelerle baş-oyuncunun ısınma düzeyini artırmaya çalıştım.

Başoyuncuyu üzen olay, bir hastanede geçmişti. Başoyuncu hastanedeki odayı canlandırdı, eşyaları tanımladı, odadaki yerlerini gösterdi; o sahnede bulunmuş kişileri temsil etmek üzere iki yardımcı oyuncu seçti, onları eşleyerek role ısındırdı. Ayrıca, oyun sırasında gerektiğinde baş-oyuncuya destek olsun diye bir eş-ego seçtirdim. Oyuna başladık.

Başoyuncunun oğlu hastanede yatakta yatmaktadır; başoyuncu endişelidir. Bir görevli gelir, sert ve kırıcı tarzda, kan alacağını, çocuğu hazırlamasını söyler. Kan alma sırasında çocuk çok ağlar, görevli damarı bulamaz, çocuğun kolu kan içinde kalır. Bu sırada başoyuncu kendisine müdahale etmek istedi, görevli kendisine kızdı, asistanlarının yardımıyla zorlukla kanı alıp söylenerek gitti. (Görevlinin nasıl davranacağını, zaman zaman onun rolüne giren başoyuncu gösterdi.) Kan alma işlemi bittikten sonra başoyuncu ağlamaya başladı; "Şu anda ben..." şeklinde yarım bırakılmış cümle ile yaptırım eşlemeyi "Şu anda ben, çocuğumu alıp buradan gitmek istiyorum, ama gidemem. Kendimi yalnız, onuru kırılmış, haksızlığa uğramış hissediyorum. Hiç sesimi çıkaramadım; hiç olmazsa doktora bir karşılık verebilseydim." diyerek tamamladı. Ağlaması sürüyordu; bu sırada eş-ego, baş-oyuncunun yanında durarak hafifçe ona sarılmıştı.

Psikodrama

271

Başoyuncunun ağlaması sona erdi; ancak üzgün görünüyordu. Kendisine o andaki duygularıyla kalmasını söyledim, bu duyguyu geçmişte ne zaman yaşadığını sordum. Başoyuncu, "göreve başladığım ilk yıl" dedi. ikinci sahneye geçtik.

ikinci sahne: Baş-oyuncu iş yerindeki bir koridoru tanımladı. Bu sahnede görev alan âmirini üyeler arasından seçip eşledi. Patron rolüne geçerek, bu rolü oynayacak olan yardımcı oyuncuya neler yapacağını gösterdi. Sonra kendi rolüne geçip koridorda yürümeye başladı. Bu sırada patronu, kendisine sert bir şekilde çıkıştı. Baş-oyuncu ise hiçbir şey söylemeden donup kaldı, gözleri yaşardı. Bu sıradaki duygusu da yine, haksızlığa uğradığı, fakat cevap veremediği, bundan ötürü de öfke duyduğu şeklindedir. Bu noktada yine başoyuncuya, bu duygusuyla kalmasını ve geçmişte ne zaman benzeri bir duygu yaşadığını sordum. Başoyuncu bir süre düşündükten sonra, "Aklıma, nişanlıyken görümcemle olan konuşmamız geldi" dedi. Bu sahneye geçtik.

Üçüncü sahne: Bu sahnede başoyuncu, görümcesi tarafından, yarı açık, yarı imalı şekilde suçlandı, fakat sesini çıkaramadı.

Üçüncü sahnenin ardından ayna tekniğini kullanmaya karar verdim. Üç sahneyi ayrı ayrı aynı anda olmak üzere, grup üyelerine canlandırttım; sahnelerin üçünde de başoyuncuyu temsil eden birer eş-ego vardı. Başoyuncuyla birlikte kenara çekilip, biraz yüksekte bu üç sahneye baktık. Başoyuncu, "Üçündeki tepkim de birbirine ne kadar benziyor" dedi.

ikinci ve birinci sahneler: Daha sonra ikinci sahneye döndük. Baş-oyuncu bu sahnedeki yerini aldı; kendisine, "Gerçek yaşamda patronunuza söyleyemediğiniz öfkenizi şu anda söyleyebilirsiniz" dedim. Baş-oyuncu öfkesini dile getirmeye istekli görünüyordu fakat bir yandan da bu konuda çekingen, ketlenmiş gözüyordu. (Bu noktada, başoyuncunun öfke boşalmasını sağlayabilmek için eşleme yapmayı düşündüm; ancak bu yolla başoyuncuyu yönlendirebileceğimi, bana bağımlı bir davranışa itebileceğimi hesaba katarak, bu düşüncemden vazgeçtim.

Sosyometri ve Psikodrama

Baş-oyuncunun kendi kendisine öfkelenmesini beklemekte yarar vardı. Çünkü baş-oyuncu bunu başardığı takdirde, desteği kendi içinden, kendi egosundan alarak bağımsız bir davranış sergilemiş olacaktı.) Bir süre bekledikten sonra, baş-oyuncu-nun hâlâ çekingen davranması üzerine, kendisine ego desteği vermeye karar verdim. Baş-oyuncunun tam yanma, kendisinin seçmiş olduğu eş-egoyu yerleştirdim ve başoyuncuya, "İçinden ne gelirse söyle patronuna; söylediğin her bir cümle bittiğinde, bu cümleyi, seni temsil eden yanındaki eş-ego da tekrarlayacak" dedim. Bunun üzerine başoyuncu patronuna olan öfkesini dile getirdi; kendisine haksızlık edildiğini açık bir dille ifade etti. Konuşmadaki üslubu, kararlı ve kendine güvenliydi. Daha sonra hastane sahnesine döndük. Baş-oyuncu bu sefer eş-egonun desteği olmadan öfkesini dile getirdi. Her iki konuşmada da başoyuncunun çekingen ya da saldırgan olmadığını, yeterince atılgan olduğunu düşünerek, konuşmadaki üslubuna karışmadım, kendisine model göstermedim.

Baş-oyuncu iki sahnede önemli ölçüde katarsis olmuştu. Bunun üzerine başoyuncudan, öfkelenildiği patronla ve doktorla, ayrı ayrı rol değiştirerek diyalog kurmasını, onlarla em-patik iletişime girmesini isteyebilirdim.

(Psikodramada genellikle bu tür öfke ifadesinin ardından bu yola başvurulur.) Fakat bu oyunda baş-oyuncunun yorgun düştüğünü gözleyerek, oyunu bitirmeye karar verdim. Görüşmeye geçtik.

Yorum: Bu oyunda, çekingen davranış sergilemekte olan bir başoyuncuya, bir anlamda "atılganlık eğitimi (assertive training)" verilmiştir. Oyunun sonunda, yeterince ısınan başoyuncu, kendisi için yeni sayılabilecek bir davranış denemiş, genelde öfkesini açıkça ifade etmediği insanlara, psikodrama sahnesinde açıkça öfkelenmiştir. Başoyuncunun, psikodrama ortamında denediği atılgan davranışı, günlük yaşamına transfer edeceğini umuyoruz. Bu oyunda baş-oyuncu, öfkesini ifade etmede zorluk çekmiştir. Bunun üzerine yanına eş-ego konularak, ego desteği sağlanmıştır, ilk sefer ego desteği ile kızgınlığını dile getiren

Psikodrama

baş-oyuncu, ikinci defa bu desteğe gerek duymamıştır. Bu durum verilen desteğin işe yaradığını göstermektedir.

Başoyuncuların, karşılarındaki otorite önünde öfkelerini ifade edemedikleri durumlarda, yukarıda denediğimiz yaklaşımdan başka yaklaşımlara da başvurulur. Örneğin yönetici, baş-oyuncu ile otorite arasında durur; yani perdeleme yapar. Ya da yönetici ile eş-ego, başoyuncunun arkasında durarak omuzlarından tutarlar, ona destek sağlarlar. Bu oyunda, denenen ilk destekleme şekli başarılı olmuş, destekleme konusunda bir arayışa girmeye gerek kalmamıştır.

III. Örnek (Ölüm, müzik, dans)

Belirgin sahnelerden oluşmayan bu oyunda, yukarıdaki oyunlardan farklı bir süreç ortaya çıktı.

Isınma aşaması: Meslektaşlardan oluşan bir gruptu. Isınma aşamasında gruba, Kitaro'nun Kojiki adlı kasetinin başlangıç bölümünü dinlettim ve neler hissettiklerini, gözlerinin önünde neler canlandığını sordum. (Kojiki, Evren'in yaradılışıyla ilgili bir Japon efsanesini konu alan, enstrümantal bir parçadır.) Üyelerden birisi, müziği dinlerken gözlerinin önünde, çölde hızlı adımlarla ilerleyen sevimli bir cadı belirdiğini söyledi. Duygulanmış gözükten ve söz konusu görüntünün ne anlama geldiğini merak eden bu üyeyi, hayalini canlandırmak üzere sahneye davet ettim; kabul etti.

Oyun aşaması: Bir süre sahnede gezindik; baş-oyuncu, cadı rolü için bir yardımcı oyuncu, bir de eş-ego seçti. Çöl sahnesini canlandırdık. Baş-oyuncu, çöl ile rol değiştirdiğinde, çölün yalnızlık hissettiğini belirtti. Daha sonra baş-oyuncu cadı ile rol değiştirerek bir diyalog içine girdi. Baş-oyuncu bir ara kendi rolüdeyken cadıya, nereden gelip nereye gittiğini sordu; cadı rolüne geçtiğinde ise şöyle cevap verdi; "Bir ölü var geride, karanlık var; unutmak, uzaklaşmak için ileriye, aydınlığa gidiyorum." Bunun üzerine baş-oyuncu ağlamaya başladı; eş-egosu yanındaydı. Kısa bir sessizlik oldu. (Hem başoyuncunun, hem de diğer üyelerin karamsar, depresif bir

Sosyometri ve Psikodrama

duygu durumuna girdiklerini gördüm. Ölüm motifi, bu dep-resif tabloya eşlik ediyordu. Kendimi kaygılı hissettim; dinlettiğim müziğin hüzünlü olduğunu ve insanlarda depresif duygular uyandırabileceğini düşündüm. Daha sonra görüşme aşamasında grup üyeleri de müziği ağır ve hüzünlü bulduklarını belirttiler. Grupta yardımcı terapist vardı, ayrıca grup üyeleri de konuyla ilgili kişilerdi. Yine de ne yapmam gerektiğini, oyunun nasıl gelişeceğini düşünmek beni kaygılandırıyordu. Psi-kodramada bir ölüm olayını yönetebilmek için, psikodrama eğitimi dışında, özel bir eğitim almış olmak gerektiği kanısındayım. Bu konuda yeterli becerim olmadığını düşünerek, belli teknikleri uygulamaksızın ve fazlaca derinleşmeksizin, ölüm olayını, belli sınırlar içinde ele almaya karar verdim.)

Baş-oyuncuya, ölüyle ilgili sahneye geçmeyi önerdim; reddetti, "Oyunu bitirmek istiyorum, oturalım" dedi. Olayı yarım bırakmayı sakıncalı bularak devam etmek konusunda ısrar ettim. "Ölen kim?" diye sordum, cevap vermedi. Başoyuncunun direnç sergilediğini düşünerek, bu direnci aşmak için birkaç yol dedim. Örneğin "Peki olayı anlatmadan, yalnızca minderleri kullanarak bu ölüm olayını sembolize et" dedim; reddetti. Benzeri birkaç önerimi de reddetti. Önerilerimi giderek yumuşattım ve sonuçta, "Ölüm olayını canlandırmayalım; yalnızca gerideki karanlıkta duran ölüyü şu minder temsil etsin; bu minder geriden alıp, ilerdeki aydınlığa götürür müsün?" dedim.

Kabul etti, "İyi olur" dedi. Eş-egodan kendisine yardım etmesini istedim; birlikte minderi aydınlığa taşıdılar. Taşıma sırada kaseti ters çevirerek Kojiki'nin ikinci yüzünü çalmaya başladım. Baş-oyuncu "Deminki kısmı çalar mısınız?" dedi. (Bu anda, baş-oyuncunun, minderi karanlıktan aydınlığa taşıyarak yeni bir davranış denediğini, bu yeni davranışa ise yeni bir müziğin eşlik etmesi gerektiğini düşündüm. Bu düşüncemi baş-oyuncuya kısaca açıkladım ve ilk kısmı çalmadım. İtiraz etmedi.) Minderi aydınlığa yerleştirdiler. Bir süre sessiz kalındı. Baş-oyuncu oturmuş ağlıyordu; grupta ağır ve elemli bir hava vardı. (Ben de kaygılı ve kederliydim. Ölüm olayını araştırmaktan vazgeçtim. O an yapmam Psikodrama

275

gereken şeyin, baş-oyuncuyu, diğer üyeleri ve bu arada kendimi, içinde bulunduğumuz depresif duygu durumundan kurtarmak olduğunu düşündüm. Peki bunu nasıl gerçekleştirecektim? içimde, müzikten yararlanabileceğimiz yolunda bir sezgi belirdi. Ancak elimizde bir tek kaset vardı, o da hüznü bir parçaydı. O an aklıma birden, yıllar önce gördüğüm bir film geldi. Bu film, Kazancakis'in romanından sinemaya aktarılan "Zorba" adlı film; galiba Kakoyannis'in yönettiği bu filmin baş rolünde Anthony Quinn oynuyordu. Hatırladığım kadarıyla filmin sonunda bir iş adamı, büyük bir servet kaybederek iflas ediyordu; tam bu anda yardımcı Aleksis Zorba ceketini çıkarıp dansetmeye başladı; patronu da ona uydu, birlikte sirtaki yaptılar. Lise öğrencisiyken gördüğüm bu filmden çıkardığım sonuç "Yaşam her şeye rağmen güzeldir; hayatta olduğumuz süre üstesinden gelemeyeceğimiz keder yoktur" şeklindeydi. Öyleyse biz de dans etmeliydik. Müzikten ve danstan yararlanarak, grubu içinde bulunduğu depresif durumdan yavaş yavaş çıkarmayı deneyebilirdim.)

Kojiki'nin ikinci yüzü çalıyordu. Başoyuncunun dansetmeye de direnç göstereceğini tahmin ederek, O'na bir şey söylemeden, kendisini temsil eden eş-egodan dansetmesini istedim. Eş-ego tek başına dansetmeye başladı. Tek başına danseden eş-egonun kendisini yalnız hissedebileceğini düşünerek, salonun bir başka tarafında kollarımı kaldırarak efelerin dansına benzer zeybek figürleri denedim; içimden geldiğince kendi etrafımda birkaç kez döndüm. (Artık kendimi iyi ve güçlü hissediyordum.) Gruba baktım, herhangi bir rahatlama yoktu. İzleyici üyelere "Ayağa kalkar mısınız?" dedim; baş-oyuncu ve eş-ego da dahil olmak üzere tüm üyeler salonun ortasında el ele tutuşarak geniş bir halka oluşturduk. Müziğin eşliğinde yavaş yavaş dönmeye başladık. Bazı üyelerin huşu içinde gözlerini kapadıklarını gördüm. El ele ritmik adımlarla dönüyorduk. Müzik giderek hızlanmaya başladı. Kısa bir süre sonra müziğin ritmine uyarak, üç adımda bir sağ ayağımı hızla yere vurmaya başladım; diğer üyeler de benim gibi yaptılar. Büyük bir tesadüf eseri, Kitaro'nun müziği Ana-

276

Sosyometri ve Psikodrama

dolu folklorüne uygun motifler taşıyordu. Millî oyunlarımızda zaman zaman duyduğumuz "dum-ha, dum-ha, dum-ha ha ha h a ! " şeklinde bir nida vardır. O anda kasetten Japonların buna benzer bir nidaları duyuluyordu. Objektif gözlem yapabilmek için, istemeye istemeye halkanın dışına çıktım; üyelerin omuz omuza verip kollarını birbirlerinin boyunlarına dolamalarını sağladım. Daire küçüldü, adımlar hızlandı. Dışardan görünüş çok etkileyiciydi. Grup, biraz Erzurum, biraz Artvin barını hatırlatır biçimde omuz omuza halka olmuş, teypten yükselen yiğitçe haykırımlar eşliğinde ayaklarını hızla yere vurarak, ritmik adımlarla, dönüyor, dönüyordu... İki yanındaki üyeler baş-oyuncuya sıkı sıkıya sarılmışlardı; grup yek vücuttu. Bir süre döndüler. Sonra halka kendiliğinden genişledi. Dansın yeterli olduğunu düşündüm; müzik de bitmek üzereydi. O an salonun penceresinden ıslık ıslık bir manzara gözüktüğünü fark ettim. Yaşamın bütün güzelliğiyle devam ettiğini, üyelere bir kere daha gösterebilmek için, istedikleri zaman dansı bitirmelerini ve pencere kenarına gelmelerini söyledim. Biraz sonra geldiler, pencerenin önünden manzaraya bakmaya başladılar. Ağaçlar yemyeşildi. Güneş parlıyordu; uzakta evler ve insanlar vardı. Kısacası pencereden, ıslık ıslık, pırıl pırıl bir yaşam gözükiyordu. Bir süre seyrettik; sonra grup sessizce oturdu.

Görüşme aşaması: Görüşme aşamasında üyeler oyun sırasındaki duygularını dile getirdiler. Çoğunluğun vurguladığı iki husus dikkat çekiciydi. Üyeler öncelikle, daire olup dönmek kendilerine iyi geldiğini, hep birlikte dönerken kendilerini güçlü hissettiklerini belirttiler. Özellikle ayaklarını hızla yere vurdukça, dünyadaki birtakım güçlüklerle galip geldikleri duygusunu yaşamışlardı. Çoğunluğun paylaştığı ikinci duygu ise, pencereden manzaraya bakmanın kendilerini rahatlattığı şeklindeydi. Geribildirimler verildi, paylaşımda bulunuldu.

Grup rahatladığını söylüyordu, ancak yine de ortada ağır ve elemli bir hava vardı. Bu sırada ben, genelde yaptığım gibi, duruma uygun bir espri yapmaya ya da küçük hoş bir hikâye anlatmaya karar verdim. Ben "ne söylesem" diye düşünürken,

Psikodrama

277

o grupta yardımcı terapist olarak bulunan Ar.Gör.Sibel Türküm, "köşe kapmaca oynayalım" önerisini ortaya attı. Bu öneri, gruba çekici geldi. Köşe kapmaca oynamak üzere ayağa kalktık. Köşe kapmacadan hoşlanmayan birkaç üyeyi güdülemek amacıyla -üyelerin tümü devlet memurudur- "köşe kapmacadan hoşlanmıyorsanız, oyunu kadro kapmaca olarak da düşünebilirsiniz" dedim.

Üyeler, büyük bir keyifle köşe kapmaca oynadılar. Başoyuncu dahil herkesin yüzü gülüyordu.

Bu oyunun grup üyelerinin spontanlıklarını artırdığı ve özellikle grup içi bütünleşmeye katkıda bulunduğu kanısındayım. Halayimsı bir dans ile dünyanın güçlüklerine omuz omuza direnen grup üyeleri, toprağını toplukladıkları bu dünyadaki güzelliklerin de farkındaydılar. Güneşin, ağacın, dosuğun farkındaydılar.

IV. Örnek (Bir doğaçlama: Meraklı komşu)

Yukarıdaki örnekler karamsar sayılabilir. Ancak psikodrama yalnızca kederlerin paylaşıldığı, yalnızca göz yaşlarına geribildirimlerin verildiği bir yer değildir. Günlük yaşamda nasıl ki sevinçle keder bir bütünse, psikodramada da öyledir. Psiko-dramalarda kahkahalar da paylaşılır. Grup üyesi ya da yönetici olarak katıldığım nice oyunda, insanların doyasıya güldüklerini de görmüşümdür. Şimdi bunlardan birisini, öğrencilerimle gerçekleştirdiğimiz, benim için unutulmaz bir oyundan söz etmek istiyorum. Isınma niteliğindeki bu doğaçlama oyun, çok güzeldi, çok komikti, bana göre ancak Moliere'in oyunları ile kıyaslanır nitelikteydi. Fakat ne yazık ki, bu tür yaşantıları, o ortamlarda bulunmayanlara aktarmak, öyle pek kolay değil. Bu yüzden, teknik özelliklerini ön plana çıkararak, olayı ana hatlarıyla aktarmakla yetineceğim.

Yaklaşık kırk kişilik bir grupla anfi de ders yapıyorduk. Konu psikodramadaki doğaçlama oyunları (improvizasyon tekniği) idi. Doğaçlama oyunları yoluyla gerçekleştirilen spontanlık eğitimi den söz ediyordum. Başarılı olacağımız konusunda

278

Sosyometri ve Psikodrama

fazlaca umutlu olmamakla birlikte, bir uygulama yapmak istedim. Tahtaya doğaçlama oyun konusu olabilecek dört şey yazdım. Bunlar, "öfkeli anne", "işgüzar bekçi", "titiz öğretmen" ve "meraklı komşu" idi. Oyunlaştırmak için bu dört konudan birisini seçmek amacıyla oylama yaptık. Benim tahminim, "öfkeli anne"nin ya da "titiz öğretmen"in seçileceği yolundaydı. "Orta yaşlı insanlar olsa, meraklı komşuyu seçerler, üniversiteli gençlere anne veya öğretmen konusu daha çekici gelir" diye düşündüm. Oysa beklediğimin aksine, büyük çoğunluk meraklı komşuya oy verdi.

Konu olarak "meraklı komşu" seçilmişti, ancak bu andan itibaren ne yapacakları konusunda, öğrencilerin herhangi bir bilgileri yoktu. Şunları söyledim: "Oynayacağınız oyunla ilgili bir tek şey biliyoruz, o da adının "meraklı komşu" olacağı. Kaç kişi rol alır, rol dağıtımı nasıl yapılır, oyuncular ne söyler, bütün bunlara şimdi siz karar vereceksiniz. Bana hiç bir şey sormayınız. Oyunu elbirliği ile kotanız." Bunun üzerine üç kişi sahneye (tahtanın önüne) geldi; ben öğrencilerin arasına oturdum.

Sahneye gelen öğrenciler, bir süre aralarında ne yapacaklarını tartıştılar. Sonra belirgin bir karara varmadan, sınıfa dağıldılar, arkadaşlarının ellerinden çantalarını alıp içlerine bakmaya başladılar. Anlaşıldığı kadarıyla, kafalarındaki "meraklı kişi" imajı, böyle davranmalarını gerektiriyordu. Bu üç oyuncunun, "bakayım çantanda ne var?" diyerek sıraların arasında dolaşmaları, bana fazlaca spontanmış gibi gelmedi. Grup da pek eğleniyor gibi gözüküyordu. Nitekim biraz sonra oturanlar arasından itirazlar gelmeye başladı; izleyiciler, arkadaşlarının sergilediği çanta karıştırma oyununu yapay bulduklarını, bu yüzden de sıkıldıklarını belirttiler. Bunun üzerine üç oyuncu aralarında tartışarak, "tiyatro gibi bir şey yapalım" dediler ve tekrar sahneye geldiler.

Sahnedeki üç öğrenciden birisi kız, ikisi erkek öğrenciydi. Kız öğrenci, "Benim kaldığım apartmanda bir teyze var. Pek meraklıdır; O'nu canlandıralım" dedi. Kendisi bu teyzenin

279 Psikodrama

„ „, fovundaki teyzenin adı fark-rolünü aldı. "Ayşe Teyze oldu. (uy

hdı; ben burada "Ayşe" dedimj A fl ^ i r en

oyuncu, apartmanlarını be0ml e f ' rollerini gönüllü

apartmandaki dairelerde oturan KO »

olarak aldılar. Dairelerden ^ l f n J d < b isinde yine üni-sinde üniversitede okuyan ıkı kızog ^ ^ U t k tlar-

versitede öğrenci olan ıkı kız ^ e ^ ç f ş i ü i köşelerine

da, kalabalık nüfuslu aileler ^ ^ aldılar, bu daireler yerleştirildi, oyuncular^

Daireler arasında önce yavaş ya*» ti d komşulara

trafik ortaya çıktı. Ayşe teyze, gunu ^ ^ b l d -

girip çıkıyor, özellikle kız ogrence g ^ ^ t]

yor, onlara karşı koruyucu ve deneu ıy hfk l t maya,

Giderek herkes herkese karışmaya, öğ il , ev işlerim

başladı. Örneğin aynı daireyi payto* > t ah/kin yeli

kimin yapacağı konusunda.sürekli ç^ bbl l bi l

sözlerle didişip durmaktaydılar. Ko * ^ ^ r "" t ü m e ıy

bir kötü oluyorlardı. Başta Ayşe IJ ^ ^ giri p ç l kan

man, öğrencilerin gidiş 8 J ^ ' deyse tümü sahne-

arkadaşlarına karışıyorlardı. ^ ' l l izliyordu. Çok

deydi. Bir grup konuşurken, dıg il nler açısın-

karmaşık, hızlı ve gerek TTetisim Iruntüsü ortaya çıkmıştı, dan son derece eğlenceli bir ü e t ^ b k d kl r i gözlemle-
öğrencilerimiz, muhtemelen y ü» ^lt ci ama serini ve meraklı komşulara yönelik
vecen bir üslûpla dile getiriyor, son ^ ik d d a k ı bir
bir oyun sergiliyorlardı. Bir T ^ e d i ğ r m ender olmuştur, ısınma oyununu böylesine keyi ^ ^ ^
^ a.

izleyici konumundaki az say katılmaktaydı-
an, kendiliklerinden bir rol ıcad J^ lar. Bu tür ısınma oyunlarında^ k t dl , Kendime
de küçük bir rol alarak kısa bir^ > ^ ^ olarak
seçtiğim rol tahsildarlıktı; apa «™ famdan kıyamet kop-34 ilyon liralık bir ^ - ^ ^ i r d i l e r . tu, apartman
sakinleri birbirlerine gı

280

Sosyometri ve Psikodrama

Oyun belli bir doygunluk noktasına ulaşıncı, bir alkış koptu. Isınma aşamasında rol geribildirimleri, özdeşim geribildirimleri verildi ve paylaşımda bulunuldu. Öğrenciler, izledikleri her şeyin kendilerine yakın geldiğini belirttiler. Aynı evde kalan öğrenciler arasındaki sürtüşmeler, apartman sakinleri arasındaki ilişkiler, yaşamlarının bir parçasıydı. Isınma sonrasında pek çok potansiyel baş-oyuncu ortaya çıktı.
Yorum: Bu oyun -belki de daha doğru bir ifadeyle bu deneme- benim için iki açıdan öğretici olmuştur. Bunlardan birincisi, bu oyun bana, kalabalık gruplarla çalışmak konusundaki genel endişemizin doğru olmadığını göstermiştir. Ben ve konuyla ilgili meslektaşlarım, Moreno'nun kalabalık gruplarla çalışmış olduğunu biliriz, ancak yine de bir psikodrama grubunun 15 kişiden daha kalabalık olamayacağını düşünürüz. Ya da bir psikodrama grubunun 7-8 kişiden daha az üyeden oluşması halinde ortaya vakum etkisinin çıkacağına, işlerin bozulacağına inanırız. Fakat bu tür akademik inançları test etme yoluna gitmeyiz. Oysa literatürde, psikodrama gruplarında ideal sayının 15-20 olduğu, ancak 5 ilâ 200 kişilik gruplarla da çalışılabileceği yolunda görüşler vardır (Kumar ve Tread-well, 1986). Bu durumda doğru olan nedir? Doğruyu bulmak için izlenmesi gereken yol her halde, denemeler yapmaktır. Geçmiş yıllarda, 8 kişiden daha az üyeden oluşan gruplarda, belirli uyarlamalarla çeşitli psikodrama tekniklerini uygulamış ve olumlu sonuç elde etmişim. 50 kişi civarındaki kalabalık bir grupla ilk defa çalışmaktayım. Kabul etmek gerekir ki başlangıçta kaygılıydım; grubu, iç-grup, dış-grup diye ikiye bölerek çalışmayı düşünüyordum. Sonra bu düşünceden vazgeçtim ve 50 kişiyle birlikte denemeler yapmaya karar verdim. Sanırım bu denemelerde, belirli sınırlar içinde de olsa, kalabalık gruplarda da psikodrama tekniklerinin uygulanabileceği ortaya çıktı. Öğrenci arkadaşlarla birlikte sürdürmekte olduğumuz denemeleri, ilerde daha ayrıntılı irdelleyebileceğimiz! ve yorumlayabileceğimizi sanıyorum.

Psikodrama

281

Yukarda özetlenen doğaçlama oyundan öğrendiğim ikinci şey, gençlerimizin spontanlıklarının sandığımız kadar bastırılmış olmadığıdır. Bugüne kadar grup üyesi ya da yönetici olarak katıldığım psikodramalarda edindiğim izlenim, gençlerin ve yetişkinlerin, sahneye çıkıp oyun oynamak, eylemde bulunmak konusunda tutuk davrandıkları yolundadır. Psikodramay-la ilgilenen meslektaşlarımla yaptığım çeşitli tartışmalarda, bu izlenimin onlar tarafından da paylaşıldığını gördüm. Çoğunluğa ve bana göre, bizim insanımız, ortaya çıkıp duygu ve düşüncelerini dramatize etmek yerine, oturup konuşmayı tercih eder. İnsanımızdaki bu eğilimi, yani oyun oynamaya karşı direnci kırmak için, bugüne kadar pek çok yol denediğimi bilirim. Bu yollar olumlu sonuç verse de, gelişme yavaş olmuştur. Oysa yukarda özetlenen doğaçlamada, kalabalık bir öğrenci grubunda, göregeldiğimin ötesinde bir spontanlık ve oyuna yatkınlık gözledim. Bu durum benim için şaşırtıcı ve sevindirici olmuştur. Öğrencilerin söz konusu doğaçlamada topluca başarılı olmalarının iki nedeni bulunabilir. Bunlardan birincisi, kendi kişilikleridir, ikincisi ise muhtemelen, önlerine konulan "meraklı komşu" adlı oyun konusunun, ihtiyaçlarına denk düşmüş olmasıdır. Gerçi küçük gruplarda da üyelerin önüne ısınma için birkaç seçenek koyar, bunlar arasından seçim yapmalarını isteriz. Ancak üyelere sunulan seçeneklerden hiç birisi, büyük bir topluluk tarafından gerçekleştirilebilecek tiyatrovâ-ri bir etkinlik değildir. Belki bu yüzden, belki başka nedenden ötürü, küçük gruplarda uyguladığımız spontanlığı artırıcı oyunlar, umulandan daha az etkili olmaktadır. Şu an kesin bir genelleme yapmak için erkense de, büyük gruplarla gerçekleştirilen spontan tiyatro çalışmalarının üyeleri, spontanlıklarını sergileme konusunda yüreklendirdiği söylenebilir. Büyük gruplarda spontanlıklarını böylesine sergileyebilen üyelerin, ilerde, bireysel psikolojik sorunlara yönelik konularda da daha spontan olabileceklerini tahmin ediyorum. Belki de işe büyük gruplarla başlayıp, üyelerin spontanlıklarını artırdıktan sonra çalışmalara küçük gruplarla devam etmek, bir yol olabilir.

282

Sosyometri ve Psikodrama

Henüz kesin bir sonuca ulaşmış değiliz. Bu alandaki denemelerimiz ve araştırmalarımız sürecektir, bunlara yönelecek eleştiriler üzerinde düşüneceğiz ve tartışacağız. Öğrenci arkadaşlarımla ve meslektaşlarımla birlikte, yeni yollar, doğru yaklaşımlar bulmaya çalışacağız.

Hatırlanacağı üzere, oyun için gönüllü olan üç üye başlangıçta çantaları karıştırmışlar, bu oyun ise grubun hoşuna gitmemiştir. Bu üç oyuncunun başlattığı spontan tiyatro ise herkesin beğenisini kazanmıştır. Daha sonra süreç analizi sırasında öğrencilerle konuşurken şu sonuca vardık: Çanta karıştırma oyunu, öğrencilerimizin kendi buluşları değildi; bazı televizyon programlarında bu tür oyunları izledikleri için akıllarına böyle bir espri yapmak gelmişti. Kısacası, çanta karıştırma oyunu spontan değildi; modelden öğrenilmiştir. Apartman oyununda ise, o an içlerinden spontan olarak gelen duygu ve düşünceleri sergilemişler, bu yüzden beğeni kazanmışlardır. Aslında apartman oyununun temelinde de modelden öğrenme bulunabilir; ancak burada söz konusu olan modeller, oyuncular tarafından yıllar boyunca özümlemiş, duygu ve düşüncelerine sindirilmişti. Apartman oyununun inandırıcılığı buradan kaynaklanmaktadır. Daha yüzeysel bir modelden öğrenilmiş olan çanta karıştırma oyunu ise, ne oyuncular üzerinde derinlemesine bir etki yaratmış, ne de onlar tarafından özümlemişti.

Bu oyunla ilgili son olarak şunu söylemek istiyorum. Oyunda bir ara, ben de küçük bir rol almıştım. Yöneticilerin, gerek bu tür oyunlara katılmalarını, gerekse görüşme aşamasında paylaşımda bulunmalarını gerekli görüyorum. Özellikle ısınma aşamasındaki oyunlar sırasında, örneğin bir masal ya da doğaçlama bir oyun sergilenirken, kanımca yöneticinin bu oyunda küçük bir rol almasında yarar vardır. Çünkü bu yolla yönetici, hem eşitlikçi bir tutum sergilemiş, hem de grup içindeki kaynaşmaya katkıda bulunmuş olur. Oyun sonrasındaki görüşme sırasında üyeler, oyuna katılmamın kendileri için olumlu bir etki yarattığını belirttiler. Fakat şunu da vurgulamakta Psikodrama

283

yarar var ki, yöneticiler oyunda uzun süren bir rol oynamama-lıdır. Çünkü, bu takdirde diğer üyeleri objektif olarak izleme şansları azalır. Ancak bu riske rağmen yöneticiler, ısınma aşamasındaki oyunlarda küçük roller almalıdırlar ve görüşme sırasında kişisel yaşantılarını grupla paylaşmalıdırlar. Böylece psikodramada, oyuncular ve yöneticiler birbirleriyle bir bütün olabilirler, birbirleriyle daha derinden tanışabilirler.

Yeni kitaplarda, yeni oyunlarda, yeni ve güzel günlerde görüşmek dileğiyle...

KAYNAKLAR

Akarsu, B. (1980). Çağdaş felsefe, Millî Eğitim Balcı Yayını

Akhun, İ., Önsoy, RÖzgüven, E., Fidan, N. ve BayK- . Yurikur yurtlarında barınan öğrencilerin beğenimleri. Ankara: Yurtkur Yayını.

Altınay, D. (1994). Psikotik, nevrotik ve norml atomların karşılaştırılması. Hacettepe Ura* yınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

And, M. (1979). Oyun ve bugü. İş Bankası Kültür y*

Arora, M., Verma, R. and Agravval, P. (1985). Par n an Pf?1", • , , A f J- ^<?ecüve. Ado-

conformity in adolescents: An Indian per^j
lescence. 20 (78), 467-478.

Avery, A.W. and Thiessen, J.D. (1982). C o m r a u n *™ skfgS
training for divorces. Journal of Counseling
203-205.

Balk, D.E. (1989). Arousing empathy and \>vom .. ", f
cial behavior toward bereaved peers: Using^ ° , _ ,
tasy with elementary school shildren,
jj^am ztuaies,

13(5), 425-442. Beck, A.J., Shaw, R.B. and Emery, G. (1980). CogT*ttive thera Py
of depression, NewYork: Guilford. Bell, N.J., Avery, A.W., Jenkins, D., Feld, J. and S c l » ^ 6 " " ^ ^
(1985). Family relationships and social corT**
ringlate adolescence. Journal of Youth and A6*
109-119.

286

Sosyometri ve Psikodrama

Bergson, H. (1989). Gülme, İstanbul: Millî Eğitim Bakanlığı Yayınlan.

Berne, E. (1976). Hayat denen oyun. Çev. S.Sargut. İstanbul: Altın Kitaplar Basımevi.

Blackburn, I.M. (1992). Depresyon ve başa çıkma yolları, Çev. N.Hişli-Şahin ve N. Rugancı. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Blair, M.C. and Fretz, B.R. (1980). Interpersonal skills training for premedical students. Journal of Counseling Psy-
chology, 27, 380-384.

Blatner, H.A. (1985). Moreno's "Process philosophy". Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and
Sociometry, 38 (3). 133-136

Blatner, H.A. (1993). Psikodrama ile iletişim dünyamıza adımlar: Acting-in, Çev. G.Akçay ve diğ., Grup
Psikoterapileri Derneği yayını.

- Buchanan, D.L. (1984). Moreno's social atom: A diagnostic and treatment tool for exploring interpersonal relationships. *Arts in Psychotherapy*, 11 (3), 155-164.
- Bukowski, W.N. and Nevvcomb, A.F. (1984). Stability and determinants of sociometric status and frinedship choice: A longitudinal perspective. *Developmental Psychology*. 20(5). 941-952.
- Bulut, I. ve Mavili-Aktaş, A. (1990). Bir psikodrama uygulaması. XXVI. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Bilimsel Yayınlar Kitabı, Cilt 1. 539-454.
- Bush, C.A. (1988). Dreams, mandalas and music imagery: Therapeutic uses in a case study. *The Arts in Psychotherapy*, 15, 219-225.
- Caillois, R. (1994). Oyunun tanımı. *Sanat dünyamız*. 55, 35-41.
- Carkhuff, R.R. (1971). *Helping and human relations: Practice and research*. New York: Holt, Rinehart and Winston, Inc.
- Clayton, L. (1975). T h e personality theory of J.L. M o r e n o . *Group Psychotherapy, and Psychodrama*. 28, 144-151.

Kaynaklar

287

- Coleman J.S. (1961). *Adolescent society*. N York- The*T Pr C S S' Corey G. (1985). *Theory and practice of group J ^ * ^ Brooks/Cole Publishing Com*
- COX' B^HİT80'- *~*~<***» *^ 'M>nd^n:

Cücel,ğ,u, D. (1991). 4 - . . * ^ fe^ ^ ^ TM ; ÇLağdaş EğitçimocKiM» T t
m«Mİ Yay nlnm m rn dokİto ra * ezY - - ^^ Davitz, J.R. (19^d\ T%,,, , ineaning.
NİwvLScG^7B,,ir 0/~W'

M»s S ' 4),ssrn effecüvM v*

£TM7\$6 JOU""""""""""<"» Co<^

Dun n£S ^r 57)' Beha™raI diff— *-£££

D-ek J.B. (1987). Afo/« ^ /- N™

Jersey: Prentice-Hall, Inc

ve ueüş m turlen açısından incelenmesi Ankara 1 ^^Biürnleri Fakültesi DergisiA^I)^^

288

Sosyometri ve Psikodrama

Dökmen, Ü. (1985). İbsen, Miller, Reşat Nuri ve Güngör Dil-men'in tiyatrolarındaki aile-içi iletişim çatışmalarının graph, transactional ve sosyometrik analizle incelenmesi. N.Öner (Ed.), III. Ulusal Psikoloji Kongresi bilimsel çalışmaları, Ankara: Sevinç Matbaası, 278-292.

Dökmen, Ü. (1986). A study of interpersonal relationship in dramatic plays through sociometric and communicational analysis, (Ağustos 1986'da Zagreb'de IX.Uluslararası Grup Psikoterapileri Kongresi'nde sunulan bildiri).

Dökmen, Ü. (1988a). Psikodrama ile bir rüya analizi. *Psikoloji Dergisi*. 6(22), 27-31.

Dökmen, Ü. (1988b). Empatinin yeni bir modele dayanılarak ölçülmesi ve psikodrama ile geliştirilmesi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi. 21 (1-2), 155-190.

Dökmen, Ü. (1988c). Empati kurma becerisi ile sosyometrik statü arasındaki ilişki. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi. 20(1-2), 183-207.

Dökmen, Ü. (1989a). Gençlerle psikodrama: Genç anababa çatışmalarına ilişkin üç örnek. N.H. Şahin (Ed.) *Üniversite gençliğinde uyum sorunları sempozyumu bilimsel çalışmaları*. Ankara: METEKSAN.

Dökmen, Ü. (1989b). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Rehberlik Merkezi'nde sürdürülmekte olan psi-kodrama çalışması. Yüksek öğretimde Rehberlik ve Psikolojik Danışma Toplantısı. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi, 81-87.

Dökmen, ü. (1990). Yeni bir empati modeli ve empatik becerinin iki farklı yaklaşımla ölçülmesi. *Psikoloji Dergisi*. 7(24), 42-50.

Dökmen, Ü. (1993a). Sosyal Atom Ölçeği: Geliştirilmesi, güvenilirliği ve geçerliği. *Psikoloji Dergisi*, 8(30), 2-6.

Dökmen, Ü. (1993b). Meslekî danışmada psikodramanın kullanılması. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 25 (2), 411-422.

Kaynaklar

289

Dökmen, Ü. (1993c). Psikodramada bilişsel çarpıtmaların işleniş. VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayını, 93-99.

Dökmen, Ü. (1994). *Sanatta ve günlük yaşamda iletişim çatışmaları ve empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.

Dökmen, Ü. (1995). *Homo Ludens'in (oyuncu insan'm) iki oyunu: Tiyatro ve psikodrama*. 3 P Dergisi, basımda.

Eksi, A. (1982). *Gençlerimiz ve sorunları*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayını.

Ellis, A. (1973). *Humanistic Psychotherapy: The rational-emotive approach*. New York: McGraw-Hill.

Erikson, E. (1959). Identity and life cycle. Psychological Issues. New York: International Universities Press.

Evrin, S. (1972). Şahsiyet alanında psikososyolojik bir kavram olarak rol sorununa giriş. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Basımevi.

Ferinden, W.E. (1971). Behavioristic psychodrama: A technique for modifying aggressive behavior in children. Group Psychotherapy, 24, 101-106.

Fine, V.K. and Therrien, M.E. (1977). Empathy in the doctor-patient relationship: Skill training for medical students. Journal of Medical Education, 52, 752-757.

Fischer, R. and Garrison, C. (1977). Transactional Analysis and role training in the classroom: A pilot study. Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 30, 142-145.

Ford, M.E. (1979). The construct validity of egocentrism. Psychological Bulletin, 88 (6), 1169-1188.

Freedman, J.L., Sears, D.D. ve Carlsmith, J.M. (1993). Sosyal psikoloji. Çev. A.Dönmez, Ankara: İmge Kitabevi.

Galbo, J.J. (1984). Adolescents perceptions of significant adults: A review of the literature. Adolescence, 9 (76), 951-970.

290

Sosyometri ve Psikodrama

Gillegard, E. (1987). Kognitif davranış terapilerinde değerlendirme yöntemleri. Psikoloji Dergisi, 6(21), 9-13.

Goldman, E.E. and Morrison, D.S. (1984). Psychodrama: Experience and process, Iowa: Kendall/Hunt Publishing Com..

Gottlieb, J., Leyser, Y. and Schmelkin, L.P. (1986). Teachers perceptions as they relate to children's current and future sociometric status. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama, and Sociometry. 38 (4), 165-177.

Göka, E. (1989). Psikodrama gruplarında ayaktan izlenen ergenlerin 10.cu ve 20.ci oturumlarda tedavi edici etmenlere bakışları. Yayınlanmamış uzmanlık tezi; SSK Ankara Hastanesi Psikiyatri Kliniği.

Hale, A.E. (1974). Warm-up to a sociometric exploration. Group Psychotherapy, and Psychodrama, 27, 157-172.

Hale, A.E. (1975). The role diagram expanded. Group Psychotherapy, and Psychodrama, 28, 77-104.

Hale, A.E. (1987). New developments in sociometry. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 40 (3), 119-123.

Harary, F. and Batell, M.F. (1981). Communication conflict. Human Relations, 34, 633-641.

Hare, A.P. (1991). Sociometry and small group research: A footnote to history. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 44 (2), 87-91.

Haskell, M.R. (1962). Socioanalysis and psychoanalysis. Group Psychotherapy. 1962, XV, 105-113.

Hawton, K., Saltovskis, P.M., Kirk, J., Clark, D.M. (1990). Cognitive behaviour therapy for psychiatric problems: A practical guide. Oxford: Oxford University Press.

Heider, F. (1958). The psychology of interpersonal relations. New York: John Wiley and Sons, Inc.

Kaynaklar

291

Herbek, T.A. and Yarnmorino, F.J. (1990). Empathy training for hospital staff nurses. Group Organization Studies, 15, 279-295.

Hoffman, M.L. (1978), Empathy, Its development and prosocial implications. in H.E. Howe (Ed.) 1977 Nebraska, symposium on motivation. London: University of Nebraska Press".

Holland, J.L. (1964). Explorations of a theory of vocational choice. Part IV: Vocational daydreams. Vocational Guidance Quarterly, 12, 93-97.

Hollander, S.L. (1974). Social atom: An alternative to imprisonment. Group Psychotherapy and Psychodrama, 27, 173-183.

Horowitz, F.D. (1962). The relationship of anxiety, self-concept, and sociometric status, among fourth, fifth, and sixth grade children. Journal of Abnormal and Social Psychology, 65 (3), 212-214.

Hortaçsu, N. (?). İnsan İlişkileri.

Huizinga, J. (1994) Homo ludens. Çev. M.A. Kılıçbay. Sanatdün-yamız. 55, 9-23.

Izard, C. (1959). Personality correlates of sociometric status. Journal of Applied Psychology, 43 (2), 89-93.

Inceer, B. ve Üregen, S. (1990). Bilişsel-davranışsal grup ve bilişsel- psikodramatik grup karşılaştırılması. Psikodrama Sempozyumu bildirisi, 11-13 Nisan 1990, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi.

Jung, C.G. (1954). Collected works. Princeton: Princeton University Press.

Kağıtçıbaşı, Ç. (1976). İnsan ve insanlar: Sosyal psikolojiye giriş. Ankara: Sevinç Matbaası.

Kandel, D. and Lesser, G.S. (1969). Parent adolescent relationship and adolescent independence in the United States and Denmark. Journal of Marriage and the Family, 31, 348-358.

292

Sosyometri ve Psikodrama

Kaner, S. (1990) Psikodrama: Kuram, teknik ve araçlar, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 23 (2). 457-480.

- Kaner, S. (1991). Gerçeklik terapisinin ve psikodramanın antisosyal davranış gösteren gençlerin benlik algıları ve empati düzeylerine etkisi. Ankara Üniversitesi, yayınlanmamış doktora tezi.
- Karana, N. (1987). Bilişsel-davranış terapileri. Psikoloji Dergisi, 6(21), 13-15. '
- Kaslow, J.K and Eicher, V.W. (1988). Body image therapy: A combined creative arts therapy and verbal psychotherapy approach, The Arts in Psychotherapy, 15,177-188.
- Katz, L. and Powoll, HA (1953). A proposed index of conformity of o n e sociometric m e a s u r e m e n t to a n o t h e r. Psychometrika, 18,249-256.
- Kellerman, P. 51979). Transference, countertransference and tele. Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 32, 38-55.
- Kellermann, P.F. (1987). A proposed definition of psychodrama, Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 40(2), 76-80.
- Kellermann, P.F. (1991). An essay o the metascience of psycho-drama. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 44(1), 19-32.
- Kelly, G.F. (1972). Guided fantasy as a counseling technique with youth. Journal of Counseling Psychology, 19(5), 355-361.
- Kendal, P.C. (1983). Advances in cognitive-behavioral reseach and therapy. London: Academic Press.
- Kipper, DA (1988). On the definition of psychodrama: Another view. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and So-ciometry, 4 0 (4) , 164-168.
- Kaynaklar
293
- Kipper, D.A. (1991). The dynamics of role satisfaction: A theoretical model. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama andSociometry, 44(2), 71-86.
- Kipper, D.A. and Uspiz (1987). Emotional and cognitive responses in role playing.JöımıaZ of Group Psychotherapy, Psycho-drama and Sociometry, 39(4), 131-142.
- Rranz, P.L. (1991). A demonstration of warm-up techniques with young children. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 43(4), 162-166.
- Kumar, V.K and Treadwell, T.W. (1986). Identifying a protagonist: Techniques and factors. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 38(4) 155-164.
- Kurdek, LA. and Rodgon, M.M. (1975). Perceptual, cognitive and affective perspective taking in kindergarten through sixth-grade children. DevelopmentalPsychology, 11. 643-650.
- Kuzgun, Y. (1988). Rehberlik ve psikolojik danışma. Ankara: ÖSYM Yayınları.
- Larson, L.E. (1972). The influence of parents and peers during adolescence: The situation hypothesis revisited. Journal ofMarriage and the Family, 34L, 67-73.
- Lazarus, R.S. (1968). Emotions and adaptation: Conceptual and empirical relations. in W.J. Arnold (Ed.), Nebraska symposium on motivation. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Lee, T. (1991). The sociodramatist and sociometrist in the Primary Scholl, Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 43(4), 191-196.
- Leutz, G. (1986). The psychodramatic treatment of dreams. Group Analysis: The Journal of Group Analytic Psychotherapy, 19(2). 139-146.
- Libert, R.M. and Wicks-Nelson, R. (1981). Developmental Psychology. Newjersey: Prentice-Hall Inc..
- Sosyometri ve Psikodrama 294
- Lindzey, G. and Aronson, E. (1968). The handbook of social psychology, (Vol.I) CA: Addison-Wesley Pub. Com.. Lindzey, G. and Byrne, D. (1968). Measurement of social choice and interpersonal attractiveness. G.Lindzey and E. Aronson (Eds.) The handbook of social psychology, CA: Addison-Wesley Pub. Com.. Lopez, F.G. (1991). Patterns of family conflict and their relation to college student adjustmen. Journal of Counseling and Development, 69(3), 257-260. McEuen, V. (1985). Integrating new office technology in the business communication curriculum. Educational Media. 2,20-24. McNiff, S. (1988). The shaman within. The Arts in Psychotherapy, 15, 285-291. Mehrabian, A. (1968), Communication vdthout words. Psychology Today, % 53-58. Mendelson, P.D. (1977). Sociometry as a life philosophy. Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 30, 70-85. Moore, S. and Updegraff, R. (1964). Sociometric status of preschool children related to age, sex, nurturance-gi-ving, and dependency. Child Development, 35, 519-524. Moreno,J.D. (1989). Introduction. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 42 (1) , 3 - 1 4 . Moreno, J.J. (1988). Creative therapy: The shaman's legacy. The Arts in Psychotherapy, 15, 297-300. Moreno, J.L. (ve ark.) (1960). The sociometry reader. New York: The Free Press. Moreno, J.L. (1963). Sosyometrinin temelleri, N.Ş. Kösemihal (Çev.) İstanbul: İstanbul Yayınevi. (Orijinal eserin yayımı 1953). Moreno, J.L. (1963a). Behaviour therapy. Group Psychotherapy, 16,102-104.
- Kaynaklar

- Moreno, J.L. (1975). *Psychodrama: Sociometry, Group Psychotherapy, and Family Therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Moreno, J.L. (1977). *Psychodrama*, Vol. III, Beacon, N.Y.: Moreno, J.L. (1977). *Psychodrama*, Vol. I, Beacon, N.Y.:
- Moreno, J.L. and Elefr (1982). An introduction to group Psychology. G.M. Gazda (Ed.) Basic approaches to group psychotherapy and group counseling. Springfield, III,
- Moreno, J.L., Moreno, Z.T. & Moreno, J. (1955). The first psychodrama. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 20(220).
- Morgan, C.F. (1975). *Psychodrama*. Çev. S.Karakaş ve diğ.,
- Morgan, J.L. and Skowronski, T.M. (1977). Fantasy in career counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 24(1), 1-11.
- Naar, R. (1987). *Grup, İktisadi İlkeleri*. Ç. N. H. İslî.
- izmir: Erdem Yılmaz "V" n "adm"
- Naugher, J.R. (1975). *Factorial analysis of covariance data for research and classroom purposes*, a doctoral dissertation, North
- University, Denton. Newburger, H. (1971). The covert psychodrama of phobias. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 40(1), 5-11.
- Oles, T. and Bronstein, L.R. (1979). Managing family W: A family systems approach to student adjustment to college. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 4(2), 3544.
- 296
- Sosyometri ve Psikodrama
- Onur, B. (Ed.) (1987). *Ergenlik psikolojisi*. Ankara: Hacettepe-Taş Kitapçılık.
- Öner, U. (1988). Uygulamalı Grup Etkileşimi Dersi ile ilgili öğrenci izlenimlerinin değerlendirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 21 (1-2) 133-154.
- Öner, U. (1991). Grup yaşantısının üniversite öğrencilerinin insan doğası anlayışına etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 24 (1), 63-85.
- Özbay, H., Göka, E., Öztürk, E., Güngör, S. and Hıncal, G. (1993). Therapeutic factors in an adolescent psychodrama group. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 46(1), 3-11.
- Özbek, A. ve Leutz, G. (1987). Psikodrama: Grup psikoterapisinde sahnesele etkileşim. Ankara; Has-Soy Matbaası.
- Özer, K. (1990). Duygusal gerilimle başedebilme: "BEN" değeri tiyatrosu, İstanbul: Varlık Yayınları.
- Öztürk, O. (1985). Psikanaliz ve psikoterapi. Ankara: Sevinç Matbaası.
- Pendzik, S. (1988). Drama therapy as a form of modern shamanism. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 20(1), 81-92.
- Remer, R. (1985). An approach to difficulties caused by evolving family expectations: Social Atom Theory, *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 38(2), 96-105.
- Rockwell, T. (1987). The social construction of careers: Career development and career counseling viewed from a sociometric perspective. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 40(3), 93-107.
- Roloff, M.E. (1987). Communication and conflict. in C.R. Berger and S.H. Chaffee (Ed.) *Handbook of communication science*. CA: Sage.
- Rustin, T.A. and Olsson, P.A. (1993). Sobriety shop - A variation on magic shop for addiction treatment patients. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 46(1), 12-23.
- Kaynaklar
- 297
- Sagi, A. and Hoffman, M.L. (1976). Empathic distress in the newborn. *Developmental Psychology*, 12, 175-176.
- San, İ., Coşkun, H., Adıgüzel, Ö. ve Deriş, Ş. (1994). *Drama ve öğretim bilgisi*. Ankara: Türk-Alman Kültür İşleri Kurulu Yayını.
- Sarbin, T.R. and Ailen, V.L. (1968). Role theory. in G. Lindzey and E. Aronson (Eds.) *The handbook of social psychology*. Vol. I. CA: Addison-Wesley Publishing Company.
- Schacter, S. (1964). The interaction of cognitive and physiological determinants of emotional state. in L. Berkowitz (Ed.) *Advances in experimental social psychology*, Vol. I, New York: Academic Press.
- Schramski, T.G. (1979). A systematic model of psychodrama. *Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, 32, 20-37.

- Şener, Ş. (1982). Düünden bugüne tiyatro düşüncesi. İstanbul: Adam Yayıncılık.
- Shaw, M.E. and Costanzo, P.R. (1970). Theories of social pschy-hology. NewYork: NcGraw-Hill, Inc..
- Simner, M.L. (1971). Newborn's response to the cry of another infant. Developmental Psychology, 5,136-150.
- Skovholt, T.M. and Hoenninger, R.W. (1974). Guided fantasy in career counseling. Personnel and Guidance Journal 52(10), 693-696.
- Starr, A. (1979). Rehearsal for living: Psychodrama. Chicago: Nelson-Hall.
- Taylor, J.A. (1984). The diagnostic use the social atom. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 37(2), 67-84.
- Torto, J. D . a n d Comyetz, P. (1947). Psychodrama as expressive and projective technique. Sociometry, 7, 356-375.
- 298
- Sosyometn ve Psikodrama
- Treadwell, T.W. and Leach, E.A. (1987). An introduction to the COMPSOC System: A computerized approach to processing sociometric data. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 40(3), 124-148.
- Trower, P., Casey, A. and Dryden, W. (1989). Cognitive-behavioural counselling in action. Beverly Hills: Sage.
- Ülkü, S. (1976). Lise I. sınıflarda uygulanan bir grup rehberliği programının "yöneltme" açısından etkililiğinin araştırılması. Yayımlanmamış doktora tezi; Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi.
- Voltan-Acar, N. (1992). Modelden öğrenme ve üç sandalye (rol oynama) ile terapötik beceri eğitimi ve sonuçları. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 7, 79-83.
- Wasserman, N.M. and Klein, T. (1974). Psycho-opera: A new concept combining opera and psychodrama. Group Psychotherapy and Psychodrama, 27, 204-211.
- Wilk, J. (1986). The relative importance of parents and friends in adolescent decesion making. Journal of Youth and Adolescence, 15, 323-334.
- Wolff, T.K. and Miller, DA. (1993). Using roleplaying to teach the psychiatric interview. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, 46, 43-51.
- Yalom, İ.D. (1992). Grup psikoterapisinin teori ve pratiği Çev. A. Tangör ve O. Karaçam, İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi.
- Zigler, F. (1991). Ekim 1991'de Ankara'da verdiği seminerde özel konuşma.
- BULDURU
- A
- Alternatif düşünce 141-145 Atılganık 146-147 Ayna tekniği 219-221
- B
- Baş-oyuncu 161-166 Baş-oyuncuyu merkez alan psikodrama 238-239
- D
- Dekor 186-187 Dereceleme ölçekleri 91-95
- E
- Eş-ego 167-168 Eşleme 209-219
- tekniki 209-219
- türleri 214-219 Eylem 10-12
- teknikleri xxiv
- G
- Gerçeği tesetme 141-145
- Geri-bildirim 197-199
- özdeşim geribildirimi 1 9 7 - 1 9 9 rol geribildirimi 197-198
- Görüşme aşaması 197-201
- Graf analiz 96-97
- Grubu merkez alan psikodrama
- 239-240 Grup-içi ilişki sorunlarını merkez
- alan psikodrama 240-241,
- 253-255 Grup teknikleri xxiv
- H
- Heider'ın denge kavramı 85-90 Homo Ludens 46-51
- I-İ
- İsınma aşaması 177-186 İçgörü 137-141, 150 İlgi yüzdesi 71-72 İzleyiciler 172-174
- K
- Katarsis sağlama 137-141 Kendi kendine konuşma tekniği
- 221-222 Kendini takdim tekniği 221
- M
- Meslekî danışma xxviii-xxix,

256-258 Modelden öğrenme 149-150

300

O

Oyun 46-51,186-197 Oyun aşaması 186-197 Oyun stratejileri 192-197

P

Paylaşma 199-200 Protagonist 161-166 Psikodrama xxi-xxxiv, 125-283
aşamaları 174-200

işlevi xxi-xxiv

teknikleri 201-221 Psikolojik danışma xxviii-xxiv,

256-258 Psiko-opera 244-246

R

Rehberlik xxviii-xxix, 256-258 Rol 19-30, 89-90

atomu 234-237,247-253

çatışmaları 22-25

değiştirme 129-132, 201-209

gelişimi 28-30

sınıflaması 22-25

tarihçesi 20-21

oynama 1 2 9 - 1 3 2 Rüya 221-233

Sosyometri ve Psikodrama

Sosyodinamik kanun 44-45 Sosyogenetik k a n u n 45-46 Sosyogram 59-63, 69-70, 72-77, 247-253

tanımı 59-60

tipik yapılan 7 2 - 7 7 Sosyometri xxi-124

kanunları 44-46

metodolojisi

tanımı xxi-xxviii

testi xxi, x x i v - x x v , 56-63, 7 8 - 8 0 Sosyometrik algı testi 36, 80-82 Sosyometrik statü 63-80

sayısal gösterimi 6 6 - 6 9

tanımı 6 5 - 6 9 Sosyometrik tercih ve ö r ü n t ü

31-36, 56-63, 70 Spontanlık 12-19,128-129,146 Süreç analizi 200-201 Şimdi ve burada 6-7,136-137

T

Tele 36-38 Terapist

u-ü

Uyuşum katsayısı 83-85 Üç-birlik kuralı 49

Y

Yaratıcılık 12-19,128-129 Yardımcı oyuncular 166-172 Yönetici 154-161

s-ş

Sahne 186-187

Sosyal atom 38-44, 233-234

hacmi 102-105

ölçeği 97-105

tanımı 38-40

zenginliği 102-105

SOSYOMETRİ VE PSIKODRAMA

4. Baskı

(Bu formda belirteceğiniz görüşler, yayınevi olarak gelişimi^112'l
sürdürmemizde bize geribildirim sunacak ve size daha da kettite ve
doyurucu yayınlar olarak yansıyacaktır.

Bize göndereceğiniz bu form, ıweb sayfamız ya da diğer tamtitn
metinlerimizde de kullanılabilir.)

Formu Doldurma Tarihi:

1. Adınız, Soyadınız :

2. Doğum Tarihiniz :

3. Cinsiyetiniz: Q Kadın • Erkek

4. Q Öğrenciyim • Çalışıyorum Okul/Kurum:

5. Ev/İş Adresiniz:

Ev Tel : İş Tel :

Ev/İş Faks: E-posta:

O Hayır

Bölüm:.

6. Daha önce böyle bir form doldurdunuz mu? • Evet
7. Bu kitabı okumayı neden tercih ettiniz?
8. Bu kitapla ilgili düşünceleriniz nelerdir?
10. Yayınlarımızın içerikleriyle ilgili düşünceleriniz nelerdir?
11. Yayınlarımızı bize önerileriniz?
12. Yayınlarımız arasında görmeyi istediğiniz konular veya eserler varsa, lütfen belirtiniz.
- 13- Diğer yayınlarımızla ilgili bilgi edinmek ister misiniz?
- Fiyat listesi istiyorum
14. Kişisel görüş ve önerilerimin Sistem Yayıncılık tarafından yazılı ve görsel yayıncılık alanlarında kullanılmasına izin veriyorum.

• Evet

Q Hayır

15. Sistem Yayıncılık ile haberleşmek için E-posta listemize üye olmak istiyorsanız e-posta adresinizi lütfen yazınız:

(E-posta listesindeki geçmiş dönemde yazılan mektup ve haberleri <http://groups.yahoo.com/group/sistem-okur> adresindeki Web sayfasından bulabilirsiniz.)

Formumuzu doldurduğunuz için teşekkürler. Bize ulaşmak için bu formu, lütfen

Sistem Yayıncılık, Halkla İlişkiler Bölümü Tünel, Nergis Sokak, Sistem Apt No: 4 80050 Beyoğlu/İSTANBUL adresine yollayınız.

Bu kitapta öncelikle kişilerarası iletişimle ilgili bazı bilgiler sunuluyor. Bu bilgiler, hem çocukların eğitiminde yararlı olabilir, hem de ailede, iş yerinde ve benzeri ortamlarda görülen çatışmaların çözümüne ışık tutabilir. Elinizdeki kitap, hem psikolojiye ilgi duyanlara, hem de edebiyata ve sanat tarihine yeni bir bakış açısıyla bakmak isteyenlere ilginç gelebilir.

Üstün Dökmen _ Sosyometri ve Piskodrama

Kitaplar, uygarlığa yol gösteren ışıklardır.

UYARI:

www.kitapsevenler.com

Kitap sevenlerin yeni buluşma noktasından herkese merhabalar...

Cehaletin yenildiği, sevginin, iyiliğin ve bilginin paylaşıldığı yer olarak gördüğümüz sitemizdeki

tüm e-kitaplar, 5846 Sayılı Kanun'un ilgili maddesine

istinaden, engellilerin faydalanabilmeleri amacıyla

ekran okuyucu, ses sentezleyici program, konuşan "Braille Not Speak", kabartma ekran

ve benzeri yardımcı araçlara, uyumlu olacak şekilde, "TXT", "DOC" ve "HTML" gibi formatlarda, tarayıcı ve OCR (optik

karakter tanıma) yazılımı kullanılarak, sadece görmeengelliler için, hazırlanmaktadır. Tümüyle ücretsiz olan sitemizdeki

e-kitaplar, "Engelli-engelsiz elele"düşüncesiyle, hiçbir ticari amaç gözetilmeksizin, tamamen gönüllülük

esasına dayalı olarak, engelli-engelsiz Yardımsever arkadaşlarımızın yoğun emeği sayesinde, görme engelli kitap sevenlerin

istifadesine sunulmaktadır. Bu e-kitaplar hiçbir şekilde ticari amaçla veya kanuna aykırı olarak kullanılamaz, kullandırılmaz. Aksi kullanımdan doğabilecek tüm yasal sorumluluklar kullanana aittir.

Sitemizin amacı asla eser sahiplerine zarar vermek değildir.

www.kitapsevenler.com

web sitesinin amacı görme engellilerin kitap okuma hak ve özgürlüğünü yüceltmek

ve kitap okuma alışkanlığını pekiştirmektir.

Sevginin olduğu gibi, bilginin de paylaşıldıkça pekişeceğine inanıyoruz.

Tüm kitap dostlarına, görme engellilerin kitap okuyabilmeleri için gösterdikleri çabalardan ve yaptıkları katkılardan ötürü teşekkür ediyoruz.

Bilgi paylaşmakla çoğalır.

İLGİLİ KANUN:

5846 Sayılı Kanun'un "altıncı Bölüm-Çeşitli Hükümler" bölümünde yeralan "EK MADDE 11" : "ders kitapları dahil, alenileşmiş veya yayımlanmış yazılı ilim ve edebiyat eserlerinin engelliler için üretilmiş bir nüshası yoksa hiçbir ticari amaç güdülmeksizin bir engellinin kullanımı için kendisi veya üçüncü bir kişi tek nüsha olarak ya da engellilere yönelik hizmet veren eğitim kurumu, vakıf veya dernek gibi

kuruluşlar tarafından ihtiyaç kadar kaset, CD, brail alfabeti ve benzeri formatlarda çoğaltılması veya ödünç verilmesi

bu Kanunda öngörülen izinler alınmadan gerçekleştirilebilir."Bu nüshalar hiçbir şekilde satılamaz, ticarete konu edilemez ve amacı dışında kullanılamaz ve kullandırılmaz. Ayrıca bu nüshalar üzerinde hak sahipleri ile ilgili bilgilerin bulundurulması ve çoğaltım amacının belirtilmesi zorunludur."

bu e-kitap Görme engelliler için düzenlenmiştir.

Kitap taramak gerçekten incelik ve beceri isteyen, zahmet verici bir iştir. Ne mutlu ki, bir görme engellinin, düzgün taranmış ve hazırlanmış bir e-kitabı okuyabilmesinden duyduğu sevinç paylaşabilmek tüm zahmete değer. Sizler de bu mutluluğu paylaşabilmek için bir kitabınızı tarayıp, kitapsevenler@gmail.com

Adresine göndermeyi ve bu isimsiz kahramanlara katılmayı düşünebilirsiniz.

Bu Kitaplar size gelene kadar verilen emeğe ve kanunlara saygı göstererek lütfen bu açıklamaları silmeyiniz.

Siz de bir görme engelliye, okuyabileceği formatlarda, bir kitap armağan ediniz...

Teşekkürler.

Ne Mutlu Bilgi için, Bilgece yaşayanlara.

TÜRKİYE Beyazay Derneği

www.kitapsevenler.org

www.kitapsevenler.com

e-posta: kitapsevenler@gmail.com

Üstün Dökmen _ Sosyometri ve Piskodrama