

Psikodrama Dersinin Öğrenciler Tarafından Değerlendirilmesi

Evaluation of Psychodrama Courses by Students

SEVİM ULUPINAR ALICI*

ÖZET

Amaç: Niteliksel bir araştırma olan bu çalışmada, öğrencilerin psikodrama dersinin hemşirelik eğitimindeki yeri ve kişisel gelişimleri üzerindeki etkilerine yönelik duygu ve düşünceleri incelendi.

Gereç ve Yöntem: Çalışma, 2007-2008 öğretim yılı güz döneminde gerçekleştirildi. Lisansüstü programda seçmeli ders olarak yürütülen psikodrama dersini seçen 12 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturdu. On iki hafta süren dersin sonunda öğrencilerden iki soruya yazılı yanıt vermeleri istendi.

Bulgular: Öğrenciler geribildirimlerinde, duygularını ifade etme, kendini tanıma, empati kurma ve yaratıcılık becerilerinin geliştiğini ifade etmiştir. Katılımcıların tümü bu dersin lisans programında da yer almasını önermiştir.

Sonuç: Hemşirelik eğitiminde istenen hedeflere ulaşmada psikodramanın yararlı olduğunu söylemek mümkündür.

Anahtar sözcükler: Empati; hemşirelik eğitimi; psikodrama; yaratıcılık.

ABSTRACT

Aim: In this qualitative research, the thoughts and feelings of students towards the place of psychodrama courses in nursing education and the effects of psychodrama courses on their personal development were studied.

Method: The study was carried out in Fall Semestre of 2007. The sample consisted of 12 postgraduate students who enrolled in the elective Psychodrama course. After course (12 week) the students responded to two open-ended questions.

Results: The students self reported their skills in expressing their feelings, self-knowledge, empathizing and creativity improved. All participants suggested this course for undergraduate programs.

Conclusion: As a result, psychodrama can be beneficial for achieving nursing education goals.

Key words: Empathy; nursing education; psychodrama; creativity.

Giriş

Eğitim kurumları, bireylere bilgi, beceri ve tutum kazandırarak, toplumda yenilikleri başlatacak ve geliştirecek yaratıcı bireylerin yetişmesine katkıda bulunur. Çağdaş eğitim anlayışında neyi, niçin ve nasıl öğrenmesi gerektiğini bilen, öğrendiği bilgileri kullanan, geliştiren ve yeni bilgi üreten, eleştirel düşünen bireylerin yetiştirilmesi amaçlanır.^[1] En geniş anlamı ile eğitim, olumlu davranış değişikliği oluşturma sürecidir. Psikodramanın hedefi de tam bu noktada eğitimle çakışmaktadır. Psikodrama, olayların, duygu ve düşüncelerin dramatize edilmesine yani rol oynamaya dayanan dinamik bir yöntemdir.^[2,3] Yaşantısal öğrenmeler en kalıcı öğrenmelerdir, bu ise psikodramanın uzmanlık alanıdır. Okullarda eğitimci, yönetici, öğrenci ve velilerle; iş yaşamında da, personel eğitimi, ekip çalışması, gruplararası sorun çözme, yöneticilik eğitimi gibi alanlarda, terapinin yanı sıra kişisel gelişimde, danışmanlıkta psikodrama etkili bir şekilde kullanılmaktadır.^[4]

Dünyada psikodramanın üniversite eğitimi içinde, psikoloji ve sosyal hizmetler bölümlerinde, öğretmenlik eğitimi ve benzeri alanlarda seçmeli ders olarak yürütüldüğü veya ders kapsamında yararlandığı örnekler vardır.^[5-8] Ülkemizde de, eğitim, psikoloji ve hemşirelik bölümlerinde psikodramanın kullanıldığı bilinmektedir. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakülte'sinde, psikodrama dersi hemşirelikte eğitim lisansüstü programı kapsamında her iki dönem açılan seçmeli bir ders şeklinde araştırmacı tarafından yürütülmekte; diğer bölümlerdeki yüksek lisans ve doktora öğrencileri de bu dersi alabilmektedir. Her geçen gün öğrencilerin ilgisinin ve birbirlerinin referanslarıyla dersi seçen öğrenci sayısının arttığı gözlenmektedir.

Bu araştırma, psikodrama dersi alan öğrencilerin, psikodramanın hemşirelik eğitimindeki yeri ve kişisel gelişimi üzerindeki etkilerine yönelik duygu ve düşüncelerini incelemeyi amaçlamaktadır.

* S Ulupınar Alıcı, Yard. Doç. Dr.
Psikodrama Yöneticisi
Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü
Hemşirelik Eğitimi Anabilim Dalı Öğr. Üyesi
Tıbbiye Cad. Haydarpaşa, Üsküdar/İstanbul
Tel.: 0 216 418 16 06-07/1130 Faks: 0 216 469 94 98
e-posta: sualici@marmara.edu.tr

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın türü: Araştırma, öğrencilerin psikodrama dersinin hemşirelik eğitimindeki yeri ve kişisel gelişimi üzerindeki etkileri ile ilgili duygu ve düşüncelerini tanımlamaya yönelik niteliksel bir çalışmadır.

Araştırmanın yeri ve örnekleme: Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelikte Eğitim Lisansüstü programında seçmeli ders olan Psikodrama Uygulamaları-I dersine kayıt yaptıran 12 öğrenci çalışmanın örneklemini oluşturdu.

Veri toplama aracı: Öğrencilerden, “Psikodramanın hemşirelik eğitimindeki yeri ve kişisel gelişimi üzerindeki etkisi” ile ilgili iki sorudan oluşan form yoluyla yazılı geribildirim alındı. Veri toplama formuna isim yazılmadı, çalışmaya katılımda gönüllülük ilkesine bağlı kalındı.

Verilerin toplanması: Veriler, 2007-2008 eğitim-öğretim yılı güz döneminde Psikodrama Uygulamaları-I dersinin bitiminde toplandı. Haftada üç saat olarak yürütülen ders, toplam 12 hafta sürdü. Ders kapsamında, ısınma ve grup oyunları (yedi oturum), protagonist (beş oturum) oyunları gerçekleştirildi.

Verilerin değerlendirilmesi: Bulgular, psikodramanın hemşirelik mesleği/egitimindeki yeri ve kişisel gelişimi üzerindeki etkisi temalarına göre analiz edildi.

Bulgular ve Tartışma

Araştırmaya katılan öğrencilerin 11'i yüksek lisans, 1'i doktora öğrencisiydi. Dokuzu aynı bölümde, üçü farklı bölümlerde öğrenimlerini sürdürmekteydi. Öğrencilerin biri akademisyen, diğerleri hemşire idi.

Psikodramanın Hemşirelik Eğitimindeki Yeri

Hemşirelik bir insanın başka bir insana bilgi, duyarlılık ve şefkatle bakım vermesidir.^[9] Hemşire, insanı tanıyan ve anlayan, sağlık gereksinimlerini belirleyen, verdiği bakımın yönetimini ve değerlendirmesini hemşirelik bilim ve sanatı ışığında uygulayan sağlık üyesidir.^[10] Hemşirelik eğitimi felsefesi; öğrencinin entelektüel, duygusal, ahlaksal, bedensel ve toplumsal yeteneklerini bilgi, beceri ve ideallerle besleyerek en üst düzeyde gelişimini sağlamak temeline dayanır.^[11] Hemşirelik eğitimi, sanat, bilim ve insanı çalışmaları içeren mesleki bir eğitimidir. Eğitimin hedefleri; bilimsel bilgi üreten ve kullanan, düşünen, problem çözüme yetisine sahip, etkili iletişim kuran, kendini ve başkalarını tanıyabilen, kendine güvenen, empati yeteneği, sorumluluk duygusu ve mesleki bilinci gelişmiş, öğrenme gereksinimlerinin farkında olan, insanı bir bütün olarak kabul eden hemşireler yetiştirmektir.^[9,10,12]

Öğrencilere, psikodramanın hemşirelik mesleği açısından önemi ve eğitimdeki yeri konusundaki düşünceleri sorulduğunda; tamamı yararlı ve etkili olduğu yönünde görüş bildirmişlerdir. Öğrencilerin bu konudaki düşünceleri aşağıdaki örneklerde açıklanmaktadır:

“...Psikodrama hemşirelere, yaratıcılık, eleştirel düşünme yeteneği,

birlikte çalışma alışkanlığı, kendine güven duyma, karar verme ve iletişim becerileri kazandırıyor. Başkalarını anlama, duygularını ifade etme becerisini geliştiriyor, hoşlanılmayan durumlarla nasıl başa çıkılacağını öğretiyor...”

“Hemşirelerin, insanlarla iyi iletişim kurabilen, sabırlı, yaratıcı, dürüst, hoşgörülü, soğukkanlı, sorumluluk duygusuna sahip ve özellikle sağlığını kaybetmiş insanlara yardım etmekten doyum sağlayan ve empatik yaklaşımda bulunabilen kişiler olması gerekmektedir. Bunun alt yapısında, bireyin kendini tanıması yer alır. Bireyin bir başkasına yardım etmesi için kendisiyle barışık ve etkin dinleme yeteneğine sahip olması gerekir. Psikodrama dersinin mesleğimizdeki işlevselliği de bence bu noktada başlamaktadır...”

“... Ders sürecinde kişileri önyargısız ve yorumsuz dinlemeyi de öğreniyoruz. Hayatın gerçekleriyle yüzleştiğimiz, bunları sahneleme fırsatı bulduğumuz küçük oyunlarla yaratıcılığımız geliyor. Bu da bize hemşirelik mesleğinin altın anahtarını veriyor. Psikodramada öğrenilen empatik yaklaşım, hasta bireyi anlamamızı kolaylaştırıyor. Hemşirelik uygulamaları sırasında karşılaşılan sorunlara yaratıcı çözümler bulma ve pratik düşünme becerisiyle etkin bir hemşirelik bakımı verilmiş oluyor...”

“Psikodramada cansız nesnelerin rolüne girip canlıymış gibi sahnelemek kişinin yaratıcılığını ortaya çıkarmaktadır. Yaratıcılık, hemşirelikte önemli ve gerekli bir niteliklerdir. Hemşire çalışma dönemi boyunca birçok sorunla karşılaşacak, yaratıcılığı ve bilgisini kullanarak sorunlara çözüm getirebilecektir. Psikodrama sayesinde hemşire empatiyi, iletişimi, kendini tanımayı uygulamalı olarak yapabildiği ve gerçekleştirebildiği için hemşirenin niteliğini arttıracaktır...”

Görüldüğü gibi, öğrencilerin psikodramanın işlevlerine yönelik ifadeleri ile hemşirelik eğitiminin hedefleri arasındaki benzerlik dikkat çekicidir. Psikodramanın temel işlevleri arasında spontanlık, empati ve yaratıcılık becerilerini geliştirme, önemli bir yere sahiptir.^[2] Elde edilen bulgular doğrultusunda, hemşirelikte de çok vurgulanan bu kavramların öğrenilmesinde, psikodramanın yararlı bir yöntem olduğunu söylemek olasıdır.

Hemşirelik eğitimi sırasında kişilerarası ilişkiler, danışmanlık, liderlik eğitimi gibi pek çok konuda psikodrama kullanılabilir.^[6] Isınma oyunları, grup oyunları ve protagonist yaşantılarının sahnelenmesi, kuramsal bilgidен çok daha etkin olabilmekte ve öğrencide farkındalık yaratmaktadır. Aşağıdaki ifade buna çarpıcı bir örnektir:

“...Eğitim boyunca kendini tanıma ve iletişim becerileri, empati, atılan olma gibi dersler aldım. Bunun sonucunda teorik olarak bilgilenmişim; fakat burada psikodramadaki gibi yaşanan olaylar, olayları algılayışımız, davranışlarımızı temellendiren duygularımızın farkına varmamız gösterilmedi. Kendimizi tanıma ve duygularımızın farkındalığını yaratan psikodramadır.”

Öğrencilerin tamamı, psikodramanın hemşirelik eğitim programlarında yer alması konusunda fikir birliği içindedir. Aşağıdaki ifade, tüm öğrencilerin düşüncelerini yansıtır niteliktedir:

"Bize verilen psikodrama dersinin sadece yüksek lisans düzeyinde değil, lisans düzeyinde de verilmesinin hemşirelik mesleğine farklı ve kaliteli bir boyut getireceğini düşünüyorum."

Psikodrama, geleneksel öğretim yöntemlerinden öğrencilerin farkındalıklarını artırma ve karmaşalarını azaltmaya yardım etmesi bakımından ayrılır. Geleneksel derslerde öğrenci bilgiyi alıcı roledir, kendini açma ve tartışmalara katılma oranı düşüktür. Drew,^[6] psikodramayı öğretim yöntemi olarak kullandığı çalışmasında, öğrencilerin psikodramaya yönelik olumlu ifadelerinin daha fazla olduğunu, ancak bazı öğrencilerin derste yaşananları duygusal olarak yoğun bulduğu için psikodramatik yöntemlerden rahatsızlık duyabildiğini belirtmiştir. Ulupınar Alıcı'nın^[13] psikodramanın sorun çözme becerilerine etkisini incelediği çalışmada, lisans düzeyindeki hemşirelik öğrencileri, hemşirelik eğitiminde psikodramadan yararlanılmasını önermişlerdir.

Psikodramanın Kişisel Gelişim Üzerindeki Etkileri

Hemşirelikte akademik kültürün oluşması, hemşireliğin estetik ve beceriye dayalı sanatsal uygulamalarını bilimsel yöntemle bütünleştirmesini sağlamıştır.^[12] Hemşirelik uygulamalarında ve eğitiminde bilimsellik kadar estetik bir arayış da vardır.^[9] Sanata ve duyguların eğitimine önem veren eğitim sistemlerinde, duygular eğitilirken, zihinsel yeteneklerin, düşüncenin, zekanın da geliştiği belirtilmektedir.^[11] Psikodrama tam da bu noktada önem kazanmaktadır. Psikodrama, hemşireliğin hem bilimsel hem sanat yönüne hitap eder. İnsan beyninin sol yarımküresi dil işlevi görür, detaycı ve analizcidir; rasyonel ve mantıksal düşünce buradan kaynaklanır ve sorun çözmedeki başarıdan bu bölge sorumludur. Sağ yarımküre ise duygusaldır, görsel ve mekansal işlevi vardır. Son yıllarda sağ yarımkürenin de sorun çözmede kritik bir öneme sahip olduğu, duygusal ve görsel ipuçlarını, sözel olmayan davranışları işlediği ifade edilmektedir. Psikodramada bir olayı sahneyip oynamak duyguların ifadesine izin verir, sol yarımkürenin akılcı baskısından kurtarır, duygusal çağrışımlar hız kazanır.^[14] Böylece, bilimi simgeleyen mantık ve sanatı simgeleyen duyu eş zamanlı olarak işe koşulmuş olur. Öğrencilerin geribildirimlerinde de bu etki (psikodramanın duygularını keşfetmelerini sağladığı), sıkça ve çarpıcı bir şekilde ifade edilmektedir:

"...Duyularımız yaşam enerjimizin kaynağıdır... Yaşadıklarımızın ne anlama geldiğini, kendimizle ve çevremizle nasıl ilişkiler kurduğumuzu, en önemlisi de bize kim olduğumuzu duygularımız söyler. Kendimizle ve yaşamla barışık olmamızın, doyumlu ilişkiler kurabilmemizin ve hayatı daha dolu yaşamamızın temelinde duygusal dünyanın farkında olmam gerektiğini anladım. Psikodrama öncesi ve sonrası karşılaştığımızda; duyu, düşünce ve davranışlarımız arasındaki bağlarının güçlendiğini, çözümlenmemiş duygusal yüklerden kurtulmaya başladığımızı, duygularımızı tüm derinliğiyle algılayarak anlamlandırabilmeye başladığımızı öğrendim."

"...Psikodrama ile kendimi çözmeye çalışıyorum, kendime ifade edemediğim duygularımı yüzleşerek mutlu oluyorum. Bendeki bu gelişmelerin de mesleğime yansıtacağı biliyorum. Uğraşım insan ve onlara yardım etmeyi seviyorum..."

"...Psikodrama belki her gün hiç fark etmeden yaptığımız birçok eylemin nedenini bulmak, duygularımızın adını koyabilmektir. Geçmişimizle bağ oluşturabilmektir. Psikodrama kendimizle geliştirdiğimiz iç iletişimi, içinde bulunduğumuz sosyal ortamla da oluşturabilmektir. Kendi farkındalığımızla "ben de varım" diyebilmektir cesurca... Psikodrama etkin kullanıldığında iyi bir iletişimin, empati kurabilmenin, koşulsuz, yargısız sevebilmenin olanağıdır aynı zamanda..."

"Yaşamın hızlı akıntısı içinde duygularımızı ifade etmekte ve aslında hangi duygulara sahip olduğumuzu belirlemekte zorlanıyoruz çoğu zaman. Duygularımızı saklamak öğretildi, konuşmamak, hep susmak. Böyle öğrendim ben de; şikayet etmemesi gereken, eleştirmemesi gereken, duygularını hep saklaması gereken olmalıydım... Psikodrama önceleri biraz zor geldi, daha doğrusu anlamsız geldi. İlerledikçe, giz dolu duygusal dünyanın aralandığını gördüm, kendime bile itiraf etmekten korktuğum duygularım olduğunu şimdi biliyorum ve bunu psikodramaya borçluyum. Öngörüm genişledi, nasıl hissettiğimi, hangi duygumdan köken aldığını ve neler yapmam gerektiğini gösteren bir dost eli olup çıkıverdi. Her yeni oturum, yeni bir başlangıç demek artık benim için..."

Protagonist, canlandırma sırasında terapistin yardımıyla kendi eylem biçimlerini tanır, yaşamındaki birtakım gerçekleri sorgular, kökleşmiş kanılarının doğruluk derecesini araştırır. Ardından grup üyelerinin paylaşımı alternatif düşünceler geliştirmeye yardım eder.^[2] Öğrencilerin geri bildirimleri bu etkiyi, tüm coşkusuyla yansıtmaktadır:

"Psikodrama dersini tercih ettiğimde, kişisel gelişimim ve kendimi tanıma üzerine bu kadar etkisi olacağını düşünmemiştim. Bireysel farkındalığın ön planda olduğu derste, hayatıma ayna tutup, çoğu zaman benliğimin altına attığım duygularla yüzleşip mücadeleci ruhumu geliştirdim. Görmezlikten geldiğim, var olan problemleri çözmeme ve kendimi geliştirmeme destek sağladı. Protagonist olup grup içinde problemleri yaşantısal olarak sergileme fırsatını bulmam, tüm duygularımı ortaya koymama ve problem hakkında daha çok bilinçlenmemi sağladı..."

"...Heyecan ve merakla başladığım psikodrama dersinde, her hafta kendimden daha fazla gelişme olduğunu fark ettim. En büyük farklılık, duygularımı ve hissettiklerimi rahat bir şekilde ifade etmem, hayatımdaki gerçeklerle yüzleşmem, kafamı kurcalayan bilinç altına atmış olduğum düşüncelerimle karşılaşarak kendi içimde ve grup içinde bunları çözümlenmiş olmamı..."

"Psikodrama etkinlikleri başlangıçta benim için belirsizlik, merak yaratmıştı. İlk oturumlarda, kendimden tanıdık olan ama pek de üzerinde durmadığım duygularımı kolaylıkla ortaya çıktı. Aslında farkındaydım ama sanırım önemsemiyordum. Zihnimde gerilerde tuttuğum, hatta bazen unutmak istediğim hatıralar, yaşamımı, tepkilerimi, hayata tutumumu o kadar çok etkilemiş ki, bunları çözümsüz bırakmamak yaptığım en iyi kişisel gelişim etkinliğim olacak. Henüz bu konuda çok yolun başında olmak beni iki yönde düşündürüyor: Birincisi, kendimde daha keşfetmem gereken çok şey var; ikincisi, bu keşifler hayatımı nasıl değiştirecek?..."

İlgili araştırmalarda, psikodrama oturumlarında protagonist

olmanın, katılımcılarda olumlu duyguları artırdığı; duygusal boşalımı ve baskılanmış duyguların açığa çıkmasını sağladığı,^[15] psikodrama uygulamaları ile öğrenme ve içgörünün daha hızlı arttığı,^[16] duygularını ifade etme becerilerinin geliştiği ve kendini tanımasını sağladığı^[13] belirtilmektedir.

Psikodramada protagonistin yanı sıra, izleyiciler de yeni davranışlarda bulunmayı öğrenebilir. Sahnedeki protagonistin duygusal boşalım sağlaması ya da yeni bir davranışta bulunması, grup üyeleri tarafında izlenir ve daha çok modelden öğrenme yoluyla yeni davranışları öğrenme gerçekleşir. Grup üyeleri, birbirlerini izleyerek edindikleri yeni davranışları, grup dışındaki yaşantılarına da transfer edebilir.^[2] Bu durum, öğrenciler tarafından şu şekilde dile getirilmektedir:

“Psikodramada sadece protagonistin/yaşantısı sahnelenen bireyin kazanımı söz konusu değil. Rollere seçilen kişiler ya da seyirci olan grup üyeleri de kendi hayatlarına dair özdeşim kurma yoluyla kendine pay çıkarabilir ve farklı bakış açıları kazanabilir.”

“Her psikodrama oturumu, farklı öğrenme yaşantıları sağladı, diğerlerinin tecrübelerinden yararlandım, kendime dersler çıkardım. Varlıklarını destek olarak hissettim. Psikodramada oturuş biçimi bile herkesin eşit olduğunu gösteriyor, öz güvenimi ve grup içi iletişimimizi arttırıyor...”

Psikodrama oturumları, farklı rolleri oynama ve eylemle geçer. Birey rol oynama ve rol değiştirme yoluyla yeni rollerle tanışma ve bunları öğrenme şansına sahip olur. Rol repertuarını genişletmek, kişinin toplumsallaşmasına, günlük yaşamdaki farklı rolleri üstlenme becerilerine katkıda bulunur. Hemşirelikte hem kişilerarası ilişkiler hem de mesleki ilişkilerde empatik davranmanın önemi yadsınmaz bir gerçektir. Rol değiştirme ve empati ile ilgili geribildirim örnekleri ile konuyu daha iyi açıklamaktadır:

“Kimseyi tanımadığımız bir grupta kendi iç dünyanıza doğru bir yolculuğa çıkıyorsunuz. Canlandırılan sahnelerde hiç tanımadığımız grup üyeleri çok kısa bir zaman içinde anneniz, babanız, kardeşiniz, eşiniz, çocuklarınız, arkadaşlarınız, akrabalarınız, otorite figürleriniz oluyorlar ve siz de onlar için aynı rolleri üstleniyorsunuz. Yani onlar gibi düşünüp, onlar gibi hissetmeye, olaylara bir de onların gözüyle bakmaya ve anlamaya çalışarak, yaşanılanları daha doğru ve objektif bir şekilde değerlendirme imkânı bulmuş oluyorsunuz..”

“İlk günlerde psikodramanın ne olduğunu, ne yapacağımızı, ne yapmamız gerektiğini ve sonucunda neye varacağımızı kestirememiştim. Her oturumda farklı durumlar sahneleniyor, yaşanılan olaylar yeniden canlandırılıyor, bizi etkileyen gizli duygularımızın farkına varıyorduk. Gerçekleştirdiğimiz oturumlarla kendiliğinden belirlenen rol içine girip, bu rolü sahnelemeye çalıştım. İlk etapta role girmek bana zor gelmişti. Çünkü kendi gerçeğimin, kişiliğimin içinden çıkmak zordu, rolümü gerçekçi bir şekilde sahneleyemeyeceğim endişesine kapılıyordum. Ancak, sonra psikodramanın ne olduğunu anlamaya başladım...”

“Empati kurmak deyimi ile daha bu mesleği ilk öğrenmeye başladığımız yıllarda tanıştım. Anlamını hayata yansıtmak çok kolay olmadı.

Çünkü önce kendi hayatımda bunu başarabilmem, sonra hasta bireyler ve ailesine yaklaşımda kullanabilmem zaman aldı. Psikodrama uygulamalarımda, grup üyelerinin yaşantı ve duygusunu paylaşırken bunu daha net hissedebiliyorum, bu yönümün ilerlediğini düşünüyorum. Ayrıca, farklı bakış açısı kazandıran bir uygulama. Zamanla bu farkındalıklarımın mesleğim ve özel hayatımda olumlu değişimler yaratacağına inanıyorum.”

Rol değişimi ile öğrenciler, karşısındaki bireyler hakkında duygusal bir bakış açısına sahip olur, yani empati yapma becerileri artar. Rol değişimi, öğrencilerin değişik rolleri uygulamaları yoluyla sosyalleşme ve empati becerilerini artırır, sınıfta güçlü bir güven ortamı oluşturur. Araştırmacılar, okulda “rol oynama tekniğinin” öğrencilerin sosyal algılarını, iletişim becerilerini geliştirdiğini^[8,16] belirtmişlerdir. Hemşirelik alanında yapılan çalışmalarda, içgörüyü artırdığı,^[17] empati ve sorun çözme becerilerini geliştirdiği^[13] belirlenmiştir.

İnsanın en önemli özelliği, yaratıcı ve spontan olmasıdır. Spontanite, insanın içinde bulunduğu duruma en uygun tutumu sergileyebilmesidir. Spontanite sayesinde insan, yeteneklerini, duygularını, ilgilerini, sevgilerini, kızgınlıklarını ve hatta korkularını en doyumsuz şekilde yaşar. Yeni bir durumla karşılaşan birey eğer spontan olamıyorsa stres yaşar ve başarısızlık hisseder. Psikodramada liderin önderliği ve grup üyelerinin desteğiyle protagonist, yeni durum karşısında veya sorunlarının çözümü konusunda mutlaka bir çözüm yolu bularak spontan ve yaratıcı olmayı öğrenir.^[18] Spontanlık yaratıcılığı canlandırır, yaratıcılık spontanlığı yenilikçi görüşlere açar.^[19] Hemşirelik mesleğinde çok önemli bir yere sahip olan ve eğitimde de sık sık vurgulanan “yaratıcılık” psikodramanın ana uğraşlarından biridir. Her hastayla, her yeni olayla farklı ve özgün bir durum yaşayan hemşirenin, yaratıcı ve spontan çözümler üretmesi gerekir. Teorik bilgiden çok yaşayarak öğrenme deneyimleri ve spontanlıkla beslenen yaratıcılık, kendini tanımayla başlar. Yaratıcılık tüm zihinsel yetileri geliştirmede rol oynar. Bu anlamda psikodramanın hemşirelik eğitimi için de uygun bir yöntem olduğu şöyle ifade edilmektedir:

“...Psikodrama dersinde farklı konularda kendi hayatımızla bağdaştırılarak sergilediğimiz grup ve bireysel oyunlarla yaratıcılığımın geliştiğini fark ettim. Özel yaşamımda olduğu gibi iş yaşamımda da kişilerarası ilişkilerin geliştirilmesi, güvenli davranış tarzının edinilmesi, empatik iletişimin sağlanması, yaratıcı düşüncenin artırılması gibi pek çok konuda kişisel gelişimime büyük katkılar sağladı...”

“...Duyguma odaklı düşünmeye, ben dilini kullanmaya, dinlemeye, davranışlarımın karşımdaki kişi üzerinde nasıl bir etki yaratacağını düşünerek o davranışı göstermeye daha çok dikkat ediyorum. Yaratıcılığım arttı. Hayatın içinde öğrenilecek, keşfedilecek o kadar çok şey var ki; artık bunun bir yolunu biliyor olmanın mutluluğunu ve ayrıcalığını hissediyorum.”

Psikodramanın etkisinin araştırıldığı çalışmalarda; oturumların katılımcıların dinleme becerilerini,^[20] benlik saygısını^[16,21,22] ve özgüven becerilerini^[13] arttırdığı vurgulanmaktadır.

ARAŞTIRMA

Sonuç

Psikodrama, bir grup tedavisi yöntemi olarak çok değerli olmakla birlikte kişisel gelişim, danışmanlık, eğitim, tiyatro ve iş dünyası gibi pek çok alanda giderek artan bir ilgi görmektedir. Psikodrama empati, spontanlık, yaratıcılık yeteneklerini arttırır, bireyin kendini tanımasını ve duygularını fark etmesini sağlar. Psikodrama dersine katılan hemşirelik öğrencilerinin geri bildirimleri, yöntemin duyguları ifade etme, kendini tanıma, yaratıcılık ve empati yeteneğinin gelişmesinde oldukça etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Hemşirelikte de çok önemli yeri olan bu kavramların geliştirilmesinde, alternatif bir yöntem olarak psikodramanın uygulanması önerilmektedir. Ancak, bu uygulamanın psikodramaya yönelik özel eğitim alan profesyoneller tarafından yapılması gerektiği unutulmamalıdır. Gerek lisans gerek lisansüstü eğitimlerde psikodrama seçmeli ders olabilir, eğitimlerde psikodrama tekniklerinden yararlanılabilir, mezuniyet sonrası eğitimlerde ve hemşirelerin kişisel gelişimlerine yönelik olarak da psikodrama grupları oluşturulabilir.

Son söz yine öğrencinin: "...Psikodramanın hemşirelik eğitimine erken dönemde girmesi, mesleğin gelişmesine büyük katkı sağlayacaktır. Çünkü psikodramanın bireyin kendini tanıma, duygularının farkına varma, yaratıcılığı geliştirme, empati kurma becerisini sağlamada çok önemli etkileri vardır. İnsanla özellikle de hasta bireyle iletişim halinde olan tüm mesleklerin psikodramanın bu geliştirici özelliğinden faydalanması gerekir..."

KAYNAKLAR

1. Kavuran T. Sanat ve bilimde gerçek kavramı. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi 2003;15(2):225-37.
2. Dökmen Ü. Sosyometri ve psikodrama. İstanbul: Sistem Yayıncılık; 5. Baskı. 2003. s. 125-222.
3. Özbek A, Leutz G. Psikodrama grup psikoterapisinde sahnesel etkileşim. 2. Basım, Ankara: Abdülkadir Özbek Psikodrama Enstitüsü Yayınları; No:1, Ayrıntı Basımevi; 2003. s. 52-55.
4. Altunay D. Psikodrama grup psikoterapisi el kitabı. Yaşama dair çok şey. İstanbul: Sistem Yayıncılık; 2000. s. 251-71.

5. Blatner A. Morenean approaches: Recognizing psychodrama's many facets. Journal of Group Psychotherapy Psychodrama and Sociometry 2007;59:159-170.
6. Drew N. Psychodrama in nursing education. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry 1990;43(2):54-62.
7. Monteiro AMC, Esly RS. Learning through psychodrama and sociometry: Two university experiences. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry 1990;43(2):85-9.
8. Zachariah M, Moreno R. Finding my place: The use of sociometric choice and sociodrama for building community in the school classroom. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry 2006;58(4):157-67.
9. Erdemir F. Hemşirenin rol ve işlevleri ve hemşirelik eğitiminin felsefesi. C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 1998;2(1):59-63.
10. Aslan H. Hemşirelik bilim ve sanatı. Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi 2008;1(1):59-60.
11. Velioglu P. Hemşirelikte bilimselleşmeye doğru. İstanbul: Bozak Matbaası; 1985. s. 31, 110-111.
12. Karagözoğlu Ş. Bilimsel bir disiplin olarak hemşirelik. C. Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 2005;9(1):6-14.
13. Ulupınar Alıcı S. Sorun çözme beceri eğitiminde psikodramanın kullanımını. [Dr. Abdülkadir Özbek Psikodrama Enstitüsü Yayınlanmamış Psikodrama Tezi. Danışman: Eracar N] İstanbul: 2007.
14. Baydemir Sarımurat N. Psikodramanın diğer psikoterapilerden farkı. I. İstanbul Psikodrama Günleri (Konuşma metni) 20-21 Ocak 2007.
15. Kim KW. The effects of being the protagonist in psychodrama. Journal of Group Psychotherapy Psychodrama Sociometry 2003;55:115-27.
16. Coşkun B, Çakmak D. Alkol ve madde bağımlılarının grup psikoterapisinde psikodramanın kullanılması. Bağımlılık Dergisi 2005;6:3,103-110 www.bagimlilik.net, Erişim tarihi: 21.04.2009.
17. Çam O. Hemşirelik öğrencileriyle yapılan psikodrama grup terapisi. I. Ulusal Hemşirelik Öğrenci Sempozyumu Özet Kitabı; İzmir: 24-26 Mayıs 2000. s. 34.
18. Kocayörük AY. Psikodramadan yaşama spontanite. İçinde: Altunay D, editör. Psikodramada seçme konular. İstanbul: Aura Yayınları; 2004. s. 178-201.
19. Winters NL. The psychospiritual in psychodrama: a fourth role category. Action Methods 2000:163-171.
20. Guldner CA. Integration of undergraduate and graduate education and training in group dynamics and psychodrama. Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry 1990;43(2):63-70.
21. Singal S. The efficacy of psychodrama in the treatment of oppositional and defiant adolescents. [Department of Educational Psychology McGill University, Ph.D. Thesis, Supervisor: Moroun T] 2003.
22. Neuman NM. Women's experiences of changes in self-esteem following participation in psychodrama: a phenomenological investigation. The Union Institute, Doctor of Philosophy in Social Psychology; 1989.

Düzeltilme / Erratum:

Dergimizin 2009 yılı 1. sayısında yayınlanan "Kültürlere Duyarlı Yaklaşım: Transkültürel Hemşirelik" [2009;6(2):2-7] adlı yazının yazar iletişim bilgisi dizisinde sehven hata yapılmıştır. Doğru yazım 'DEMET AVCI ALPAR, Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri HYO Ebelik Bölümü Öğr. Gör., Kaptanpaşa Mah. Darülaceze Cd. No: 14 Okmeydanı/İstanbul, Tel: 0 212 320 75 05 Faks: 0 212 320 76 48' şeklinde olacaktır. Yapılan hatadan dolayı yazarlardan ve okurlarımızdan özür diliyoruz.