Psikodrama ve Maneviyat

Gökhan Özcan[1]

Marmara Üniversitesi

Öz

Psikodrama, J. L. Moreno'nun temellerini attığı, yaygın olarak kullanılan felsefe, kuram ve teknikler bütünüdür. Moreno, felsefesi ve pratiğini varoluşçu düşünceden, teolojiden ve Tanrı-insan ilişkisine dair metinlerden beslenerek, manevi bir zeminde inşa etmiştir. Bu makale, bir grup psikoterapi yöntemi olan psikodramanın tanımını, temel süreç ve tekniklerini özetlemeyi, Moreno felsefesi ile maneviyat arasındaki ilişkiyi farklı düzlemlerde açığa çıkartmayı ve bu bağlamda manevi oryantasyonlu çağdaş psikodrama yaklaşımları olarak 'Jungiyen Psikodrama', 'Ruhsal Drama' ve 'Terapötik Spiral Model'i incelemeyi amaçlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Maneviyat, psikodrama, Moreno felsefesi, manevi oryantasyonlu psikodrama yaklaşımları

Abstract

Psychodrama is a set of widely used philosophy, theories and techniques in which J. L. Moreno laid the foundations. Moreno built his philosophy and practice on spiritual ground, from existential thought, theology and texts about the relationship between God and man. This article aims to summarize the definition, basic process and techniques of psychodrama which is a group of psychotherapy methods, to reveal the relationship between Moreno philosophy and spirituality in different aspects and in this context, to examine 'Jungian Psychodrama', 'Souldrama' and 'Therapeutic Spiral Model' as contemporary spiritual oriented psychodrama approaches.

Keywords: Spirituality, psychodrama, Moreno philosophy, spiritual oriented psychodrama approaches

[1]**Correspondence to:** Gökhan Özcan, Marmara Üniversitesi, PDR Doktora Öğrencisi

Not: Bu yazı "Özcan, G. (2019). Psychodrama and Spirituality: A Practice-Friendly Review. *Spiritual Psychology and Counseling, 4*(1), 39-55" künyeli makalenin Türkçe çevirisidir.

1. Psikodramanın Tanımı, Temel Süreci ve Tekniklerine Kısa Bir Bakış

Psikodrama, 1920'lerin başlarında, kurucusu psikiyatrist Jacob Levy Moreno (1888-1974)'nun spontan deneyimsel tiyatro çalışmaları ve klinik uygulamalarından temel alan (Marineau, 1989; Tahar ve Kellerman, 1996), danışanların yaşamdaki aksiyonlarını cesaretlendiren, geliştiren; rol oynama ve kendilik-sunumu dramatizasyonuna dayanan, hem sözel hem sözel olmayan, karmaşık ve güçlü bir grup psikoterapi yöntemidir (Corsini ve Wedding, 1995; Kellerman, 1992; Nicholas, 2017; Rosenbaum ve Berger, 1963; Yalom, 1995).

Psikodrama ilk olarak bir grup psikoterapi türü olarak geliştirilmesine rağmen, günümüzde yaratıcı formlarda farklı yaklaşımlarla uygulanmaktadır. Psikodrama, çift ve aile terapilerinde; bir veya iki yardımcı terapistin eşliğinde uygulanan bireysel terapilerde (Holmes, 2015); sosyodrama olarak, bireye odaklanmanın ötesinde, daha geniş sosyal ağı değerlendirmek ve tedavi etmek için kullanılmaktadır (Blatner, 1996; Figusch, 2012). Öte yandan psikodrama sadece bir psikoterapi yöntemi olarak değil, psikososyal sorunların drama araçları ve katılımcıların kendi davranışları ile araştırıldığı bir çeşit laboratuvar olarak düşünülebilir. Nitekim Moreno psikodrama ilke ve tekniklerini dramaturjik bir terminolojiye ve pratiğe dayandırmıştır (Blatner, 2000a; Jones, 1996; Scheiffele, 1997). Tiyatroda olduğu gibi psikodramada da oyunun canlandırıldığı bir sahne, çalışmanın ana oyuncusu olan protagonist, oyunu yöneten bir terapist yönetmen, protagonistin çalışmak istediği rolleri canlandıran yardımcı egolar ve oyunu izleyen seyirci mevcuttur (Moreno, 1934).

Yönelimi fark etmeksizin bir psikodrama süreci üç aşamadan oluşmaktadır: ısınma, oyun ve paylaşım (Blatner, 2007). Moreno (1951) 'ısınma'yı, protagonistin kendisiyle ilgili bir sorunu dile getirmeye bir hazırlık süreci olarak ifade etmekte ve ''sosyodramatist veya grup psikoterapistinin başucu tavrı'' olarak görmektedir. Moreno, ısınma sürecini, ilk başlarda spontanite tiyatrosunun terapötik bir süreci olarak ele almış, ardından psikoterapi ortamına aktarılmasına katkı sağlamıştır. Tiyatronun 'yaratıcı, estetik, dramatik ısınma'sı, yeni davranış biçimlerinin yaşam benzeri durumlarda denenmesine izin veren 'terapötik ısınma'ya dönüşmüştür (Howie ve Bagnall, 2015). Şimdi ve burada'ya odaklanma, nefes alma, yürüme, koşma, hareket ve aynalama alıştırmaları, Tai Chi, dans, fiziksel oyunlar şeklinde tasarlanabilen ısınma aşaması, birlikteliği, kendiliğindenlik ve yaratıcılığı güçlendirmeye ve protagonisti ana oyuna hazırlamaya hizmet etmektedir (Casson, 2004; Williams, 1991; Zoran, 2006).

Isınma sonrasında ‘oyun’ (aksiyon) aşaması gelmektedir. Protagonist, bu aşamada geçmişte, şimdiki zamanda veya gelecekte meydana gelmiş/gelmekte olan/gele(bile)cek bir olayı ya da birkaçını sahneye koyabilir. Protagonist çalışmasının temel amacı, yaşamda gelişen yeni durumları en iyi şekilde karşılayabilmek için kendiliğindenlik ve yaratıcılığın geliştirilmesidir (Blatner ve Cukier, 2007; Gershoni, 2003; Tauvon, 2005).

Psikodrama çalışmasının son aşaması olan ‘paylaşım’, protagonist oyunu sonrasında yardımcı egoların ve oyunu izleyen seyircilerin hissettiklerinin paylaşılmasıdır. Paylaşım aşamasının amacı gruptaki duygusal boşalımı mümkün hale getirmek, çalışılan durumun zihinselleştirilmesini, içgörüyü sağlamak ve protagonistin deneyimine benzer başka deneyimlerin de diğer grup katılımcıları tarafından yaşandığını göstererek protagonistin hikayesini normalleştirmektir (Karp, 2005; Leventon, 2001).

Temel sürecini aktardıktan sonra psikodramanın terapötik tekniklerini kısaca incelemek anlamlı olacaktır. ‘Rol değiştirme’, psikodramanın en önemli tekniğidir. Protagonist rol değiştirme ile ‘öteki’nin konumunu, deneyimlerini, düşünce, duygu ve davranışlarını keşfetme imkanına kavuşur. Gruptan seçilen bir yardımcı ego bu sırada protagonistin yerine geçer. Diğer psikodrama tekniği olan ‘eşleme’, protagonistin bastırdığı, ifade edemediği duygu ve düşüncelerini gruptaki liderin ya da seyircinin onun yerine ifade etmesidir. Eşleme tekniği empati sürecini teşvik eder ve protagonistin aksiyonunun önünü açar. ‘Ayna’ tekniğiyle ise protagonist kendi rolüne bir yardımcı ego seçtikten sonra sahnenin dışına çıkıp kendi yaşantısını dışarıdan gözlemleyebilir. Protagonist böylece kendi yaşantısına belirli bir mesafeden bakabilir ve nesnel değerlendirmeler yapma imkanına kavuşur (Holmes, 1991; Wilkins, 1999).

2. Moreno ve Tanrısallık

Moreno birçok çağdaşı olan düşünürün aksine üzerinde çalıştığı bilgi alanlarını bölümlere ayırmamış, psikoloji, psikiyatri, teoloji, felsefe, sosyoloji bilim ve disiplinleri arasında bir görüş birliği olduğunu iddia etmiştir. Bu sebeple Moreno psikodramanın temelini yapılandırırken sadece psikiyatriden değil; varoluşçu felsefeden (Howie, 2012), özellikle maneviyat ve teolojiden faydalanmakta sakınca görmemiştir (Lindqvist, 2005; Steere, 1997).

Moreno’nun insan anlayışındaki varoluşçu-hümanistik bakışın izlerini, insanı, kendisini tanımlayabilen, geliştirebilen, derin etkileşimlere girebilen, özgür bir varlık olarak tanımlayışında görmek mümkündür. Kişinin deneyimleri, Moreno’ya göre, onun

potansiyelinin temelidir. Deneyimin özü ise eylem, spontanlık, şimdi ve burada olmaktır. İnsan evrenle kucaklaşabilir fakat bir yandan da sınırlı gücünü kabul etmek zorundadır (Dökmen, 2003).

Varoluşçu bir filozof olan Martin Buber (1878-1965)'in ''I-Thou'' (Ben-Sen) şeklinde tarif ettiği gerçek ve derin ilişki (Buber, 1950), Moreno felsefesinin ve pratiğinin temel konusudur Moreno, Buber'den etkilenmiş, karşılaşmaların olmadığı ilişkileri sabit, öngörülebilir ve yüzeysel olarak değerlendirmiş, psikodrama ve sosyometri ile karşılıklı otantik diyaloğun imkanlarını inşa etmeye çalışmıştır (Apter, 2003; Waldl, 2005).

Moreno'nun maneviyat ve teolojiye ilgisi bir çocukluk anısına dayandırılabilir. Henüz dört yaşındayken evinin mahzeninde arkadaşlarına 'Tanrı ve Melekleri' isminde bir oyun oynamayı önermiş, kendisi Tanrı rolüne geçmiş, melekleri canlandıran arkadaşlarının ''Neden uçmuyorsun?'' şeklindeki yüreklendirmesiyle, üzerinde bulunduğu sandalyeden kendini aşağı atmış ve omzunu kırmıştır (Moreno, 1946). Bu anı, kendisinin psikodramayı ve onun temel araçlarını keşfettiği 'manevi bir an' olarak kabul edilmektedir (Scategni, 2002).

Moreno, metinlerinde kozmosun işleyişindeki yaratıcılığı ve kendiliğindenliğe vurgu yapmakta, 'kozmos' terimini sadece 'fiziksel evren' olarak değil, aynı zamanda 'akıl', 'deneyim', 'hayal gücü' gibi ruhun çok daha büyük boyutlarını da kapsayan, böylece Tanrı'nın eyleminin ve temel doğasının bir ifadesi olarak değerlendirmektedir. Ona göre teolojik olarak Tanrı, yaratıcı ve kendiliğinden bir varlıktır (Blatner, 2000a).

Words of the Father (Babanın Sözleri) (1971) kitabında Moreno, Tanrı'nın bazı dini metinlerde anlatıldığı gibi yaratıp geri çekilen bir varlık olmadığını, her an yaratan, her insanın da eylemleri ve spontanlığı ile Tanrı'nın yaratımına katılan bir güce sahip olduğunu söylemiştir. Yaratıcılığı kozmosa yayılan bir ilahi güç olarak düşünen Moreno, dinler-üzeri, hatta tüm dinlere yaygınlaştırılabilecek bir felsefe ortaya koymaktadır. Burada, ödüllendiren ya da cezalandıran bir dinin, tarihin Tanrı'sı yerine, 'estetik', 'aktif' ve 'içkin' bir Tanrı görüşüyle karşılaşılmaktadır. Tarih boyunca 'He-God' (O-Tanrı) ve 'Thou-God' (Sen-Tanrı) olarak açığa çıkan aşkın bir Tanrı bilincinden farklı olarak Moreno, 'I-God' (Ben-Tanrı) bilincini esas almaktadır. Ben-Tanrı, her insanda potansiyel olarak var olan, eylem ile aktif olan yaratıcı yönü vurgulamaktadır (Borgatta, Boguslaw ve Haskel, 1975; Blatner, 2000b; Johnson, 1948; Kraus, 1984).

Moreno psikodramada ‘’kozmik katarsis’’ ismini verdiği nihai, manevi bir iyileşme seviyesi olduğunu aktarmakta, kozmik katarsis yolu ile bireyin, verili gerçekliğinin ötesine geçtiğini iddia etmektedir. Söz gelimi psikodramada bir erkek, bir kadın erkek olabilir; bir insan bir hayvanı ya da ölüyü canlandırabilir. Böylece birey kendinden çıkıp içindeki kozmosun görünen ve görünmeyen yönlerini keşfederken, evrendeki birlikteliği ve böylece iyileşmeyi deneyimleyebilir (Garcia ve Buchanan, 2009).

3. Psikodrama ve Maneviyat İlişkisinde Güncel Çabalar

Moreno’nun önemli bir kısmını teolojiden beslenerek temellendirdiği psikodramanın manevi yönleri, günümüz yazarları tarafından halen araştırılmaktadır. Blatner (2000b, 2005b), Moreno felsefesindeki kabalistik, mistik ve arketipik öğeleri incelemiş, psikodramanın mitsel bir yolculuk olduğunu, böylece psikodramatistin lider, yönetmen, terapist gibi rollerine ‘ayin yöneticisi’ rolünün de eklenmesi gerektiğini iddia etmektedir. Manevi bir rol üstlenen psikodramatist, ona göre, grubunu varlığın büyük bütünlüğüyle ilişkilendirmeye çalışan, yakaran, *‘’Buraya manevi amaçlar için toplandık. Birbirimize yardım etmek, sevgi duymak, grup üyelerimizi daha güçlü, özgür ve bilge yapmak için.’’* şeklindeki bir cümleyi söyleyebilecek biridir.

Psikodramanın temellerinin kendisine yaslandığı rol kuramını açıklarken Moreno, yaşamdaki fizyolojik uğraşlarımızı ‘psikosomatik roller’, sosyal ilişkilerimizi ‘sosyal roller’, kendiliğimizin psikolojik yönlerini ise ‘psikodramatik roller’ olarak üçlü bir yapıda tanımlamaktadır (Moreno, 1961). Bir psikodrama uygulayıcısı ve teorisyeni olan Natalie Winters (2000), Moreno’nun rol teorisinde ‘Dördüncü Rol Kategorisi’ isimlendirmesiyle ‘psikospiriütel’ rolün eksik olduğunu iddia etmektedir. Psikospiritüel rol, ona göre ‘hayal etmek, alıcı olmak, hatırlamak, verici olmak, inanmak, dua etmek’ gibi fonksiyonlar içermektedir. Psikospritüel rolü benimseyen psikodrama liderleri grubu evrensel zekaya, bilgeliğe, tanrısallığa ve anı yaşamaya davet edebilecektir.

Psikodramanın manevi yönlerine yapılan vurgu sadece psikodramatistler tarafından yapılmamıştır. Söz gelimi Amerikalı Jungçu düşünür Thomas Moore (1994, 1996), ruhun doğası üzerine araştırmalar yapmış, ruhu kişisel ve profesyonel gelişim olanağı olarak tanımlamış, psikodrama ve playback tiyatrosunun sadece felsefi arka planı sebebiyle değil; teknikleri itibariyle de kişiye ‘kalbini açma’ ve ‘ruhu yaşama’ imkanı tanıdığını aktarmıştır.

Moreno (1947)'nun ''ikili ilişkilerdeki negatif ya da pozitif sosyal ilişki konfigürasyonu'' olarak tanımladığı 'tele' kavramının manevi bir yöne sahip olduğu düşünülmektedir. Tele'nin anahtar unsuru, diğer insanların bir ilişki hakkında nasıl hissettiğini algılamak veya hayal etmek için insan kapasitesini yansıtan bir karşılıklılık olmasıdır (Moreno 1956). Bir grup oluşturulduğunda, grubun bir araya gelmesinden önce, tüm üyelerin kişisel tarihini içeren potansiyel bir tele yapısı vardır. Bu, daha sonra gelişecek olan aktif tele yapısının temelini oluşturur (Zuretti, 2005). Psikodramada aksiyon sırasında bir protagonist yaşamındaki herhangi birini oynaması için bir yardımcı ego seçer ve seçtiği kişinin, seçilen rolle ilgili ortak yönleri bir oyun sırasında ya da sonrasında fark edilir. Burada hızlı bir özdeşleşim ile birlikte tele süreci yaşanmıştır (Yaniv, 2014). Tele olgusunu kuantum psikolojisi ile ilişkisel olarak inceleyen çalışmalar, psikodrama ve maneviyat ilişkisi literatürünü yeni bilimsel gelişmeler ile zenginleştirmektedir (Hammer, 1999; Wolinsky, 1991; Zohar ve Marshall, 1990).

Psikodrama ile farklı psikoloji ekollerini bağdaştırma girişiminin etkin bir örneği olarak Goldberg (2009), psikodrama teorisi ve pratiği ile pozitif psikoloji arasındaki ilişkiye odaklanmış, Moreno'nun orijinal çalışmasının gözden kaçan kısımlarını incelemiş, pozitif psikodrama yaklaşımı ile her bireyin içindeki güçlü yanları, erdemleri ve dehaları vurgulamıştır.

Literatürde maneviyata ek olarak dini yönelimli psikodrama çalışmalarının varlığı dikkat çekicidir. Nitekim Frick (2013), psikodramanın Hristiyan bibliodrama seanslarındaki kullanımını, Moreno ve Hırsitiyan yazar Ignatius (M.S. 35-108)'un düşünceleri arasındaki paralellikleri, psikodramatik rol değiştirme tekniğinin bibliodramadaki kullanımını incelerken; Pitzele (1991) psikodramayı Tevrat'taki kıssalara entegre etmeye çalışmış, psikodramanın insan için 'ruhun penceresi, aynası' ve 'manevi bir hakikat aracı' olduğunu aktarmış; Meyer (2012) ise farklı dinlere mensup öğrenciler üzerinde dini yönelimli drama terapisi uygulamaları yaparak dini ve manevi algıları drama yoluyla değerlendirme ve düzenlemeyi amaçlamıştır.

Kuramsal ve uygulamalı girişimlerin yanı sıra psikodrama ve maneviyat ilişkisini araştıran nicel ve nitel çalışmalar da mevcuttur. Salehi ve Shokri (2016) 60 lise öğrencisi kadın ile gerçekleştirdiği tam deneysel çalışmada psikodrama oryantasyonlu grup danışmasına katılan grubun yılmazlık ve ruhsal zeka bakımından kontrol grubuna göre farklılaştığını tespit etmişlerdir. Tavakoly, Namdari ve Esmaili (2014), 32 kadın ile yürüttükleri yarı deneysel

araştırmada psikodrama çalışan grubun manevi iyi oluş bakımından kontrol grubuna göre anlamlı derecede farklılaştığını raporlamışlardır.

Perotta (2012) raporladığı vaka analizinde, önceki nesillerinde şiddet geçmişi olan ve duygusal çatışmalar yaşayan kadın bir danışan ile rüya çalışması ağırlıklı Jungiyen Psikodrama oryantasyonlu psikoterapi seansları düzenlemiş, sürecin sonunda danışanın yaşam rollerinde ve bireyleşmeye dönük yönelimlerinde belirgin gelişmelerin ortaya çıktığını belirtmiştir.

4. Manevi Oryantasyonlu Çağdaş Psikodrama Yaklaşımları

Klasik (Morenian) psikodrama, sonraki psikodrama uygulayıcılarının teknik ve pratik müdahaleleriyle gelişmiş ve zenginleşmiştir. Manevi oryantasyona sahip yaklaşımların en önemlileri şunlardır: Jungiyen Psikodrama, Ruhsal Psikodrama, Terapötik Spiral Model.

4. 1. Jungiyen Psikodrama

Psikodramaya, Jung'un analitik kuramının entegre edilmesiyle oluşturulan bir yaklaşımdır. İtalyan psikoloji profesörü, Jungçu analist Maurizio Gasseau tarafından geliştirilmiştir (Gasseau ve Gasca, 1991). Jungiyen psikodramada teorik çerçeve, Jung (1964)'un derinlik psikolojisi, düşler, arketipler, kolektif bilinçdışı, bireyleşme süreci ile Foulkes (1964)'un ağ ve matris kavramları üzerinde yapılandırılmıştır.

Jungiyen Psikodrama oturumlarında sahne klasik psikodramadakinden farklı olarak, 'tam daire' şeklindedir. Oyunlar bu daire içerisinde oynanır. Çünkü Jungçu düşüncede daire 'bütünlüğün arketipi'dir ve bu yolla grubun bütünlüğü sağlanmaya çalışılır (Jung, 1972). Terapötik bir psikodrama tekniği olan rol değiştirmenin Jungiyen Psikodrama'daki değeri, bireyin farklı bir rolde iken antagonisti yani Jungçu bir ifadeyle 'gölge'si ile karşılaşmasıdır. Gölge, bireyin reddettiği, arzulamadığı bilinçdışı parçasıdır (Jung, 1969). Rol değiştirme tekniğiyle başka bir rolü deneyimlerken gölgesiyle karşılaşma fırsatı bulan protagonist; eşleme tekniğiyle ise grup yöneticisi tarafından eşlenerek iç düşüncelerini fark etme ve bireyleşmeye adım atma fırsatını yakalayabilmektedir (Gasseau ve Scategni, 2007).

Grup lideri Jungiyen Psikodrama oturumunun başında katılımcılardan düşler, imajinatif görüntüler, geçmiş ya da geleceğe ait imajlar toplamaya çalışır (Gasseau ve Perotta, 2013). Düşler, Jungiyen psikodramanın en yoğun çalışılan konusudur. Düş, dramanın yapısına birebir denk düşmektedir (Jung, 1934). Jungiyen psikodramada düşler tüm türleri ile ele

alınmaktadır: kehanet düşleri, kabuslar, tekrar eden düşler, simgesel düşler, toplumsal düşler ve geleceği gören düşler (Scategni, 1994, 2001, 2002). Düş çalışmasına başlamadan önce, Gasseau tarafından Asklepion'daki antik pratiklerden esinlenerek geliştirilen 'rüya kuluçkalaması' tekniğiyle, Tibet zili eşliğinde, katılımcıların gördükleri rüyaların imgelerini yarı hipnotik bir deneyim ile hatırlamaya çalışmaları sağlanmaktadır. Rüyalar bu yönelimde protagonistin geçmiş yaşantılarına dair getirdiği çağrışımlar ile birlikte çalışılır. Rüya veya herhangi bir yaşantı çalışıldıktan sonra grup lideri gözlemci rolünü alarak sözel gözlem (narrative observation) yapmakta ve bu kısımda rüyanın belirgin yönlerine rüya fenomeninden kopmadan arketipal ve simyevi açıklamalar getirmekte ve ihtiyaç durumunda bu rüya bağlamında grubun kolektif bilinçdışına dair yorumlarda bulunmaktadır (Gasseau, 1992).

Jungiyen Psikodramada düşler sadece bireysel olarak değil, grup olarak da çalışılmaktadır. Bir kişinin anlattığı rüya, diğer kişinin başka bir rüyasını çağrıştırmakta, o da başka bir kişide farklı bir rüya çağrışımını uyandırarak bir çağrışım zinciri oluşmakta ve 'sosyal rüya matriksi' olarak terimleştirilen olgu meydana gelmektedir. Jungiyen Psikodrama sahnesinde bu çağrışımlar sırayla oynanmakta, bu çağrışımlardan bir matriks oluşturulmakta ve nihayetinde grubun kolektif bilinçdışı açığa çıkartılmaya ve yorumlanmaya çalışılmaktadır (Lawrance, 2003; Tatham ve Morgan, 2018).

Jungiyen psikodrama aynı zamanda içerisinde törensel, şamanik deneyimlerin olduğu ve 'artı gerçekliğin' (surplus reality) yoğun olarak çalışıldığı bir yönelimdir. Artık gerçeklik, fantezilerin ve geleceğe dair düşüncelerin psikodrama sahnesinde şimdi ve burada gerçekleştirilmesidir (Moreno, Blomkvist ve Rutzel, 2013). Örneğin yas sürecindeki bir protagonistin ölen kişinin rolüne geçerek kendisine mesajlar vermesi ve tekrar kendi rolüne geçip bu mesajları alması sağlanabilmektedir. (Gasseau ve Scategni, 2007).

4.1.1. Vaka Çalışması

Bayan T'nin (24) rüya çalışmasından bir kesit*:

''Bir fırtına gelecekmiş. Evin balkonunda asılı olan, biri çocukluğumda çok sevdiğim Tweety desenli, diğeri ise çiçek desenli iki çarşaf ve bir çift ıslak kırmızı çorap var.

*Bu vaka çalışması, Prof. Dr. Maurizio Gasseau eğitmenliğinde Dr. Ali Babaoğlu Psikodrama, Sosyodrama ve Toplum Ruh Sağlığı Enstitüsü tarafından gerçekleştirilen, FEPTO (Avrupa Psikodrama Federasyonu) akreditasyonlu Analitik Psikoloji ve Jungiyen Psikodrama başlıklı eğitimin 28-30 Eylül 2018 tarihindeki oturumundan, katılımcının özlük haklarını koruma adına bazı bilgiler değiştirilerek aktarılmıştır.

Annem bunları fırtınadan dolayı içeri almamı söylüyor ve ben daha sonra alacağımı söylüyorum. Bir süre sonra evin içerisinden balkondaki çarşaf ve çoraplara bakıyorum. Tweety desenli çarşaf yere düşmüş, diğeri ise uçmuş. Annem içeriye sadece kırmızı çorapları almış. Fırtınadan dolayı dışarıya çıkıp Tweety desenli çarşafı içeri alamayacağımı düşünüyorum ve anneme çarşafımı içeriye almamasından dolayı kızgın hissediyorum.''

Rüyasını anlattıktan sonra Bayan T'yi grup yöneticisi grubun ortasına davet etti, ayakta yanında destekleyici bir şekilde dururken kendisine son yıllarda hayatında hiç fırtına çıkıp çıkmadığını sordu. Bayan T üç yıldır beraber olduğu erkek arkadaşından ayrılma ihtimalinin olduğundan bahsetti. Çünkü erkek arkadaşı akademik sebeplerle yurtdışına gidecekti ve ilişkileri bu sebeple zorunlu olarak sonlanacaktı.

Yönetici, gruptan erkek arkadaşı rolüne birisini seçmesini istedi. Bayan T, erkek arkadaşıyla parkta ilişkilerini konuştukları bir sahne oluşturdu. Yönetici Bayan T'ye erkek arkadaşına gerçek yaşamda söylemek istediği ama söyleyemediği şeyleri aktarma fırsatı tanıdı ve Bayan T şunları söyledi: *''Bu ülkenin sistemi kötü olsa da bahsettiğin kadar berbat değil; gitmek zorunda değilsin.'' ''Sana kızgınım, çünkü kurduğun gelecekte bana yer yok.''* Bu sahne kapandı ve yönetici rüyaya geri dönmeyi teklif ederek rüyadaki kırmızı çorap, Tweety desenli çarşaf, diğer çarşaf, anne ve fırtına rollerine gruptan birilerini seçmesini istedi. Rüya başından itibaren canlandırılmaya başlandı. Sahne Bayan T'nin şu cümlesinde durduruldu: *''En sevdiğim çarşafım gitmiş. Onu alamam, dışarısı çok soğuk.''* Burada Bayan T'den çağrışım getirmesi istendi. Bayan T, annesinin kendisine çocukken Kırmızı Başlıklı Kız masalını okuduğunu hatırladı. Dışarının fırtına sebebiyle tehlikeli oluşu, ormanın kırmızı başlıklı kız için tehlikeli oluşunu çağrıştırmıştı. Bayan T anne rolüne gruptan birini seçti ve annesinden bu masalı dinledi. Rol değiştirip annesi oldu ve sahne tekrar canlandırıldı. Avcının içeri girip kırmızı başlıklı kızı kurtardığı an anlatılırken sahne durduruldu ve Bayan T yönetici tarafından şu cümleler ile eşlendi: *''Hayatta bana masal okuyacak kimse yok. Erkek arkadaşım gidiyor. Aşk hikayem çalınmış gibi hissediyorum. Erkek arkadaşım sanırım iyi bir avcı değil. Tweety'li çarşafım da gitti. Bu durum benim için hiç de kolay değil.''* Bayan T'ye bu eşleme çok anlamlı geldi ve ağlamaya başladı. Yönetici tekrar rüyaya geri dönmeyi teklif etti. Rüyayı, istediği gibi sonlandırmasını istedi. Bayan T balkona çıktı, Tweety'li çarşafı aldı ve ona sarılarak çalışmayı sonlandırdı.

Rüya çalışması sonrasında rol alan kişiler paylaşımda bulundu. Ardından yönetici sözel gözleminde şunları söyledi: *''Kırmızı Başlıklı Kız masalını hatırlaman çok enteresandı.*

Çünkü bu masal erotik duygularla ilgili. Baştan çıkarılmak, yenmek, kandırılmak vb. Kurt belki de yaşamındaki erkekleri, erkek arkadaşını temsil ediyordu. Sadece erkek arkadaşını değil aynı zamanda seni erkek arkadaşının gidiyor oluşuyla karmaşıklaştıran duygularını, çarşaflar ise aşk ilişkini temsil ediyor olabilir. Çünkü iki çarşaf vardı ve birisi fırtınadan dolayı uçmuş, diğeri yere düşüp kalmıştı. Aynı sen ve erkek arkadaşın gibi. Tweety'li çarşafın yere düşüşü de çocukluğunun senden uzaklaşması gibiydi.''

Bayan T Jungiyen Psikodrama sahnesinde bir rüyasını ve bu rüya vasıtasıyla yakın ve uzak geçmişteki bazı anılarını çalışmıştır. Rüya olgusunun başlı başına fiziksel dünyanın yapısından farklı, metafizik bir değer taşıması, rüyayı bittiği yerden aktif imajinasyon ile devam ettirmenin yaratıcılık ile ilgili yönü, bu çalışmayı manevi bir eksene taşımıştır.

4. 2. Ruhsal Drama (Souldrama)

Ego ve ruhu düzenleyerek, bireyin yüksek amaçlarını fark etmesine yardımcı olan, temelleri maneviyat ve ruhsal zeka kavramına dayanan, Amerikalı psikodramatist Connie Miller tarafından geliştirilen bir yaklaşımdır (Miller, 2000, 2004). Ruhsal zeka, anlam ve değer ile ilgili sorunlarla ilişkili olan, kişinin yaşamını daha geniş, zengin ve anlamlı bir şekilde nasıl yaşantılayacağını sorgulayan, maneviyatın uyarlamalı kullanımı için gerekli beceri ve yetenekleri tanımlamada ve düzenlemede kullanılan zeka türüdür (Emmons, 2000; Zohar ve Marshall, 2000).

Ruhsal Drama, Moreno'nun tanrısallık kavramına yaptığı vurguyu önemsemekte, psikodramanın aslında maneviyat ile ruhsal zekayı geliştirmeye odaklandığını iddia etmektedir. Terapiye maneviyatın dahil edilmesiyle birlikte danışanlar yaşam değişiklikleri yapabilmeleri için gerekli ruhsal enerjiyi elde edebilmektedirler (Miller, 2007). Ruhsal Drama yedi evreli bir ruhsal keşif süreci önermekte, her bir evre 'örtü' metaforu ile aşılmakta, ileriye dönük olarak her bir örtünün geçilmesi ile yeni bir ruhsal bilinç evresine geçilmektedir (Miller, 2000, 2004).

İlk oturum 'inanç', ikinci oturum 'hakikat' olarak isimlendirilmekte rasyonel zekayı ele almaktadır. İnanç oturumunda temel güven dua aracılığı ile sağlanmakta, hakikat oturumunda ise katılımcılar kendi yüksek amaçlarını keşfetmeleri yolunda ailelerinin onlara hangi beceriyi hediye ettiklerini keşfetmeye çalışırlar. Üçüncü oturum 'merhamet', dördüncü oturum 'aşk' isminde olup duygusal zekayı esas almaktadır. Merhamet oturumunda katılımcılar Tanrı rolüne geçebilir ve tanıdığı insanlarla empatik olmanın yollarını araştırırken, aşk oturumunda

aktif imajinasyon tekniği ile aşkın kişisel anlamını, koşulsuz sevgi ve kabulü keşfederler. Son iki oturum ruhsal zekayı geliştirmeye çalışmaktadır. Beşinci oturum olan 'tevazu'da amaç, güven duygusunu, özgüven ve alçakgönüllülükle dengelemek, insanlar arasındaki çeşitliliği takdir ederken, inançlarına sadık kalmanın değerini öğrenmek iken, altıncı oturum olan 'şükran', katılımcıları öz-değeri ve minnettar oldukları şeyleri derinlemesine düşünmeye davet etmektedir. Yedinci ve son oturum olan 'bütünleşme'de ise katılımcılar şu anı yaşamakta, ruhun sesini dinleyerek Tanrı ile birlikte yaratıcı olmaya başlamaktadır. Bu dönüşümün ve üç farklı zekanın birleştiği bir aşamadır (Miller, 2008, 2010). Ruhsal Drama ayrıca klinik alanda alkol bağımlılığı tedavisinde on iki basamaklı şekilde kullanmaktadır (Miller, 2013).

4.2.1. Vaka Çalışması

45 yaşında, yeni boşanmış, eşiyle aynı iş yerinde yirmi yıl çalışmış, son zamanlarda kendi işini kurmuş, finansal krizle baş etmeye çalışan ve kadınlarla ilerlemeye başlayan ilişkilerinde sorunlar yaşayan Bay J'nin çalışmasından bir kesit. J için örtüyle temsil edilen iki aşama tasarlanmıştır. İlk örtü ''Ruhun Görevini Keşif'tir. Bu aşamada J'nin, psikodrama sahnesinde annesiyle yaşamış olduğu sorunları ele almak amacıyla annesinin ruhu ile karşılaşması sağlanmıştır.**

Öncelikle annesi hayattayken J'ye sevgisini gösteriş şeklinin heykeli yapılmıştır. Annesi ondan bir mumu yakmasını istemekte, J ise annesine arkası dönük şekilde omzunun üzerinden annesine bakmaktadır.

Protagonist: (annesinin ruhuna) Acı dolu bir sevgin vardı.

Annenin Ruhu: Nasıl seveceğimi bilemedim.

Protagonist: Senin acı dolu cümlelerini dinlemek, almak zorunda kaldım. Bunları dinlemekten nefret etsem de bir tarafım ailede neler olup bittiğini anlamak için dinlemeyi istedi. Bu benim işleri kontrol etme yöntemimdi. Taşınmak zorunda kaldık çünkü battık. Evden ayrılmak zorunda kaldı ve bunu hiç yapmak istememiştim. Acını iyileştirmek istemiştim.

Annenin Ruhu: Özür dilerim.

**Bu vaka çalışması, Conny Miller'ın 'The Technique of Souldrama® and It's Applications' isimli makalesindeki 'A Vakası'ndan (s. 181) alıntılanmıştır. Makaledeki üslup bütünlüğünü koruma adına bazı ifadesel değişikliklerde bulunulmuştur. Seans, Conny Miller tarafından yönetilmiştir.

J'nin koruyucu meleği 'Ruhumun Görevi' isimli bir kitap getirdi ve J kitaptan şunları okudu: *''Benim görevim insanların içinde mutlu ve huzurlu yaşayabilecekleri evler tasarlamak.''* Koruyucu melek bunu tekrarladı.

Koruyucu Melek: Annene, onun acısını nasıl iyileştirmeye çalıştığını anlat.

Protagonist: Senin acını, senin ve benim birlikte kalabileceğimiz bir ev yapmak isteyerek hafifletmeye çalıştım. Şu an mesleki olarak da yaptığım şey bu zaten: Güvenli alanlar inşa etmek. Bana bu konuda yardım ettiğin için teşekkürler. Bu güzel bir hediye. Sevginle, acını heykelleştirerek bağ kurmaya çalışıyorum. Acı hissetmeden bir şey inşa edemiyordum. Acını hissetmeden sevgini hissedemiyordum. Şu an işimde her gün kullandığım bu hediyeyi bana verdiğin için teşekkürler.

Bay J, kadınlarla yaşadığı sorunlarını çözümlemek için Ruhsal Drama'da öncelikle annesiyle yüzleşmek durumunda kalmıştır. Annesinin kendisine yaşattığı acı duygusunu kabul etme çabası, 'Koruyucu Melek' yardımcı egosunun manevi mesajı ve tüm bu sürecin 'Ruhun Görevini Keşif' olarak isimlendirilmesi bu vaka çalışmasının manevi dokuya sahip olduğunu düşündürmüştür.

4. 3. Terapötik Spiral Model (TSM)

Travmatik yaşantıları olan danışanlar ile çalışmayı güvenli ve nitelikli hale getirme amacıyla M. Katherine Hudgins (2002) tarafından psikodrama kliniğine uyarlanan bir yaklaşımdır. Bu modelin bilimsel kuramsal yönelimi travma nörobiyolojisine, CBT'nin zihin kavrayışına, bağlanma ve nesne ilişkileri kuramına, Morenian spontanlık, yaratıcılık kavramlarına ve rol kuramına dayanmaktadır (Hudgins, 2007).

Yaklaşımın isminde yer alan 'spiral' metaforu Hudgins tarafından manevi bir imge olarak Amerika, Yeni Zelanda ve Avustralya yerlilerinin, Afrika, Güney Amerika ve Kore şamanlarının şifa sembollerinden esinlenilerek oluşturulmuştur. Buna göre bir sarmal enerji, ruhsal kaosun azalmaya başlaması için bir yoldur ve danışanların ruhsal kasırgayı bilinçli bir şekilde kontrol altına alabilmeleri için spirale bir adım atmaları gerekmektedir. Terapötik spiral, anlama odaklanır. Travmayla bozulmuş algılama ve inanç sistemlerini yeniden anlam verme eylemiyle gerçekçi hedef ve bilişsel anlamlar oluşturmaya yardımcı olan etkili bir metafordur. Terapötik Spiral Model, danışanların manevi kaynaklarına göre kişileştirilebilecek olumlu rol sesler oluşturmayı amaçlamakta ve bu çabayı 'psikoterapötik kalp ameliyatı' olarak sembolize etmektedir (Hudgins, 2013).

TSM, travma yaşantısına sahip olan danışanın benlik örgütlenmesini güçlendirmek için bazı reçetesel roller önerir: gözlemci ego, ruh içi güçlülük, danışan rolü, kişiler arası güçlülük, kişi aşkın güçlülük, beden eşi, kapsayıcı eş, savunmaların idarecisi. Bu roller, psikodrama yöneticisi tarafından danışanı destekleme adına üstlenilebilmektedir (Hudgins, 2002). Özellikle 'ruh içi güçlülük' ve 'aşkın güçlülük' rollerinin manevi bir yöne sahip olduğu düşünülmektedir.

4.3.1. Vaka Çalışması

Tayvan Nantou ülkesindeki TSM grubu üyesi, orta yaşlı, kendisine şiddet uygulayan kocasını terk etmek için güç toplamak isteyen Mei Feng isimli protagonistin yaptığı travma çalışmasının başlarından bir kesit***:

Mei Feng yürümeye başladığı anda gözyaşlarına boğulmuştur ve sonra seansın kontratını oluşturmak için konuşabilmiştir. Şöyle demiştir:*''Bu sorun üzerinde çalışmaya bile korkuyorum. Bunu yaptığımı anlayacak diye korkuyorum.''*

Danışanın limbik sistemi bilişsel işlevlerini ele geçirmiş durumda ve danışan, şimdi ve burada, şu anda kalabilme yeteneğini yitirmektedir. Onu, geçmişe yönlendirmek yerine, kendilik örgütlenmesini sağlamlaştırmak ve spontanlığını arttırmak amacıyla TSM reçetesel rollerini etkin olarak yaşaması için klinik girişimde bulunulmuştur. Klinisyen bir yönetici olarak, gereksinim duyduğu güç ve bağlantılarını devralan işlenmemiş sağ-beyinsel imajlar, duyumlar, beden anıları, yoğun duygulanım ve hayatta kalmak için gerekli baş etme becerilerini aşağıya çeken travma spirali durdurulmaya çalışılmıştır. Sağlıklı bir bedensel farkındalığı aktif olarak yaşamasını arttırmak ve dikkatini şimdiye odaklaması için psikodrama yöneticisi onun ''beden eşi'' olarak devreye girmiştir.

Yönetici, protagoniste: *''Tam burada durmalı ve senin için biraz güç ve destek almalıyız ki kocan tarafından incitilmekle ilgili bazı korkularınla yüzleşebilesin. Kendini hazırlamak için birkaç derin nefes al. Ben senin yanında duracağım, senin beden eşin olarak şimdide kalmana yardım edeceğim. Ben sendeki ilk kişiye, senin yardımcı tarafına konuşuyorum. Şu anda güvende olmana yardım eden tarafa. Tamam mı?''* şeklinde destekleyici bir açıklamada bulunmuştur [Protagonist sessiz bir tamam işareti yapmıştır].

***Bu vaka çalışması, Kate Hudgins'in 'Psychodrama, Advances in Theory and Practice' kitabında yayınlanan bir makalesinden (s. 176-177), bu makaledeki üslup bütünlüğünü koruma amacıyla bazı ifadesel değişiklikler yapılarak alıntılanmıştır. Psikodrama çalışması Kate Hudgins tarafından yürütülmüştür.

Yönetici beden eşi olarak protagonistin yanında durmuş ve konuşmaya başlamıştır: *''Birkaç derin nefes alıyorum… ve… bunu yaptıkça… zihnim yavaşlıyor… şimdi biraz daha sakin hissediyorum… Bu odaya bakıyorum. Ben sosyal hizmetler TSM grubundayım. Güvendeyim. Sessizlik… nefes… Belki hayalimde güçlü, sağlam bir ağaç canlandırabilirim. Yerin altındaki köklerimi hissediyorum… evet… işte… daha iyi. Ben büyük, güçlü bir ağacım, birçok fırtına atlattım ve hala ayaktayım.''*

Protagonist: Yavaşlayabilirim. Evet, odaya bakıyor ve gruptaki diğer insanları görüyorum. Hissediyorum… kendimi… bir ağaç olarak… bir Çin ağacı… burada… 3000 yıldır buradayım. Çoğu kişiyi teselli ettim (kederini hafiflettim) ve dünyaya sağlam köklerle bağlıyım.

Yönetici: Güzel, ağaç olması için birini seç ve aşkın bir güç olarak onu somutlaştıralım. Eğer bugün korkularınla karşılaşırsan ihtiyaç duyacağın bir şey olarak. Aynı zamanda senden beden eşi olarak da birini seçmeni isteyeceğim, o da drama boyunca senin yanında yürüyebilir.

Sahne, reçetesel roller ile kendilik örgütlenmesi sağlamlaştırılana ve spontanlığını arttırana dek devam etmiştir.

Mei Feng'in psikodrama sahnesinde kendisine şiddet uygulayan kocası ile yüzleşebilmesi için TSM ile öncelikle ruhsal gücünü kazanması amaçlanmıştır. Mei Feng yönetici tarafından manevi bir duyarlılık ile desteklenmiştir. Mei Feng'in yaşadığı travmanın nöro-biyolojik yapısının ve somatik belirtilerinin spiral metaforu ile ele alınması, ruh içi güçlülüğünü kazanması adına kadim, şifa veren bir ağaç imgesinin canlandırılması manevi yönlere sahip müdahaleler olarak değerlendirilmiştir.

5. Sonuç

Psikodrama, sadece psikolojik semptomların tedavisinde kullanılan terapötik bir araç olmakla sınırlandırılamayacak denli geniş ve zengin perspektiflere sahiptir. Moreno maneviyatın ve dinin insan ve yaşamı üzerindeki etkisini, çağının aykırı düşüncelerine ve eleştirilerine rağmen ustalıkla sezinleyebilmiş ve kuramına aktarabilmiştir. Moreno düşüncesini değerli kılan en önemli noktalar, spontanlık ve yaratıcılık kavramlarını doğrudan Tanrı ile ilişkilendirmesi, 'Ben-Tanrı' düşüncesi ile Tanrı algısını estetik bir düzleme yerleştirirken çağının bilimsel gelişmelerinden kopmadan insan potansiyelindeki sonsuz gücü ve sınırları işaret edebilmesidir. Çağdaş araştırmacıların Moreno'nun düşünce mirasını

manevi ve dini bağlamda farklı eksenlerde ele almaları dikkate değer önemli bir başka noktadır.

Uzam ve zaman ötesi bir varlık alanında yer alan düşleri, bireysel ve kolektif bilinçdışını ana eksenine koyması, klasik psikodramaya bir yenilik olarak değerlendirilebilecek 'sözel gözlem' aşamasında Jungiyen arketipleri, mitleri ve simyayı bir yorum aracı olarak kullanması, Jungiyen Psikodrama'nın manevi açıdan sağlam bir çerçeveye sahip olduğunu düşündürmektedir. Jungiyen psikodramanın düş odaklı pratiğiyle öne çıkan manevi çekirdeği, klasik psikodramada da önemsenen düş çalışmasını derinleştirmekte ve zenginleştirmektedir. Rüya kuluçkalama tekniğiyle Doğu mistisizmi psikodramanın içerisine entegre edilmektedir.

Ruhsal Drama, doğrudan maneviyat oryantasyonlu bir terminoloji ve pratiğe sahiptir. Manevi metaforların yoğun kullanımı Ruhsal Drama'nın klasik psikodramaya yaptığı önemli bir katkıdır. Ancak aşamalardan oluşan protokole dayalı bir uygulamasının olması, protagonistin yaratıcılık ve spontanitesini azaltma riskini arttırması sebebiyle Ruhsal Drama'nın bazı sınırlılıklara sahip olduğunu düşündürmüştür.

Terapötik Spiral Model ise, şamanik kökeni, danışanın manevi kaynaklarını önemsemesi ve anlamı dönüştürmeyi amaçlaması sebebiyle travma tedavisinde endikasyonu olan manevi yönü güçlü bir yaklaşım olarak değerlendirilebilir.

Manevi oryantasyona sahip bu üç yaklaşımın fonksiyonalitesi üzerinde, teorik çerçeve ve müdahale biçimlerinden ziyade, danışanların beklenti ve ihtiyaçlarının, kişilik özelliklerinin, söz konusu yaklaşımı anlamlı bulup bulmadıklarının daha belirleyici bir etken olduğu düşünülmektedir.

Ülkemizde psikodrama yaygın kullanıma sahip bir terapötik araç olmasına rağmen, Moreno felsefesinin ve psikodramanın manevi yönlerine odaklanan akademik çalışmaların oldukça sınırlı olduğu tespit edilmiştir. Bu makale ışığında psikodramanın özellikle İslam düşüncesinin estetik boyutu olan tasavvuf disiplini ile birlikte ele alınabileceği çalışmalara dair bir ihtiyaç tespit edilmiştir. Bu makalenin psikodrama ve maneviyat ilişkisini konu edinen yeni makaleleri cesaretlendirmesi umut edilmektedir.

6. Kaynakça

Apter, N. (2003). The human being: JL Moreno's vision in psychodrama. *International Journal of Psychotherapy*, *8*(1), 31-36.

Blatner, A. (1996). *Acting in: Practical applications of psychodramatic methods*. New York: Springer.

Blatner, A. (2000a). A new role for psychodramatists: Master of ceremonies. Journal *of*

Blatner, A. (2000b). *Foundation of psychodrama history theory and practice*. New York: Springer.

Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry, *53*(2), 86.

Blatner, A. (2005a). Perspectives on Moreno, psychodrama, and creativity. *Journal of Creativity in Mental Health*, *1*(2), 111-121.

Blatner, A. (2005b). Role theory, archetypes, and Moreno's philosophy illuminated by the kabbalistic Tree of Life. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, *58*(1), 3-14.

Blatner, A. (2007). Morenian approaches: Recognizing psychodrama's many facets. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, *59*(4), 159-170.

Blatner, A. & Cukier, R. (2007). Moreno's basic concepts. C. Baim, J. Burmeister, & M. Maciel (Ed.), *Psychodrama: Advances in theory and practice* (pp. 293-307). London: Routledge.

Borgatta, E. F., Boguslaw, R., & Haskell, M. R. (1975). On the work of Jacob L. Moreno. *Sociometry*, *38*(1), 148-161.

Buber, M. (1950). *I and thou* (R. G. Smith, Trans.). London: T.&T. Clark.

Casson, J. (2004) *Drama, psychotherapy and psychosis*. East Sussex: Routledge.

Corsini, R., & Wedding, D. (1995). *Current psychotherapie*s. Itasca: F. E. Peacock.

Dökmen, Ü. (2003). *Sociometry and psychodrama*. İstanbul: Sistem.

Emmons, R. A. (2000). Is spirituality an intelligence? Motivation, cognition, and the psychology of ultimate concern. *The International Journal for the Psychology of Religion*, *10*(1), 3-26.

Figusch, Z. (Ed.) (2012). *From one-to-one psychodrama to large group socio-psychodrama*. Maidstone: Lulu.

Foulkes, S. (1964). *Therapeutic Group Analysis*. London: Allen and Unwin.

Frick, E. (2003). Psychodrama and the spiritual exercises. *The Way*, *42*(3), 151-160.

Garcia, A., & Buchanan, D. R. (2009). Psychodrama. E. R. Johnson, D. Read (Ed.), *Current approaches in drama therapy* (pp. 393-423). Springfield: Charles C Thomas.

Gasseau, M. & Gasca, G. (1991) *Lo Psicodramma Junghiano*. Torino: Boringhieri.

Gasseau, M. & Scategni, W. (2007). Jungian psychodrama: from theoretical to creative roots. C. Baim, J. Burmeister, & M. Maciel (Ed.), *Psychodrama: Advances in theory and practice* (pp. 261-271). London: Routledge.

Gershoni, J. (2003). *Psychodrama in the 21st century: Clinical and educational applications*. New York: Springer

Goldberg, M. C. (2009). Positive Psychodrama and the early works of JL Moreno. *Group*, *33*(4), 359-372.

Hammer, R. D. (2000). New approaches to psychodrama. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, *52*(4), 155.

Holmes, P. (1991). Classical psychodrama: An overview. *Psychodrama: Inspiration and technique* (pp. 7-13). London: Routledge.

Holmes, P. (2015). *The inner world outside: Object relations theory and psychodrama*. Routledge.

Howie, P. C. (2012). Philosophy of life: JL Moreno's revolutionary philosophical underpinnings of psychodrama and group psychotherapy. *Philosophy and Group Psychotherapy*, *36*(2), 135-146.

Howie, P. C., & Bagnall, R. (2015). The transmogrification of warm-up: From drama to psychodrama. *The Arts in Psychotherapy*, *44*, 35-44.

Hudgins, M. K. (2002). *Experiential treatment for PTSD The Therapeutic Spiral Model*. New York: Springer.

Hudgins, M. K. (2007). Clinical foundations of the Therapeutic Spiral Model: Theoretical orientations and principles of change. C. Baim, J. Burmeister, & M. Maciel (Ed.), *Psychodrama: Advances in theory and practice* (pp. 175-189). London: Routledge.

Hudgins, M. K. & Toscani, F. (2013). *Healing world trauma with the Therapeutic Spiral Model: Psychodramatic stories from the frontlines*. Philadelphia: Jessica Kingsley.

Johnson, P. E. (1948). The psychodrama of God by J. L. Moreno. *Journal of Bible and Religion*, *16*(4), 244-246.

Jones, P. (1996). *Drama as therapy: Theory, practice and research*. New York: Routledge.

Jung, C. G. (1934). *The collected works of C. G. Jung*. London, New York: Routledge.

Jung, C. G. (1964). *Man and his symbols*. New York: Doubleday.

Jung, C. G. (2014). *The archetypes and the collective unconscious*. (M. Fordham & G. Adler, Ed.) London: Routledge.

Jung, C. G. (2017). *Mandala Symbolism*. (R. F. C. Hull, Trans.) Princeton: Princeton University Press.

Karp, M. (2005). An introduction to psychodrama. M. Karp, P. Holmes, & K. B. Tauvon (Ed.), *The handbook of psychodrama* (pp. 3-15). East Sussex: Routledge.

Tahar, E., & Kellermann, F. P. (1996). Psychodrama and drama therapy: A comparison. *The Arts in Psychotherapy*, *23*(1), 27-36.

Kellerman, F. P. (1992). *Focus on psychodrama: Therapeutic aspects of pychodrama*. Philadelphia: Jessica Kingsley.

Gasseau, M. & L. Perotta (2013). The Jungian approach: in situ supervision of psychodrama. Krall, H., Fürst, J., & Fontaine, P. (Ed.). (2013). *Supervision in psychodrama* (pp. 37-57). Wiesbaden: Springer.

Kraus, C. (1984). Psychodrama for fallen gods: a review of Morenian theology. *Journal of group psychotherapy, psychodrama and sociometry*, *37*(2), 47-66.

Lawrence, W. G. (Ed.). (2003). *Experiences in social dreaming*. New York: Karnac.

Leventon, E. (2001). *A clinician's guide to psychodrama*. New York: Springer.

Lindqvist, M. (2005). Religion and the spirit. P. Holmes, M. Karp, & M. Watson (Ed.), *Psychodrama since Moreno* (pp.137-153). New York: Routledge.

Marineau, R. F. (1989). *Jacob Levy Moreno 1889-1974: Father of psychodrama, sociometry, and group psychotherapy*. New York: Routledge.

Meyer, D. D. (2012). Techniques for spiritual, ethical, and religious counseling. *Counseling and Value*, *57*(10), 241-252.

Miller, C. (2000). The technique of Souldrama and its applications. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry*, *52*(4), 173-186.

Miller, C. (2004). *Souldrama: A journey into the heart of God*. NJ: Self-published.

Miller, C. (2007). Psychodrama, spirituality and Souldrama. C. Baim, J. Burmeister, & M. Maciel (Ed.), *Psychodrama: Advances in theory and practice* (pp. 189-201). London: Routledge.

Miller, C. (2008). Souldrama®: Spirituality in action. *Journal of Creativity in Mental Health*, *3*(2), 139-156.

Miller, C. (2010). *Starve the ego: Feed the soul! Souldrama*. Roseburg: Lulu.

Miller, C. (2013). Integrating two models for the treatment of addictions: Souldrama and 12-step recovery in action. *Journal Of Groups In Addiction & Recovery*, *8*(2), 81-111.

Moore, T. (1994). *Soulmates honoring the mysteries of love and relationship*. New York: HarperCollins.

Moore, T. (1996). *The re-enchantment of everyday life*. New York: HarperCollins.

Moreno, J. F. (Ed.). (2008). *The essential Moreno writings on psychodrama, group method, and spontaneity*. New York: Springer.

Moreno, J. L. (1934). *Who shall survive? A new approach to the problem of human interrelations*. Washington: Mental Disease Publishing.

Moreno, J. L. (1946). *Psychodrama*. Beacon, NY: Beacon House.

Moreno, J. L. (1947). Contributions of sociometry to research methodology in sociology. *American Sociological Review*, *12*(3), 287-292.

Moreno, J. L. (1956). The sociometric school and the science of man. *Sociometry*, *18*(4), 271–291.

Moreno, J. L. (1961). The role concept, a bridge between psychiatry and sociology. *American Journal of Psychiatry*, *118*(6), 518-523.

Moreno, J. L. (1971). *Words of the Father*. Beacon, NY: Beacon House.

Moreno, Z. T., Blomkvist, L. D., & Rutzel, T. (2013). *Psychodrama, surplus reality and the art of healing*. New York: Routledge.

Nicholas, M. W. (2017). The use of psychodrama and sociometry techniques in psychodynamic and other process groups. *International Journal of Group Psychotherapy*, *67*, 131-140. doi: 10.1080/00207284.2016.1238751.

Perrotta, L. (2012). Transgenerational violence against women: Jungian psychodrama on the path to individuation. *Interdisciplinary Journal of Family Studies*, *17*(2), 335-338.

Pitzele, P. A. (1991). The psychodrama of the bible: Mirror and window of soul. *Religious Education*, *86*(4), 562-570.

Rosenbaum, M., & Berger, M. (Ed.). (1963). *Group Psychotherapy and Group Function*. New York: Basic Books.

Salehi, M., & Shokri, M. (2016). The group psychodrama consultation effect on resiliency and spiritual intelligence of Eight grade female students. *European Online Journal of Natural and Social Sciences: Proceedings*, *5*(3), 164-170.

Scategni, W. (1994). *Das Psychodrama zwischett alltaglicher and arehetypischer Er/ahrungswelt*. Solothurn and Dusseldorf: Walter Verlag.

Scategni, W. (2001). *The social dream in psychodrama*. Turin: Ananke.

Scategni, W. (2002*). Psychodrama, group processes, and dreams: Archetypal images of individuation*. (V. Marsicano, Trans.) New York: Taylor&Francis.

Scheiffele, E. (1997). The theatre of truth: Psychodrama, spontaneity and improvisation; the theatrical theories and influences of Jacob Levy Moreno. *Research in Drama Education*, *2*(2), 227.

Steere, D. A. (1997). *Spiritual presence in psychotherapy: A guide for caregivers*. New York: Routledge.

Tauvon, K. B. (2005). The protagonist. M. Karp, P. Holmes, & K. B. Tauvon (Ed.), *The handbook of psychodrama* (pp. 97-117). East Sussex: Routledge.

Tavakoly, F. M., Namdari, K., & Esmaili, M. (2014). Effect of psychodrama-based group training for healthy lifestyle on psychological balance, spiritual well-being and optimism. *Journal of Life Science and Biomedicine*, *4*, 346-351.

Tatham, P., & Morgan, H. (2018). *Social dreaming.* New York: Routledge.

Waldl, R. (2005) J. L. Moreno's einfluss auf Martin Buber's Ich und Du [J. L. Moreno's influence on Martin Buber's I and Thou], *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie, 4*(1), 175–191.

Wilkins, P. (1999). *Psychodrama*. London: SAGE.

Williams, A. (1991). *Forbidden agendas: Strategic action in groups*. East Sussex: Routledge.

Winters, N. (2000). The psychospiritual in psychodrama: A fourth role category. *The International Journal of Action Methods*, *52*(4), 163-171.

Wolinsky, S. (1991). *Trances people live*. Connecticut: Bramble Company.

Yalom, I. D. (1995). *The theory and practice of group psychotherapy*. New York: Basic.

Yaniv, D. (2014). Tele and the social atom. *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie*, *13*(1), 107-120.

Zohar, D., & Marshall, I. N. (1990). *The quantum self: Human nature and consciousness defined by the new physics*. New York: William Morrow & Company

Zohar, D., Marshall, I., & Marshall, I. N. (2000). SQ*: Connecting with our spiritual intelligence*. New York: Bloomsbury Publishing.

Zoran D., Veljković J., & Tovic, M. (2006*). Psychodrama: A beginner's guide*. Philadelphia: Jessica Kingsley.

Zuretti, M. (2005). The co-unconscious. P. Holmes, M. Karp & M. Watson (Ed.), *Psychodrama since Moreno* (pp. 153-168). New York: Routledge.