

ULUSLARARASI SOSYAL ARAŞTIRMALAR DERGİSİ THE JOURNAL OF INTERNATIONAL SOCIAL RESEARCH

Cilt: 12 Sayı: 67 Yıl: 2019
www.sosyalarastirmalar.com
Issn: 1307-9581



Volume: 12 Issue: 67 Year: 2019
www.sosyalarastirmalar.com
Issn: 1307-9581

Doi Number:
<http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2019.3745>

GRUPLA PSİKOLOJİK DANIŞMADA AKTARIM; PSİKODRAMA YÖNTEM VE TEKNİKLERİ

TRANSFERENCE IN GROUP COUNSELING; PSYCHODRAMA METHODS AND TECHNIQUES

Özlem GÜNDÜZ*

Öz

Psikanalitik Psikanalitik kuramın en önemli terapötik araçlarından biri olan aktarım, farklı psikolojik danışma yaklaşımlarında da kendine yer bulmaktadır. Grupla psikolojik danışmada aktarım çoklu ve dağınık olarak tanımlanmakta, danışanın sadece grup lideri ile değil, diğer üyelerle de aktarım ilişkisi kurduğu belirtilmektedir. Dolayısıyla aktarım grubun iletişim örüntülerinin yapısını doğrudan etkilemekte ve grup bağlılığı, bireyler arası öğrenme gibi temel iyileştirici faktörlere engel olabilmektedir. Danışanlardan bazıları terapötik ilerleme için aktarımın anlaşılmasına ve ele alınmasına ihtiyaç duymaktadır. Hem grup hem de birey için aktarımın dikkatli şekilde ele alınması önemli görülmektedir. Aktarımın anlaşılması, grupta direncin kırılmasına, bitirilmemiş işlerin ve çatışmaların çözümüne, gerçeğe dayalı iletişim kurulmasına, grupta işbirliği ve grup bağlılığının artmasına katkı sağlamaktadır. Aktarımın etkili biçimde ele alınmasında psikodrama yöntem ve tekniklerinin kullanılması önerilmektedir. Psikodrama aktarımı, gerçeğe dayalı empatik tele ilişkilerine engel olan bir faktör olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda rol oynama gibi teknikler kullanılarak aktarımın anlaşılması ve yapılandırılması hedeflenmektedir. Bu çalışmada aktarımın kuramsal açıdan tanımı ve grupla psikolojik danışma sürecinde aktarım açıklanmış, psikodrama yöntem ve tekniklerinin aktarımın ele alınmasındaki rolü tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Grupla Psikolojik Danışma, Aktarım, Psikodrama.

Abstract

Transference, which is one of the most important therapeutic tools in psychoanalytic theory, also has place in different counseling approaches. In group counseling, the transference is defined as multiple and diffuse, and it is stated that the client has a transference relationship not only with the group leader but also with other members. Accordingly, the transference directly affects the structure of the communication patterns of the group and can interfere with the main healing factors such as the cohesion of the group interpersonal learning. Some of the clients need to understand and handle transference for therapeutic progress. It is important to handle transference carefully for both group and individual. The understanding of transference contributes to coping with the resistance, resolving unfinished business and conflicts, establishing fact-based communication, increasing group cohesion in the group. It is recommended to use psychodrama methods and techniques in the effective handling of transference. Psychodrama defines the transference as a factor preventing reality-based, empathic tele relations. In this context, it is aimed to understand and restructure the transference by techniques such as role playing. In this respect, in this study, the theoretical definition of transference and the transference in group counseling process are explained, the role of psychodrama methods and techniques in handling of transference is discussed.

* Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Doktora Öğrencisi, ozlemgunduz@gmail.com



Keywords: Group Counseling, Transference, Psychodrama.

1. GİRİŞ

Grupla psikolojik danışmada en temel değişkenlerden biri kişilerarası etkileşimdir. Grup üyelerinin birbirleri ile etkileşimleri sonucunda ortaya çıkan duyguların gerçekçiliğinin araştırılması, anlaşılması ve ele alınması grubun ilerlemesinde önemlidir (Naar, 2007, 60). Çünkü bu duygular kimi zaman aktarım kaynaklı olabilmektedir. Aktarım genel anlamda bir şeyi bir yerden bir yere taşımak olarak tanımlanırken, psikolojik danışmada geçmişteki duyguları, yaşantıları şimdiki duruma taşıma olarak tanımlanmaktadır (Kellermann, 2013, 98). İlk olarak psikanalitik kuramda ele alınan kavram sonraki zamanlarda diğer yaklaşımlarda yeniden çerçevelenerek ele alınmıştır. Freud'a göre aktarımın çözümlenmesi terapinin en etkili aracıdır (Yalom, 2002, 248). Aktarım psikanalitik bakış açısından farklı ele alınmakla birlikte çoğu yaklaşımda istenmeyen bir durum olarak terapi sürecinin duraksamasına, yavaşlamasına ve amacından sapmasına yol açan bir faktör olarak görülmektedir (Voltan-Acar, 2012, 152). Ele alınış şekline göre hem etkili tedavi edici bir araç hem de grup sürecini engelleyici bir etken olabilmektedir (Yalom, 2002, 48). Bu nedenle aktarımın uygun şekilde ele alınması grup süreci için önemlidir. Aktarım kavramı psikanalitik bakış açısıyla değerlendirilerek üzerinde uzun süre yeterince durulmamıştır. Ancak grupta aktarım duyguları kaçınılmaz biçimde ortaya çıkmaktadır (Yalom, 2002, 261). Bu nedenle psikanalitik kuramda olduğu gibi odak noktası olarak ele alınmasa da göz ardı edilmemesi gerekmektedir. Psikolojik danışmada aktarım ile çalışılmasının temel yolu aktarım hakkında farkındalık oluşturmaktır (Feinstein, 1990, 8). Duyguyu sözel ifade etmek kişiye bir dereceye kadar rahatlık sağlamakta ancak bazen sözlere dökmek yerine olayı ve duyguları yeniden yaşamak gerekli olabilmektedir (Naar, 2007, 33). Geçmiş yaşantılarını rol oynama ile sahneleyerek danışanlara duygularını yeniden yaşamaya olanak sağlayan psikodrama yöntem ve tekniklerinin aktarımın ele alınmasında kullanılabileceği öne sürülmektedir (Holmes, 2011, 156). Psikodrama yeni bir müdahale yöntemi olmamasına karşın, bu sonsuz kaynağın yeni farkına varılmaya başlanmıştır (Naar, 2007, 33). Alanyazına bakıldığında Türkiye'de psikodrama ile ilgili uygulamalara 1980'li yıllarda başlandığı, son birkaç yılda çalışmaların sayısının giderek arttığı görülmektedir. Bu çalışmada grupla psikolojik danışma sürecinde aktarımın terapötik bir araç olarak kullanılmasının önemine ve aktarımın ele alınmasında psikodrama yöntem ve tekniklerine ışık tutmak amaçlanmıştır. Bu amaçla aktarım kuramsal açıdan tanımlanmış, grupla psikolojik danışmada aktarıma ilişkin görüşler açıklanmış, psikodrama yöntem ve tekniklerinin aktarımın ele alınmasındaki rolü tartışılarak buna ilişkin uygulamalardan söz edilmiştir.

1.1. Aktarımın Tanımlanması

Freud'un ele aldığı biçimiyle aktarım terapide ve günlük yaşamda çocuklukta öğrenilmiş ve baskılanmış olan ilişki kalıplarının bilinçdışı olarak şimdiki zaman ilişkilerine taşınıp aktarılmasını anlatmak için kullanılmaktadır (Tavon, 2013, 34). Ona göre aktarım kişinin bilinçdışından kaynaklanmaktadır (Karpman, 1990, 5). Aktarımı anlamayı ve aktarım ile ilgili çalışmayı psikoterapinin köşe taşı olarak görmüştür. Bu süreçte ise psikanalist ideal olarak danışanın aktarımsal fantezilerini yansıttığı boş bir ekran olarak görülmektedir (Tavon, 2001, 338). Psikodramada da benzer şekilde aktarımın bilinçdışı yönüne vurgu yapılmaktadır. Moreno aktarımı içselleştirilmiş rollerin ve nesne ilişkilerinin bir türü olarak tanımlamaktadır (Garfield 2013, 18). Psikodramada aktarım kavramı patolojik olarak değerlendirilmektedir. Benzer şekilde gestalt terapide aktarım bireylerin şu anki gerçekliği geçmişin ve bitirilmemiş işlerin aracılığıyla şekillendirmesi olarak tanımlanmaktadır (Mackewn, 1997, 93). Bireyler şimdi ve buradaki yaşantılarını bitirilmemiş işlerinin çerçevesinden görmektedir. Başka bir açıdan bilişsel davranışçı kuram aktarımı psikolojik sürecini bozan psikolojik danışmanla ilgili otomatik düşünceler olarak ele almaktadır (Prasko ve diğerleri, 2010, s.190). Aktarım odaklı yaklaşıma göre aktarım erken dönemdeki yaşantıları sırasında ebeveynleriyle ilişkisinden geriye kalan nesne tanıtımlarını psikolojik danışmana yansıtması olarak görülmektedir (Murdock, 2014, 89). Transaksiyonel



analizde ise aktarım danışanın çocuk olarak ebeveyn figürünü içe yansıtması, şimdi ve burada ebeveyn figürünü ise psikolojik danışmana yansıtması olarak tanımlanmaktadır (Karpman, 1991, 2). Kuramların aktarım konusunda yaptığı tanımlara bakıldığında, ortak noktanın geçmiş önemli ilişkilerin günümüz ilişkilerine yansıtması olduğu görülmektedir. Bununla birlikte alanyazında aktarımın bazı ortak özelliklerine ilişkin fikir birliği bulunmaktadır. Aktarım olumlu ya da olumsuz olabilmektedir (Naar, 2007, 164). Danışanın tepkisinin uygunsuzluk, yoğunluk, ambivalan, kaprislilik ve dayanıklılık gibi niteliklerinin aktarım göstergesi olduğu belirtilmektedir (Greenson 1967, 160). Akıl dışı ya da şimdiki duruma uygun olmayan, yoğun, karşıt duyguları içeren katı tepkiler aktarım olarak adlandırılabilir.

1.2. Grupla Psikolojik Danışmada Aktarım

Aktarım bireyin hayatında önemli olan kişilere ilişkin olumlu ya da olumsuz duygularını psikolojik danışmana aktarmasıdır. Grupta aktarım ise bir grup üyesinin yerine ya da grup liderine yönelik ancak gruptaki başka bireyler tarafından paylaşılmayan tepkileri olarak nitelendirilmektedir (Voltan-Acar, 2012, 146). Bireysel psikolojik danışmada aktarımın tek odağı psikolojik danışman iken grupla psikolojik danışmada aktarım birden fazla kaynağa yönelmektedir (Garfield, 2013, 17). Aktarım üç farklı şekilde grup liderine, grup üyelerine ve bir bütün olarak gruba yönelik olarak ortaya çıkabilmektedir (Voltan-Acar, 2012, 146). Bu nedenle grupla psikolojik danışmada aktarımın derecesi ve çeşitliliği oldukça fazladır (Yalom, 2002, 71)

Grupta yoğun ve akıldışı duyguların kaynakları o denli çeşitli ve güçlüdür ki aktarımın oluşması beklendiği bir durumdur ve grup iletişiminin niteliğini kökten etkilemektedir (Yalom, 2002, 261). Bu açıdan aktarımın uygun biçimde ele alınması hem birey hem de grup için pek çok açıdan yarar sağlamaktadır (Guy ve Brady, 2001, 993). Birey açısından terapötik olarak gelişimleri aktarımın ele alınmasına, aktarım kaynaklı çatışmalardan ve çatışmaların çözümünden elde edilecek bireylerarası öğrenmeye bağlı olan danışanlar bulunmaktadır (Yalom, 2002, 252). Aktarımın anlaşılması, ele alınması danışanın dünyasında neler olup bittiğini anlama konusunda bize yardım edebilmektedir (Feinstein, 1990, 8). Grup açısından ise katılanların grubun bir sorunu ele alıp çözebilme kapasitesini fark etmesi ve tek tek bireylerin gruba güven ve inançlarının artması şeklindedir. Dolayısıyla gruba ait olma duygusu gelişmektedir (Voltan-Acar, 2012, 153). Ayrıca direncin kırılmasına, gerçeğe dayalı olmayan iletişimden kaynaklı çatışmaların çözüme olanak sağlayarak grup bağlılığının artmasına katkı sağlayabilmektedir. Yalom'a göre (2002, 252) grup lideri aktarımı ve onun belirtilerini değerlendirmeden sürecini tamamen anlayamamakta, grup üyelerine rehberlik etmekte sınırlılıklar yaşayabilmektedir. Aktarım aynı zamanda bitirilmemiş işleri ortaya çıkarmada araç olabilmektedir. Bu durum danışanın bu işi bitirebilmesine ve erişkin bakış açısıyla tekrar ele alarak çözebilmesine olanak sağlamaktadır (Voltan-Acar, 2012, 152).

Aktarımın ele alınmasının ilk aşaması aktarımın anlaşılmasıdır. Aktarımın anlaşılmasında grup üyelerinin liderle etkileşimlerinin gözlenmesi ve aktarım belirtileri bağlamında değerlendirilmesi gerekmektedir. Bununla birlikte grup üyelerinin birbirleri ile etkileşimlerinin gözlenmesi süreçte kolaylaştırıcı olabilmektedir. Nitekim önemli sayıdaki araştırma grup lideri ile olan ilişkileri çözümlenmekle birlikte üyelerle olan ilişkilerini çözümlenmesinin önemli olduğunu ortaya koymuştur (Yalom, 2002, 71). Aktarımın sağlıklı biçimde ele alınmasındaki başlıca iki yaklaşım işbirliği ve psikolojik danışmanın saydamlığıdır (Yalom, 2002, 261). Grupta işbirliğinin oluşturulması ve psikolojik danışmanın saydamlığı bireylerin duygu ve düşüncelerinin grupta kabul göreceği mesajını almalarına olanak sağlamaktadır. Aktarım duygularının grupta açıkça ifade edilip edilmemesi grupta oluşan ortama bağlıdır. Grup ortamı ne kadar güvenli ise bu tür duyguların ifade edilme olasılığı o kadar yüksek olmaktadır. Ayrıca aktarımın ne olduğunun danışanlara açıklanması, bu tür duyguların saçma olmadığını ve bunların geçmiş yaşantılarımızla ilişkili olabileceğinin belirtilmesi önemlidir (Naar, 2007, 163). Tüm bunların yanında danışanlarda aktarım konusunda farkındalık oluşturmak ve duygularını paylaşmalarına fırsat tanımak aktarımın ele alınmasında yeterli olmamaktadır. Aktarımın grupta ele alınması söz



konusu ise psikodrama tekniklerinin kullanılmasının faydalı olabileceği belirtilmektedir (Naar, 2007, 164).

1.3. Aktarım ve Psikodrama Yöntem Teknikleri

Psikodrama Jacob Moreno tarafından 1920li yıllarda geliştirilen bir grup psikoterapi yöntemidir (Grant ve Crawley, 2002, 86). Psikodramada temel yöntem rol oynama, eşleme, rol değiştirme, aynalama gibi tekniklerle grup üyelerinin yaşantılarını, duygularını, ilişkilerini, çatışmalarını gruptan seçtiği üyeler yardımıyla sahnelemesidir. Bu yolla danışanın kişilerarası ilişkilerde ortaya çıkıp sorun yaratan sağlıklı aktarım ilişkisinin açığa çıkartılarak sağlıklı tele ilişkisine dönüştürülmesi asıl amaçtır (Özbek ve Leutz, 1987, 261). Moreno'nun ortaya koyduğu "tele" kavramı karşılıklı empati içeren, gerçeğe dayalı ilişkiler anlamına gelmektedir. Diğer bir deyişle aktarımda olduğu gibi geçmişten gelip şimdikiyi bozan bir tekrar değil şimdi ve buradaya uyan, gerçekliğe dayanan bir tepkidir (Kellermann, 2013, 102). Bu nedenle psikodramada gerçeğe dayalı ilişkilerin önünde bir engel olan aktarımın anlaşılması ve bununla ilgili duyguların ifade edilmesi amaçlanmaktadır. Grupla psikolojik danışmada rol oynama aracılığı ile aktarım ilişkilerinin anlaşılması ve bununla ilgili bitirilmemiş işlerin ele alınması mümkün olmaktadır. Psikodrama yöntem ve teknikleri sadece grup liderine ya da üyelerden birine aktarımın incelenmesine değil grup üyelerinin gündelik ilişkilerindeki aktarım ilişkilerinin anlaşılmasına ve ele alınmasına da olanak sağlamaktadır. Böylelikle birey geçmiş yaşantılarını somutlaştırarak aktarım ilişkilerini anlaşır hale getirme fırsatı bulmaktadır.

Sahneleme ile psikodramada tele ilişkisinin bozulduğu ve kişinin duygusal gelişiminin tutulduğu ana geri dönülerek sağlıklı iki yönlü bir ilişkinin yeniden kurulması sağlanabilmektedir (Taufon, 2013). Sahneleme sırasında danışan rol değiştirme ve eşleme tekniği ile içselleştirdiği yaşantıları adım adım bilinçli hale getirmektedir (Garfield 2013, 19). Eşleme sırasında danışanın olası duygu ve düşünceleri grup lideri tarafından seslendirilmekte, danışan kendine uyan ifadeleri kabul etmektedir. Böylelikle farkında olmadığı duygu ve düşüncelerini anlaması kolaylaşmaktadır. Rol değiştirme aracılığı ile ise aktarım ilişkisi içinde olduğu kişinin rolüne geçerek kişi ile ilgili gerçek duygu ve düşüncelerini anlamasına ve ifade etmesine olanak tanınmaktadır.

Ayna tekniği ile danışanlar kendi davranışlarını dışarıdan izleyebilmektedir (Lousada, 2013, 215). Danışan grup üyelerinin canlandırdığı sahneyi dışardan izleyerek kendisini, ilişki biçimini aynada görür gibi seyretmekte, böylelikle aktarım ilişkileri fark edebilmektedir. Sözü edilen teknikler aracılığıyla aktarımın nasıl ele alındığına ilişkin olgu örneği aşağıda yer almaktadır (Özbek ve Leutz, 1987, 265).

"Dört aydan beri haftada iki saatlik psikodrama çalışması yapılan 22 yaşında bir yükseköğrencisi bir yıllık evli olduğunu, kocasını çok sevdiğini, fakat kayınvalidesinin sürekli aralarına girip sorun çıkardığını bu yüzden evde kocası ile de çatışmaları olduğunu söyler.

Birinci sahnede; Danışan bir hafta sonu evinde kocası ile beraber yan yana oturmuş rahat bir hava içindedirler. Kocası sakin yumuşak bir ses tonu ile bir ameliyat geçirip hastaneden çıkmış olan annesini ziyarete gitmelerini teklif eder. Danışan birden değişir ve sinirli bir ses tonu ile isteksizliğini belirtir. Danışan ziyarete hazırlandığı sırada yüksek sesle düşünür "Bir hafta sonu bile rahatça beraber olamıyoruz. Annesi, kardeşleri hep sanki evimin içindedir. Kocamla aramıza giriyorlar... Kocam da onların etkisinde... Kendimi ikinci planda yalnız hissediyorum, haksızlık!

İkinci sahnede; Kayınvalidenin evinde anne ve iki görümce ile birliktedirler. Koltukta yarı yatar durumdaki annenin elini öper (burada rol değişimi yapılır). Danışan anne rolünde yorgun fakat sevinçli bir tavır içinde her ikisine de sarılıp öper. Danışan gene kendi rolünde görümcülerle de karşılıklı gerginlik içindedirler. Koca (anneye en yakın oturur) belli etmemeye çalıştığı halde sıkıntılıdır. Sahnede anne, oğul ve kızlar



birbirine çok yakın iken danışan onların tam karşısında ve uzak oturmaktadır. Danışan yüksek sesle düşünmektedir. “Gene aralarına aldılar. Hep böyle oluyor. Ben neyim yani bilemiyorum... Bu benim kocam değil mi?” gözleri yaşarır üzüntülü bir halde hep böyle aramıza giriyorlar işte der.

Bu sahnede annesi ile olan sorunların gündeme gelmesi üzerine lider annesi ile olan sorunlarını sorması üzerine danışan bir anısını anlatır ve anısı üçüncü sahne ile sahnelenir.

Üçüncü sahnede; Danışan dört beş yaşlarındadır. Bir bayram günü yeni güzel elbisesini giymiş ve başına da kırmızı beresini takmıştır. Dışarıda oyundan gelirken düşmüş ve güzel çorapları ve eteği çamur olmuştur. Anne onu karşılar, sert bir biçimde haşlar bir iki tokat vurur. “Senden bıktım!... Dikkatsiz kız, hep böyle yapıyorsun!...” Danışan ağlar ve üzülür. Bu sırada baba eve gelir ağlayan kızını görünce hemen çağırır. Kucağına alıp öper teselli eder. Anne banyodan geri döner sert bir tavırla onu babanın kucağından alır “Zaten sen hep onu şımartıyorsun!...Neler yaptığını bilmeden bana sormadan...bıktım! Banyoya götürür. Danışan “Baba...baba” diyerek yardım ister, ağlar. Baba hiç tepki göstermez.

Danışan sahneden yüksek sesle baba-anne ilişkisi ile ilgili duygularını dile getirmeye devam ederek: “Annem eve hakimdi... Babamı da yönetirdi, babam beni severdi. Fakat annem hep aramıza girmiştir. Hiçbir zaman babama doya doya yakınlaşmamışım. Hep öyledir.” Bundan sonra sahne ikiye bölünür. Bir tarafta kaynanayı ziyaret sahnesi, diğer tarafta ise 4-5 yaşında bayram giysili anne-baba ile olan sahne artarda danışan ve diğer üyeler ile tekrar canlandırılır. Danışan ve lider bu sahnelemeyi dışarıdan izlerler”

Danışanın çatışmalı olan ilişkilerini grup üyeleri yardımıyla sahnelediği, bu sırada grup lideri tarafından aynalama, eşleme, rol değiştirme gibi tekniklerin kullanıldığı görülmektedir. Süreçte ayna tekniği ile danışanın kendisini ve ilişkilerini dışarıdan görmesi sağlanarak bugünkü davranışlarının geçmişle olan bağlantısı konusunda farkındalık kazandırılmasına yardım edilmiştir. Danışan kurulan sahneye bakarak liderin yaptığı eşlemeler yardımıyla geçmişinde benzer bir duygu yaşadığı sahneyi hatırlamıştır. Danışan sahneyi hatırladığında bu sahne diğer üyelerin yardımıyla canlandırılmış ve danışanın çağrışımları ile nesne ilişkilerine ulaşılmıştır. Danışan geçmişte anne babasıyla oluşturduğu ilişki biçiminin, onlarla ilgili bitirilmemiş işlerin, duyguların bugünkü ilişkisini nasıl etkilediğini fark ederek, ilişkisine daha gerçekçi bir bakış açısıyla bakabilmiştir. Diğer bir deyişle danışan geçmişinde anne ve babası ile kurduğu ilişkiyi anlayabilmiş ve eşi ile olan ilişkisi üzerindeki etkisi konusunda hem farkındalık kazanmış, hem de geçmişten gelen duygularını ifade etme olanağı bulmuştur. Sonuçta psikodrama yöntem ve tekniklerinin yaşantısal yönünden faydalanılarak danışanın çağrışımları aracılığı ile aktarım ilişkisine ulaşılmış ve etkili biçimde ele alınabilmiştir.

2. TARTIŞMA

Genel anlamda bireylerin şimdiki ilişkilerine verdikleri tepkiler geçmiş ilişki örüntülerinden etkilenmektedir (Pedder, Brown ve Bateman, 70). Farklı düzeylerde ve niteliklerde olsa da çoğu yaklaşım bu görüşü benimsemektedir. Psikanalistler ve psikodramatistler aktarımların ilişkilerde istenmeyen durumlar olduğu ve değerli bir terapötik araç olduğu konusunda uzlaşmaktadır. Çünkü aktarımlar danışma sürecinin duraksamasına, yavaşlamasına ve amacından sapmasına yol açabilmektedir. Aktarımlar kişilerarası ilişki örüntülerinin somut görünümüleri olarak değerlendirilmekte ve terapötik ilerleme için aktarımın ele alınması gerektiği vurgulanmaktadır. Bu bağlamda aktarım danışanın içsel dünyasını anlamada fayda sağladığından aktarımın grupla psikolojik danışma sürecindeki rolünün anlaşılması ve çözümlenmesi önemli görülmektedir. Bu nedenle grup liderinin hem kendine hem de diğer üyelere yönelik olan olumlu ve olumsuz tepkilere dikkat etmesi ve bunları görmezden gelmemesi gerekmektedir (Prasko ve



diğerleri, 2010, 189). Grup liderinin aktarım duygularını danışanın içsel dünyasını ve grubun iletişim örüntülerini değerlendirmeye yardımcı terapötik bir araç olarak görmesi sürece katkı sağlayabilmektedir. Aktarımın ortaya çıkarılarak ele alınması, danışanların şimdi ve buradaya uyan, gerçeğe dayalı ilişkiler geliştirmelerinin bir yolu olarak görülmekte, grupta direncin kırılmasına, bitirilmemiş işleri ortaya çıkarılmasına ve aktarımdan kaynaklanan çatışmaların çözülmesine katkı sağlamaktadır. Böylelikle hem bireylerin gelişimi desteklenmekte hem de grupta gerçeğe dayalı iletişimin gelişmesiyle grup bağlılığının artmasına katkı sağlayabilmektedir. Aktarım duyguları görmezden gelindiğinde danışanlar farkındalık oluşturma ve ilerleme sağlama fırsatını kaçıramazlar. Bu bağlamda aktarımın etkili biçimde ele alınabilmesinde rol oynama, eşleme, sahneleme, rol değiştirme gibi psikodramanın tekniklerinin kullanılması önerilmektedir. Psikodrama ile içsel yaşantılar somutlaştırılmakta ve ele alınan ilişkinin yapılandırılmasına olanak sağlanmaktadır. Özellikle aktarımın şimdi ve buradaya olan etkisini anlamaya katkısıyla terapötik ilerlemeyi kolaylaştırabilmektedir. Diğer bir ifadeyle bireyler sahneleme sırasında sözlü ve sözsüz davranışlarını gözleme fırsatı bularak ilişkilerini yeni bir açıdan görebilmekte, farkında olmadıkları ilişki örüntülerini anlama ve dönüştürme fırsatı bulabilmektedir.

3. SONUÇ

Alanyazın incelendiğinde aktarımın psikolojik danışma sürecinde ele alınmasının pek çok açıdan faydalı olduğu anlaşılmaktadır. Alanyazında aktarımın ele alınmasında saydamlık ve işbirliği ile danışanlarda aktarım konusunda farkındalık oluşturulması üzerinde durulmaktadır. Bunun yanında aktarımı ele almada psikodrama yöntem ve tekniklerinin kullanılmasının kolaylaştırıcı olabileceği söylenmektedir. Sonuç olarak aktarımla ilgili içsel yaşantıları dışa vurmada, anlamada ve yeniden yapılandırmada rol oynama, eşleme, aynalama, rol değiştirme gibi psikodrama tekniklerinden faydalanılabileceği belirtilmektedir.

KAYNAKÇA

- Blaim, Clark, Burmeister, Jorge ve Maciel, Manuela (2013). *Psikodramada Kuram ve Uygulamadaki Gelişmeler*. Çev. Ed., İnci Doğaner, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Feinstein, David (1990). Transference and Countertransference in the Here-and-Now Therapies. *In Hakomi Forum*, 8, ss. 7-13.
- Garfield, Sandra (2003). Transference in Analytic Psychodrama. Jacob Gershoni (Ed) *In Psychodrama in the 21. Century*. New York: Springer
- Grant, Jan ve Crawley, Jim (2002). *Transference and projection: Mirrors to the self*. UK: Mc Graw-Hill Education.
- Guy, James, D. ve Brady, Joan, L. (2001). Identifying the Faces in the Mirror: Untangling Transference and Countertransference in Self Psychology. *Journal of Clinical Psychology*, 57(8), ss. 993-997.
- Holmes, Paul. (2011). *Dışa Yansıyan İç Dünya*. Çev. Arzu Soysal, Zehra P. Cohen, Derya Leblebicioğlu, İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Karpman, Stephen, B. (1990). Notes on the Transference Papers: Transference as a Game. *Transactional Analysis Journal*, 21(3), ss. 136-140.
- Kellerman, P. F. (2013). *Psikodramaya Derinlemesine Bakış. Psikodramanın Terapotik Yönleri*. Çev. Ed. Bahar Gökler, Ilgın G. Danışman, Aliye M. Aktaş, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Lousada, Olivia (2013). Üç Katlı Pasta ve Her Şeyle Birlikte Tereyağ. Nalan. K. Oğuzhanoglu (Çev. Ed.), *Psikodrama Rehberi içinde*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Mackewn, Jennifer (1997). *Developing Gestalt Counseling*. London: Sage
- Murdock, Nancy, L. (2014). *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları. Olgu Sunu Yaklaşımıyla*. Çev. Ed. Füsün Akkoyun, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Naar, Ray (2007). *Grup Psikoterapisine İlk Adım*. Çev. Nesrin H. Şahin, Ankara: İmge Kitapevi.
- Özbek, Abdülkadir ve Leutz, Grete (1987). *Psikodrama: Grup Psikoterapisinde Sahnel Etkileşim*. Ankara: Grup Psikoterapileri Derneği.
- Prasko, Jan; Diveky, Tomas; Grambal, Ales; Kamaradova, Dana; Mozny, Petr; Sigmundova, Zuzana; Slepeckyf, Milos ve Vyskocilova, Jana. (2010). Transference and Countertransference in Cognitive Behavioral Therapy. *Biomedical Papers*, 154(3), s. 189-197.
- Pedder, Jonathan; Brown, Dennis ve Bateman, Anthony (2010). *Introduction to Psychotherapy. An Outline of Psychodynamic Principles And Practice*. Tavistock Publication, London.
- Tauvon, L. (2001). A Comparison of Psychoanalytic and Psychodramatic Theory from A Psychodramatist's Perspective. *Counselling Psychology Quarterly*, 14(4), s. 331-355.
- Tauvon, K. B (2013). Psikodramanın İlkeleri. Nalan K. Oğuzhanoglu (Çev. Ed.). *Psikodrama Rehberi içinde*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Tauvon, K. B (2013). Psikodramanın ve Grup-analitik Psikoterapi.. Nalan K. Oğuzhanoglu (Çev. Ed.), *Psikodrama Rehberi içinde*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık Ltd.
- Voltan-Acar, Nilüfer (2012). *Grupla Psikolojik Danışma: İlke ve Teknikleri*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık Ltd.
- Yalom, Irvin. D. (2002). *Grup Psikoterapisinin Teori ve Pratiği*. Çev. Ataman Tangör, Özgür Karaçam, İstanbul: Kabalıcı Yayınevi.