

Rol Kuramı

İnci Doğaner

J. L. Moreno, Amerikalı psikodramatist Ira Greenberg'e 17 Haziran 1970'de yazdığı bir mektupta psikodramanın dokuz temel ilkesini listelemiştir (ref: Tavon, 1998). Bu tarihlerde 1920'lerde gelişmeye başlayan fikirleri ve uygulamaları artık zirveye ermiş, pek çok şey yerine oturmuştur.

Yaşamının sonlarında sıraladığı bu **dokuz ilke** nelerdir gelin bir bakalım:

1) Isınma ilkesi: Spontanlık ve yaratıcılık kendisini bireyin yeni ortama ısınması aracılığıyla gösterir.

Psikodramada ısınma aşaması canlandırma için gereken ortamın yaratılacağı ayrıntıları içerir.

2) Spontanlık 3) yaratıcılık ilkesi: Bu ikisini birlikte ele almak daha bütüncül bir kavrayış sağlayacaktır.

Moreno bize spontanlığın şimdiki zamanda işlediğini öğretir. Spontanlık, kişiyi daha önce karşılaşmadığı bir duruma yeterli tepki vermeye doğru harekete geçiren ya da bilinen bir duruma yeni bir tepki verebilmesini kolaylaştıran enerjidir. Dört karakteristik özelliği vardır: Kültürel kalıpları ve sosyal alışkanlıkları sarsmaya giden spontanlık; yeni organizmaların, yeni yapıtların, yeni çevresel düzenlerin ve kalıpların yaradılışına giden spontanlık; kişiliğin serbestçe dışvurumunun oluşturulmasına giden spontanlık ve yeni durumlara yeterli tepki vermeye giden spontanlık. Yaratıcılık muradına ancak spontanlık sayesinde erişir. Yeni ve yeterli tepkide zamanlama, uygunluk ve otonomi vardır. Bir süreklilik içeren hayali çizgide spontanlık bir uçta kaygı diğer uçta yer alacaktır. Spontanlığın impulsivlik, dürtüsellikten de ayrılması gereklidir. İmpulsivite yaratıcılığın herhangi bir biçiminden yoksundur. "Creare" (yoktan var etme) teriminden türeyen yaratıcılık çoğunlukla yaşamda bir değişikliğe yol açar; yaratıcı etkilik sıklıkla bir ürünle sonuçlanır. Gerçek yaratıcılığın varlığını tanımlamak için dış standartlar kullanmanın önemine inananlar da vardır. Son zamanlarda en güçlü görüş psikolog Mihaly Csiksentmihalyi tarafından ortaya atılmıştır. O şöyle diyor: Kültürü belli bir açıdan değiştiren türde bir yaratıcılık asla tek bir kişinin zihninde gerçekleşmez. Bu, doğası gereği kültürel yaratıcılık olarak tanımlanamaz. Bir etki yapabilmesi için başkalarının anlayabileceği şekilde

ifade edilmeli, o disiplindeki uzmanların genel kabulünü kazanmalı ve en sonunda ait olduğu kültürel ihtisas alanının içeriğine dahil edilmelidir. Biz psikodramatistlerin sözünü ettiği yaratıcılık daha çok dahi değil de sıradan insanların kendi yaşamlarını değiştirebilme gücünü kazanmaları ve kendi özel, biricik varoluşlarının gerektirdiklerini cesurca yaşama geçirebilmeleridir.

4)Karşılaşma: Moreno 1914-1915 baharında Karşılaşmaya Çağrı'yı yazmıştı. Bu kavram bilindiği gibi sonraları varoluşçuluğun temel kavramlarından biri haline geldi. Karşılaşma kavramından köken alan insanlararası ilişkiler kuramı psikodramayı zamanının diğer psikoterapilerinden ayıran bir özelliktir.

5) Tele: Bu kavram Moreno'nun sosyometri yani insanlararası ilişkilerin ölçümü ile ilgili çalışmalarından doğmuş bir kavramdır. Tele insanlararasıdaki karşılıklı duygu akışını tanımlar ve kendini otantik şimdi burada ilişkiler ya da karşılaşma terimleri aracılığıyla dışavurur. Terapötik süreçte temel bir faktördür. Psikodramada tele ilişkisinin bozulduğu ve kişinin duygusal gelişiminin tutulduğu ana geri dönülerek, sağlıklı iki yönlü bir ilişkinin yeniden kurulması sağlanabilir. Moreno, bir duruma tepkinin ortaya çıktığı yere, çevreleyici koşullara ve o özgül ana sırasıyla locus nascendi, matriks ve status nascendi adını verir.

6)Ortak bilinç ve ortak bilinçdışı: Yakın ilişkide olan insanlar Yunan mitolojisindeki ünlü Philemon ve Baucis çifti gibi insanlar, zaman içinde ortak bir içerik geliştirirler. Buna ortak bilinçdışı denebilir. Benim hasta/danışangruplarımdan birinde bir çalışmada ben dahil 12 kişilik gruptaki 9 kişinin birden yeşil giyinmiş olduğunu görmüştük. Ne oldu acaba diye düşünürken gruptaki bir kişi o hafta gördüğü bir rüyadan söz etti. Rüyasında bir trafik polisi yeşil yanan trafik lambası yanında geç işareti yapıyordu. O anda kafamda bir şimşek çaktı, durum aydınlanmıştı. Biz geçen hafta cinsel soğukluk yaşayan bir danışanımla katı ve kuralcı babasının ilişkisini çalışmıştık. Grup baba yerine geçmiş kızının cinsel yaşama geçişini onaylıyordu. Bu ağ teleye dayalıdır ve çoğunlukla adlandırılmadan yaşanır.

7) Rol 8) role karşı ego ve 9) rol değiştirme

Şimdi rol kuramına geçeceğim ve bu arada bu üç ilkeyi de harmanlayarak anlatmış olacağım.

Rol kuramı deyince çağrışımlarınız ne oluyor?

Rol terimi, Latince'deki rotulo (rotula değil) sözcüğünden türemiş ve tiyatroya girmiştir. Karşılığı “rulo”dur. Antik Yunan’da ve Eski Roma’da tiyatro metinleri rulolara yazılır, suflörler aktörler okurdu.

Rol terimi sosyal ve psikiyatrik bir kavram olmayıp bilimin dağarcığına dramadan gelmiştir. Psikodramada rol yapıldığı için buna rol kuramı dendiği şeklindeki çağrışım yanıltıcıdır.

Moreno, temel amaçlarından birisini, psikiyatri ile sosyal bilimler arasında köprü kurmak olarak tanımlar ve en önemli kavramlarından birisi olarak da rol kavramını görür. O, kendi kavrayışlarının özgünlüğünü ve öncüllüğünü kanıtlamak için epeyce çaba göstermiştir. Örneğin rol kavramının ilk önce kendisi tarafından ortaya atıldığını kanıtlamak için uğraşır. Onun baş yapıtı “Kim Sağ Çıkacak” 1934 Ocağında çıkmıştı. Aynı yılın Aralık ayında, George Mead’ın “Zihin, Öz ve Toplum”u çıkacaktı. Burada sosyal rol kavramı yer alıyordu. Mead’ e göre rol sosyal yaşamdaki belli davranış kalıpları anlamına geliyordu. Moreno ise rolü daha geniş anlamda alıyor ve aslında bir “iş” “işlev” kuramı tanımlıyordu. O rolü bebeğin sosyal yaşama geçişinin çok daha öncesinden alıyor ve insanoğlu için bunu çok daha uç noktalara kozmik rol gibi aşkın rollere dek genişletiyordu. Tanımı ise basit, yalın ve çarpıcıydı: Rol bir bireyin (hatta bir hayvanın) belirli/ özgün bir anda başka insanlar ya da nesnelerin bulunduğu özgül bir duruma tepki/ yanıt verirken üstlendiği işlev biçimidir. Morenien rol kavramı, yaşamın bütün boyutlarına taşınır. Doğumdan önce başlar ve bireyin ve toplumun yaşamları boyunca sürer. Dil öncesidir, sosyal rollerle sınırlı değildir. Sosyal roller sosyal boyutu, psikosomatik roller fizyolojik ve psikolojik boyutu, psikodramatik roller psikolojik ve kurgusal/ hayali boyutu, aşkın roller kozmik boyutu kapsar.

Rol sosyal dünyadan bireyin bilinçdışına girerek ona şekil ve düzen verir.

Rolü tartışırken Moreno iki önemli saptama yapar. 1. Roller kendilikten/ özden önce başlar. Kendilik duygusu gelişmeden çok daha önce bebek bir aktördür; eylemler ve belirli işlevler içindendir. Örneğin sperm ovum ile temas kurar; etkileşime girer; bu bile bir roldür. Anne karnında bebek

paraziter rol oynar. İşlevsel bir durum içindedir. Ve 2. ego olarak bilinen şeyin somut elle tutulur yanı, bireyin etrafındaki rol ilişkileri odak olacak şekilde onun işleme koyduğu rollerdir.

Doğumdan sonraki ilk gelişim aşamasında özdeşlik matriksinde, psişe ile çevre arasında bir ayrım yapılamaz, her şey birdir. Daha sonra somatik ve ardından eklenen psikik rollerle bebek bedenini deneyimler; sosyal roller topluluk dediğimiz şeyi yaratır. Beden, ruh ve topluluk da kendiliğin aracı parçalarıdır.

Herkesin yaşamdaki belli rollerle davranması beklenir. Örneğin bir öğretmenin öğretmen gibi davranması, öğrencinin öğrenci gibi davranması gibi. Ancak birey, kendisine izin verilenden daha fazla rol somutlaştırma açlığı içindedir; aynı rolün çeşitlemelerini yapmak ister.

Genel bir kural olarak roller az gelişmiş, olağan gelişmiş, aşırı gelişmiş olabilir. Bir insanda hiç olmayabilir ya da düşmanca kötü işlevli bir şekle dönüşmüş olabilir. Bir rol zaman içindeki gelişimine göre de sınıflanabilir: yok, bir kişiye yönelik olarak var, başkasına karşı yok; sönmüş durumda.

Moreno, rol kuramını oluştururken bir dizi araştırmalar yaparak ilerlemiştir. Bu konudaki düşüncelerine zemin hazırlayan pek çok deneysel aşama vardır. İş başlangıç noktasına doğru geriletirsek onun “Doğmaca Tiyatro” konusu çalışmalarına ve rolü tanımlamasına yardımcı olan tiyatro çalışmalarına dek gidebiliriz. Ben kısaca çok daha sonra ABD’de yaptığı daha özelleşmiş rol ölçümleri ve rol testi çalışmalarına da değineceğim.

Rol ölçümü için kullandığı yollar: Tanımlanmış tiyatro rollerini değişik kişilere oynatmak (spontanlık faktörünü de ölçüyor) katı tanımlanmış polis, doktor gibi rolleri kullanmak (örneğin belli sayıda polisi bir dizi yaşam durumuna sokmak; belli bir sorunun doğuş anı içinde yeni roller geliştirmesini sağlamak; aynı rollere sahip kişileri belli durumun içine sokmak gibi).

Rol testleri: Kişinin rolleri onun kültürel atomunu oluşturur. Burada kronolojik yaş ile kültürel yaş arasındaki oran kültürel katsayı olarak adlandırılmıştır. Burada Moreno zeka katsayısından etkilenmiştir. Değişik yerlerde örneğin New York şehir içi ve küçük bir kasabada şehrin belli başlı

kişilerinden oluşan bir jüriye çocukların geleceği açısından önemli buldukları rolleri saptatmış, sonra aralarından 15'ini seçerek aynı yaştaki çocuklara bu rolleri oynatmış; rol algılarını ve rol canlandırmalarını yardımcı egolar da kullanarak belirli ölçütlerle puanlamıştır. Rol algı ve canlandırma becerilerinin zekadan bağımsız olduğunu bulgulamıştır. Bu çalışmalarından yola çıkarak değişik topluluklarda bunları karşılaştırmanın önemli olacağını düşünmüştür.

Gelin şimdi insanın gelişimini spontanlık ve rol kuramı açısından inceleyelim. Kişinin gelişmesinde iki temel özellik vardır. Bunlardan birincisi kişilerarası ilişki yeteneğinin gelişmesi, ikincisi ise rol gelişim ve öğrenimi sırasında edinilen deneyimdir.

Bildiğimiz gibi sosyometri kişilerarası ilişkilerin niceliksel ve niteliksel ölçümü ile uğraşır. Bu ilişkiler, insanların kendi çevrelerindeki insanlar arasında ya da sosyometrik deyimle kendi gruplarının sosyoemosyonel yapılarında oynadıkları role bağlıdır. Bu durumda embriyoner durumda bir çocuğun başka bir insanla ilk ilişkisi annesi ile paraziter ilişkisidir. Ancak burada sosyometrik bir seçim söz konusu değildir.

Akraba olmayan insanlar arasında en erken gelişim döneminde kendisini gösteren spontan sosyalizasyon sosyoemosyonel gelişimin başlangıcıdır. Bu düşünceden hareket eden Moreno, süt çocuklarının yataklarının bir daire biçiminde yan yana bulunduğu bir klinikte annenin ya da diğer bir erişkinin etkisi olmadan çocukların birbirleri ile karşılıklı etkileşimini araştırmıştır.

Bir ile yirmi hafta arasındaki çocuklar üzerinde yapılan sosyometrik gözlemler, bu yaştaki süt çocuklarının birbirinden izlenimler kaydetmediklerini göstermiştir. Çocuklar bu dönemde organik izolasyon içinde yaşarlar. Yaklaşık 20- 24 haftadan başlayarak yatağı bitişik olan çocuklar spontan olarak birbiriyle ilgilenmeye yönelirler. Birbirlerine bakar, diğer çocuğun kendisini fark ettiğinin farkına varır ve birbirlerini fark etmeye başlarlar. Bu dönemde süt çocuklarının birbirlerine bakmalarından bir seçim söz konusu değildir. Bu ilişkiler yatakların konumuna göredir. Organik izolasyon döneminden farklı olarak süt çocukları arasında zincir şeklinde bir ilişki yapısı oluşmaya başlar. Bu döneme yatay farklılaşma aşaması adı verilir. Yaklaşık 40- 42 haftadan itibaren çocuklar

artık yardımsız hareket edip serbestçe yürümeye başlayınca fizik güçleri ve uyanıklık derecelerine bağlı olarak grubun yapısını etkileyecek duruma gelirler. Bu aşama dikey farklılaşma aşamasıdır. O zaman çocuk grubunda lider olan bireyler bir de alt ve bağımlı, izole olan bireylerin ayrılması ile genelde dikey bir farklılaşma görülür. Süt çocuğu ve küçük çocuk gruplarından ilk sosyal ilişkiler üzerinde yapılan araştırmalarda, sosyometri araştırmacısı daha çok kendi gözlemlerine dayanmak zorundadır. Bu tür araştırmaların çocukların etkin katılımları ile yapılabilmesi ancak yuva yaşında mümkün olur. Örneğin bu dönemde bütün çocukların birlikte oynama ölçütü esas alınarak Sosyometri testine katılmaları, böylece beraber oynamayı istediği çocuğu seçim olanağını kendi elinde tutmaları istenir. İncelemeler, bu yaştaki çocuklarda sosyometrik tele etkeninin henüz zayıf bir gelişme aşamasında olduğunu gösterir. Karşılıklı birbirini seçenler görece olarak azdır. Çocukların bir çoğu seçim kararlarını yatay farklılaşma aşamasında olduğu gibi fizik yakınlıktan ya da dikey farklılaşma aşamasındaki gibi, bazı çocukların dikkati çeken bazı davranışlarının etkisi altında kalarak verirler. Altıncı yaştan itibaren çocukların sosyometrik yapıları değişir. Çok sayıda karşılıklı seçimin bulunması tele etkeninin etkinliğini gösterir. Ergenlik döneminin bitimi ve erişkinler için onlara özgü grup yapılarının ortaya çıkmasına kadar aynı cins ve karşı cins seçiminde iki tane ayrı cinsi daha çok seçme ile iki tane aynı cinsi daha çok seçme dönemleri birbirini izler.

Rol gelişimi

Burada çağdaş psikodramatistler olan Olivia Lousada (1998), Jose Fonseca (2004), Anne Bannister (2007) ve psikanalist Vamık Volkan'ın görüşlerinden de esinlenerek konuyu sizlere aktaracağım.

Bütün rol gelişimi boyunca “spontanlık faktörünün” büyük önemi unutulmamalıdır. Moreno bebeğe doğmayı kimsenin öğretmediğini bunun bebekten gelen “s” faktörü olmaksızın gerçekleşmeyeceğini ve tüm bu rollerin gerçekleşmesinde “s” faktörü ile belli bir noktadan sonra devreye giren öğrenme faktörünün iç içe geçtiğini belirtir.

İnsan rol gelişiminin aşamaları vardır. Bu epigenetik bir modeldir. Matruşkadaki gibi üstsel büyüme (exponential growth) şekli olan geometik büyüme düzeni söz konusudur. Burada saptanan bazı

özellikler, psikodramatik sosyometrik grup psikoterapisi tedavi modelinin içine de inceliklerle kaynaştırılmıştır.

Ambriyoner dönem: Belki de her şey bir çiftin hayali ile başlar. Bu hayal edilen şeyler aslında psikodramatik roldür. Neyse bu kadar geriye gitmesek de olur. Temas kuran ve tutunan rolleri ile başlayan rahim içi yaşamda cenin parazittir; anneden faydalanır. Bana kalırsa alıcı olduğu kadar verici de saymalıyız onu: İstenen bir çocuk varlığıyla umut verir; neşe verir. Kendisinden gelişen bir kese ve bunun içindeki sıvının içindedir. Bu sıvıda bolca su, biraz protein, fosfolipid, elektrolitler, daha sonraları bebeğin idrarı vardır. Fiziksel rolleri bu aşamada başlar. Beslenen, tekmeleyen, hareket eden, işeyen rolü gibi. Yeni araştırmalara göre 30 haftalıktan itibaren rüya da görmektedir (Ferber ve Kryger 1995). Anne karnı bir su uygarlığıdır. Sıvı bebeği korur, ezilmesini önler. Kendisinden gelişen plasenta aracılığıyla anne kanından beslenir. Özel trofoblastlar annenin savunma hücrelerine karşı bebeği korur, yabancı cisim muamelesini önler. Ayrıca bebeği düşünen ve onun için bir dünya hazırlayan bir “sosyal plasenta” da oluşmaya onun için ısınmaya başlar. Ona, eskiden düşlenen, şimdi ise artık ölçülebilen cinsiyetine göre beşik, oda hazırlanır. İsim tasarlanır. Grup psikoterapisinin kaynağı biraz da bu sosyal plasentadır. Anne ile çocuk bu aşamada organik bir işlev birimi halindedir. Her ikisi beraberce, gebelik boyunca, doğum olayını hazırlarlar. Burada embriyodan gelen spontanlık faktörüne bir kez daha vurgu yapalım. Moreno doğum olayını insan yavrusunun erişmek istediği amaç ve zaferi olarak ele alır. Böylece Rank’ın doğum travmasındaki anksiyetesinin, anormal gelişme ve nevroz oluşundan sorumlu olduğunu ileri süren görüşe katılmaz. Moreno, nevrozun gelişmesinde birinci derecede sorumlu olarak spontanlığın kısıtlanmasını görür. Burada Otto Rank ile Moreno’nun görüşleri arasında ortak bir nokta da akla gelebilir: Rank’ın bazı vakalarında saptadığı doğum travması da acaba spontanlık yeteneğinin kısıtlanması sonucu, doğum olayının gecikerek ve zorlaşarak travmatik olmasından ileri gelebilir mi? Her nasıl olursa olsun tartışamayacak gerçek, yeni doğan bebeğin rahim içi yaşamdan, uterus dışı yaşama geçişinde spontanlık yeteneğinin çok büyük önemi oluşudur. Bu yetenek doğumla birlikte, çocuğun embriyoner paraziter rolden çözülüp yeni doğan bebeğin somatik rolüne geçmesinde etkili olur.

Birinci Ruhsal Evren (0-12 ay)

1. Alt aşama: (Her şey özdeş aşaması; Özdeşlik matrisi) Bebek ilk 6 ay boyunca dış dünya ile kendisi arasındaki ayrımı yapamaz. Ayrışmamış bir evrendedir. Ben-çocuk, sen-anneden, o-dünyadan ayrılmamıştır. Çocuk kendisine ait şeyleri kendisini çevreleyen dünyanınkilerle karıştırır. Başta anne olmak üzere tüm nesne ve insanlarla birlikte oluş içerisinde. Eş oluş; eş eylem; eş deneyim. Bu eş oluş temel güven duygusunun da kaynağını oluşturacaktır. Üşüdüğünde acıktığında ağlar; onu içsel mekanizmaları yönetir. Dünya ise ona bakar, onu kavrar ve genişletir. Kozmik beşiğinde çocuk dünya ile karışmıştır. Bu aşamada sosyal plasenta olmasaydı çocuk yaşayamazdı. Sosyalliğimizin kaynağında insan yavrusunun uzun bakım döneminin etkisi çok büyüktür. Anne 6. Duyu (tele) aracılığıyla genellikle bebeği en iyi anlayan, sezendir. Anne başka bir şekilde olsa hastalık denecek şekilde çocuğa takılıdır. Ona adanmıştır. Çocuğun fiziksel ve ruhsal varoluşunu kılıf gibi sarar; onu kendi varlığıyla kundaklar. Mahler'e göre ilk bir ayda bir kabuk vardır. Çocuğun dış dünyaya tepki verecek yeterlilikte bir fiziksel organizasyonu yoktur. Ve o yok olma tehdidi altındadır. Winnicott bu tehdide karşı tekrarlayan iyileşmelerden egonun doğduğunu söylemiştir. Okyanussal tüm güçlü duyuların kaynağı da bu dönemdir. Bu dönemde bebek salt bedensel tepkiler verir: uyuyan, emen, dışkılayan, nefes alıp veren, üşüyen, acıkandır. Bunlar bedensel, fiziksel rollerdir. Çocuk kendi rollerinin farkında olmadan onları yapar. Birinci Evrenin bütünleyici parçası annedir. Eşleme tekniği kaynağını bu dönemden alır. Psikodramatist ve psikodramatik eş tıpkı anne gibi protagonistin içini okur.

Fonseca, bu alt döneme simbiyoz olarak adlandırdığı bir ara aşama katar. Ana ve çocuk birbirleri olmadan olmaz gibidirler. Bu ayrı oluşun fark edilişinin öncesidir. Anne ile çocuk arasında duygusal bir kordon vardır. Fiziksel/ somatik roller yeni bir rol türüne geçişin öncüsüdür. Bu yeni rol psişik roldür. Somatopsişik rolde iken etkileşim için gerekli olan ısınma süreçleri, bedene dağılmış bazı bölgeler üzerinde etkilerini gösterirler. Süt çocuğunda ağız

annenin memesi, süt özel rolleri olan etkileşim bölgeleridir. Isınma emen çocuğun bu rolü yapması için sözü geçen bölgeleri işleve hazırlar. Çocuğun ağız-meme baı-sütün oluşturduğu etkileşim bölgesine yoğunlaşması yoluyla süreç gerçekleşir. Isınma spontan olarak o andaki durumla ilgili rol davranışlarını harekete geçirir. Bu örnekte ocuk emen ve yutan anne ise emziren rolüne girerler. Anne ve ocuk o andaki duruma göre hareket eden, role özgü bir etkileşim birimi oluştururlar. Sonuç olarak da ocuk ile anne, duruma göre karıllık belirlil rol beklentisi içine giren unsurlar olurlar ve rol etkileşimi içine girerler.

2. Alt aşama: Her Ŗey gerçek aşaması: Artık ocuk kendisi ile diğer insan ve nesnelerin ayrılığını algılamaya balar. Ancak henüz gerçeklerle kurgu ve hayaller arasında ayırım yoktur. Bir başka tespit de nesne ilişkileri kuramcılarında gelir. ocuk honutluk veren kaynakla hoşnutsuzluk veren kaynağı ayrı algılar. Yani onun için iki ayrı anne vardır. Anında ona koan anne ile onu bekleten anne ayırdır. Masalların vey annesi de budur. Beklemek demiken çocuğun zaman algısının da duygusal olduğunu unutmayalım. Beklediği saniyeler ona saat gibi gelir. Bebek artık bedeninin ayrı olduğunun farkındadır. Yakınlık ve uzaklığı keşfeder. Aynadaki imgenin kendisi olduğunu anlamaya balar. "Ben" in merkezliği dönemi yaşamdaki ilk zirvesini bu aşamada yapar. Anne yüzü onun aynasıdır. Anneye ayrı güler. Fonseca burada iki alt aşama belirtir: Kendini farketme, seni farketme. Burada benin keşfi le senin keşfi bir sürecin iki kutbudur. Bebe anneyle ortak dikkat geliştirir. Yabancıları izler. Cee oyunu balar. Dünyanın onun komutasında olduğunu sanır. Gne onun için doğar, onun için batar. Emekleyerek uzanabildiği Ŗeylere gider. Dp canı yandığında annenin bazen orada olmadığını fark edince, Ŗakınlıkla bakar. Doyumun dışarıdan geldiğini anlamaya balamıtır. Bellek izleri aracılığıyla doyumunu erteleyebilmeye balar. Taklide balar. Bu dönem, psikodramadaki iki temel tekniğin kaynağıdır: Aynalama ve i konuşma.

İkinci Ruhsal Evren (1-5 yaş)

Kendisini ve diğerlerini ayırmaya başlayan çocuk bu aşamada gerçek ve hayal âlemini ayırabilmeye başlar. Bu ayrımla birlikte sosyal rollerle psikodramatik roller arasındaki ayrım ortaya çıkar. Psikodramatik roller konusunda Moreno yazılarının değişik yerlerinde bazı değişik tanımlar verir. Bir tanıma göre psikodramatik roller hayal edilen gerçek ya da gerçektışı şeylerin kişileşmesi olan rollerdir. Öcüler, hayaletler, Allah; ya da bence beş yıl sonra ne olmak istiyorsun sorusuna yanıtta verdiğimiz idealize rollerimiz hep psikodramatik rollerdir. Diğer bir tanımına göre ise, tüm rollerimizin tamamen bize özgü görünüşüdür. Kolektif rollerin bireyden bireye farklı görünümü, kişiliğin damgasıdır. Kişisel olarak ben birinci tanımlı yapan Moreno'nun bir çığır açtığını düşünüyorum. Burada "hayal kuran, imgeleyen insanın" , buna homo imaginatus demeliyiz herhalde, tanım kapısını açmış oluyor. Bu konuda onun henüz yeterince anlaşılamadığını; gelecekte bu alanın çok geniş bir araştırma alanı olacağını sanıyorum. Çizdiği şemalar da bu ilk tanımını geçerli kabul ettiğini düşündürüyor. Sosyal rollerle psikodramatik roller arasındaki eşğin ince olduğunu, psikodramatik rollerin daha yoğun olduğunu da söylüyor Moreno. Hele bir de çocuğun hayal âlemini düşünürseniz... Bu rollerin varlığı bize aynı zamanda "artı gerçeklik" (surplus reality) yani gerçek olmayan durumlar yaratarak çalışabilme olanağı da veriyor. Örneğin ölmüş bir babayla karşılaşma ve veda etme şansı gibi.

İkinci ruhsal evren aşamasında çocuk artık diğerlerini, "senleri" iyice ayırt etmektedir. Önce benle sen arasında bir koridor ilişki oluşur (Fonseca) Sene aşırı sahip çıkıcı ve tüm diğerlerini dışlayıcıdır. Tıpkı bir aşık gibi sen'in kendisinden başkasıyla ilişkisini kabul etmez. Kendisini merkezde ve eşsiz görür. Sonra 4 yaş civarında onlarla rol değiştirebilmeye, onları oynayıp canlandırabilmeye başlar. Kutunun kapağını açarken ağzını da açma ile başlayan süreçte daha sonra kutu olarak konuşur. Kukla olur, hırsız olur, polis olur, doktor olur, arkadaş olur. Hatta bir sonraki aşamada kendisini ötekinin gözüyle görür. Bu dönemde iyi-kötü arasındaki yarılmanın da sona ermesi beklenir (3yaş) Çocuk yine bir alt aşama olarak üçgensel ilişkiye geçer. Artık onun sizi olmadığını bir başka üçüncü olduğunu

keşfeder. Üçgündeki iletişimin doğasına da bağlı olarak bu yoksunlaşma iyi ya da kötü bir çözüme ulaşır.

Gruplar, kardeşler, arkadaşlar, okul sayesinde çocuk halkasal döneme girer. Bu dönem rol değiştirme tekniğinin, artık gerçeklik tekniğinin kaynağıdır.

Üçüncü ruhsal evren

J.L. Moreno burada artık aşkın rolleri üstlenen bir erişkinden hatta biraz da ermişten söz ediyor. Toplumla, doğayla, evrenle, hatta yaratıcıyla rol değiştirebilen yaratıcı ve erdemli bireylerden söz ediyor. Van Gogh'a bu ağaçları, bu yıldızları nasıl çizdiği sorulduğunda o şöyle demiştir: Kendimi ağacın yerine koydum ve anladım ki ben yeryüzünün yıldızlara ulaşmak isteyen yanıyım. İşte bu tam da aşkın roldür. Ya da Einstein'ın kendini ışık olarak hayal edip görecelik kuramını keşfi gibi.

Bu sıçrayıştaki aradaki boşlukları doldurmak için Erikson ve Qudijk'e kısaca bir göz atalım.

Şimdi gelelim rol kategorilerine:

Birinci sınıflama şekli:

Gelişimi anlatırken belirttiğimiz gibi somatik/ fiziksel, psişik, sosyal, psikodramatik, aşkın roller vardır. Bunları bir örnek üzerinde inceleyelim.

Somatik rol: Yiyen, bakan, seks yapan dersek

Psişik rol: yerken zevk alan, bakarken algılayan, aşık olan

Sosyal rol: tüketen, gören, eş olan

Psikodramatik rol: Boğazda balık yediğini hayal eden, rüyasında seviştiğini gören

Aşkın rol: ilişki içinde yiyen, değerlendirerek bakan, geniş kapsamlı seven

İkinci bir sınıflama şekli (Arjantin'li Dalmiro Bustos'tan):

Kümeleşme olgusuna da fırsat veren bir sınıflama:

Birinci küme: Pasif-içe alıcı-bağımlı: Anne ile ilişki içinde öğrenilirler

İkinci küme: Aktif rollerin performansı ile ilgili: İş yapma, otonomi, gücünü ortaya koyma ile ilgili.

Babayla ilişki içinde öğrenilir

Üçüncü küme: Yarışma, oynama, paylaşma: Sınır koyma, sahip olduklarını koruma, kendini agresyondan koruma da vardır. Prototipi kardeş ilişkileridir.

Avustralya grubu sınıflaması (Max Clayton, Sue Daniel)

Bu özellikle bireyi ve gelişimini anlamada çok kullanıcı dostu olan işlevsel bir sınıflamadır. Biz her psikodrama seansımızda bu şema üzerinden protagonistlerimizi analiz ediyor, gelişimlerini takip ediyoruz. Buna göre kişileri geriletken rolleri, dondurucu rollerini, başa çıkmasını sağlayan rollerini ve ilerletici rollerini sıfatlarla zenginleştirilmiş bir şekilde analiz ediyoruz. Bu arada bir tiyo verelim. Roller saptarken Türkçe'deki cı-ci eklerini ve –en ekini bulduğunuz sözcüklere dikkat edin. Bunlar rolleri gösteriyorlar: Bakıcı, çiçekçi, aşçı, kapıcı, yiyen, uyuyan gibi...İngilizce'de ise anne baba sözcükleri de dahil olmak üzere –er eki bir rol göstergesi.

Roller Nasıl Gelişir Öğrenilir

Roller, gelişimin her aşamasında düşünce, duygu ve davranışlar içine gömülür ve onların etrafında yerini alır. Bu nedenle biz rolün içeriğini yani duyguları, düşünceleri, eylemleri, eylem açlığını, dürtü, arzuları araştırırken gelişimimiz boyunca kendiliğimizi dokuyan iplerin izini sürmek için bir yol izleriz. Aşama aşama roller şekillenir ve oynanan rollerden kendiliğimiz/ özümüz doğar; karmaşılaşır. Psikodramada bir rolü araştırırken derin bir titreşime girer ve şimdiki zamandan yola çıkarak çocukluk ve bebekliğe ulaşırız. Çocuk ergende gömülüdür; ergen ve çocuk erişkinde gömülüdür. Nörolojik yapımız yalıtım içinde değildir. Bağlantı üzerine kuruludur. Roller çok duyumlu düzlemde öğrenmeyi taşır. Bu çok duyumluluk bizden önce gelenlerin düşünce, duygu ve davranışlarını da bizim kendilik

sistemimize katar ki bunlar bizim bilinçdışımıza şekil veriri. Rol değiştirdiğimizde de rol öğrenme yeni kuşağa geçirilir. Rolü araştırdığımızda rolün içine gömülü olan duygu düşünce ve davranışı da araştırırız. Örneğin annemiz rolüne girdiğimizde, onun sadece duyularımızla algıladığımız parçalarını değil bizim bilinçdışımıza işlemiş parçalarını da oynarız. Onun gözyaşları bizim gözümüzden akar; sadece kendi yasımızı değil kuşakların yasını da akıtan bir farkındalıkla ağlarız.

Rol Öğreniminde Üç Aşama

Rol oynarken özgül basamaklardan geçilir. Bunlar rol alma, rol oynama, rol yaratmadır.

Rol alma: Rol alma, örnek alma kavramına en yakın olandır. Burada taklit ve öğrenme yoluyla dışımızda algıladığımız ve yaşadığımız şeyi örnek alma süreci ile rolü alırız. Bunun farkına da pek varmayız. Bu bebeklikte başlar. Bize dokunulma şekli, konuşulma şekli beynimize gider ve bir bebekle nasıl birlikte olunduğunu öğreniriz. Benzer bir durumla karşılaştığımızda bu tarihsel bilgi yüzeye çıkar ve rol değiştirme aracılığıyla harekete geçer. Rol alma, psikolojik ve duygusal bir harita olarak yeniden başvuru olan bir beyin şablonu oluşturur. Bu görünür bir neden olmasa da yaşam senaryolarını belli bir şekilde oynayışımızın nedenlerinden birisidir. Rol alma yaşamımız boyunca nasıl davrandığımızın kısmen bilinçdışı kısmını oluşturur. Bu süreçte farkındalığımız ne kadar artarsa bizler ol kadar kendi seçimimizi oynamaya başlarız.

Rol oynama: Bu, rol yaşantısının daha bilinçli düzeyidir. Rolü oynadıkça doğal olarak onu kendi sahnemizde oynamaya başlarız. Artık bizimidir. Ne yaptığımıza ilişkin bir algımız olur ve kendimizin parçalarının, oynadığımız role girişine izin vermeye başlarız.

Rol yaratma: Bu ilk iki aşama tamamen bütünleştğinde gerçekleşmeye başlar. Böylece özün en yaratıcı parçası rolü yeni ve eşsiz şekilde yeniden oluşturmaya başlar. Picasso'yu ele alalım. Başlangıçta insan portreleri kusursuz çizimlerdir. Tekniğin doruğundadır. Ustalaştıktan sonra öğrendiklerini kenara atacak durumdadır artık. Onları geride bırakır ve kendi biricikliğinin yeni ve çok yüksek ölçüde kişisel olan uzak görüşüne geçer. Kendimizi ve yaşamımızı rollerimizle yaratırız. Roller

yeterince öğrenilip yaşandığında eskiyle yeni kaynaştığında bu iki aşamanın güvenliliği içselleştirildiğinde kendi içsel boyutlarımızı yaşamının cesaretini üstleniriz. Yaşamımıza merakla, sağlam basarak atılırız. Kolları açık olanlara açığızdır. Oyuncu artık karaktere daha önce hiç katılmamış olanı getirir. Bilineni bırakıp bilinmeyene güvenle yürür. Rol yaratır.