

# ÇOCUK PSİKODRAMASINDA BİR ROL MODEL OLARAK TERAPİST VE İYİLEŞTİRİCİ ETKİSİ

*Ecem Demirel*  
Uzm. Klinik Psikolog  
Eğitmen Psikodramatist/ Süpervizör

## ÖZET

Moreno, Psikodrama Grup Psikoterapisi Kuramı'nın temellerini Viyana bahçelerinde çocuklarla oynadığı oyunlarda atmaya başlamıştır. Psikodramatik Kuramların temeli olan eylem, spontanite ve yaratıcılığı, çocuklarla anlattığı hikâyeler sırasında yaşananlar ile birlikte keşfetmiştir. Moreno, bu oyunlarda çocuklara kendi anne ve babalarını da seçme şansı vermiştir. Bu yeniden yaratma ve seçim, onlarda iyileştirici ve dönüştürücü bir etkiye sahiptir. Bu anlamda Çocuk Psikodraması, çocukların yaratıcılık ve spontanitesini destekleyen en önemli süreçlerden biridir. Bu güç onlara, kendilerini görme ve ihtiyaçlarını belirleme şansı verir. Çocuk Psikodraması'nda terapistin rolü büyüktür. Terapist, çocuğa güvenli bir ortam ve ilişki sunar. Bu sayede çocuk, kendi için uygun sahneyi yaratır, daha önce

deneyimlemediği rolleri deneyimler ve tüm bunları terapistin yönetiminde yapar. Terapistin grup içindeki varlığı, tıpkı ideal bir anne-çocuk ilişkisinde olduğu gibi insanın koşulsuz bir şekilde kendi olabilmesine izin veren güvenli bir alan sağlar. Bu sayede çocuklar bu güvenle beraber yaratıcılıklarını ortaya koyabilirler. Kendi öykülerini yeniden ve daha şifalanmış bir şekilde deneyimleme şansı bulurlar. Bu makale, Moreno'nun Rol Kuramı'na göre kişilik gelişiminde özellikle anne ile olan ilişkiye ve bu ilişkinin terapist üzerinden nasıl şekillendiğine, çocuğun bir rol model olarak terapistle kurduğu ilişkideki iyileştiriciliğe odaklanmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** *Çocuk psikodraması, oyun, rol*

## Önemli Bir Rol Olarak Annelik Rolü (Bizi Oluşturan Anne)

Moreno'ya göre rol bir toplumun en küçük işlev birimidir. Yaşamın her anında rol vardır ancak rolde başarılı olmanın koşulu spontanitedir (Altnay, 2021a).

Bebeğine hamile kaldığını hisseden, bunu öğrenen kadın, birtakım değişimler yaşamaya ve dolayısıyla anne rolünü almaya başlar. Annelik rolünün parçalarının arasında, annenin çocuğunun ihtiyaçlarını ön plana alması da yer alır. Bu rol kendini tam olarak çocuğa adamayı gerektirir. İyi bir anne, çocuğu üşüdüğünde kendi sıcaklığını çocuğuyla paylaşır, yemeğe ihtiyacı olduğunda kendi göğsünden sütünü verir. Bu birisine kendini vermenin temel biçimidir.

Biyolojik açıdan bakıldığında, anne kişiliğimizin, psikolojimizin ve yapımızın bir parçasıdır. Varoluşumuzun ana katmanıdır. Nasıl biri olduğumuz, kendimizi nasıl gördüğümüz, kendimize saygımız, ilişkilerle ilgili inanışlarımızın hepsi annemiz tarafından oluşturulmuştur. Tüm bu süreçleri belirlemede tek etkileyici anne olmasa da anne ile aramızdaki etkileşim bu anlamda temel yapı taşıdır. Annenin varlığı ve sevgisi önemlidir. Anne gerçekten sevgiyle orada olduğunda, bebek için annenin kalbi ve sütü birbirinden farklı algılanmaz. Annenin orada olmadığı durumlarda sütü de besleyiciliğini yitirir.

Kendi düşüncelerini bir yere bırakarak, çocuğu için o an'da olan anne, spontanitesini kullanabilir. Ancak o zaman çocuğuyla birlikte hissedebilir. Bu sayede bebek, anneden aldığı olumlu hislerle sonraki yaşlarında da hayatına katacağı pek çok olumlu özelliğiyle tanışmış olur. Bebek, anne onun ihtiyacını yeterince iyi şekilde karşıladığında tam bir hayranlık hisseder. Çocuğun anne ile ilgili iyi şeyler hissetmesi annenin çocuğa bağlanması için de yararlı olduğundan, psikolojik ve gelişim açısından önem taşımaktadır. Winnicott'a göre, iyi anneliğin ilk adımı çocuğa uyum sağlayabilmektir (Hamburger, 1951). Anne, bebeğin ihtiyaçlarını tam olarak karşılamaya devam eder ve sonra yeni davranışlar öğrenmesi, yeni yetenekler geliştirmesi ve yokluklar ve düş kırıklıklarıyla baş edebilmesi için bebeği bireyselliğine doğru bir yola çıkarır (Klein, 2012).

Moreno'ya göre bebek anne karnındayken dış dünya ile spontan bir ilişki içindedir. Doğumdan itibaren bebek eyleme giren, davranışlar gösteren ve tüm deneyimleri bedende yaşayan bir varlıktır. En erken gelişim dönemlerinde bile içinde bulunduğu evrenle etkileşim içindedir. Bebeğin diğerleri ile nasıl ilişkiler kurduğu, iletişim şekli, içinde doğduğu sosyal plasantaya ve yaşamının ilk sosyometrik örüntülerine bağlıdır. Bu sosyometrik örüntüler ve bebeğin sosyal plasantası içinde var olan kişiler bebeğin kimlik matriksi olarak adlandırılır.

Moreno rol kavramını tanımlarken; yaşamın bütün boyutlarından izler olduğunu öne sürmüştür. Moreno'nun rol kuramı, kişiliğin gelişmesi için iki temel özelliğin varlığından söz eder. Bunlardan ilki; kişiler arası, sosyal ve duygusal ilişki yeteneğinin gelişmesi, ikincisi de rol gelişimi esnasında sahip olunan deneyimlerdir (Rol Kuramı Semineri, 2013).

Bebeğin erken gelişim dönemlerinde sağlığımızın belirleyicisi olan temeller şekillenmektedir. Bu süreçte annenin rolü çok önemlidir. Bebek ihtiyaçlarının farkındadır ve

bunları gidermek için kendi spontanitesini kullanır. Bebeklik dönemindeki spontanite, yetişkin dönemde de devam edecek ve yine ihtiyaçlarını aynı spontanitenin yardımı ile sağlayacaktır. Bu gelişim sürecinde spontanitesi herhangi bir sebeple engellenmiş bebekler, yetişkin dönemde ya ihtiyaçlarını karşılayamayacaklar ya da hastalıklı ihtiyaçlarını karşılayan konsere (öğrenilmiş) davranışlar sergileyeceklerdir. Bu davranışlar onlara annelerinden ya da diğer bakım veren kişilerden öğreti olarak kalacaktır.

### **Rol Kuramı Çerçevesinde “Çocuk Gelişimi”**

Rol kuramına göre, anne ve bebeğin deneyimlediği fiziksel yakınlık, bebeğin somatik evreden psişik ve sosyal bileşenleri bulunan evreye geçtiğinde, gelecekte kuracağı tüm ilişkilerin temelini atar. Beden ise bu kayıtların tutulduğu yerdir. Hayata dair ilk öğrendiklerimizin kaydı buradadır. Henüz konuşmayı öğrenememiş olan bebek, ilişki kurmaya bedeni ile başlar ve ihtiyaçlarını bedeni sayesinde ifade eder. Aynı şekilde etkileşim kurduğu kişi, yani anne de bedensel olarak ona karşılık verir, annenin bebekle kurduğu bu ilişki, diğer ilişkilerin başlamasını ve devam etmesini sağlayan yegâne şeydir. Bu sebeple bebeğin ilk dönemlerini kapsayan bu sürece yani bedenin ilk olarak deneyimlendiği döneme dönmek, bedenin hafızasına temas etmek ancak eylemle mümkündür. Eylem bedenin dilidir. Burada alınan roller somatik rollerdir. İlk olarak deneyimlediği bu rolde kişi eğer zorluk yaşadıysa, diğer rolleri almada da aynı şekilde zorluk yaşar. Yani yiyen somatik rolünü almada zorluk yaşayan bir bebek ileriki yıllarda seven, kabullenen gibi sosyal rolleri almakta zorlanır, bu yaşadığı zorlanma sonucunda da somatik role gerileyerek tepkisini bedensel olarak gösterme ihtiyacı duyar.

Moreno'nun rol kuramında ifade ettiği gibi; somatik rollerin gelişiminde yerleşen bu bedensel tepkiler ve zorlanmalar, diğer tüm rollerin gelişim ve deneyim aşamasında birtakım

zorluklara sebep olacaktır. Yaşanan bu zorluk, doğumdan sonra somatik roller gelişmeye devam ederken kişinin yaşadığı duygusal deneyimlerde ve sonradan gelişmesi beklenen sosyal rollerin de sağlıklı olarak gelişmesinin önünde engel olacaktır (Moreno, 1953; akt. Altınay, 2021a).

Bebek anne ile ilk iletişimini fiziksel ihtiyaçları üzerinden kurar. Temelde fiziksel ihtiyaçların giderilmesinden çok daha derin bir ilişki vardır. İlk beslenme doyum ve haz da deri ile temasla mümkün olur. Gelişen derinin haz yaşaması, beden ve benin sınırlarının cinsel olarak uyarılması, bastırmaya ve bellek kaybına sebep olur fakat bu duygular beden hafızasında tutulur ve kendini somatik olarak gösterir. İlk temasın deri aracılığı ile olmasından dolayı, her dokunmanın, temasın bağlılıkla bağlantısı olduğu söylenebilir. Bebeğin kendi başına var olamaması nedeni ile, bebeğin yaşamını devam ettirebilmesi için ilk bakım verenin, özellikle annenin bebek ile bağlılığı gerekmektedir. Bu bağlılık sayesinde bebeğin ihtiyaçları karşılanabilmektedir. Bu ihtiyaçlar bebek için öncelikli olarak fiziksel ihtiyaçlar, sonrasında ise duygusal ihtiyaçlardır. Duygusal ihtiyaçlardan kasıt bebeğin sevgi, ilgi ve yakınlık ihtiyacıdır. Fiziksel ihtiyaçların giderilmesi sürecinde anne-bebek arasında temas ve dokunma söz konusudur. Bu deneyimlenen süreç birlikte olma, birlikte yapma ve birlikte hissetme kavramlarını akla getirir. Beraber deneyimlenen bu olgu bağlılığı da beraberinde getirir (Schore, 2001).

Annenin bebeğine özgü yarattığı bakım, anne-bebek arasındaki birlikteliğin başlangıcıdır. Bu, bedene temas yoluyla olduğundan, bebeğe bu yolla yerleşir. Bebek tüm bu aşamaları deneyimlerken anne ile güven ilişkisi temellenmeye devam eder. Bu duygunun oluşması birinci psişik evreni kapsar, bebeğin deneyimlediği ilk rolde yani somatik rolde gerçekleşir. Birinci psişik evrende bebek her şey gerçek evresini deneyimler. Bu evrede bebek dış dünyanın farkında değildir, kendisini ve annesini bir bütün olarak algılar. Annenin başka bir varlık olduğunun bilincinde değildir. Beden açısından

konusulacak olursa, kendi bedenini ve annenin bedenini de bir bütün olarak algılar. Bu süreçte ilk alınan ve deneyimlenen rol somatik rol olduğundan yaşamı boyunca aldığı tüm roller de bu rolden şekillenir. Bebeğin fiziksel olarak adlandırılan tüm ihtiyaçları yeme, içme, dokunma gibi hepsi somatik rolde deneyimlenir. Bu ihtiyaçların karşılanma biçimi bu rolün sağlıklılığını belirler. Bu açıdan bakıldığında ilk alınan rol olarak somatik rol çok önemlidir. Kişinin diğerleri ile iletişimde ve ilişkide gösterdiği davranışlar, tutumlar ve tepkiler bedende deneyimlendiğinden aslında somatiktir denebilir. Bu sebeple de beden ve zihin bir bütündür.

Rol gelişimi devam ederken, bebek kendini tanıdıkça, diğer insanları ve nesnelere de ayırmaya, dış dünyanın varlığını fark etmeye başlar. Ben ve diğeri ayrımı oluşur. Bu algılamayı ilk olarak anne ile deneyimler ve annenin ondan farklı, kendi içinde farklı bir varlık olduğunu algılar. Başka biri olduğunun farkına varsa da, uzantı olma süreci devam eder. Annenin varlığını fark eden bebek, annenin farklı bir rolde olduğunu fark eder ve benliği bu noktada anneden farklılaşmaya başlar. Annenin ondan farklı bir rolde olduğunu fark etmeye başladığı süreçte, benliğinin oluşumunda en önemli etkenlerden biri olan annenin rolüne geçer, o rolden kendine bakar ve deneyimler sonrasında tekrar rol değiştirmeyi deneyimleyerek annenin rolüne geçmek, kişinin benlik gelişiminde eksik veya tamamlanamamış yanları tamamlamasını, kendisine dışarıdan bakmasını, sağlıklı tutumları sağlıklı hale getirmesini sağlar. Rol değiştirme deneyimlenirken anne-bebek rol etkileşimi içerisinde ve bu dönemde bebek üç önemli şeyi deneyimler: birlikte olma, birlikte yapma, birlikte hissetme. Tüm bunları deneyimleyebilmesi anne ile bedensel temasının varlığı sayesinde. Bu süreçte yaşanan olumsuz duygular, anılar, somatik anılar olarak bedende kalır. Anneyle bir olarak kendini gören bebek

anneninin eylemlerini ve ona davranış biçimini kendi bedenine yerleştirir.

Moreno felsefesinde üç önemli kavram vardır: Locus nascendi, Status nascendi ve Matrix. Bebeğin locusu ana rahmi ve plasentadır, statüsü ana rahmine düşen yumurtanın döllenme zamanı ve matrix ise gelişen embriyodur. Bunlardan biri olmadan diğeri olamaz (Altnay, 2021a). Anne bazen korku nedeniyle konserve yani önceden tanımlanmış ve bilinen davranışlara yönelir. Çevreden duydukları, önyargıları, kişisel kaygıları ve yanlış öğrenmeleri ile bebeğine istemediği, hissetmediği tepkileri vermeye başlar. O anda anne an'ı deneyimlemediğinden bu tepkiler spontan değildir. Annenin spontanitesinin bozulduğu süreçte bebek spontan olamaz ve gelişiminde duraksamalar meydana gelir.

### **Önemli Gelişimsel Faktörler Olarak “Spontanite ve Tele”**

Bebek organik bir plasentanın içinden sosyal bir plasentaya doğar ve öncelikle anne daha sonra önemli diğeri bebeğin hayatında ilk sosyometrik örüntüleri belirlerler. Bebeğin içine doğduğu sosyal plasentada spontanite ve tele faktörü çok önemlidir. Isınma, somatik rolde yani bedende gerçekleşir. Dolayısıyla ısınma fiziksel olarak yani eylemle başlar. Bebek burada anne ile temasla ilk rollerini deneyimlemeye başlar. Bu rolleri deneyimlerken bebek ya bu rolleri alır ya bu rolleri eksik ya da yetersiz alır ya da bu rollerden kaçır. Bu durum bebeğin spontanitesinin sağlamlığı ile açıklanır. Bebek bu rolü annenin spontanitesi sayesinde sağlamlıklı deneyimler. Annenin bu süreçte orada bebekle olmaması, bebekle yapmaması ve bebekle hissetmemesi durumunda, bebeğin spontanitesi sağlamlıklı gelişmez.

Bebek bu süreçte somatik rollerden yiyen rolünü cesaretle alır ve bu sayede psişik rollere geçiş sağlar. Psişik role geldiğinde, mutlu olan, öfkelenen, zevk alan gibi duyguları yaşayarak bu duyguları göstermede rol repertuarında yetersizlik yaşarsa, bu duyguları gösteremez, deneyimleyemez. Somatik role geri döner, daha önceden edinmiş olduğu yiyen rolündeki rol repertuarını kullanarak, oradaki duyguları yaşar. Bu durum somatik role gerileme olarak adlandırılır. Spontanite açısından değerlendirildiğinde ise, an'ı yaşamadığından,

o andaki duyguları deneyimleyememiş, önceki rollere gerilemiş olur (Rol Kuramı Semineri, 2013).

Moreno'ya göre insan daha anne karnındayken spontan olarak kendi evreni ile ilişki içindedir. Bu etkileşimleri varoluşunun ilk anından itibaren en azından bir role bağlıdır. Bebeğin başkaları ile nasıl etkileşimler ve ilişkiler içinde olduğu, içine doğduğu sosyal plasentaya ve yaşamının ilk sosyometrik örüntülerine bağlıdır. Annenin bu spontan süreçte yaşadığı kaygı, korku gibi duygular annenin tüm kimyasına etki eder. Bu yaşanan gerginlik bebeği ile iletişimde de olumsuz bir etki yaratır. Böylelikle çocuk da bu gerginliği deneyimlemiş olur.

“Birlikte olma”, “birlikte hissetme” ve “birlikte yapma” deneyimlerini bebek ve anne daha ilk andan itibaren deneyimlemeye başlarlar. Birinci psişik evrende kendini dış dünya yani anne ile birlikte görmeye başlayarak birlikte olma, hissetme ve yapma deneyimini yaşar. Çocuk bu dönemde somatik rolleri sağlamlıklı bir şekilde alabilirse, yeme ile ilgili sıkıntı yaşamaz. Annenin spontan olması ve bebeği ile empati kurabilmesi ile bebek kendini anlaşılabilir hissederek, bu şekilde ihtiyaçlarını karşılar. İlk empati deneyimini yaşamış olur. Bu sayede dış dünya ile benlik bütünlüğü yaşar ve gelecekte de kendine güvenli, diğeri insanların duygu ve davranışlarına anlam verebilen spontan bir birey olur. Annenin sürekliliği, güveni, sıcaklığı, birlikteliği bebeğin rol alma ve oynama aşamalarında önemlidir. Annenin spontanitesi sayesinde, çocuğun sosyal ilişkilerinde başarılı olmasının temeli atılmış olur. Böylelikle bebeğin sahip olduğu yaratıcılık ve spontan davranış, annenin yaratıcılığı ve spontanitesi ile birleşir ve bu birliktelik doğumu olanaklı hale getirir. Bu birliktelik sayesinde, bebekle anne, doğumu birlikte yaşarlar. Var edilen bu beraberlik ve eylem bebeğin ileriki yaşamında aynen devam etmektedir.

Doğum anında, bebeğin bütün evreninde içle dış olanın arasında objeler, psişe ve çevre arasında hiçbir ayırım söz konusu değildir. Bir başka deyişle tek bir oluş, tek bir kimlik vardır. Bebek kendini çevreleyen tüm ortamla birlikte ve anneyle tek bir kimlik olarak yaşar. Daha sonra kendisinin bağımsız bir varlık olduğunu keşfeder. Duygusal olarak karşılanma, yaşanan duyguyu anlayan birilerinin var olması anlamına

gelir. Bu genellikle empati ve aynalama sayesinde var olur. Eğer anne, birlikte var olmayı deneyimleyemiyorsa, iletişim de sınırlıdır. Annenin daha mekanik olduğu durumlarda, çocuğun ihtiyaçlarının karşılanması mümkün değildir. Bu tip anneler çocuklarını, çoğunlukla bilişsel olarak sevildiklerine inandırarak ama sevildiklerini hissettirmeden büyütürler. Bu duygusal uzaklık dokunmamayı da içerir. Bunların hepsi çocuğun benlik gelişiminde de önemli bir role sahiptir. Eleştirel anneye sahip olan çocuklar, genellikle durumları kişiselleştiren, kendi kendileriyle uğraşan, yetersizlik ve utanma duyguları ile kendini yıpratıcı bireyler olurlar.

Bebek, doğumdan sonra annesiyle baş başa kalır ve bu birliktelikle deneyimler yaşamaya başlar (Bowlby, 1959). Annenin onun yanında olup olmadığıyla, yakınlık kurup kurmadığıyla ve en önemlisi bu yakınlıktan mutlu olup olmadığıyla ilgilidir. Bu ilişki onda içsel bir çalışma modeli yaratır. Annenin davranışlarının nasıl olacağına dair beklentiler geliştirir. Kendi davranışlarını da bu beklentilere göre şekillendirir. Bu içsel modeller, bakım verene ilişkin değerlendirmelerle birlikte, çocuğun bakımı hak etmeye ilişkin kendiliğine ait değerini de içerir. Burada yaşadığı deneyimlere bağlı olarak da ilerde karşılaşılabileceği bağlanma ilişkilerinin nasıl olacağına dair bazı beklentilere girer (Ainsworth vd., 2015). Eğer sevgi dolu bir ortamda bakılmışsa kendisinin sevmeye layık olduğunu hisseder ve gelecekte de diğerlerinin ona böyle davranmalarını bekler. Aksine, bu ilişkide reddedilir veya görmezden gelinirse, başkalarının sevgisine layık olmadığı inancını geliştirir ve ilişkiden kaçınır (Page, 2001).

### **Çocuk Psikodramasında Terapistin İyileştiren Rolü**

*“... Top oynamak için topa ihtiyacın yok!  
Gel, güneşi sana fırlatacağım, yakala onu.”  
J. L. Moreno (akt. Altınay, 2021b)*

Çocukların aldıkları tüm roller, yaşadıkları sorunlara ya da gelişimlerine dair pek çok bilgiyi içerir. Somatik roller tüm rollerimizin kaynağını oluşturur ve bu, anneden kaynak alır. Anne tarafından dikkatlice tanınıp, doyurulup, nasıl oynanacağı özgürce öğretilirse bebek, rolleri almakla ilgili bir sorun yaşamaz. Çocuk rolü

cesaretle aldığı anda, o rolde spontan bir yaratıcılıkla rolü yaratır. Buradaki en önemli unsur ise annedir (Altınay, 2021b). Hayatta cesareti verecek olan ve yeteri kadar özgürlük alanı açanın anne olduğu düşünüldüğünde ise onun çocuk psikodramasındaki karşılığı terapisttir. Çocuk psikodramasında terapist, çocuk için orada var olarak onunla hissedilen, yapan, olan haliyle çocuğun güvenli bağlanma temellerini atmasına yardımcı olan bir sembol konumu taşır. Daha önce bu deneyimi yaşayamayan çocuklar için bu son derece iyileştirici bir etkidir (Altınay, 2021b).

Terapist, çocuğun bakım vereninin temsili aktarımı konumundadır. Bebeklerin psişik dünyası bakım verenleri ile kurdukları ilk nesne ilişkileri sayesinde oluşur. Rol öğrenme, bu şekilde gerçekleşir. Bebek, bakım verenin tüm duygularını, onu izleyerek ruhsal dünyasına dahil eder. Yaşı ilerledikçe de, burada hissettiği ya da ona hissettirilen tüm duyguları, gösterilen davranış ve tutumları içselleştirerek, kendi rol repertuarını oluşturur. Bebeğin ruhsal aygıtının matriksi bu şekilde oluşur. “Bebek bir mucizedir, onun üstünde yaptığımız her etki bu mucizeyi ya köreltmekte ya da desteklemekte ve geliştirmektedir” (Altınay, 2021b). Bu açılarından bakıldığında terapist, çocuğun ruhsal matriksine dahil olan ve rol repertuarının genişlemesine destek olan konumundadır. Bu nedenle de çocuk ve terapist arasındaki biricik ilişki son derece önemlidir.

İyileşme süreci hem bu ilişkiye, hem de çocuğun kendini iyileştirebilme gücüne bağlıdır. Bu ilişkinin özü kabul ve anlayıştır; yani çocuk ne yaparsa yapsın, ne derece yoğun duygular hissederse hissetsin, terapisti tarafından yargılanmayacağını, reddedilmeyeceğini, aksine anlayış, kabul ve değer göreceğini hissettikçe, kendini sürece daha rahat bırakmaya ve iyileşmeye başlar.

Çocuklara yardım süreçlerinden en önemlisi oyundur. Oyun çocuğun iç dünyasını anlamamızda önemli bir yoldur (Cohen, 2020). Çocuklar, oyun sayesinde duygularını canlandırarak yaşarlar. Oyun, spontaneiteyi geliştirir. Çocuk psikodraması bu anlamı ile yapısında önemli üstünlükleri barındırmaktadır.

Çocuğun bilinç ve bilinçdışı dünyasına girmekte hızlı ve etkin bir araçtır. Zaman zaman yönlendirici yapıdaki oyun, çocuğun içinde bulunduğu duruma ulaşmayı kolaylaştırır. Gücünü ise eylem, grup, spontanite ve yaratıcılıktan alır. Yaşadığımız her durumun bir eylemi vardır. Bu eylem olmadan o durumlar çoğu zaman bir anlam ifade etmez. Eğer bir davranışı değiştirmek, düzeltmek ya da gözlemlemek ve tanımlamak istiyorsak o davranışı sözü ve eylemi ile birlikte görmemiz gerekir. Bu durum çocuk psikodramasının en önemli avantajlarından biridir. Çocuk için deneyimlenen önemli konunun üstünde durmak, onu özenle ele almak ve derindeki meseleyi fark edebilmek, meselenin kökenlerine inmek ve dolayısıyla çözüme ulaşmak, olarak tanımlanabilir. Bu açılardan bakıldığında psikodrama, terapistin en aktif şekilde varlığını gösterdiği sistemlerden biridir.

Moreno “Çocuklar ve deliler, spontan insanların en önemli iki grubudur. İçlerinden gelen her şey onlarda yüzeyde ve şeffaftır. Duyguları eylemlerindedir ve eylemleri varoluşlarının özüdür.” der (Moreno, 1956, akt. Altınay, 2021a, s.87). Çocuklar yaşadıkları travmatik, üzücü olayları, duygularını, beklentilerini, sahnede canlandırma şansına sahip olurlar. Dolayısıyla eylem bize arınmanın da kapılarını açar. Çocuklar çok öfkelenmelerinde sadece düşünce ile tepki vermezler. Bu öfkeyi eylem ile birlikte göstermeye ihtiyaç duyarlar. Çünkü çocuğun hafızası eylemindedir ve bu da ancak psikodrama içinde gerçekleşir (Altınay, 2021b, s.29).

Çocuk psikodramasında, terapist çocuğa güvenli bir ortam ve ilişki sunar. Psikodramatist, çocuk gruplarında kontrol, adalet, enerji ve umudun sembolüdür (Altınay, 2021b). Çocuk terapist eşliğinde kendi için uygun sahneyi yaratır, daha önce deneyimlemediği rolleri deneyimler ve tüm bunları terapistin yönetiminde yapar. Bu süreçte terapist çocuğa dikkatle eşlik eder, oyununun özündeki anlamları fark etmeye çabalar, duygularını fark etme ve düzenleme yolunda çocuğu destekleyici bir rol üstlenir. Çocuk psikodramasında çocuğun hissettiği bu güven, psikodrama oturumlarında terapistin ve tüm grubun güven veren yanına temas etmeleri olarak kendini gösterir. Grup, çocuğa yeni olan deneyimleme ortamını sunar. Aynı zamanda bu sayede yalnız olmadığı duygusunu da deneyimlemiş olur. Sadece bu gerçekçi ortamın

bile çocuk için çok önemli tedavi edici bir etkisi vardır.

Çocuk psikodramasında süreç, çocuğun benzersiz yaşam öyküsünü ve bakış açısını anlayarak, onu güçlendirerek, güvenli ilişkiler kurarak ve onun kişisel varlığına saygı duyarak, çocuğu kabul etmeyi ve ona saygı duymayı içerir. Terapist çocuğun ruhsal ihtiyaçlarını doğru bir şekilde anlayıp uygun tepkiyi verdiğinde, çocuk en zor duygu ve deneyimlere bile kendi hızında yaklaşmaya başlar ve birçok zorluğun üstesinden gelir (Norton, 2002). Çocuk, gruptaki tüm bu öğrenmeleri ve deneyimleri bazı temel teknik ve kavramlar sayesinde deneyimler. Bunlardan en önemlisi aynadır. Ayna tekniği, çocuğun kendisine dışarıdan bakmasını sağlar. Kendisine dışarıdan bakma deneyimi çocuğa anne tarafından kazandırılır, ya da tam tersi şekilde kaybettirilir. Terapist, grupta yeni bir ebeveyn figürü olarak işlevi yerine getiren kişidir (Altınay, 2021a). Diğer bir temel teknik ise eşlemedir. Çocuk, eşleme sayesinde birlikte olma, birlikte hissetme ve birlikte yapma süreçlerini deneyimler. Bu teknik, çocuk ile terapist ve çocuk ile grup arasında köprü işlevi görür. Bu sayede çocuklar yeni rollerini anlamlandırıp, bu rolle ilgili iç görüye sahip olurlar. Terapist grupta bu etkiyi rol eğitimi üzerinden sağlar. Bu anlamda da yine anne-çocuk ilişkisindeki öğrenme sürecine çok benzemektedir. Çocuklar, anne ile deneyimlemedikleri bu süreçleri, grupta terapistin varlığı ile deneyimler.

Çocuk psikodramasında terapist, tıpkı ideal bir anne çocuk ilişkisinde olduğu gibi insanın koşulsuz bir halde kendi olabilmesine izin veren en güvenli alandır. Bu sayede çocuklar buradan aldıkları güvenle yaratıcılıklarını ortaya koyabilirler. Kendi öykülerine bakabilir, yeniden ve kendi isteklerine göre oynayabilir ve şifalanarak yeni rollerini deneyimleyip, rol yaratabilme aşamasına geçebilirler.

## Kaynakça

---

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (2015). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. *Psychology Press*, 4-28.

Altınay, D. (2013). Rol Kuramı ve Psikopatolojik Bozukluklar, *Seminer Notları*.

Altınay, D. (2021a). *Psikodrama Grup Psikoterapisi El Kitabı*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Altınay, D. (2021b). *Çocuk Psikodraması, Çocuk Psikoterapisinde Yaratıcı Bir Sistem*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Bowlby, J. (1959). Separation Anxiety. *International Journal of Psycho-Analysis*, 41, 1-25.

Cohen, L. (2020). *Oyuncu Ebeveynlik*. Ankara: Görünmez Adam Yayıncılık.

Hamburger, W. W. (1951). "Emotional Aspects of Obesity", *Med. Clin. North Am.*, 35, 483-499.

Klein, M. (2012). *Sevgi, Suçluluk ve Onarım*. İstanbul: Kanat Yayıncılık.

Norton C., & Norton, B. (2002). *Reaching Children Through Play Therapy*, 2nd Edition. United States: *White Apple Press*.

Page, T. F. (2001). Attachment and personality disorders: Exploring maladaptive developmental pathways. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 18(5), 313-334.

Schore, A. N. (2001). Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22(1-2), 7-66.

**Ecem Demirel**  
**Uzm. Klinik Psikolog**  
**Eğitmen Psikodramatist /Süpervizör**

Ecem Demirel, Lisans eğitimini İstanbul Bilgi Üniversitesi – Psikoloji Bölümü’nde 2012 yılında tamamlamıştır. 2014-2016 yılları arasında tamamladığı Okan Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans eğitimi esnasında, üniversiteye bağlı danışmanlık biriminde süpervizyon eşliğinde danışan görmüştür. Yüksek lisansını “Psikososyal Faktörlerin Ergen Obezitesindeki Rolü” isimli proje ile tamamlamıştır. 2019 yılında İstanbul Bilgi Üniversitesi’nde başladığı ikinci yüksek lisansı olan "Travma ve Afet Çalışmaları Uygulamalı Ruh Sağlığı" yüksek lisans programını tamamlamıştır. 2012 yılında İstanbul Psikodrama Enstitüsü / İstanbul Uluslararası Zerka Moreno Enstitüsü’nde başladığı Psikodrama eğitiminin temel aşamasını 2016 yılında tamamlamıştır. 2018 yılında, Psikodrama Eğitimi’nin üst aşamasını “Somatik Rol Gelişim Aşamasında Obezitenin Oluşmasına Neden Olan Anne-Çocuk İlişkisi (Bir Rol Patolojisi Denemesi)” tez konusu ile tamamlayıp, Psikodramatist ünvanını almıştır. 2020 yılında başladığı Psikodrama Eğitici Eğitimini Haziran 2022’de tamamlayarak, Eğitmen Psikodramatist ünvanını almıştır. İstanbul / Şişli’deki ofisinde çocuk-ergen ve yetişkinlerle çalışmaktadır. Aynı zamanda İstanbul Psikodrama Enstitüsü’nde Çocuk Psikodraması Biriminde hem psikodramatist hem de süpervizör olarak yer almaktadır ve İstanbul Psikodrama Enstitüsü, İletişim Koordinatörüdür.

# THERAPIST, AS A ROLE MODEL AND THEIR HEALING EFFECT IN CHILD PSYCHODRAMA

---

*Ecem Demirel, MA  
Clinical Psychologist  
Psikodrama Trainer/ Supervisor*

## ABSTRACT

Moreno has made the first strides in fundamentals of Psychodrama Group Therapy thanks to the games he played with children in the gardens of Vienna. Action, spontaneity and creativity, which are the fundamentals of Psychodramatic Theories, were discovered thanks to what transpired during these games he played with said children. During these games, Moreno has also given the children a chance to choose their own mothers-fathers. This chance of recreation and decision-making has a healing and transformative effect on them. Thus Child Psychodrama is chief among some of the most important processes that support child creativity and spontaneity.

The therapist plays a substantial role in Child Psychodrama. They provide the child with a safe environment and relationship.

That way the child creates the most suitable scene for themselves, experiences the roles that were previously not experienced, and does all of this under the management of the therapist. The therapist's presence within the group provides a safe space that permits a person to be themselves in an unconditional way, similar to an ideal mother-child relationship. Thus, the children can put forward their creativities thanks to said safety. They can have the opportunity to re-experience their own stories in a much healthier fashion. This article focuses particularly on the relationship with the mother during personality development and how this relationship is structured through the therapist, and also the healing factor within the relationship the child forms with the therapist as a role model.

**Keywords:** *Child psychodrama, play, role*

## Maternity As An Important Role (Mother Who Creates Us)

According to Moreno, roles are the tiniest units of function in society. There are roles in and every aspect of life, however their success is dependent on spontaneity (Altnay, 2021a).

The woman who senses and learns of their pregnancy begins to experience some changes and adopt the role of "mother". Among the role's constituents is also the mother's need to prioritize their child's needs. This role requires complete dedication to one's infant. A good mother shares their warmth with their child whenever they are cold, or provides them with milk from their own

breast whenever they are in need of sustenance. This is the basis of devoting yourself to someone.

From a biological perspective, the mother is a part of our personality, psychology and our entire being. It is the base layer upon which our existence stands. All of the following; what kind of person we are, how we see ourselves, our self-regard and our beliefs towards relationships, are all created by our mother. Even though it is not only the mother who is the sole influence in said processes, the interaction between us and our mother is the most fundamental building block in



that regard. Mother's presence and love is undeniably important. When the mother is there with real love, the mother's heart and milk is indistinguishable for the baby. In situations when the mother is not present, her milk also loses its nutritional value. The mother who puts her own emotions aside and is there for their child can use her spontaneity to its full extent. Only then can she feel along with her child. Thus the baby is introduced to many positive features which will be added to his/her later years in life, thanks to the positive feelings he/she received from the mother. The baby feels a complete and utter admiration when the mother sufficiently tends to his/her needs. Since positive feelings towards the mother is beneficial for attachment towards the child, it is of great importance, both psychologically and developmentally. According to Winnicott, the first step for being a good mother is the ability to adapt to the child. (Hamburger, 1951). The mother keeps completely fulfilling the child's needs and afterwards gets the child going on a path leading to the latter's individuality in order for him/her to learn new behaviors, develop new skills and face desperation and disappointments (Klein, 2012).

According to Moreno, the baby is in a spontaneous relationship with the outside world while he/she is in utero. As of birth, the baby is an active, behavioral being who experiences things in his/her own body. Even in the earliest stages of development, the baby is interacting with the universe he/she belongs in. The kinds of relationships the baby forms is dependent on the way of communication, the social placenta in which he/she was born, and the first sociometric patterns of life. These sociometric patterns and the people who exist in the baby's social placenta are what is called the baby's identity matrix.

When defining the notion of role, Moreno asserts that they are marks from all of life's dimensions and aspects. Moreno's notion of role mentions the existence of two main features for personality development. First of which being; development

of interpersonal, social and emotional relationship abilities, and the second being the experiences gained at the time of role development (Theory of Role Seminar, 2013). During the baby's early stages of development, the fundamentals which determine our health are shaped. The mother's role is imperative during this process. The baby is aware of his/her needs and uses his/her own spontaneity to fulfill them. The spontaneity in infancy will persist all the way to adulthood and the person will fulfill their needs in the same way using their spontaneity. The babies whose spontaneities are somehow inhibited during this process of development will either fail to fulfill their needs during adulthood, or exhibit conservative (acquired) behavior that fulfill their unhealthy needs. These behaviors will remain as teachings from their mother or a similar caretaker.

### **“Child Development” Within The Scope of Role Theory**

According to role theory, the physical proximity between mother and child lays the foundation for the entirety of the relationships the child will form when passing to the psychic and social componental stage from the somatic stage. The body is where this data is stored. The records of what we first learned about life are located here. The baby who has not yet learned how to speak will start forming relationships using the body and expresses his/her needs through it. Similarly the interactant, the mother, also responds physically. This relationship between mother and child is the single most important thing that enables all other relationships to be formed and persist. Therefore returning to this first stage where the baby first experiences the body and physicality, and contacting the body's memory is only possible through action. Action is the language of the body. The roles here are somatic in nature. If the person experiences difficulty in this role they are experiencing for the first time, they will also equally be hard pressed in acquiring other roles. So a baby who faces difficulty with the somatic role of “eater” will

also face similar difficulties in their later years with social roles such as “lover” or “espouser”, thus the person will feel the need to regress to the somatic role of physical expression.

As stated in Moreno’s role theory; these physical reactions and difficulties which are planted during the development of somatic roles will cause some forms of difficulty in the development and experimentation of every other role. This difficulty will also hinder the healthy development of emotional experiences and further expected social roles all the while the postnatal somatic roles are in development (Moreno, 1953; as cited in Altinay, 2021a).

The baby’s primary interactions with the mother stem from physical needs. However, fundamentally there is a much deeper correlation than just the fulfillment of physical needs. The first nourishment, satiety and pleasure are possible thanks to contact with flesh. The pleasure of the developing flesh, the sexual stimulation of one’s physical and personal limits lead to suppression and loss of memory, however these emotions are kept in the body’s memory banks and show themselves somatically. With the first contact being through flesh, we can say that every touch can be related to commitment. Due to the baby not being able to exist independently, there needs to be commitment between the baby and the caregiver, especially the mother, for the baby to continue living. Thanks to this commitment, the baby’s needs are able to be fulfilled. These needs are primarily physical, and later on emotional. The latter meaning the baby’s need for love, attention and proximity. In the process of fulfillment of physical needs, there needs to be contact and touching between the mother and the baby. This experienced process will bring to mind the notions of being together, doing together, and feeling together (Schore, 2001).

The care the mother forms is unique to the baby, and this is the first step for the mother-baby unison. As this is accomplished through physical

contact, this unison is planted in the baby as so. Whilst the baby experiences all these processes, it continues cementing the trusting relationship with the mother. The formation of this emotion is contained in the first psychic universe, and takes place in the first role the baby experiences, the somatic role. In this first psychic universe the baby experiences the “everything is real” phase. During this phase the baby is unaware of the outside world, and perceives his/herself and the mother as a whole, as one. The baby is unaware that the mother is a separate entity. In terms of the body, it is still the same issue. His/her body and the mother’s body are perceived as one. Since somatic role is the primary experienced role in this process, the rest of the roles acquired in the remainder of his/her life are shaped accordingly. All of the baby’s so-named physical needs which include eating, drinking, touching etc. are defined as somatic roles. The fashion in which these needs are fulfilled determines the healthiness of said role. In that case, the somatic role in primary acquisition is extremely important. As the behaviors, attitudes and reactions exhibited during one’s interaction with others are experienced physically, we can say that they are somatic as well. Thus the body and mind are one.

While role development is ongoing, as the baby learns of him/herself, he/she also begins to separate other people and objects, and most importantly, realize the existence of the outside world. The separation of “me” and “other” is formed. The baby first experiences this perception with the mother, and perceives her as different from him/herself, and a different entity within herself. Even though the baby realizes the mother to be a different person, the process of “being an extension” still continues. The baby who notices the existence of the mother now perceives that the mother is in a different role and at this point, starts to differentiate from the latter.

During this process, the baby shifts to the role of the mother—which is the most important factor in his/her development of identity- and looks at and

experiences him/herself from that role. Shifting to the mother's role afterwards experiencing role-shifting allows one to complete the lacking or incomplete sides of their identity development, to look at themselves from the outside and heal their unhealthy demeanors. While role-shifting is experienced, the mother-baby are in the process of role interaction. During this stage the baby experiences three very important things; being together, doing together, and feeling together. These experiences all depend on the existence of physical contact with the mother. The negative emotions and moments that are faced during this process stay in the body as somatic memories. The baby who sees him/herself as one with the mother plants the mother's actions and her demeanor towards the former in his/her own body.

There are three important notions in Moreno's philosophy; Locus nascendi, Status nascendi and Matrix. The baby's locus is the mother's womb and placenta, the status is the process of fertilization of the egg, and the matrix is the developing embryo. One cannot be without the other (Altınay, 2021a). The mother sometimes go towards conservative, or previously defined and known, behaviors. She starts to feed the baby reactions which she does not want to or even feel, due to what she might have heard from her environment, her prejudices, her personal concerns and misinformation. Because the mother is not experiencing the current moment at that time, these reactions are not spontaneous. In the process where the mother's spontaneity is corrupted, the baby cannot be spontaneous and there will be massive halts in the latter's development.

### **“Spontaneity and Tele” As Important Developmental Factors**

The baby is born from an organic placenta to a social one and primarily the mother, followed by others, determine the baby's first sociometric patterns in his/her life. The factors of spontaneity and tele are very important in the social placenta

in which the baby is born. Warming up occurs in the body, as in a somatic role. Thus it begins physically with an action. It is here where the baby starts to experience his/her first roles thanks to the physical contact with mother. Whilst doing so the baby either takes the roles in fully, takes them in partially or outright avoids them. This situation can be explained by the healthiness of the baby's spontaneity. The baby experiences this role in a healthy manner thanks to the mother's spontaneity. In case the mother is not present with the baby to be, do and feel together with the baby, the baby's spontaneity cannot develop in a healthy way.

During this process the baby adopts the role of eater with courage, and thus allows for passage towards psychic roles. When the baby does so, even though he/she faces difficulty in his/her role repertoire while expressing emotions such as being happy, being angry or being pleased, the baby cannot rightfully express or experience said emotions. The baby regresses to the somatic role in which he/she previously acquired the role of “eater”, and using the role repertoire from that same previous role, experiences the aforementioned emotions in that way. This situation is called regression to somatic role. In terms of spontaneity, as one cannot experience the moment, they cannot experience the emotions in that moment, hence regressing to previous roles (Theory of Role Seminar, 2013).

According to Moreno, humans are spontaneously in a relationship with their own universes whilst in the womb. These interactions are connected to at least one role since the first moment of their existence. The kinds of relationships the baby forms is dependent on the way of communication, the social placenta in which he/she was born, and the first sociometric patterns of life. Emotions such as anxiety or fear the mother experiences during this spontaneous process affect her whole chemistry. This anxiety also negatively effects their communication with the baby. And thus the baby experiences the same anxiety.

The baby and the mother both experience “being together”, “doing together”, and “feeling together” since the very first moments. The baby is first exposed to said experiences during the first psychic universe when he/she sees him/herself and the mother as one. If the baby can acquire the somatic roles during said process in a healthy way, then he/she will have no trouble with eating. With the mother being spontaneous and emphasising with the baby, the latter feels understood and thus is able to fulfill his/her needs. The baby is exposed to his/her first moment of empathy in this way. Thus he/she feels unity with the outside world and grows up to become a self-confident, spontaneous person who can properly construe healthy meanings for other people’s emotions and behavior. The mother’s continuity, her trust, her warmth and her synergy is very important for the baby’s role-adopting and playing stages. Thanks to the mother’s spontaneity, the foundation of success in the child’s social relationships are laid. Thus the baby’s creativity and spontaneous behavior are combined with those of the mother and this combination makes it possible for childbirth. Thanks to this combination, the mother and baby experience childbirth together. This combination that is created and the action is able to persist in a similar manner later in the baby’s life.

During childbirth, there is no separation between what is in and out within the baby’s universe and the objects, the psyche and the environment. In other words, there is one single entity, one single identity. The baby lives as a single identity with the mother, along with the whole environment that encircles him/her. Later on he/she discovers that they are an independent entity. Emotional reception means the existence of people who understand the emotion experienced. This is generally achieved through empathy and mirroring. If the mother cannot experience existing as one, then communication is limited. It is not possible for the child’s needs to be fulfilled while the mother is still mechanic. Most of the time, these types of mothers raise their children

by making them believe they are loved, but without making them feel loved. This emotional distance also includes lack of physical contact. All of these have an important role in the development of the child’s individuality. Those who have critical mothers are generally children who personalize situations, pick on themselves and wear themselves out with emotions of inadequacy and shame.

The baby is left face to face with the mother after birth and start experiencing things in unison (Bowlby, 1959). These experiences are related to whether or not the mother is present, whether or not she has formed a close bond with her child and whether or not this bond makes her happy. This relationship creates an internal working model in the baby. It shapes expectations as to how the mother will behave, and in turn shapes his/her own behaviors accordingly. These intrinsic models include the baby’s self-worth in terms of deserving care, as well as evaluations towards the caregiver. The baby is also in anticipation for how his/her future commitments will turn out based on said experiences (Ainsworth etc., 2015). If the baby is upbrought in a loving environment, then he/she will feel deserving of love and will expect others to behave as such towards them in the future. On the contrary, if the baby is rejected or ignored then the feeling of being undeserving of love develops, followed by avoidance of commitment (Page, 2001).

### **The Therapist’s Healing Role During Child Psychodrama**

*“... You don’t need a ball to play ball!  
Come, I’ll toss you the Sun, catch it.”  
J. L. Moreno (as cited in Altunay, 2021b)*

All of the roles children adopt include various information regarding their world or their development. Somatic roles make up the root of all of our roles and this takes root from the mother. If the baby is carefully acknowledged, fully fed and freely taught how to play, then the baby will have no problem in role acquisition.

When the child acquires the role with courage, he/she does so with a spontaneous creativity. The most important element here is the mother (Altnay, 2021b). Considering it is the mother whose job it is to provide courage and adequate free space for the child in life, its equivalent in child psychodrama is the therapist. The therapist in child psychodrama is a symbol of being together, feeling together, and doing together with the child which helps cement trustful commitment within the child as he/she is. This has a very soothing effect for children who have not previously experienced this (Altnay, 2021b).

The therapist is in a position of represented transfer of caregiver to the child. The baby's psychic worlds are formed thanks to the very first object relations they form with their caregivers. As such, role acquisition takes place. The baby surveys the caregivers and their entire emotions as to assimilate them to his/her own spiritual world. As the baby grows he/she creates their own role repertoire by internalizing all of the feelings, emotions and behaviors, including those which were both felt directly and indirectly. The matrix of the baby's psychic apparatus is formed as so. The baby is a miracle, and every impact we make upon it is either dampening or supporting and developing said miracle (Altnay, 2021b). In accordance, the therapist is in a location where they are included in the child's spiritual matrix and they are supportive of the development of their role repertoire. Thus the unique relationship between child and therapist is of utmost importance.

The process of healing depends both on this relationship, and on the child's willingness to improve him/herself. The essence of this relationship is acceptance and understanding; as in, whatever the child does, no matter how many intense emotions they feel, as they start to feel that they will not be judged or rejected by the therapist, and on the contrary, accepted, understood and valued, then the child will learn

to let themselves relax during the process and actually heal.

Games are the most important processes in the process of helping children. It is a significant way of understanding their inside world (Cohen, 2020). Children animate their emotions via games. Games develop spontaneity. In accordance, child psychodrama carries superiority in its construction. It is a rapid and effective tool for entering the child's cognitive and subliminal mind. A game that is somewhat leading from time to time can ease the child's struggle to reach the current situation they are in. It is empowered through action, group, spontaneity and creativity. Every situation we face has an action. Usually without it, these situations carry almost no meaning. If we aim to change, correct and/or observe a behavior, then we need to see it together with the action. This is one of the many advantages of child psychodrama. It can also be defined as underlining the important subject the child has experienced, emphasizing with it and being able to realize its deeper meaning, getting to the bottom of things and as a result, reaching a conclusion. As such, psychodrama is one of the systems in which the therapist shows their existence in the most active way possible.

According to Moreno, children and lunatics are the two most important groups of spontaneous humans. Everything they feel like doing is on the surface and transparent. Their emotions are in their actions and their actions are an essence of their existence (Moreno, 1956, as cited in Altnay, 2021a, p.87). Children have the opportunity to visualize on stage their traumatic, sad experiences, their emotions and expectations. Thus action opens the door to catharsis. Children do not react with only their thoughts when they are angry. They feel the need to express said anger alongside an action, because the child's memory is in his action and that can only take place in psychodrama (Altnay, 2021b, p.29).

In child psychodrama, the therapist presents the child with a secure environment and relationship. The psychodramatist is the symbol of control, justice, energy, and hope in child groups (Altınay, 2021b). The child shapes themselves a scene fit for themselves with the aid of the therapist, experiences the roles previously unacquired and does so with the management of the therapist. During this process the therapist carefully accompanies the child, tries to notice the actual meanings in the game's essence, and adopts a supportive role which helps the child on the path to realizing his/her emotions and regulating them. This trust the child feels during child psychodrama manifests itself as if a therapist is contacting an entire group during psychodrama sessions. The group presents the child with a setting for experiencing, which is brand new. Moreover, the child also experiences the feeling that they are not alone. Even just this realistic environment can have a significant healing effect for the child.

The process of child psychodrama includes accepting and respecting them by way of understanding their unique life story, strengthening them, forming trustful relationships and respecting their individual existence. When the therapist correctly understands the child's mental needs and reacts accordingly, the child begins approaching even the hardest emotions and experiences in his/her own pace and overcomes many hardships (Norton, 2002). The child experiences all of these teachings and situations thanks to certain fundamental techniques and notions, chief among which is mirroring. The mirroring technique allows for the child to look at themselves from an outside perspective. This experience is actually gained, or otherwise lost, thanks to the mother. The therapist is the person who functions as a new parent figure (Altınay, 2021a). Another fundamental technique is matching. The child experiences being together, feeling together and doing together thanks to matching. This technique serves as the bridge

across child and therapist, and child and group. Thus children can give meaning to their new roles and acquire intuitions about them. The therapist provides this effect via role teaching. In this regard, it is quite similar to the learning process seen in mother-child relationships. Children can experience these processes, which they were unable to with their mothers, with the presence of a therapist.

Therapist in child psychodrama is the safest area that permits one to be one's self unconditionally, just like an ideal mother-child relationship does. Thus, children can exhibit their creativity with the trust they have gained. They can look at their own stories, rewrite and replay them as they see fit, heal as they experience new roles and move on to a role-creating phase.

## References

---

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (2015). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. *Psychology Press*, 4-28.
- Altınay, D. (2013). Rol Kuramı ve Psikopatolojik Bozukluklar, *Seminer Notları*.
- Altınay, D. (2021a). Psikodrama Grup Psikoterapisi El Kitabı. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Altınay, D. (2021b). *Çocuk Psikodraması, Çocuk Psikoterapisinde Yaratıcı Bir Sistem*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Bowlby, J. (1959). Separation Anxiety. *International Journal of Psycho-Analysis*, 41, 1-25.
- Cohen, L. (2020). *Oyuncu Ebeveynlik*. Ankara: Görünmez Adam Yayıncılık.
- Hamburger, W. W. (1951). "Emotional Aspects of Obesity", *Med. Clin. North Am.*, 35, 483-499.

Klein, M. (2012). *Sevgi, Suçluluk ve Onarım*. İstanbul: Kanat Yayıncılık.

Norton C., & Norton, B. (2002). *Reaching Children Through Play Therapy*, 2nd Edition. United States: White Apple Press.

Page, T. F. (2001). Attachment and personality disorders: Exploring maladaptive developmental pathways. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 18(5), 313-334.

Schore, A. N. (2001). Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22(1-2), 7-66.

---

**Ecem Demirel, MA**  
*Clinical Psychologist*  
*Trainer Psychodramatist /Supervisor*

Ecem Demirel is an alumni of Istanbul Bilgi University – Psychology Department where they have completed their undergraduate study in 2012. Whilst studying at Okan University’s Clinical Psychology postgraduate program in 2014-2016, they have received clients in the company of a supervisor within the university’s own counselling department. They have completed their postgraduate study with a project

named “Role of Psychosocial Factors on Adolescent Obesity”. In 2019 they have completed a second postgraduate program of “Applied Mental Health Trauma and Disaster Studies” in Istanbul Bilgi University. In 2016, they have completed a preliminary degree in Psychodrama training at Istanbul Psychodrama Institute / Istanbul International Zerka Moreno Institute which they have enrolled in 2012. In 2018 they have completed an upper stage in Psychodrama training with a thesis on “Mother-Child Relationship Which Causes Obesity in Somatic Role Development Stage (A Role Pathology Experiment)” and has received the title of Psychodramatist. In 2022, they have completed their training in Psychodrama Instruction for which they have enrolled in 2020, and have received the title of Instructor Psychodramatist. They are currently working in their private Office in Istanbul / Şişli with child-adolescents and adults. Moreover, they are employed as a psychodramatist and a supervisor at Istanbul Psychodrama Institute and is also known as the Istanbul Psychodrama Institute Communication Coordinator.