Editöre Mektup
Letter to the Editor
Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry 2026; 18(Suppl 1):640-643
doi: 10.18863/pgy.1925596

Bağımlılık Tedavisinde Tiyatro Temelli Müdahaleler: Klinik Gözlemler ve Çıkarımlar

Theater-Based Interventions in Addiction Treatment: Clinical Observations and Implications

Mustafa Danışman[1]

[1]Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Ankara

Sayın Editör,

Alkol ve madde kullanım bozuklukları, bireyin olumsuz sonuçlarına rağmen madde arama ve kullanma davranışını sürdürmesiyle seyreden, kronik ve yineleyici nitelikte ruhsal bozukluklardır. Yapılan çalışmalar, detoksifikasyon tedavisi sonrasında hastaların önemli bir bölümünde ilk 3–12 ay içinde yeniden madde kullanımının görüldüğünü ve bu nükslerin çoğunun taburculuğu izleyen ilk 30–90 gün içinde ortaya çıktığını göstermektedir (Kaya ve ark. 2021). Bu durum, kısa süreli detoksifikasyonun uzun dönem ayıklık için yeterli olmadığını ve arındırma sonrası yapılandırılmış rehabilitasyon programlarının gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Bağımlılık tedavisinde psikososyal müdahaleler; duygu düzenleme becerilerinin geliştirilmesi, sosyal işlevselliğin artırılması, riskli ortamlardan uzak durma becerisinin kazandırılması ve tedaviye bağlılığın güçlendirilmesi açısından temel bir rol oynamaktadır (Wang ve ark. 2023). Bununla birlikte, ülkemizde bağımlılık rehabilitasyon hizmetlerinin sınırlı olması, özellikle taburculuk sonrası dönemde hastaların izlemden kopması ve erken nükslerin ortaya çıkması gibi önemli klinik sorunlara yol açmaktadır.

Sanat temelli psikososyal müdahaleler, bireylerin kendini ifade etme, duygu düzenleme ve sosyal etkileşim becerilerini geliştirmeye yönelik yenilikçi yaklaşımlar arasında yer almaktadır. Özellikle tiyatro ve drama çalışmaları; katılımcıların rol alma, empati geliştirme ve yaşantılarını sembolik düzlemde ifade etme süreçleri aracılığıyla psikososyal iyileşmeye katkı sağlayabilmektedir (Fenech 2009, Zakaria ve ark. 2024). Tiyatro temelli müdahalelerin; sosyal etkileşimi artırma, bilişsel süreçleri destekleme (örneğin ezberleme ve rol alma) ve bireylere yapılandırılmış, anlamlı aktiviteler sunarak yeni roller ve rutinler kazandırma yoluyla iyileşme sürecine katkı sağlayabileceği bildirilmektedir (Wasmuth ve Pritchard 2016, Jennings ve ark. 2017). Bu özellikler, özellikle erken iyileşme döneminde görülen yapısal boşlukların doldurulması açısından önem taşımaktadır (Hoxmark ve ark. 2012).

Klinik gözlemlerimiz, literatürde tanımlanan psikososyal güçlüklerle uyumlu olarak, bağımlı hastaların duygu düzenleme, kendini ifade etme, sosyal etkileşim ve aidiyet alanlarında belirgin zorluklar yaşadığını göstermektedir (Berking ve Wupperman 2012). Bu ihtiyaçtan hareketle, ilki 19 Nisan 2022 tarihinde olmak üzere, bağımlılık temalı ve metinleri tarafımca yazılan "Metamorfoz", "Ayağındaydı Başım", "Hayat Birlikte Güzel" ve "Ne Söylesem" adlı tiyatro oyunları, yaklaşık dört yıllık süreçte hastalar ve sağlık çalışanlarının katılımıyla sahnelenmiştir. Bu gösterilerden biri 14. Ulusal Alkol ve Madde Bağımlılığı Kongresi kapsamında sunulmuş; diğerleri ise ilimizdeki farklı tiyatro sahnelerinde izleyiciyle buluşturulmuştur. Bu çalışmaların bir örneği olarak, son gösterimiz 02.02.2026 tarihinde Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi'nde sahnelenmiştir. Bununla birlikte, bu uygulamaların planlanması ve yürütülmesi süreci yalnızca terapötik kazanımlar değil, aynı zamanda klinik ve operasyonel açıdan çeşitli zorlukları da içeren çok boyutlu bir deneyim sunmuştur.

Yazışma Adresi / Address for Correspondence: Mustafa Danışman, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Alkol ve Madde Bağımlılığı Tedavi ve Araştırma Merkezi (AMATEM), Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ankara, Ankara, Türkiye **e-mail:** mustafa.danisman@sbu.edu.tr
Geliş tarihi/Received: 08.04.2026 | **Kabul tarihi/Accepted:** 11.06.2026

Kliniğimizde yatış süreleri öncelikle hastaların klinik gereksinimlerine göre belirlenmekle birlikte, birimin yataklı bir rehabilitasyon merkezi olmayıp arındırma hizmeti sunması nedeniyle bu süreler, hizmete erişim ve hasta yoğunluğu gibi sistemsel dinamiklerden de etkilenmektedir. Bu çerçevede, zaman içinde hem klinik uygulamalar hem de hasta beklentileri ve uyumları doğrultusunda kliniğimizde yatış süreleri çoğunlukla yaklaşık 3–4 hafta arasında değişmektedir.

Bununla birlikte, tiyatro temelli grup çalışmasının yürütüldüğü ilk uygulamamızda, gönüllü olarak seçilen katılımcılarla önceden görüşülerek daha uzun süreli bir yatış planlanmış ve hastalar, haftada üç gün bir drama eğitmeni eşliğinde yürütülen tiyatro provalarını da içeren yaklaşık üç aylık bir süreç boyunca klinikte izlenmiştir. Bu sürecin planlanmasında, tiyatro gösterimine yönelik hazırlık süreci ile paralel biçimde, bağımlılık tedavisinde önemli bir klinik hedef olan erken remisyon süresine (en az üç ay süreyle madde kullanımının sürdürülmemesi) ulaşılmasının desteklenmesi amaçlanmıştır.

Etkinlik gününün, istisnai klinik durumlar dışında, aynı zamanda planlı bir taburculuk noktası olacağı bilgisi başlangıçtan itibaren katılımcılarla paylaşılmıştır. Bu yaklaşımla, yatarak tedavi sürecinin hastaların öz-yeterliklerini destekleyebileceği öngörülen bir etkinlikle sonlandırılması amaçlanmış; bu düzenlemenin hastaların taburculuk sonrası iyileşme sürecine uyumlarını güçlendirebileceği düşünülmüştür.

Planlanan süreç doğrultusunda, hastaların yapılandırılmış klinik ortam dışında da sorumluluk alabilmelerini desteklemek ve sahneye özgü son hazırlıkların gerçek performans ortamında tamamlanmasını sağlamak amacıyla, gösteri günü kontrollü bir taburculuk ve geçiş süreci uygulanmıştır. Bu kapsamda katılımcılar, tedavi süreçlerine yönelik gerekli klinik düzenlemeleri yapılarak (reçete, randevu oluşturulması vb.) drama eğitmeni ve görevli güvenlik personeli eşliğinde hastane aracıyla gösterinin gerçekleştirileceği alana ulaştırılmıştır. Gösteri öncesi hazırlık süreci bu ekip tarafından yürütülmüş, klinik ekip ise bu sırada birimdeki rutin klinik görevlerini sürdürmüştür.

Gösterinin başlamasına yaklaşık iki saat kala, güvenlik görevlilerinin mesai saatlerinin sona ermesiyle salondan ayrıldığı ve aralarında benim de bulunduğum klinik ekibin henüz tiyatro salonuna ulaşmadığı kısa bir zaman dilimi içerisinde, prova arasında bazı katılımcıların etkinlik alanı içerisinde bulunan bir satış noktasından alkol temin ettiği sonradan anlaşılmıştır. Gösterinin başlamasına yaklaşık bir saat kala salona ulaştığımızda, alınan alkolün etkisiyle yaşanan bir tartışma sonucunda, oyunda merkezi bir rolde yer alan bir hastanın yaralandığı fark edilmiş; bunun üzerine ilgili hasta derhal bir sağlık kuruluşuna götürülerek sütür gerektiren tıbbi müdahalesi sağlanmıştır. Müdahale sonrasında hasta ile birlikte tiyatro salonuna geri dönülmüş ve katılımcı uygun şekilde gözetim altında tutulmuştur.

Katılımcı sahneye çıkmak istediğini ifade etmiş olmakla birlikte, alkol etkisi altında olması nedeniyle performans sergileyebilecek durumda olmadığı değerlendirilmiştir. Bu durum, gösterinin iptal edilme ihtimalini gündeme getirmiş ve izleyicilerin kısa süre içinde salona ulaşacak olması nedeniyle ekip içerisinde ciddi bir kriz durumu oluşturmuştur. Bu süreçte, farklı bir rolde yer alan başka bir katılımcı, provalar sırasında başrol oyuncusunun repliklerini ezberlediğini ve rolü üstlenebileceğini belirtmiştir. Hızlı bir prova gerçekleştirilmiş ve teknik destek amacıyla Bluetooth kulaklık kullanılarak gösteri, izleyicilerin herhangi bir aksaklığı fark etmediği şekilde başarıyla tamamlanmıştır.

Bu deneyim, yapılandırılmış klinik ortam dışına çıkılan durumlarda gözetim sürekliliğinin kritik önem taşıdığını göstermiştir. Özellikle bağımlı hastalarda kısa süreli denetimsizlik dahi yüksek riskli davranışlara yol açabilmektedir. Bu nedenle, sanat temelli müdahalelerin klinik uygulamalara entegrasyonunda organizasyonel güvenlik önlemleri temel bir bileşen olarak ele alınmalıdır.

Bu deneyime ek olarak, yaptığımız gösteriler sonrasında elde ettiğimiz gözlemler, uygulama sürecine ilişkin önemli klinik çıkarımlar yapmamızı sağlamıştır. Özellikle ilk uygulamalarda, tiyatro gösterimlerinin hemen ardından taburcu edilen hastaların önemli bir kısmında nüks gözlenmiştir. Nitekim, ilk gösteri sonrasında tiyatroda görev alan hastaların azımsanmayacak sayıda bir kısmının, gösteri günü sonrasında bir araya gelerek toplu şekilde madde kullandıkları öğrenilmiştir. Bu durum, özellikle grup dinamiklerinin etkisiyle riskli davranışların pekişebildiğini ve yapılandırılmış klinik süreçlerin dışında kalan zaman dilimlerinde nüks riskinin belirgin şekilde arttığını göstermektedir.

Bu erken dönem deneyimler, taburculuk sonrası yapılandırılmamış süreçlerin nüks açısından yüksek risk taşıdığını ve taburculuk planlamasının dikkatle yapılandırılması gerektiğini ortaya koymuştur. Bu bulgular, tiyatro temelli müdahalelerin bağımlılık tedavisinde tek başına yeterli olmayabileceğini, ancak uygun hasta seçimi, doğru zamanlama ve yapılandırılmış izlem süreçleri ile bütünleştirildiğinde klinik açıdan daha güvenli ve etkili olabileceğini düşündürmektedir.

Bu gözlemler doğrultusunda, sonraki uygulamalarda taburculuk zamanlaması yeniden düzenlenmiş ve bazı hastaların tiyatro etkinliği sonrasında bir süre daha klinik izlem altında tutulmaları sağlanmıştır. Bu yaklaşımın, etkinlik sürecine eşlik edebilen yoğun duygusal uyarılmanın klinik olarak dengelenmesine ve hastaların taburculuk öncesi yeniden uyum süreçlerinin düzenlenmesine katkı sağlayabileceği düşünülmüştür. Ayrıca, tiyatro provaları ve gösteri süreçleri boyunca profesyonel gözetimin kesintisiz sürdürülmesine yönelik organizasyonel düzenlemeler yapılmıştır.

Sonraki tiyatro gösterilerimizde gözlemlediğimiz bir diğer önemli husus, hasta ve sağlık personeli arasındaki etkileşimin artmasıyla birlikte gelişen ilişki dinamikleridir. Özellikle prova ve sahneleme süreçlerinde birlikte geçirilen zamanın artması, rol çalışmaları sırasında duygusal paylaşımın yoğunlaşması ve ekip içi iş birliğinin güçlenmesi, zaman zaman profesyonel sınırların korunmasını güçleştirmiştir. Bu durum, bazı hastalarda klinik çerçeveyle uyumlu olmayan ayrıcalık beklentisi ve rol dışı yakınlık arayışı gibi tutumların ortaya çıkmasına neden olmuştur.

Öte yandan, deneyimlediğimiz bu zorlayıcı süreçlere karşın klinik gözlemlerimiz ve hastalarımızdan sıkça aldığımız geri bildirimler, tiyatro çalışmalarımızın hastaların tedavi motivasyonu, grup aidiyeti ve sosyal etkileşimleri üzerinde olumlu etkiler oluşturduğunu düşündürmektedir. Ancak bu gözlemlerin yapılandırılmış ölçümlerle desteklenmemiş olduğu belirtilmelidir.

Tüm bu bulgular, tiyatro temelli müdahalelerin bağımlılık tedavisinde hem terapötik katkılar sunabildiğini hem de belirli koşullarda klinik açıdan riskler barındırabildiğini; bu nedenle uygun hasta seçimi, doğru zamanlama ve yapılandırılmış izlem süreçleri ile bütünleştirildiğinde daha güvenli ve etkili olabileceğini düşündürmektedir.

Bilgilerim dahilinde, ülkemizde bağımlılık alanında bu tür tiyatro temelli uygulamalar bugüne kadar sistematik bir araştırma tasarımı, yapılandırılmış katılım kriterleri ve objektif izlem ölçütleri ile değerlendirilmemiştir. Bu alanda yapılacak kontrollü ve metodolojik olarak güçlü çalışmaların, sanat temelli müdahalelerin bağımlılık tedavisindeki etkinliği, olası riskleri ve uygun uygulama koşullarını daha net biçimde ortaya koyacağını düşünüyorum. Bu klinik gözlemlerin paylaşılmasının, bağımlılık tedavisinde yaratıcı psikososyal müdahalelerin daha dengeli ve kanıta dayalı biçimde geliştirilmesine katkı sağlayacağına inanıyorum.

Kaynaklar

Berking M, Wupperman P (2012) Emotion regulation and mental health: Recent findings, current challenges, and future directions. Curr Opin Psychiatry, 25:128-134.

Erdogan Kaya A, Yazici AB, Kaya M, Yazici E (2021) The relationship between expressed emotion, personality traits and prognosis of alcohol and substance addiction: A 6-month follow-up study. Nord J Psychiatry, 75:596-606.

Fenech A (2009) Interactive drama in complex neurological disability management. Disabil Rehabil, 31:118-130.

Hoxmark E, Wynn TN, Wynn R (2012) Loss of activities and its effect on the well-being of substance abusers. Scand J Occup Ther, 19:78-83.

Jennings J, Rosales C, Pothast E, Kessens A, Graper N, Wasmuth S (2017) A theatre-based occupational therapy intervention for substance use disorders: A non-randomized comparison (Doctor of Occupational Therapy research project). Indianapolis, University of Indianapolis.

Wang M, Qian YX, Ding ZH, Yuan CF, Yang XJ, Liu Y et al. (2023) Quantitative assessment methods for the severity of drug dependences and corresponding rehabilitation programs. In Substance Use Disorder: New Research Perspectives in the Diagnosis, Treatment, and Prognosis (Eds P Sampedro-Piquero, RD Moreno Fernandez, C Zancada-Menendez). London, IntechOpen.

Wasmuth S, Pritchard K (2016) Theater-based community engagement project for veterans recovering from substance use disorders. Am J Occup Ther, 70:7004250020.

Zakaria F, Setyowati N, Chusniyah T (2024) Theatre-based social-emotional learning program to foster friendship quality in elementary school students. Research and Development in Education (RaDEn), 4:1304-1325.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olunduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.
Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız
Etik Onay: Bu tazı editöre mektup olduğu için etik onaya gerek yoktur.
Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.
Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.
Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript
Peer-review: Externally peer-reviewed.
Ethical Approval: This letter to the editör does not require ethical clearance.
Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.
Financial Disclosure: No financial support was declared for this study.