

Toplum ve Sosyal Hizmet

ISSN: 2147-3374 / E-ISSN: 2602-280X

Araştırma Makalesi / Research Article

Türkiye'de Dezavantajlı Gruplarla Çalışan Sanat Terapistlerinin Sanat Terapisi Üzerine Görüşleri ve Uygulamaları

Opinions and Practices of Art Therapists Working with Disadvantaged Groups on Art Therapy in Turkey

Evren BAYRAMLI¹

¹ Doktor Öğretim Üyesi, İstanbul Esenyurt Üniversitesi, evrenbayramli@esenyurt.edu.tr, ORCID: 0000-0001-5284-0325

Başvuru: 11.12.2021
Kabul: 20.06.2023

Atıf:
Bayramlı, E. (2023). Türkiye'de dezavantajlı gruplarla çalışan sanat terapistlerinin sanat terapisi üzerine görüşleri ve uygulamaları. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 34(3), 553-577. DOI: 10.33417/tsh.1033861

ÖZ

Bu araştırmanın konusu, engelli, bağımlı, çocuk, mülteci gibi sosyal hizmetin hassas gruplar olarak ayırt ettiği nüfus gruplarıyla gerçekleştirilen sanat terapisi uygulamalarıdır. Bu uygulamaların iyilik hali yaratma durum ve olanaklarının incelenmesi amacıyla Türkiye'de dokuz sanat terapisi uygulayıcısı ile derinlemesine mülakat yöntemiyle hangi gruplarla sanat terapisi uygulamaları yapıldığı, hassas gruplarla gerçekleştirilen sanat terapi uygulamalarındaki önemli noktaların neler olduğu, terapi sürecinde hangi tekniklerin kullanıldığı, hassas gruplarla yapılan sanat terapisi çalışmalarında ne tür deneyimlerin oluştuğu, çalışmaların katılımcıları nasıl ve ne yönde etkilediği, ruhsal tedavi alanında çalışan insanların sanat eğitimi almalarının yaşam örüntüleri ve mesleki uygulamalarında nasıl etkiler meydana getirebileceği sorularına yanıt aranmıştır.

Çalışma sonucunda, dezavantajlı grupları güçlendirmede sanat terapisi uygulamalarının sözlü terapilere göre daha verimli, bedensel farkındalığın ve duyguların -özellikle acının- ifadesini kolaylaştırdığı, travma sonrası stres bozukluğu ve depresyon vakalarında yararlı olduğu, sözlü terapilerin yetersiz olduğu çalışmalarda, açıklanabilir ve anlamlı bir dünya görüşünü desteklemesi açısından işlevsel olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Aynı zamanda sosyal hizmet eğitiminde sanatın terapi amaçlı kullanımının hem danışanlar hem uzmanlar açısından faydalı olduğu ancak sanat terapistlerinin ülkemizde sanat terapisi eğitimlerini yetersiz buldukları sonuçlarına ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Sanat terapisi, sosyal hizmet, dezavantajlı gruplar, güçlendirme, sağlık antropolojisi

ABSTRACT

The subject of this research is art therapy practices carried out with the population groups which social work distinguishes as vulnerable groups such as elderly, disabled, drug addict, refugee, etc.

In order to examine the state and possibilities of art to create beneficial change and well-being on vulnerable populations, answers to the following questions were sought through in-depth interviews with nine art therapy practitioners in Turkey: With which groups are the art therapy applications performed, what are the important points in art therapy practices with vulnerable groups, which techniques are used in the therapy process, what kind of experiences are formed in art therapy works with sensitive groups, how and in what way the studies affect the participants, if people working in the field of mental therapy are to receive art education, how will it affect their life patterns and professional practices.

As a result of the study, it has been concluded that art therapy practices are more efficient than verbal therapies in empowering disadvantaged groups facilitating the expression of bodily awareness and emotions, especially pain. They are beneficial in cases of post-traumatic stress disorder and depression. In studies

where oral therapies are inadequate, they are functional in terms of supporting an explainable and meaningful worldview. It has also been concluded that the therapeutic use of art in social work education is beneficial for both clients and experts, although art therapists find art therapy training insufficient in our country.

Keywords: *Art therapy, social work, disadvantaged groups, empowerment, health anthropology*

GİRİŞ

Tarih yazı ile başlar; sanat, insanlık tarihinden de eskidir. Yazının icadı, topluma mal olması ve insanın sınıflandırıcı zihin yapısından analitik ve modern zihin yapısına geçmesi (Ong, 1982) ile birlikte insan 'bütünlük', 'akışta olmak' gibi hislerden de uzaklaşmış (Csikszentmihaly, 1977 s. 36), bir anlamda psişik bir parçalanma yaşamıştır (Douglas, 1966). Sanatsal performans, insanın arkaik bütünlüğü tekrar hissetmesini sağladığı gibi, bireyin diğerleri ile duyuşal, düşünsel ve egosal bağlantılar kurmasını da sağlar. Sanatsal performansın çeşitli boyutlarda teröpatik etkileri bulunur (De Botton, Armstrong, 2014).

Ülkemizde sanatın terapi amaçlı kullanımı, sonuca hızlı ulaştırıcı yönüyle oldukça kullanışlıdır ancak çok yenidir ve profesyonelleşme sürecindedir.

Bu çalışmada; Türkiye'de dezavantajlı gruplarla çalışan sanat terapistlerinin sanat terapisi alanındaki uygulamalarının incelenmesi ve görüşlerinin alınması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda aşağıda belirtilen alt amaçlara yanıt aranmıştır:

Sanat terapistlerinin; sanat terapisi uyguladıkları grupların belirlenmesi, sanat terapi uygulamalarına dair önemli gördükleri noktaların tespiti, hassas gruplara yönelik gerçekleştirilen uygulamalarına dair önemli buldukları noktalar, sanat terapisinde uyguladıkları yöntem ve tekniklerin ortaya koyulması ile sanat terapi uygulamalarının bireylerin dünya görüşlerine, hassas gruplar ve bireylerin iyilik hali üzerindeki etkilerinin analizi, çalışmalarının katılımcıları nasıl ve ne yönde etkilediğine dair görüşlerinin alınması, ruh sağlığı alanında çalışanların sanat eğitimi almasına yönelik görüşlerinin tespiti, hassas gruplarla sanat terapisi çalışmalarını geliştirmeye yönelik önerilerinin alınması amaçlanmıştır.

Sosyal Hizmet Hedefleri ve Yaklaşımı Açısından Sanat Terapisi Uygulamalarının Yeri

Sosyal hizmet, bakım, koruma, danışmanlık sağlayarak ya da sosyal destek, savunuculuk ve toplum geliştirme çalışmaları yoluyla insanlara yaşamlarındaki ciddi zorlukların üstesinden gelmelerinde yardımcı olmayı amaçlayan profesyonel bir faaliyettir (Pierson, John ve Thomas, 2010, s. 493). Bireyin, biyo-psiko-sosyal açıdan sağlıklı olma halini destekler. Koşulları bireyin esenliğini sağlayacak şekilde yapılandırmaya, dönüştürmeye çalışır. Bireylere, hayatta karşılaştıkları zorlukları etkin bir şekilde çözebilmelerini sağlayacak beceriler kazandırarak güçlendirmeyi, insanları, kendilerine kaynak hizmet ve fırsat sağlayan sistemlerle temasa geçirmeyi amaçlar (Zastrow, Kirst-Ashman, Karen, 2016, s. 29).

Sosyal hizmet uzmanları, insan hakları ve kültürel hassasiyetlere dikkat ederek göçmen ve mültecilerle (Valtonen, 2016, s. 21-37) psikoterapi tekniklerinden ve modern sinirbilimden de faydalanarak çocuklarla, sağlıklı bağlanma üzerine (Bennett ve Nelson, 2010), ve gençlerle, bağımlılarla (Pickford, 2017), ailelerle (Jones, 2001), toplumsal cinsiyet ve fırsat eşitliğini sağlamak

üzerine kadınlarla, engellilerle, hükümlülerle, sosyal refah ve sosyal adaleti sağlamak için ise büyük gruplarla (North, 1967), çalışırlar. Toplumsal etkileşim dinamiği ve süreci içinde; insanların yaşam bilgisini, kültürünü, kişisel gücünü, yeteneklerini ve eylemlerini geliştirmek, sorumluluk sahibi, bilinçli, etkili ve örgütlü varlıklar olarak yaşam pratiğine katılmalarını sağlamak, gereksinimlerini karşılamayı bilen, sorunlarını çözen, üretken, özgür ve mutlu insanlar olarak yaşayabilmeleri için nesnel yaşam koşullarının gelişmesine yardımcı olmak, sosyal hizmet eyleminin bilimsel ve mesleki karakterini oluşturur (Duyan, Sayar, Özbulut, 2008, s. 28).

Sosyal hizmet uzmanları sosyal refah alanında sosyologlar, yerel yöneticiler ve politikacılar (Bulut, 2018, s. 42), kent planlamacıları, öğretmenler, tıp doktorları, avukat ve savcılarla, (Zastrow, 2014, s. 43) ekonomistler, siyaset bilimcilerle, (Eroğlu, 2013) ruh sağlığı alanında psikologlar, çocuk gelişimi uzmanları, psikiyatrlar, rehberlik ve psikolojik danışmanlık mezunları psikiyatrist, psikiyatri hemşiresi, klinik psikolog, aile hekimleri, uğraşı terapistleri ile (Tuncay, 2018, s. 6) ve öğretmenlerle, geriatrik hizmetler alanında psikolog, fizyoterapist, hemşirelerle (Dölek, 2013) ve daha bir çok alanda uzmanlarla iş birliği halinde çalışırlar (Payne, 2014, s. 271-289).

Sosyal hizmet, diğer ruh sağlığı alanındaki mesleklerden sosyal hizmetleri sağlama sorumluluğu ve yetkisi nedeniyle ayrılır (Zastrow, 2010, s. 40). Bu bağlamda "fenomenolojik benliği ancak sosyo-kültürel bir bağlam içinde yakalamaları bakımından sanat ve sosyal hizmet benzerler" (Huss, 2019, s. 120). Sosyal hizmetin, düşünce ve uygulama açısından sanatla ilişkisi uzun bir geçmişe dayanır ve içeriği çok tartışılrsa da bu etkilenme devam etmektedir (Gray ve Schubert, 2019, s. 68).

Sosyal hizmet ve sanat arasındaki bağlantının farkında olan Jane Addams 'Hull House' projesinde tiyatrodan (Gray ve Schubert, 2019, s. 71), Mary Richmond şiir ve metaforik anlatımdan (Krahn, 2018, s. 26) faydalandılar ve öncüler olarak ilham kaynağı oldular. 1960'larda Rapoport, "hem sosyal hizmetin hem de sanatın sosyal değişimin araçları olarak tasavvur edilebileceğini" savundu (Rapoport, 1968, s. 144 akt; Levy, 2019, s. 44). Bu akıma farklı alanlarda 'diyalogik sanat', 'ilişkisel estetik' ve 'yeni tür kamusal sanat' ve sosyal hizmet alanında 'disiplinler arası çalışma' ve 'topluluk çalışmaları' (community practice) adları verilmiştir. Sosyal hizmet içindeki değişime yönelik bu itici gücün çoğu, vaka çalışmalarının çeşitlenmesiyle kaybolmuş ve bu da 'topluluk çalışmaları'nın ana akımdan ayrılmasına yol açmıştır (Gray ve Schubert, 2019, s. 71).

Modernist eğitim içerisinde sanat dışlanmıştır. Güzel sanatlar bilimsel alandan ve bilimsel eğitimden dışlansa da genelci sosyal hizmet eğitimi içerisinde uygulamalı sanatlar halen kullanılmaktadır. Sosyal hizmet eğitiminde sanatın uygulanması, öğrencileri değerlendirmek yerine 'ilgilenmeyi' teşvik eder; paradigmayı dönüştürerek 'bireyler arasında paylaşılan anlamlar ve anlayışlar oluşturma'ya odaklıdır. Sanat ayrıca, kendini yansıtmak ve keşfetmek için güçlü bir mekanizmadır (Konrad ve Power, 2019, s. 98). Sosyal hizmet uzmanları dışavurumcu sanatı, günümüzde gerek sosyal hizmet eğitimi (Heinonen, Halonen, ve Krahn, 2018) gerekse uygulama alanlarında bireyleri güçlendirme ve sosyal değişimin bir aracı olarak kullanmaktadır.

Sanat, mikro seviyede sembolik etkileşim ve kendini ifade yoluyla dayanıklılığı artırmak için acı ve kızgınlığı ele alıp ifade ederken kullanıldı. Makro düzeyde ise yaratıcılık, iletişim, takım çalışması, problem çözme, kültürel anlayış ve kararlılığı canlandırmanın doğal bir yoludur (Huss, 2019, s. 2). “Sanat, sosyal hizmetin amaçladığı sosyal değişime destek verebilir” (Levy, 2019, s. 49). Ancak sosyal hizmette sanatın kullanımına ilişkin nispeten az araştırma yapılmıştır. Sosyal hizmetin sanatla en güçlü ilişkisi, sanatın güçlendirme ve sosyal eleştirel teoriler için bir yöntem olabilmesidir. Sosyal hizmette sanatın kullanımını sanat terapisinden ayıran şey budur (Huss, 2019, s. 1-3).

Ruh sağlığı alanında yakın dönemde yeni bir disiplin olarak ortaya çıkan sanat terapisi, dans, hareket, ses, hikâye, canlandırma, boya, müzik aletleri, ritim, kil gibi araçları ve malzemeler kullanarak, kişinin içsel dünyasını dışa yansıtmasını amaçlar (Eracar, 2013). Her ne kadar sanat terapisi, “hem sanatın teröpatik yanını vurgulayan romantik bir fikir hem de bir uzmanlık alanı” olsa da uzmanlık alanı olarak sanat terapisi, bu amaçla kurumsal çalışmaları ve organizasyonları destekleme yoluyla üretici süreçleri ve üretkenliği destekler. Sanat terapisi binlerce yıldır yapılmaktadır, sanat terapisi uzmanlığı ise yakın dönemde ortaya çıkmış ve sanat uygulamalarını özel olarak terapi amaçlı formüleştirmiştir (Allen, 2000 s. 164).

Hass-Cohen ile Carr tarafından çağdaş sinirbilime dayalı bir sanat terapisi yaklaşımı geliştirilmiştir (2008). Daha sonra Herman (1992) ve onunla aynı doğrultuda, Malchiodi de (2012, 2014) kendini yatıştırma kapasitesi ve vücudun tepkilerini tanımlamanın önemini ifade etmiştir (Gerge ve Pedersen, 2017 s. 8-9). Malchiodi'ye göre travma alanında çalışan sanat terapistleri, yaratıcı eylem de dahil olmak üzere sanatsal ifadenin kaynakları harekete geçirmede, örtük (duyusal temelli ve çoğunlukla bilinçdışı) ve açık (bildirimli) travma deneyimlerini yeniden bağlamada yardımcı olur (Malchiodi, 2014). Örtük deneyimlerin nasıl dönüştürülebileceğini açıklayarak sanat terapistleri travma sonrası durumların tedavisinde önemli bir rol oynayabilir (Avrahami, 2006). Sanatın kullanımı, dil dışı ve dil ötesi iletişimi sağlar, “sözlerin ötesinde ifadeyi sağlar. Özellikle acı, kelimelerle ifade edilemez” (Huss, 2019, s. 14). Bu şekilde, bilinçle çalışan sözlü terapilerde de bilinçdışı çalışarak tamamlayıcı bir işleve sahiptir (Gerge ve Pedersen, 2017).

Sanat terapisi uygulayıcıları çocuklar (Shore, 2000; Rubin, 2005) ve yaşlılar dâhil birçok farklı nüfus gruplarıyla (Buchalter, 2004), depresif, sınırdaki (borderline) kişilik bozukluğu olan hastalar, iki uçlu duygulanım bozukluğu, şizofreni ve bağımlı danışanlarla (Buchalter, 2004: 7) ve otizmlilerle (Emery, 2004) çalışırlar. Ayrıca bireyle ya da grupla yapılan sanat terapisi, alzheimer hastalarında faydalı olduğu gibi hastalığın ilerlemesi ile birlikte görsel işlemleri olumsuz etkilenmiş hastalardaki müdahalelerde de kullanışlıdır. İleri derecede alzheimer hastalarında görselliği geliştirilmiş sanat terapisi seansları ile psikolojik iyi olma halinin işaretleri olan bağlanma, arzuların ifadesi, geliştirilmiş özgüven, hastalık süresindeki his ve duyguların ifadesi başlıklarında olumlu gelişmeler tespit edilmiştir (Guseva, 2018).

Travma sonrası sanat terapisi uygulamalarında travmatik malzeme, çalışılabilir hale getirilir (Gerge ve Pedersen, 2017, s. 5). Sanat ve sanat terapileri, yüksek entegrasyon, organizasyon ve dayanışmayı hedefleyen örtük müdahaleler yoluyla yalıtılmışlık ve uyumsuzluğa direnir (Avrahami, 2006; Gerge ve Pedersen, 2017). Sanat terapisi, eyleme dayalı (*action based*) ve kaynakları harekete geçirici (*resource provoking*) terapi olarak uygulanır. Devamında ise travmayla ilgili sinir ağları ile artırılan temas, daha olumlu duyguların aktivasyonu ve devam eden bir failik duygusu ile çözülebilir (Gerge ve Pedersen, 2017, s 8). Bu süreç, beyni doğrudan etkilerken nesne özne ikiliği açısından, insanın özne olmasını destekler.

Göçmen ve sığınmacılar, sosyal hizmet alanında dezavantajlı sayılan nüfus gruplarından. Göçmenlik zihinsel bir rahatsızlık değildir ancak ruh sağlığı alanında, mültecilerle çalışmaları travma ve travma sonrası stres bozukluğu (PTSB) bağlamında değerlendirilir (Kalmanowitz ve Ho, 2016, s. 57). 1985-2014 yıllarını kapsayan sanat terapisi dergileri, genel olarak travmaya yönelik yaklaşımların bir karışımı olarak yaygın bir şekilde yaratıcı ifade yaklaşımı ortaya koyar (Appleton, 2001; Baker, 2006; Chilcotte, 2007; Kalmanowitz ve Ho, 2016). Genelde psikodinamik yaklaşımın etkisinde olan bu çalışmalar çocukluğu yetişkinliğe 'kendini ifade' yoluyla taşıyan adolesanlarla çalışırlar. Bu tür çalışmalar, sosyal hizmetin amaçlarından bireyin sosyal işlevselliğinin yeniden kazandırılması ile paraleldir. Sosyal hizmette kırılan grup olarak değerlendirilen ergenlerin "terapide sanat yoluyla kendini ifade etmeleri" onların bu geçiş sürecini destekler (Rosal, 1989, s. 77).

Anksiyete için yaygın klinik tedaviler, bilişsel-davranışçı terapi, ilaç tedavisi veya ikisinin bir kombinasyonunu içerir. Ancak "NIMH (Amerikan Ulusal Akıl Sağlığı Enstitüsü) anksiyete bozukluğu olan bireylerin yalnızca %42,2'sinin tedaviye başvurduğunu ve tedavinin yalnızca %14,3'ünün minimum düzeyde yeterli sayıldığını bildirmektedir. Günlük kaygıdan şikâyetçi insanlar besin takviyeleri, yoga veya meditasyonu içeren daha farklı yöntemleri tercih etmektedir. Oysa klinik psikolojide mandala çizimleri yapmak dâhil resim yapma metodu kullanılmaktadır ve bu durum günlük kaygı ile evde mücadele etmeyi klinik alanın dışına taşımıştır (Snir, 2017).

Terapi Amaçlı Kullanılan Sanat Dalları

İnsanlığın en eski pratiklerinden olan öykü anlatıcılığı "bireyi ve toplumu güçlendirip doğruya yönelten bir ilaçtır" (Estes, 2013, s. 33). Öykü anlatımı, didaktik bir yapıdan uzak bir şekilde kişinin özne olarak kendi çözümlerini keşfetmesini kolaylaştırırken bireylerin öz yeterliliklerini de destekler. Nossrat Peseschkian, öykülerin ayna, model, depo, aracı işlevlerinin teröpatik kullanımları üzerinde durur (Pereschkian, 1998); ayna işlevi, hikâyelerdeki imgelerin zenginliği ile egonun özdeşleşmesini kolaylaştırır. Kişi gereksinimlerini hikâyeye yansıtır ve öznenin kendi çatışmalarına mesafe sağlayarak çatışmalarının kurbanı olmaktan çıkar (Pereschkian, 1998, s. 35-36). Depo işlevi ise, bir hikâyenin farklı durumlara uyarlanarak farklı yorumlanabileceğini, hikâyenin hafızada yer etmesinin, terapistte bağımlılığı azalttığını belirtir (s. 38). Gerçeklikle haz duygusu arasında aracıdır (s. 40). Öyküsel (Naratif) Terapi adlı yöntemde kişinin, kendi sorunlarını ifade edebilecekleri yolları açmak,

sorunu dışsallaştırarak sorunun yıkıcılığını azaltmak gibi görüşlere ve çalışmalara yer verilir (Denborough, 2016).

Müzik yoluyla tedavi müzik terapi adıyla anılır. “Müzikle tedavi uzmanı çocuğa söylenenleri takip edebilme becerisi kazandıran, karşısındakinin söylediklerini anlayabilmesini (algılatıcı) ve duyularını karşısındakine anlatabilmesini sağlayan (ifade edici) bir dil geliştirmek için ritim melodi tempo ses perdeleri ve şiirler kullanılabilir” (Çoban, 2005, s. 101-102). Şarkı söylemek, yalnızca iletişime indirgenemese bile “temel varoluşsal iletişim biçimidir. Konuşmayla dile getirilemeyecek düşünceleri duyguları da anlatabilir. Sözcükleri melodi eşliğinde söyleyebilmek, dil kapasitelerini geri dönüşü olmayan şekilde tümüyle yitirmediklerini, ağızdan çıkması için müzik gerekse bile sözcüklerin hala içlerinde bir yerde olduklarını göstererek bu tür hastaları rahatlatılabilir” (Sacks, 2016, s. 221).

Müzik terapiyi klinik alan dışında da kullanan Rahmi Oruç Güvenç, Türk müziğinin tedavi imkanlarıyla, kronik ağrılı hastalarla uygulanan müzik terapi uygulamasında seans öncesi ve seans sonrası hastalarda %40 oranında stres hormonlarında düşüş görüldüğünü, otizmlili, hiperaktif, mental retardasyonlu çocuklarda hareket kabiliyeti öğrenme, iletişim, çevreyle ilginin çoğaldığını belirtmiştir (Güvenç, 2013).

Dans, antik çağlardan beri doğum, ölüm, hastalık gibi travmatik durumlarda iyileştirici bir yöntem olarak kullanılmaktadır. “Bireyin yaşadığı olumsuz olayları bilişsel olarak kavrayabilmesini ve üstesinden gelmesini sağlarken, bireyin fiziksel benliğini hissetmesine, sorunları analiz etmesine, günlük yaşamında karşılaştığı sorunlara çözümler bulmasına ve beden imajını, benlik saygısını geliştirmesine de katkıda bulunmaktadır” (Hanna JL 2006, 1988 aktaran. Sarıkaya, Ayhan, Sukut, 2017 s. 1). Bu alanda çalışan yaratıcı hareket disiplininin amacı, “kısmi olarak, birlik duygumuzun yeniden canlandırılması ve kadim zamanlara dayanan beden/zihin ayrıştırılmasının iyileştirilmesi” olarak açıklanır (Garcia, Plevin, Macagno, 2018, s. 15). “Dans hareket terapisindeki beden/zihin bütünleşmesi, genellikle, önceden bilinçdışı olan hareketlerin ortaya çıkması yoluyla kişinin kendisi ile ilgili farkındalık kazanması ve bunların kişinin kendisine anlaşılabilir hale gelmesi sürecidir” (Garcia, Plevin, Macagno, 2018, s. 29-30).

Duyguları dengelemek için birçok stratejiden birisi, çizim yapmaktır (Larsen, Billings ve Cutler, 1996), Çizim yapmanın mutsuzluğu ve öfkeyi (Diliberto-Macaluso ve Stubblefield, 2015) giderdiği tespit edilmiştir (Drake ve Winner, 2012). “‘Temizlenme’ isimli egzersizde katılımcılar, öfke duydukları kişilerin isimlerini yazıp, onları ve onlara neden gücendiklerini resmederler. Sonrasında aralarındaki sıkışmış enerjinin çözülmesi amacıyla, resimleri çizilen öfke duyulan kişiler bağışlanır ve kâğıtlar yırtılır” (Sabah, 2011, s. 209). “Ekspresyonist (dışavurumcu) tavırla yapılan çalışmalar, önce içi anlama sonra da kişiliği ortaya çıkarmaya yardım eder. Doğa figür resimleri, yaşamı anlamayı kolaylaştırır. Bu yolla yaşama ve yaşam sistemine hayranlık duyarız. Kendimizi bu sistemin bir parçası hissetmekten mutlu olur ve onunla bir olmayı önemseriz. Kişisel yolculuğumuzda rol almaya başlarız” (Sabah, 2011, s. 67-68).

Boyama, danışana düşünce ve hislerini tasvir etmek için kendiliğinden serbest akışlı bir yöntem sağlar. (Buchalter, 2004, s. 75). Çizim yapmanın daha yüksek, boyamanın daha düşük bilişsel gereksinime (*cognitive demand*) ihtiyaç duyduğu düşünülerek yapılan bir araştırmada her iki uğraşta durumu dışı vuran tasviri çizimle daha çok eğlendiği, etkileyici bir 'akış' durumunu ise yalnızca boyama faaliyeti sağlamıştır (Forkosh ve Drake, 2017, s. 75).

Psikoterapi ve sanat terapisinde kullanılan stres ve travma ile başa çıkma aşamasında kullanılan piktogramların kendine ait bir dili bulunur; göstergebilimsel bir anlayış doğrultusunda bilinçli, bilinçaltı ve bilinçdışı süreçler arasında iletişimi sağlarlar (Skareus, 2009). Piktogram analizi, benzerlik, analogi, metafor, sembolizm, anlamlandırma ve iletişim dahil olmak üzere işaretler ve işaret süreçlerinin (*semiosis*) (Marner, 2000, 2009) çalışmasını içerir.

Resmin terapi amaçlı kullanımında 'aksiyon resim' hareketi, Pollock'un keşfettiği teknik ile "insanların ilkel istekleri ile çağdaş dönemin bir birleşimini yaratıp, resmine aktardığını" savunur (Kamışoğlu, 2012, s. 69). Bu teknik, spontane çizim yoluyla danışanın sorunlarını, duygularını, korkularını, isteklerini ve endişelerini tehdit edici olmayan bir şekilde ifade etmesine olanak tanır. Danışana, ilişki kurabileceği ve onlardan öğrenebileceği bir sembolizm ve imge zenginliği sağlar. İmgeler, iletişimi, büyümeyi ve iç görüyü kolaylaştıran araçlar olarak hizmet eder (Buchalter, 2004, s. 26).

Heykel tasarımıyla meşgul olmak, danışanların olguları üç boyutlu olarak görmelerini sağlar. Bir formu tüm yönleriyle – ön, arka, yan, üst ve alt – gözlemlemek, bireyleri hayata bakış açılarını genişletmeye teşvik eder. Bu yolla soyut düşünmeye odaklanmak, danışana sorunlarını birçok açıdan keşfetme yeteneği verir. Siyah beyaz dışında hayatın gri alanları da olduğunu öğretir. Bireye çevresini şekillendirme, inşa etme ve manipüle etme fırsatı verir" (Buchalter, 2004, s. 97). Killi toprak ile çalışmak danışana kendini özgürce ifade edebilmesi için 'kirlenme' fırsatı verir. Bireyler kaygı, öfke ve heyecanı dışarı atmak için kili dövebilir, sıkıştırabilir ve manipüle edebilirler. Katılımcılar iç görü kazanır ve yeni başa çıkma ve problem çözme yöntemleri geliştirir (Buchalter, 2004, p. 104). "Kil ile sanat terapisinin; duyguların dışavurumunu kolaylaştırma, boşalmayı kolaylaştırma, bilinçaltı materyalleri açığa vurma, zengin ve derin dışavurumu kolaylaştırma, sözel iletişimi kolaylaştırma, somutlaştırma ve sembolleştirme mekanizmaları ile tedavi edici ve iyileştirici sonuçlarının ortaya çıktığı belirtilmektedir" (Kar, 2011, s. 117).

Ruth Zoporah'ın doğaçlama tiyatro yöntemi; psikanalize eleştirel bir bakış sunar: "Analiz değişiklikler yaratmaz. Sadece zaten mevcut olan aşırı bilgi bolluğuna ekleme yapar. Değişiklik, farkındalıkla oluşur" (Zaporah, 2012, s. 76). Düşünmek bedenin canlı akıp gidişini böler. İçeriden gelen bir hareket olmayan analiz, Zaporah'a göre eylemimizin dürtüsü olamaz (Zaporah, 2012). Bu yöntem yürüyüş, duruş, hareket, nefes, dil, ayrıntılara dikkat gösterme, biçim, içerik düşünce ve zihin hakkında çeşitli egzersizler sunar. Bu egzersizler öğrenciler ile katılımcılarda birtakım değişimler oluşturur ve farkındalıklar yaratır. Anda kalmanın farkındalığı bu duruma bir örnektir. "Zamanın şimdinin farkında olmalıyız. Yoksa eylemlerimiz bir amaca uygun olmayabilir" (Zaporah, 2012, s. 12).

Grup çalışmasını içeren terapiler, sosyalleşme ve iletişim becerilerini geliştirmeye yardımcı olurlar (Buchalter, 2004, s. 123). Bir grup çalışması olan psikodrama da kişilerarası ilişki, çatışma ve duygu sorunlarının özel dramatik yöntemlerle keşfedildiği bir sağaltım yöntemidir (Subaşı, 2016, s. 137). Katılımcılar, eşleşme yolu ile bastırıldığı duyguların farkına varır, risk alır, daha alt düzey çatışmalara doğru yol alır, rol değiştirme yoluyla mimik ve jestleri gözlemler ve ayna tekniği yoluyla kendi hayatına ışık tutar (Altınay, 2016, s. 52). Kellermann ve Hudgins, psikodramanın, insanın duygusal tutarlılığına katkısını şöyle anlatır; “Psikodrama, travma çözüm sürecinde saplanıp kalmış olan protogoniste geçmişteki acı veren olayları hatırlatmak, tekrarlamak ve çalışmak üzere bir fırsat vermeyi hedefler. Bu tür bir yeniden canlandırmanın, protogonistin duygusal anlamda yeniden bütünleşmesine ve kendisini kahreden kaybını bilişsel olarak işlemesine, böylece travmanın psikolojik etkisini hafifletecek bir spontanlığın oluşmasına yardımcı olarak teröpatik olduğu varsayılır” (Kellermann, Hudgins, 2013, s. 26).

Handan Tazeoğlu Erol; filmlerin nörobiyolojik etkilerinin onları terapötik bir araç haline getirebildiğini gösteren araştırmaların varlığına dikkat çeker (Erol, 2006, s. 4); Erol, filmlerin katarsis işlevinin terapi amaçlı kullanımlarında önemli bir rolü olduğunu vurgular (Erol, 2006, s. 191). Kerem Kaban ise film terapisini şöyle tarif eder: “Uzman kontrolünde rahatsızlığın türüne göre seçilen film izlendikten sonra kişiyle film hakkında konuşulur; öykü ve karakterlerin davranışlarıyla kişinin karşı karşıya kaldığı sorunların önce açığa çıkarılması sonra giderilmesi amaçlanır”. Filmler, depresyon, huzursuzluk, öfke, sinirlilik ve korku etkenlerinin iyileşmesinde yardımcı metot olarak kullanılırlar (Kaban, 2013, s. 6).

Bibliyoterapi, kendi sorunlarına yakın hikâyeler okuyarak “kişinin sorunlarına farklı bir bakış açısıyla yaklaşabilmesini, verilen materyalde aynı sorunları yaşayan karakterlerin bu sorunlarla nasıl baş ettiğini inceleyerek kendisini geliştirmesini ve başkalarının da aynı sorunları yaşayabileceğini görerek kendisinin daha iyi hissetmesini amaçlar” (Kaban, 2013, s. 5). Bibliyoterapi grubuna katılan gençlerin, bibliyoterapi süreci sonrası anneleriyle ve babalarıyla olan çatışma düzeylerinde düşüş olduğu gözlenmiştir. Psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri çerçevesinde çalışanlar, özellikle annesiyle çatışma yaşayan gençlere bibliyoterapi tekniğinin kullandığı yardım yöntemlerinden yararlanabileceğini belirtmişlerdir (Öncü, 2012).

Güzel sanatları (çizim, resim vb.) diğer terapi yöntemleri ile birleştirmek, yaratıcı ifade için çok sayıda alan ortaya çıkarır. “Örneğin şiir ve müzik, duygusal uyarımı ve duygu ile fikirlerin ifadesini geliştirir. Çizim ve/veya resimle birleştirilmiş dans/hareket uygulamalarında bedenlerini belli bir şekilde hareket ettirebilir ve sonra o hareketi çizebilirler. Katılımcılar bu yolla hem hareketleri hem de çizimleriyle temsil edilen sembolizmi keşfedebilirler. Yaratıcı yaklaşımları kullanarak kendilerini temsil etme şekillerinde benzerlikler ve/veya farklılıklar bulabilirler” (Buchalter, 2004, s. 110).

YÖNTEM

Araştırmada, nitel araştırma desenlerinden fenomenolojik desen kullanılmıştır. Nitel araştırmada "araştırmanın amacı, çalışılan durumla ilgili mümkün olduğu kadar katılımcıların görüşlerine dayanmalıdır." (Creswell, 2017, s 8) "Nitel araştırmacılar, başka araştırmacılar tarafından geliştirilen araçlara veya ölçeklere bağımlı olmaya ve onları kullanmaya eğilimli değildirler" (Creswell, 2017, s 185). Ayrıca "nitel araştırma süreçlerinin hepsinde; araştırmacı, yazarların literatürde söyledikleri veya araştırmacıların araştırmaya yükledikleri anlam yerine katılımcıların problem veya soruna yükledikleri anlamı öğrenmeye odaklanır" (Creswell, 2017, s. 186). Bu bağlamda 2 Mayıs 2019 ile 15 Haziran 2019 tarihleri arasında, yarı yapılandırılmış derinlemesine mülakat tekniği yoluyla veriler toplanmıştır.

Çalışma Grubu

Görüşmelerin kimlerle yapılacağı, amaçlı örnekleme göre belirlenmiştir ve görüşülenlere ilişkin bilgiler Tablo-1'de sunulduğu gibidir. İki sosyal hizmet alanında olmak üzere tamamı lisans mezunu; intermodel sanat terapisi, dans-hareket terapisi veya psikodrama alanında sertifikalı eğitim almış; hassas ve dezavantajlı bireylerle çalışmış olma şartlarına sahip on sanat terapisi uygulayıcısı tespit edilmiştir. Bu kişilerden birisi ile çalışma şartlarındaki yoğunluk nedeniyle görüşme yapılamamıştır. Dokuz sanat terapistiyle yüz yüze görüşme yapılmıştır. 3'ü kafede, 3'ü kendi yerinde, 1'i eğitim kurumunda olmak üzere 7 görüşme İstanbul'da, 1 görüşme görüşülenin isteği üzerine ikametgâhı olan il Yalova'da, 1 görüşme, görüşülen o sırada yurt dışında bulunduğu için görüşülenin talebi üzerine telefon aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Görüşülenler psikolojik danışmanlık merkezlerinde (3) gösteri ve etkinlik mekanlarında, (2) özel atölyelerde (2) özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde (1) ve devlet kurumlarında çalışmaktadır.

Tablo 1: Görüşülenler Listesi

Görüşme No	Yaş	Cinsiyet	Doğum Yeri	Lisans Mezuniyeti	Uzmanlık Alanı
1	62	Kadın	Almanya	Ergoterapi	İntermodel Sanat Terapisi ve Müzik Terapi
2	50	Kadın	Kahramanmaraş	Psikoloji	Psikodrama
3	53	Kadın	Aydın	Biyoloji Öğretmenliği	İntermodel Sanat Terapisi, Seramik Sanatı
4	45	Kadın	İstanbul	Tiyatro	İntermodel Sanat Terapisi
5	41	Erkek	Erzurum	Psikoloji	Dans ve Hareket Terapisi
6	34	Kadın	İstanbul	Felsefe	Dans ve Hareket Terapisi
7	57	Erkek	İstanbul	Sosyal Hizmet	Psikodrama
8	50	Kadın	Almanya	Pedagoji	İntermodel Sanat Terapisi
9	46	Kadın	Sivas	Sosyal Hizmet	Psikodrama ve İntermodel Sanat Terapisi

Veri Toplama Araçları

Mülakat yapılan kişilere toplamda 12 soru sorulmuştur. Görüşmede, terapistlerin demografik bilgilerine yönelik sorular yanında terapistlerin formel ve formel olmayan eğitim durumları,

motivasyonları, etik hassasiyetleri, çalışmalarını sırasında kullandıkları yöntem ve araçlar, hangi dezavantajlı gruplarla çalıştıkları, çalışmalarının bireylerin iyilik hali üzerindeki etkisine dair kanaat ve gözlemleri, çalışmalarının kendi hayat görüşleri üzerindeki etkileri, sanat terapisi ve kendi uygulamaları üzerine düşünceleri ile sanat terapisinin ülkemizde, sosyal hizmet ve ruhsal tedavi alanındaki yerine dair kanaatlerine yönelik açık uçlu sorular yöneltilmiştir. Görüşmelerin ortalama süresi 62 dakikadır. “Fenomenolojik desende araştırmacı, kullanılan anlamların özlerini ve esaslarını ortaya çıkartmak için verilere tematik olarak bakma eğilimindedir” (Miles Matthew B., Huberman, A. Michael, Saldana, Johnny, 2014, s. 28). Görüşmelerden elde edilen veriler, tematik analiz yöntemi kullanılarak “temalarına göre kategorize edilmiş, sistematik bir sırayla” (Creswell, 2017, s.187) değerlendirilmiştir.

Sayıtlılar ve Sınırlılıklar

Görüşülenlerin, yaşadıkları deneyimleri olduğu gibi ifade ettikleri varsayılmıştır (Fidan, 2018). Ancak nitel araştırmacılar, çalışılan konunun bütünsel bir resmini elde etmeye çalışırlar ve bu bir gelişmekte olan bir süreçtir (Creswell, 2017, s 186). Terapi uygulamaları sırasında gözlem yapılmamıştır ve terapi alanların deneyimlerine başvurulmamıştır; sanat terapistlerinin görüş ve tecrübelerine başvurulmuştur. Görüşülen sanat terapistlerinin yalnızca ikisi sosyal hizmet uzmanıdır.

BULGULAR

Çalışma Yapılan Nüfus Grupları

Görüşme yapılan kişilerin sanat terapisi uygulamalarını aşağıdaki gruplarla yaptığı bulgusu edinilmiştir;

- Romatizma Hastası Çocuklar (Görüşme no. 3 İntermodel Sanat Terapisi)
- Türk Silahlı Kuvvetleri Rehabilitasyon Merkezi (Görüşme no. 3 İntermodel Sanat Terapisi, Seramik Sanatı)
- Böbrek Nakli Sonrası Ergen ve Çocuklar (Görüşme no. 4 İntermodel Sanat Terapisi)
- Sosyal Psikiyatri Servisinde Ayaktan Tedavi Gören Hastalar (Görüşme no. 4 İntermodel Sanat Terapisi)
- Şizofreni hastaları (Görüşme no. 1 Müzik Terapi, Görüşme no. 4 İntermodel Sanat Terapisi ve Görüşme no. 6 Dans ve Hareket Terapisi)
- Sınırdaki (*Borderline*) kişilik bozukluğu olan hastalar (Görüşme no. 4 İntermodel Sanat Terapisi, Görüşme no. 6 Dans ve Hareket Terapisi)
- Otistik Çocuklar, Dikkat Eksikliği Olan Çocuklar (Görüşme no. 4 İntermodel Sanat Terapisi, Görüşme no. 5 Dans ve Hareket Terapisi)

- Geriatri (Görüşme no. 3 İntermodel Sanat Terapisi, Seramik sanatı, Görüşme no. 5, 6 Dans ve Hareket Terapisi)
- Madde Bağımlılığı (Görüşme no. 6 Dans ve Hareket Terapisi, Görüşme no. 7 Psikodrama Görüşme no. 9, Psikodrama ve İntermodel Sanat Terapisi)
- Kronik Hastalıklar (Görüşme no. 4 İntermodel Sanat Terapisi, Görüşme no. 6 Dans ve Hareket Terapisi)
- Depresyon (Görüşme no. 6 Dans ve Hareket Terapisi)
- Okuldan Atılan Çocuklar (Görüşme no. 6 Dans ve Hareket Terapisi)
- Uzuv Kaybı (Görüşme no. 6 Dans ve Hareket Terapisi)
- Serabral Palsi (Görüşme no.6 Dans ve Hareket Terapisi)
- Koruyucu Evlerde Yaşayan Genç Kadınlar (Görüşme no.6 Dans ve Hareket Terapisi)
- Okula Uyum Zorluğu Yaşayan Çocuklar (Görüşme no. 9 Psikodrama ve İntermodel Sanat Terapisi)
- Deprem Sonrası Kriz Dönemi (Görüşme no. 9 Psikodrama ve İntermodel Sanat Terapisi)
- Cinsel İstismar (Görüşme no. 9 Psikodrama ve İntermodel Sanat Terapisi)
- Psikiyatrik Hastaların Aileleri (Görüşme no. 9 Psikodrama ve İntermodel Sanat Terapisi)

Formel Eğitim Durumları

Görüşme yapılan kişiler 'Sanat Terapisti' olarak çalışacak bireylerin teorik ve pratik bir eğitimden geçmeleri ile süpervizyon almaları dışında öz bakım ve öz yeterliliklerinin önemini vurgulamışlardır.

"Seansı yapan kişi... bir defa eğitimi almış olmaya ben önem veriyorum. En azından yani kendi içgüdüselden ben bunu yapıyorum şunu yapıyorum o güne kadar entegre ettiği şeyler değil, bu bir ekoldür. Bu bir yapıdır dolayısıyla bunu bireyin kendisinin onun etiğine uygun olarak yapması gerekir. Bunlardan bir tanesi popülasyon hakkında bilginiz yoksa birine yönlendirmek ya da bilgi edinmek. Bol bol staj, öğrenme. Öğrenmenin sonu yok, yapılabilecek her tür çalışmayı okumak araştırmak dahil olmak, varsa imkânı mümkünse profesyonel bir okulunu bitirmek bunlar benim önerdiğim şeyler" (Görüşme no. 6).

Görüşme yapılan sanat terapistleri, internet üzerinden çevrimiçi verilen sanat terapisi eğitimlerine karşı eleştirel bir tavır sergilemişlerdir. Aynı tavır, kısa süreli sanat terapisi eğitimlerine yönelik de gösterilmektedir. Çevrimiçi eğitimlerde sanat terapisi açısından çok önemli olan, atölye deneyimi ve buna bağlı olarak materyal üzerinde çalışma, materyali tanıma ve analiz etme olanağı bulunmamaktadır.

"Bir hocanın ya da grubun size dokunması lazım orada siz bir değişimi görmeniz lazım. Uzaktan eğitimle eğitimin kalitesini düşürüyoruz, aynı zamanda eğitimin gerekliliğine olan inancı azaltıyoruz.

Terapi içerikli eğitimlerin ben uzaktan olmasına karşıyım. (...) içi boşaltılıyor ve yapılan işin ciddiyetini bozuyor. (...) internetten öğrenen insanlar bütün bağımlıları kurtarabileceklerini ve Süpermen olduklarını zannedebilirler. Öyledirler demiyorum ama zannedebilirler. Ama bağımlılıkta geri döndürüm o kadar az ki (...) Orada öyle şeyler çıkıyor ki sen onunla nasıl başa çıkılacağını uzaktan eğitimle öğretemezsin” (Görüşme no. 9).

Sanat terapisi eğitimleri, Türkiye’deki üniversitelerde lisans ve yüksek lisans programlarının içerisinde ders seviyesinde verilmektedir. Sanat terapisinin, Türkiye’de bilimsel ve mesleki bir alan olarak tanınmasını sağlayacak ölçüde yeteri kadar bilimsel çalışma bulunmamaktadır. Sanat terapisinin bir meslek olarak kabul edilmesini sağlayacak ölçüde bilimsel yayınlar hazırlanması sanat terapisi eğitimi açısından önemli bir ihtiyaçtır (Görüşme no.9).

Formel Olmayan Eğitim Durumları

Görüşülenler ısrarla etkilendikleri ve beslendikleri alanların çeşitliliği ve zenginliğine vurgu yapmışlardır.

“Bugüne kadar izlediğim bütün sanat performansları, bütün sergiler, sanat müzeleri de benim ilham kaynaklarım. Bazı ilişki kurduğumu hissettiğim yazarlar da ilham kaynağım” (Görüşme no. 4). “Farklı ülkelerde farklı kültürlerle şahit olmak etkili oldu. For example... Ortaasya, İspanya, İndia, Yeni Zelland, tüm Avrupa, Afrika, Amerika, Güney Amerika” (Görüşme no. 1).

Katılımcıların etkilendikleri alanlar oldukça çeşitlilik göstermektedir. Bununla birlikte görüşmelerde sanat ve sanat terapisi alanında çalışmaları bulunan ve eserlerinden etkilenen kişiler olarak isimleri tekrarlanan kişiler şöyledir: Rahmi Oruç Güvenç, Marcia Plevin, İsmail Tunalı, (Rudolf von) Laban, İrmgard Bartenieff, Nurhan Eren, Nevin Eracar, Beatrice Allegranti, Aydın Teker, Beklen Algan, Pina Bausch.

“Pina Bausch diye bir dans tekniği (mucidi) ve kareograf bir kadının eserlerinin, dünyaca ünlü bir sanatçının eserlerini İstanbul’da izleme fırsatı buldum. Bu benim için çok büyük bir şanstı. Mesela o benim için bir ilham kaynağıydı. (...) İlk geldiği eseri cam temizleyicisi diye bir eserdı. Cam temizleyicisi eserinde bütün dansçılarıyla Hong Kong’a gidiyorlar. Hong Kong’da bir süre yaşıyorlar ve Hong Kong’un kendileri üzerindeki etkilerini doğaçlayarak bir sanat performansı oluşturuyorlar. Sonraki yıllarda zaten Portekiz için yaptığı bir iş geldi. Sonrada İstanbul için ‘nefes’ diye bir iş yaptılar. (...) Hem çok yaratıcıydı hem de başka kültürden insanlar için İstanbul ne anlama geliyor görmek de enterasan oldu” (Görüşme no 4).

Sanat terapistlerinin çalışmalarında etkilendiklerini ifade ettikleri diğer yazarlar ise şunlardır; Victor Hugo, Joseph Campbell, Metin And, Rollo May, Johan Huizinga, Victor E. Frankl.

Önem Verilen Noktalar

Görüşme yapılan kişiler, atölye çalışmalarında ortaya çıkan materyallerde estetik görünüm aramadıklarını, sanat eseri niteliğinde bir ürün beklemediklerini; çalışma gruplarında, performans

kaygılarından uzak, katılımcıların, kendilerini rahat bir biçimde ifade edebilecekleri bir ortam ve iletişim ağı yaratmayı amaçladıklarını ifade etmişlerdir.

Terapistin, katılımcıların kendi ihtiyaçlarına ve iyileşme potansiyellerine yönelik farkındalıklarını dikkate alması, katılımcılar üzerinde baskı ve manipülasyon yaratacak söylem ve uygulamalardan kaçınması görüşmecilerin vurguladıkları diğer bir önemli noktadır.

“Biz sadece onlara yolları gösterebiliriz: bak bu da var, bu da var. Hatta bu yolları biz de göstermiyoruz, yolların var olma ihtimalini gösteriyoruz! Yolları kendileri buluyorlar” (Görüşme no. 2).

“Öfkesini burada yani seans odasında dışa vurduğunda iyileşeceğini yani bir sağaltım gerçekleşeceğini ben biliyorum. Ama hiçbir zaman ona onu yap demiyorum. Onu yap dediğimiz zaman biz yönlendirici oluyoruz ve onun potansiyellerini kısıtlıyoruz. O yüzden terapilerde de bütün terapi yöntemlerinde de budur, aslında sadece yollar farklıdır” (Görüşme no. 2).

Esnek atölye planlaması, sanat terapisi çalışmalarının daha verimli geçmesini sağlamaktadır.

“Yarı yapılandırılmışla hiç yapılandırılmamış olanın daha etkili olduğunun düşünüyorum ben. Yani aslında danışanın ihtiyacına odaklanıyor bu, danışanın değişkenliğini göz ardında tutup ona odaklanıyor” (Görüşme no. 4).

Bir diğer önem verilen nokta sürdürülebilir atölyelerdir. Uzun süreli ve sürdürülebilir atölyelerde, kişilerde farkındalık oluşumu, değişim ve iyileşme daha fazla olurken, atölye sayısı azaldıkça iyileşme de azalmaktadır (Görüşme no. 9).

Çalışmaların “şimdi ve burada” düzleminde gerçekleştirilmesi, uygulamalarda önem verilen diğer bir noktadır;

“Neden taşıyıcı sanat terapisi neden teröpatik bir etkisi var biz eğer hep geçmişle uğraşıyorsak depresyona doğru gidiyor hep ileriye uğraşıyorsak aman bunu yapıcam şuydu buydu o zaman bir anksiyete endişe yani beynimizin ‘şimdi ve burada’ya gelme yani şuan burada olabilmek biraz sonra yapacağım işlerin endişesinden uzaklaşabilmek geçmişteki bir şeyin kavgasından uzaklaşıp yine gelebilmek için malzeme çok büyük destek sunuyor bize o yüzden teröpatik bir etkisi var yani siz böyle sanat terapisi eğitimi almamış bir grupta bile sanat terapisi yaptığınız zaman herkes böyle çok mutlu çok faydalı olur neden çünkü ‘şimdi ve burada’ya gelinmiştir bir eser çıkmıştır ortaya bir an paylaşılmıştır” (Görüşme no. 3).

Uygulamalarda önem verildiği ifade edilen diğer bir nokta, bireyde farklı düşünüş ve davranış yollarına yönelik bir bakış açısı oluşturulması, duyu düşünce beden farkındalığı arasındaki bağın güçlenmesidir (Görüşme no. 4).

“Benim amacım bireyin hareket dağarcığını genişletip baş etme becerilerini genişletmek yani hep onun olduğu yerden dans etmek değil de hareket prensiplerini de işin işine katarak yeni vizyonlar katabilmek. Bunun tabii beden dinamikleriyle çalışırken beden bir sürü şey taşıyor yani bedenin içinde bir sürü kendi anıları var” (Görüşme no. 6).

Kullanılan Teknikler

Sanat terapisi, bazen görselle, bazen seslerle, bazen hareketle, bazen de malzemeler üzerinde gerçekleştirilen çalışmalarla, iletişime, etkileşime, anlaşmaya olanak tanımaktadır.

“Modern çağda hareket repertuarı kısıtlanmış insanlar olarak dokunmak bile dokunmanın bile bir elzem sıkıntılı pozisyona gelmiş bir mekânın yani İstanbul gibi bir mekânda açıkçası şey çok sıkıntılı. Sanat terapileri bu açıdan bir açılım sağlayabiliyor insana, senin yeniden bağlantılar kurmana. Sözel terapilerin yetmediği durumlarda sanat terapinin işe yaradığını iddia ediyoruz biz” (Görüşme no. 5).

Sanat terapistlerinin, katılımcılardaki spontanlığı, yaratıcılığı, iyilik halini ortaya çıkarmak, desteklemek amacıyla farklı teknikler kullandıkları gözlemlenmiştir. Orta Asya’da kullanılan şamanik bir dans olan ‘Baksı Dansı’ bu tekniklerden biridir;

“Bu baksı dansı çok ilginç bir şey var. Önce topraktan başlıyorlar, eller toprak dokunuyor sonra önce bu kol hareketler var bu enerji başlıyor. Buradan bu kola sonra omuz hareketler geliyor sonra baş hareketler sonra bir improvization spontan vücut ne istiyor yapıyor. Şaman doğaçlamadan sonra hepsi geri dönüyor: önce baş sonra omuz sonra kollar sonra toprak” (Görüşme no. 1).

Kullanılan bir başka teknik, beden perküsyonudur. Katılımcılar beden perküsyonu ile bedenlerine dokunurlar. Müzik yapıp ritim tutarak aslında arka planda bedenini algılar, bedeniyle aralarındaki kopmuş bağı yeniden oluştururlar (Görüşme no.4).

Sanat terapisinde farklı yöntemlerin kimi zaman birlikte kullanıldıkları belirtilmiştir;

“Açıkçası ben dramayı da kullanıyorum dansı da kullanıyorum yeri geliyor daha farklı ekollerden yaklaşımları kullanıyorum, mesela ezilenlerin tiyatrosunun teknikleri. Tam olarak o kadar değil ama modern dans çağdaş dans, dediğim gibi ritmik her tür yapı eski tip daha kabile şeyleri, daha pandomime, ritme Afrika danslarına doğru giden yani çok geniş bir yelpazede çalışıyoruz. Şu aklıma bunlar geliyor. Çalıştığım popülasyonun hangi dansa aşına olduğuna göre folklorik dansları da entegre edebiliyorum” (Görüşme no. 6).

Sanat Terapisinin Hassas Gruplar Üzerindeki Etkileri

Görüşülenler, danışanın kendisi ve çevresine yönelik ilgisinin oluşumu ve gelişimini hassas gruplarla sanat terapisinin yararları arasında saymışlardır.

1 numaralı görüşmede, Suriye’den Türkiye’ye göç eden çocuklara yönelik, 9 numaralı görüşmede, LGBTİ bireylere yönelik, 8 numaralı görüşmede, devlet okulları ve özel okullarda eğitim gören ilkökul, ortaokul ve lise seviyesindeki çocuklara yönelik sanat terapisi alanında proje teklifleri getirdikleri belirtilmiştir. 4 numaralı görüşmede, geçmişte Taksim Gezi Parkı olaylarının yaşandığı bölgede ikamet eden çocuklarla sanat terapisi yapmaya yönelik bir proje olduğunu ancak bunu gerçekleştiremediği ifade edilmiştir.

“Mesela ben şizofrenik kişilerle çalıştım ve art terapi yaptım. Normalde bu şizofrenik kişiler hastanede hiç intrest yok bir şeye. Ama art ile bir motivasyon geliyor. Sonra normalde hafta günler bilmiyorlar. Pazar Pazartesi Salı zaman algı yok, çünkü her gün aynı şey var. Ama art ile mesela art terapi Salı ve Perşembe. Sonra bu kişiler çok iyi biliyor: Ah! Bugün Salı Aaa! ben hazırlanıyorum. Giyiniyorum. Saat kaç terapist geliyor. Onun için yeni bir hayat yeni bir intrest başlıyor. Bir arkadaş vardı. O doktor. Psikiyatrik doktor. O şizofrenik kişilerle çalıştı. Art terapi çalıştı. 2 sene sonra bu şizofrenik kişiler ilaç kendi kendilerine aldılar. Şizofreni psikotik şeylerde bir duygu geliyor. Bazı kişiler anladı ha şimdi bu duygu başlıyor. Şimdi benim ilaç lazım. Bu çok güzel bir şey çünkü kendi sorumluluğunu alıyor” (Görüşme no. 1).

Sanat terapisinin, yaşlı insanlar üzerinde, sosyalleşme, anlamlı zaman geçirme, zihninde hayal ettiği bir objeyi somut malzemeye aktararak sinir sisteminin sağlıklı çalışmasını kolaylaştırma gibi olumlu etkileri olabilmektedir (Görüşme no. 3). “Tekrardan topluma kazandırılması açısından dans ve hareket bağlayıcı ve umut verici bir metot” (Görüşme no. 6).

Sanat terapisi uygulamalarıyla dikkat eksikliği olan çocuklarda bir süre sonra odaklanma sağlanabilmektedir (Görüşme no. 3 ve 5).

Sanat Terapisi, hassas grupların sık yaşadığı ve yaşamaya açık olduğu katılışma ve tek tipleşme durumunu esnetmesi açısından da faydalıdır (Görüşme no. 4).

“Bir kişi başlangıçta eliyle sadece şu hareketi yapabiliyor açıp kapama hareketini yapıyor ama mesela başka bir çalışmada fark ediyor ki benim bileğim de dönüyormuş ya da dirseğimden de kolum dönüyormuş diyor hem el bileğime hem dirseği aynı anda oynayabiliyormuş. Aslında ne oluyor? Kişinin başlangıçta var olan hareket paleti genişliyor (...) Resim yaptığımızı düşündüğümüzde de bir kişi başlangıçta genellikle siyah beyaz renkleri kullanıyor fakat çalışmalar içinde bir bakıyoruz başka renkler kullanmaya da başlıyor ya da varsayalım ki böyle sivri ve üçgen çizerken daha yumuşak şeyler çizmeye başlıyor falan...” (Görüşme no. 4).

Sanat terapisi uygulamalarında, hassas gruplardan katılımcılar, yaşamda karşılaştıkları veya karşılaşma ihtimalleri yüksek zor anları, grubun güven ortamı içinde canlandırma, oyunlaştırma imkânı bulabilmektedir. Bu noktada, katılımcının aklında ‘ben bunu burada deneyimlediysen hayatta da deneyimleyebilir miyim?’ sorusu doğmaktadır. Grupla birlikte gerçekleştirilen bu çalışmalar yaşama yönelik bir prova, anlamlı birer hazırlık haline gelirler (Görüşme no. 4).

“Biz hastanedeki çocuklarla çalışırken böbrek nakli olmuş çocuklarla çalışırken yaptığımız çalışmalardan bir tanesi hastane ortamında kullanılan o tıbbi materyallerle ilgili bir çalışmaydı. O tıbbi materyallerle medikal robot yaptırıyorduk. 3 boyutlu bir tür heykelimsi bir şey yapıyorlardı. Bu çocukların medikal araçlarla ilgili çok olumsuz anıları var (...) 14 yaşına gelmiş 1 yaşında teşhis konmuş. 13 sene içerisinde belki 2 saat o malzemeleri farklı bir şey olarak görüyor, onu başka bir şeye dönüştürüyor! Kendi hayallerindeki bir robota dönüştürüyor ve ona ilk kez kendisi temas ediyor, ona zorla takılmıyor, monte edilmiyor. İlk kez kendisi temas ederken de onu oynar gibi bir şey

üretmek için kullanıyor ve dolayısıyla o materyallerle ilgili olumsuz algılarında bir teröpatik etki yaratılmış oluyor. O materyaller olumsuzken olumlu bir şeye dönüşmüş oluyor” (Görüşme no. 4).

6 numaralı görüşmede, dans hareket terapisinin mülteci çocuklara sağlayacağı yararlar şöyle belirtilmiştir;

“Mülteci popülasyonlarda savaşın etkilerinin çocuğun üzerindeki çocukluk, çocuk olma etkisini azalttığı ve başka tür nefes tutma ya da etrafına güvenmeme, dans etmek, hareket etmek, oyun oynamak istememe gibi birtakım gözlemlerimiz olduğunda onu daha oyuna çağırma, bedenine çağırma, tekrardan hareket ettirme... Çünkü çocuk ne yapar? Koşar, zıplar, oyun oynar, kaçar değil mi?” (Görüşme no.6).

Sanat terapisinin hassas gruplardan katılımcılar üzerindeki diğer bir olumlu etkisi, katılımcılara sosyal yaşamda kabul edilme hissi yaşatmasıdır (Görüşme no. 6). Ayrımcılık, eleştiri, sansür, engellenme olmayan bir ortamda kendi kişiliğini ve kimliğini dışa vurma tecrübesine alan açılmaktadır.

Aynı görüşmede madde bağımlılarıyla uygulanacak sanat terapisi projelerinin nasıl tasarlanması gerektiğine yönelik görüşler alınmıştır;

“Onlarla birlikte üretim aşamasında da onları dâhil etme belki günaydın toplantılarında ya da o konuşmaların içine birlikte üretim... Çünkü sürdürülebilir kılabilirsin o zaman yoksa o da o zaman seni maddeyle değiştirecek; insana bağımlı olacak ya da kuruma bağımlı olacak (...). Ama o bir insan aynı zamanda belki futbol oynuyor. Aynı zamanda belki işte yemek yapabiliyor. Ya da aynı zamanda çok güzel şiir yazıyor” (Görüşme no. 6).

Ruh Sağlığı Alanında Çalışanların Sanat Eğitimi Almasına Yönelik Görüşleri

Görüşülenlerin tamamı, psikolog, sosyal hizmet uzmanı, psikiyatri uzmanı gibi ruh sağlığı çalışanlarının, sanat eğitimi almasının kendilerine ve çalışmalarına yararlı olacağı kanaatini ifade etmişlerdir. İfade edilen katkılar şöyle sıralanabilir;

- Ruh sağlığı alanında çalışan insanlarda tükenmişlik sendromunun yaygın olarak görülen bir sorun olduğunun üzerinde durulmuştur. Sanat terapisi çalışmalarının ve sanat eğitimi almanın, ruhsal tedavi alanında çalışanlarda ortaya çıkan tükenmişlik sorunun olumsuz etkilerini hafifleteceğini vurgulamışlardır (Görüşme no. 2,4,6).
- Danışanın sözlü anlatımı dışında bedeniyle anlattığı şeyi de okumayı, algılayabilmeyi, analiz edebilmeyi kolaylaştırdığı belirtilmiştir. Kas kontrolü, ritimle uyumlu şekilde hareket etmek, diğerleriyle hareket etmek, sınırlara saygı göstermek, kendi sınırlarını bulabilmek becerileri kazandıracığı belirtilmiştir.
- Bireyin canlılığını ve diğer bireylerle olumlu etkileşimini arttırmasını sağlayacaktır (Görüşme no. 6).

- Çalışmalarında ve atölyelerde çeşitlilik sağlayacaktır. Kurulan temaslarda o malzeme ve atölye içeriği üzerinden kişiliğini konuşurmak, kişilerin problemlerine inmesini kolaylaştıracaktır.
- “Elini rahatlanır; daha hızlı sonuca gider, işin içine oyun katabilir. Büyükler oyun oynamayı unutalı o kadar zaman olmuş ki o bedeni katmak oyun katmak hayal gücü katmak o ezber kalıplaşmış duruşların dışına çıkarak bir şeyler yapmaya vesile olur sanat malzemesi” (Görüşme no. 3).
- “Katarsis, rahatlama, boşalım sağlayıcı bir etkisi oluyor. Sanat terapi eğitimi alsalar faydası olur da sadece sanat terapisi almalarının bile etkisi olacağını düşünüyorum” (Görüşme no. 4).
- Diğerlerine bakış açısını değiştirmek ve kelimelere dökmeden simgesel anlatım olanaklarını geliştirmek açısından yarar sağlayacaktır (Görüşme no. 9).

SONUÇ VE TARTIŞMA

Alain de Botton ve John Armstrong, sanatın insan psikolojisine farklı açılardan dokunan yedi işlevi olduğunu belirtip ‘elem işlevi’ni ise şöyle açıklarlar; “Sanatın bizim için yapabileceği beklenmedik derecede önemli şeylerden biri, bize nasıl daha başarılı şekilde ıstırap çekeceğimizi öğretmektir” (De Botton, Armstrong, 2014, s. 26). Bu bağlamda sanatın, bireyin ve grupların yüklenebilirliğini ve dayanıklılığını artırdığı söylenebilir. Botton ve Armstrong’un bu tespiti, bulgularda “acı olanı olumlu ve eğlenceli hale dönüştürmek” olarak da ifade edilmiştir ve araştırmanın bulgularıyla uyumludur.

Aynı eserde bir diğer işlev olarak sunulan sanatın “eksik kalan yanlarımızı bize hatırlatarak içimizde saklı benlikler arasında yeniden dengeyi kurma ve karakterlerimizin özlem duyulan yanlarını geri kazandırma” (De Botton, Armstrong, 2014, s. 32) işlevi ise sanatın ruhsal ve bedensel bütünlüğümüze katkıda bulunduğu, benlik duygumuzu geliştirme yoluyla özsaygı kazanılmasını sağladığı şeklinde yorumlanabilir. Bu özellik de araştırmanın bulgularıyla uyumludur. Görüşülenler, bu işlevle birlikte “hayatın rutinleri dışına çıkıldığını” bunun ise rehabilite edici etkisi bulunduğunu ifade etmişlerdir.

Sanatın bir diğer işlevi olan büyüme işlevini açıklarken ise sanatla iç içe olmanın savunma mekanizmalarımızı harekete geçirecek korku ve kasvet hisleri yaşamamızı sağlayacak eserlerle karşılaşmamızı sağladığını belirtir, karşılaştığımız bu örneklerle yüzleşip üstesinden gelmemiz için sanatın bize zaman ve mahremiyet tanıdığını ifade ederler (De Botton, Armstrong, 2014, s. 53). Bu sürecin ise bir insan hakkı olan bireyin kendini geliştirme hakkı ile uyumlu olarak bireyin güçlenmesi ve özgüven kazanmasını kolaylaştırdığı iddia edilebilir ve sosyal hizmet perspektifi ile uyumlu olduğu söylenebilir. Botton ve Armstrong’un bu tespitine araştırma sonuçlarında net bir şekilde rastlanmamıştır. Bunun nedeni, görüşülen sanat terapistlerinin dezavantajlı bireylerle ilgili deneyimlerine ağırlık verilmiş olması ve benzeri olumsuz duyguların yaşanmasının riskli bulunmasıdır.

Ruh sağlığı açısından bakıldığında sanatın bu yedi işlevi dışında başka faydalı işlevlerinin bulunduğu da bilinmektedir. Tarihöncesi çağlardan beri duvar resimlerinin sosyalizasyon, grupla dayanışma,

problem çözüme ve öz saygıya katkısı gibi teröpatik işlevleri bilinmekte ve uygulanmaktaydı (Buchalter, 2004, s. 16). Görüşülenler, toplumdan dışlanmış grupların ve özellikle yaşlılarla yapılan grupla sanat terapisi çalışmalarının bireylerin sosyalleşmelerine katkıda bulunduğu ve katılım duygularını harekete geçirdiğini ifade etmişlerdir. Araştırma bulguları, bu tespiti doğrulamaktadır.

Çizim yapmak, boyamak ve heykel tıraşlamak bireylerin odaklanmalarını ve kendi psikik merkezlerine dönmelerini sağladığı için stresle başa çıkmalarını kolaylaştırır (Buchalter, 2004, s. 134). Araştırmanın sonuçları, “kendi psikik merkezine dönmek” konusundaki hipotezi doğrulamaktadır. Görüşülenlerin ifadelerine göre bu durum, “şimdi ve burada olma” hissini destekleyerek, doğaçlama ve dışavurumsal çalışmalarla hem rahatlamayı sağlamakta hem de bu yolla “üretim yaparak başka bir şeye dönüşme” duygusunu besleyerek özellikle madde bağımlısı bireylerin rehabilitasyonlarında kolaylaştırıcı bir etki sağlamaktadır.

Öte yandan sanat, sözlü ifadenin danışan ya da danışanlar için baskı yaratıcı olduğu durumlarda görmeyi, dinlemeyi, hareketleri aktifleştirerek, kendimizi daha özgür hissedeceğimiz yeni bir ifade alanı yaratabilir (Bostancıoğlu, Kahraman, 2017). Araştırma sonuçları, bu hipotezi desteklemektedir. Özellikle göçmen çocukların “yeniden çocuk olmaları”ni kolaylaştıran, bedensel farkındalığa ve oyuna çağıran bu özelliğin çocukların iyilik halini desteklediğini belirtmişlerdir. Ayrıca görüşülenler, bu nedenle ruh sağlığı alanında çalışanların sanat terapisi öğrenmelerinin, onların “elini güçlendireceği” yönünde kanaatlerini belirtmişlerdir. Dil bariyerine sahip göçmen çocuklar, dikkat eksikliği sorunu yaşayan çocuklar, zihinsel engelliler ve diğer sözel terapinin yetmediği tüm durumlarda sanat terapisi eğitiminin kolaylaştırıcı etkisinden bahsetmişlerdir. Bu sonuçla uyumlu bir şekilde dil bariyerine sahip mültecilerle dışavurumcu sanat temelli bir müfredat geliştirme çalışmasında, Milli Eğitim Bakanlığı’nda göçmen ve sığınmacılara yönelik dışavurumcu sanatı da dâhil eden programlar geliştirme gerekliliği vurgulanmıştır (Yılmaz, 2021).

2022 yılında sinirbilim alanında yapılmış “sanat terapisi uygulamasının özel öğrenme güçlüğü olan öğrencilerin okuma ve yazma performansına etkisi” adlı çalışmada, sanat terapi uygulamasının “öğrencinin yaşadığı zorlukları aşma konusunda önemli bir faktör” (Karadağ, 2022, s. 51) olduğunu, sanat terapisinin “günlük yaşamda sorun çözme becerilerini” desteklediği tespit edilmiştir. (Karadağ, 2022). Tezin içeriği incelendiğinde, sanat terapisinin dezavantajlı gruplardan “dikkat dağınıklığı olan” öğrenciler üzerindeki olumlu etkisi bulgusunu desteklediği görülmektedir.

Görüşülenlerin tamamı, ruh sağlığı çalışanlarının sanat eğitimi almalarının, kendilerine ve mesleklerine katkıda bulunacağını belirtmişlerdir. 2022 yılında hemşirelik alanında yapılan doktora çalışmasında, mandala sanat terapisi uygulamaları özel gereksinimli çocuğu olan annelerin konfor düzeylerini ve psikolojik sağlıklarını arttıran, ebeveyn çocuk etkileşimini olumlu yönde etkileyen bir yöntem olduğu ve bu uygulamaların hemşire iş birliğinde yapılmasının yararlı olacağı sonucuna ulaşılmıştır (Özsavran, 2022).

Görüşülen sanat terapistlerinin ifadelerine göre bireylerin ve grupların dayanıklılığını ve yüklenabilirliğini artırmak, benlik duygusunun gelişimi yoluyla özsaygının geliştirilmesi, bireyin güçlendirilmesi, özgüven kazanması, baskı ve stresle başa çıkabilmesi ve sosyal işlevselliğinin yeniden kazandırılması, insan hakları temelinde gelişen sosyal hizmet etiği ve amaçları ile birebir uyumlu görünmektedir. Sosyal hizmet uzmanları “sanatın yaşantıyı düzenleme aracı, grup bağlarını geliştirici ve yaratıcı problem çözme sürecini harekete geçirici özelliklerini” (Hasgül, 2016) mikro, mezo ve makro müdahalelerinde kullanabilmelidir.

Sanat terapisi, diğer psikoterapi yöntemlerine göre doğrudan ve hızlı bir müdahaleyi sağlar. Yapılan görüşmelerde, sanat terapisi uygulamalarının bu nedenle 1999 Gölcük depremi ile birlikte ülkemizde ilk defa yaygın olarak kullanıldığı belirtilmiştir.

Görüşülen uygulayıcılar, çalışmalarında bireyleri ve grupları güçlendirirken önem verdiklerini ifade ettikleri spontanlık, kaliteli iletişim, baskı ve manipülasyondan kaçınma, sosyal hizmetin kendi kaderini tayin hakkı (*self determination*) ile esnek yapılandırılmış ortamın tarifi ise vakanın biricikliği ilkesi ile örtüşmektedir.

Ayrıca araştırma kapsamında görüşme yapılan sanat terapistleri; danışanın, duruşuyla, ses tonuyla, hareketleriyle anlatmak istediklerine dikkat edebilmek, danışanla iletişim becerilerini geliştirmek, çalışmalarda daha hızlı olumlu sonuçlara gidebilmek gibi açılardan, ruhsal tedavi alanında çalışanların, sanat eğitimi almaları fikrini desteklemişlerdir. Görüşme yapılan bir terapist, kendisinin Avrupa’da ve Türkiye’de bu alanlarda çalışan insanlara sanat eğitimi verdiğini ifade etmiştir.

ÖNERİLER

Sanat terapisi eğitimi, Amerika ve Avrupa’da üniversitelerde verilen bir uzmanlık alanıdır. Görüşülenlerin tamamı ülkemizde bu alanda verilen çevrimiçi eğitimleri yetersiz ve eksik bulmaktadır. Türkiye’deki az sayıda sanat terapisi uygulayıcıları, kendi çabaları ile geniş bir alanda kendilerini geliştirmişlerdir.

- Psikoloji, Sosyal Hizmet, Özel Eğitim ve Hemşirelik Bölümlerinden mezun öğrencilere yönelik ülkemizde Sanat Terapisi Yüksek Lisans programı açılması
- Sanat terapisi uygulaması hakkında terapi alan kişilerin deneyimleri üzerine akademik araştırmalar yapılması ve katılımcı gözlem yoluyla sanat terapisi uygulamalarının etkisinin test edildiği akademik çalışmaların teşvik edilmesi (Görüşülenlerin tamamı, akademik seviyede Türkçe kaynak eksikliğini ifade etmiştir.)
- Sosyal refah alanında çalışan uzmanlarla sanat terapisi alanında çalışma yapanların ortak çalıştaylar düzenleyip iş birliği alanları geliştirmeleri
- Sanat terapisi uygulayıcılarının bireysel ve mesleki etikleri üzerine çalışmalar düzenlenip, dezavantajlı grupların bu alandaki yerinin netleştirilmesi

Psikososyal destek alanında önemli ihtiyaçların karşılanmasını sağlayacaktır.

Sosyal hizmet alanı özelinde ise sosyal hizmet eğitiminde, sanat terapisi tekniklerine, katarsis, dışavurum, yaratıcılık, oyun gibi kavramlara yer vermek; müzik, dans, resim, heykel, edebiyat, tiyatro, sinema gibi alanlarda, teröpatik yanının güçlü olduğu düşünülen çalışmaları ve metotları incelemek, uygulamak, bunlara yönelik bir repertuar oluşturmak, uzmanların ve mesleğe hazırlanan öğrencilerin uygulama becerilerinin gelişmesine katkı sağlayacaktır.

Farklı seçeneklerin bulunduğunu bilmek, yeni bakış açılarını tanımak, zihin-beden-duygu bütünlüğü içinde olmak, an'da kalarak yaşanan zamanları arttırmak, hassas gruptan bireylerin içsel olarak güçlenmesi açısından önemli çalışmalardır. Sanat terapisi bu durumların gerçekleşmesini hedefler. Dolayısıyla sosyal hizmet uygulamalarında, sanat terapisi tekniklerinden yararlanmak, danışanı güçlendirmeye yönelik sosyal hizmet uzmanlarının bilgi ve beceri alanlarını genişletecektir.

Sanat terapisi, köklü ve zengin teorik ve pratik altyapıya sahip bir alandır. Bu mesleğin Türkiye'de tanınması, sanat terapisi eğitimlerinin üniversiteler bünyesinde verilmesi önemli bir ihtiyaçtır. Bu durum, kuramın ve tecrübelerin paylaşılması açısından yeni alanlar oluşturacaktır, vaka gözlem ve staj tecrübelerini çoğaltacak, sanat terapisiyle ilgili yapılan akademik çalışmaların sayısı artacak, mesleğe yönelik önemli bilgilerin anlatıldığı, genel olarak İngilizce ve Almanca dillerinde yazılmış yabancı kaynakların Türkçeye çevrilme konusu gündeme gelecek, görüşmelerde palyatif ticari amaçlar güdülerek ortaya çıkarıldığı ifade edilen kısa süreli ve çevrimiçi sanat terapisi eğitimlerinin önüne geçilebilecektir. Bu durum, toplumun daha geniş kesiminden çok sayıda insanın sanat terapisi ile tanışmasını ve toplum ruh sağlığı alanında tedavi ve rehabilitasyona yönelik sosyokültürel kaynaklarımız gelişecek zenginleşecektir.

ARAŞTIRMAYA İLİŞKİN ETİK BİLGİLER

Bu çalışmanın saha çalışması kapsamındaki veriler, danışmanlığını yaptığım Sosyal Hizmet Uzmanı Semih ÇELİK tarafından 2 Mayıs 2019 – 15 Haziran 2019 tarihleri arasında yapılmış ve kaynakçada da adı geçen yayınlanmamış lisans bitirme tezinde kullanılmıştır. Araştırmanın verileri 2020 yılı öncesinde toplandığı için etik kurul zorunluluğu yoktur. Sosyal Hizmet Uzmanı Semih ÇELİK'e verilerin kullanımına izin verdiği için teşekkür ederim.

ÇATIŞMA BEYANI

Bu çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması bulunmamaktadır.

KAYNAKÇA

- Allen, Philip B. (2000). Is art therapy an idea or a profession? *Art Therapy*, 17(3), 164–164.
- Altınay, D. (2016). *Psikodrama 400 Isınma Oyunu ve Yardımcı Teknikler*. Epsilon Yayınları.
- Appleton, Valerie E. (2001). Avenues of Hope: Art Therapy and the Resolution of Trauma. *Art Therapy* 18:1, 6-13.
- Avrahami, D. (2006). Visual Art Therapy's Unique Contribution in the Treatment of Post- Traumatic Stress Disorders. *Trauma & Dissociation*. 6:4, 5-38.

- Baker, B. A. (2006). Art speaks in healing survivors of war: the use of art therapy in treating trauma survivors. *Journal of Aggression Maltreatment & Trauma*, 12(1–2), 183–198.
- Bennett, S., ve Nelson, J. K. (2010). *Adult Attachment in Clinical Social Work Practice: Practice, Research, and Policy*. Springer.
- Bostancıoğlu B. Kahraman M. E. (2017). Sanat Terapisi Yönteminin ve Tekniklerinin Sağlık-İyileştirme Gücü Üzerindeki Etkisi. *Beykoz Akademi Dergisi*, 150-162.
- Buchalter, Susan. I. (2004). *A Practical Art Therapy*. Jessica Kingsley Publishers.
- Bulut, I. (2018). Psikiyatrik Sosyal Hizmetin Temel Dayanakları. A. İ. Çoban, ve S. A. Özden, *Psikiyatrik Sosyal Hizmet* (s. 41-44). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık.
- Chilcotte, R. (2007). Art therapy with child tsunami survivors in Sri Lanka. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 24(4), 156–162.
- Creswell, J. W. (2017). *Araştırma Deseni Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları*. Ankara: Eğiten Kitap.
- Csikszentimihalyi, Mihaly. (1977). *Beyond Boredom and Anxiety*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Çoban, A. (2005). *Müzik Terapi Ruh Sağlığı için Müzikle Tedavi*. Timaş Yayınları.
- De Botton, A. Armstrong, J. (2014). *Terapi Olarak Sanat*. Everest Yayınları.
- Denborough, D. Öyküsel (Narrative) Terapi. 7 Ekim 2016, *Psiart Youtube kanalı*, <https://www.youtube.com/watch?v=fK-P4AUEdEM&t=2795s> Erişim Tarihi: 3 Nisan 2019.
- Diliberto-Macaluso, K. A., ve Stubblefield, B. L. (2015). The use of painting for short-term mood and arousal improvement. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 9, 228–234. doi:10.1037/a0039237. s. 75-76
- Douglas, Mary. (1966). *Purity and Danger: an Analysis of The Concepts of Pollution and Taboo*. Routledge.
- Drake, J. E., ve Winner, E. (2012). Confronting sadness through art-making: Distraction is more beneficial than venting. *Psychology of Aesthetics, Creativity and The Arts*, 6, 255–261. doi:10.1037/a0026909
- Duyan V, Sayar Ö. Özbulut M. (2008). *Sosyal Hizmeti Tanımak ve Anlamak*, Öncü Basımevi. Ankara.
- Emery, M. J. (2004). Art therapy as an intervention for autism. *Art Therapy*, 21(3), 143–147.
- Eracar, N. (2013). *Sözden Öte Sanatla Terapi*. 3P Yayınları.
- Eroğlu, H. T. (2013). *Kamu Yönetiminde Sosyal Hizmetler*.
- Erol, H. T. (2006). *Bir Bilim Olarak Sosyal Hizmetin Sanatsal Yönü ve Bir Sanat Olarak Sinema ile İlişkisi*.
- Estes, C. P. (2013). *Kurtlarla Koşan Kadınlar*. Ayrıntı Yayınları.
- Fidan, M. B. (2018). Nitel Araştırmalar ve Düşünümsellik: Bir Kritik Analitik Düşünme Pratiği. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi*, 23-35.
- Forkosh, J., ve Drake, J. E. (2017). Coloring Versus Drawing: Effects of Cognitive Demand on Mood

- Repair, Flow, and Enjoyment. *Art Therapy*, 34(2), 75–82.
- Garcia, M. E., Plevin M., Macagno P. (2018). *Yaratıcı Hareket ve Dans* İstanbul, İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Gerge, A., ve Pedersen, I. N. (2017). Analyzing pictorial artifacts from psychotherapy and art therapy when overcoming stress and trauma. *Arts in Psychotherapy*, 54, 56–68.
- Gray, M., ve Schubert, L. (2019). Connecting Social Work and Art. E. Huss, ve E. Bos, *Art in Social Work Practice Theory and Practice: International Perspectives* (s. 68-79). New York: Routledge.
- Guseva, E. (2018). Bridging Art Therapy and Neuroscience: Emotional Expression and Communication in an Individual With Late-Stage Alzheimer's. *Art Therapy*, 35(3), 138–147.
- Güvenç. R.O. Bilinçaltı ve Müzik Derin Plan. Yrd. Doç. Dr. Rahmi Oruç Güvenç at TEDx Reset 2010 5 Ocak 2013, Tedx Talks Youtube kanalı
<https://www.youtube.com/watch?v=SethEOtOT6o&t=192s>, Erişim tarihi: 8 Nisan 2019.
- Hasgül, E. (2016). Sosyal Hizmet Uygulamalarında Sanatın Önemi. *International Journal of Innovative Research in Education*, 55-60.
- Hass-Cohen, N. ve Carr, R. (2008). *Art Therapy and Clinical Neuroscience*. UK, USA: Jessica Kingsley.
- Heinonen, T., Halonen, D., ve Krahn, E. (2018). A Social Work Orientation for Transformation Using Expressive Arts. T. Heinonen, D. Halonen, ve E. Krahn, *Expressive Arts for Social Work and Social Change* (s. 13-14). New York: Oxford University Press.
- Huss, E. (2019). E. Huss, ve E. Bos, *Art in Social Work Practice - Theory and Practice: International Perspectives* (s. 119-123). New York: Routledge.
- Jones, A. R., Briar-Lawson, K., Lawson, H. A., ve Hennon, C. B. (2001). Family-Centered Policies and Practices. *Family-Centered Policies and Practices*.
- Kaban, K. (2013). *Film Terapi*. Nobel Yayınları.
- Kalmanowitz, D., ve Ho, R. T. H. (2016). Out of our mind. Art therapy and mindfulness with refugees, political violence and trauma. *Arts in Psychotherapy*, 49, 57–65.
- Kamışoğlu, S. Ö. (2012). *Jackson Pollock ve Jung İlişkisi*.
- Kar, Ö. (2011). *Heykel ve Sanat Terapisi*.
- Karadağ, B. (2022). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi: *Sanat Terapisi Uygulamasının Özel Öğrenme Güçlüğü Olan Öğrencilerin Okuma Yazma Performansına Etkisi*. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Nörobilim Yüksek Lisans Programı.
- Kellermann, Peter F., Hudgins M.K. (2013). *Travmadan Sağ Kurtulanlarla Psikodrama Acıyı Eyleme Dökmek*. Nobel Yayınları.
- Konrad, S. C., ve Power, L. (2019). Applied Arts and Social Justice an Essential Partnership for Social Education. E. Huss, ve E. Bos. *Art in Social Work Practice Theory and Practice: International Perspectives* (s. 96-108). New York: Routledge.

- Krahn, E. (2018). Storytelling, Poetry, Writing and the Art of Metaphor. T. Heinonen, D. Halonen, & E. Krahn *Expressive Arts for Social Work and Social Change* (s. 25-29). New York: Oxford University Press.
- Larsen, R. J., Billings, D., ve Cutler, S. (1996). Affect intensity and individual differences in cognitive style. *Journal of Personality*, 64, 185–208. Doi:10.1111/j.1467-6494.1996.tb00819.x
- Levy, S. (2019). Recreating The Social Work Imagination Embedding The Arts Within Scottish Social Work. E. Huss, ve E. Bos. *Art in Social Work Practice Theory and Practice: International Perspectives* (s. 44-56). New York: Routledge.
- Malchiodi, C.A. (2014). Creative arts therapy approaches to attachment issues. In C. Malchiodi ve D. Crenshaw (Ed.), *Creative Arts and Play Therapy for Attachment Problems* (pp. 3-18). New York: Guilford Press.
- Marner, A. (2000). *Pictorial analyse: A small roadmap Bildanalys enligt Göran Sonesson, liten lathund*.
- Marner, Anders (2009). *Upplevelse, tolkning, analys och samtal – bildsemiotiskt perspektiv pa teori och metod i bildbeträktande, Tilde*, Umea Universitet 12, 5–82.
- Miles, Matthew B.; Huberman, A. Michael; Saldana, Jiohny. (2014). *Qualitative Data Analysis A Methods Sourcebook*. Washington DC: Sage Publications.
- North, Helen and K. R. (1967). *Angewandte Chemie International Edition* (Vol. 6, Issue 11).
- Ong, J. W. (1982). *Orality and Literacy The Technologizing of The Word*. Rotledge.
- Öncü, H. (2012). Bibliyoterapi Yönteminin Okullarda Psikolojik Danışma ve Rehberlik Amacıyla Kullanılması. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 147-170.
- Özsavran, M. (2022). Yayınlanmamış Doktora Tezi: *Mandala Sanat Terapisinin Özel Gereksinimi Olan Çocukların Annelerinin Konfor Düzeyine Etkisi: Randomize Kontrollü Çalışma*. Zonguldak: Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Sağlık bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı.
- Pereschkian, N. (1998). *Doğu Hikâyeleriyle Psikoterapi*. Beyaz Yayınları.
- Pickford, J., Dugmore, P., Parker, J., ve Bradley, G. (2017). Youth Justice and Social Work. *Youth Justice and Social Work*.
- Pierson, John ve Thomas, M. (2010). *Dictionary Of Social Work: The Definitive A to Z of Social Work and Social Care*.
- Rosal, M. (1989). Adolescent art therapy. *Art Therapy*, 6(2), 77–78.
- Rubin, J. A. (2005). Child Art Therapy. *Journal of Creativity in Mental Health* (Vol. 4).
- Sabah, L. (2011). *Resimle İlgelişim*. Hermes Yayınları.
- Sacks, O. (2016). *Müzikofili Müzik ve Beyin Öyküleri*. Yapı Kredi Yayınları.
- Sarıkaya, Nihal A., Ayhan Cemile H., Sukut Ö. (2017). Farklı Gruplarda Dans ve Hareket Terapisinin Kullanımı ve Etkileri. *Journal of Academic Research in Nursing*, ek sayı, 3. cilt, 2017. S. 1-5
- Shore, A. (2000). Child Art Therapy and Parent Consultation: Facilitating Child Development and Parent Strengths. *Art Therapy*, 17(1), 14–23.

- Skareus, E. (2009). Pictorial analysis in research on education: method and concepts. *International Journal of Research and Method in Education*, 32(2), 167-183.
- Snir, S., Regev, D., ve Shaashua, Y. H. (2017). Relationships Between Attachment Avoidance and Anxiety and Responses to Art Materials. *Art Therapy*, 34 (1), 20–28.
- Subaşı, H. (2016). *Psikodrama ve Kadim Bilgelik*. Epsilon Yayınları.
- Tuncay, T. (2018). Psikiyatrik sosyal hizmetin temel dayanakları. A. İ. Çoban ve S. A. Özden *Psikiyatrik Sosyal Hizmet* (s. 3-17). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık.
- Valtonen, K. (2016). *Social Work and Migration*. Routledge.
- Yılmaz, A. E. (2021). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi: *Türkiye'deki Suriyeli Mülteci Öğrencilerin Sosyal-Duygusal Öğrenme Becerilerini Desteklemeye Yönelik Dışavurumcu Sanat Terapisi Temelli Bir Müfredat Geliştirilmesi: Geçerlilik Çalışması*. Ankara: İhsan Doğramacı Bilkent Üniversitesi.
- Zaporah, R. (2012). *Doğaçlama Tiyatro Yöntemi*. Mitos Boyut Yayınları.
- Zastrow, Charles. (2010). *Introduction to Social Work and Social Welfare: Empowering People*. Cengage Learning 9780495809524
- Zastrow, C. (2014). *Sosyal hizmete Giriş*. Ankara: Nika Yayınevi.
- Zastrow Charles, Kirst-Ashman Karen K. (2016). *İnsan Davranışı ve Sosyal Çevre*. Nika Yayınevi.

