

Araştırma Makalesi

Şizofreni Hastalarında Sanat Terapisi Programının Hastalık Belirti Düzeylerine EtkisiVolkan DEMİR^{*1}, Gökben HIZLI SAYAR²¹ İstanbul Gelişim Üniversitesi, İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye² Üsküdar Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye**Makale Bilgisi****Anahtar Kelimeler:**şizofreni,
sanat,
sanat terapisi,
grup terapisi**Öz**

Bu çalışmanın amacı, sanatla terapi programının şizofreni tanısı almış bireylerde hastalık belirti düzeyleri üzerindeki etkililiğinin incelenmesidir. Çalışmaya katılan 29-65 yaş aralığındaki 10 şizofreni tanısı almış erkek katılımcıya, her biri 120 dakika süren 10 oturumluk sanat terapisi programı toplam 10 birbirini takip eden hafta boyunca uygulanmış, ön test, son test ve çalışmanın bitişinden 12 hafta sonra takip ölçümleri alınmıştır. Wilcoxon İşaretili Sıra Testi analizi uygulanan sanat terapisi programına katılım sağlayan hastalarda terapi programından sonra Beck Depresyon Ölçeği ile Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği toplam puanlarında anlamlı farklılıkların olduğu bulunmuş, 12 hafta sonra yapılan takip ölçümünde ise bu etkinin devam ettiği görülmüştür. Araştırmanın sonuçları, sınırlılıkları ve güçlü yanları alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Abstract**Keywords:**schizophrenia,
art,
art therapy,
group therapy

The purpose of this study was to examine the effect of art therapy programme on the symptom levels of individuals diagnosed with schizophrenia. A 10-session art therapy program, each lasting 120 minutes, was applied to 10 male participants, aged between 29 to 65, and diagnosed with schizophrenia, for a total of 10 weeks. Follow-up measurements were taken 12 weeks after the end of the study together with pre-test, and post-test assessments. Beck's Depression Inventory (BDI) and Positive and Negative Syndrome Scale (PANSS) were given to the patients participating in the art therapy programme at the beginning and at the end of ten weeks. One group pretest - posttest control study design was used, and data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank test. In the analyses, it was found that the art therapy programme was effective in reducing the depressive symptoms and positive and negative symptom levels of the participants, and this effect continued in the follow-up measurement after 12 weeks. The results, limitations, and strengths of the research were discussed in the light of the literature.

*Sorumlu yazar, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi Dekanlığı, J Blok Cihangir Mah., Petrol Ofisi Cd., 34310 Avcılar, İstanbul, Türkiye
e-posta: demir.volkan@outlook.com
DOI: 10.31682/ayna.1101134
Gönderim Tarihi (Received): 10.04.2022; Kabul Tarihi (Accepted): 07.10.2023
ISSN: 2148-4376

Giriş

Psikofarmakoloji, şizofreni tedavisinin temelini oluştursa da hastaların %5-15'inde psikofarmakolojik tedaviye rağmen pozitif ve negatif belirtiler, depresif-anksiyeteli duygudurumu, intihar düşünceleri, agresif davranışlar, bilişsel semptomlar ve yan etkiler görülmektedir (Johnstone ve Sandler, 1998; Lindenmayer, 2000). Psikofarmakolojik müdahalelerin tedavi görmekte olan hastaların sosyal işlevsellik kaybını engelleyememesi sağlık profesyonellerini psikoterapi yaklaşımlarını da tedavi sürecinin bir parçası olarak kullanmaya sevk etmiştir. İlaçlar, şizofreni hastalarında psikiyatrik semptomların tedavisinde önemli olmakla beraber, psikoterapi yöntemleriyle desteklenmediğinde hastaların yaşam kalitesini bozan relapsları önlemede yetersiz kaldığı bilinmektedir (Kültür ve Mete, 1997; Soygür, 1999). İlaç tedavisi ile istenilen klinik faydanın elde edildiği hastalarda dahi sosyal işlevsellik kaybı, yaşam kalitesinde azalma, bilişsel işlevlerde bozulma, mesleki ve akademik başarıda azalma görülmektedir (Doğan ve diğerleri, 2002). Bu nedenle ilaç tedavisine ek olarak psikoterapi yöntemlerinden yararlanılmasının şizofreninin sağaltımında dikkate değer olduğu birçok araştırmacı tarafından önerilmiştir (Gaite ve diğerleri, 2002; Medalia ve diğerleri, 2000; Pinikahana ve diğerleri, 2002).

Şizofreninin tedavisinde üç ana kural gözetilmektedir. İlki, remisyonun sağlanması, hastaların psikolojik belirtilerini azaltmak için farmakolojik tedaviye teşvik edilmesi. İkincisi, semptomları azaltmak ve fonksiyonelliği maksimize etmek için terapötik müdahalelerin uygulanması. Üçüncüsü ise, hastaların kişisel hedeflerine ulaşmasına katkı sağlayacak şekilde iyileşmenin desteklenmesi (Alptekin ve diğerleri, 2014; Murray ve Dean, 2008). Yalnızca farmakolojik tedavi uygulanan hastalarda, semptomlarda artış ve hastaneye yatış ihtimali yüzde kırk iken ilaç tedavisiyle birlikte terapötik yaklaşımların uygulanması bu oranı yarı yarıya azaltmaktadır (Öztürk ve Uluşahin, 2011). İlk psikoz atağı geçiren hastalarda, farmakolojik tedaviyle hastalık belirtileri azaltılmaktadır. Bununla beraber sosyal işlevsellik kaybının önlenmesi ve yitirilen becerileri yeniden edindirmek için terapötik yaklaşımlardan yararlanılmaktadır (Landolt ve diğerleri, 2012). Terapötik yaklaşımlar arasında bilişsel-davranışçı terapi, psikodrama, bilinçli farkındalık temelli terapiler ve sanat terapisi yer almaktadır (Demir, 2021).

Sanat terapisi; bireylerde psikolojik iyi oluşu sağlamak, bedensel sorunları azaltmak, problem çözme ve stres ile baş edebilme becerisini artırmak üzere tanı ve tedavide resim, müzik, şiir, dans, drama, kil, kolaj gibi sanatsal uygulamaların kullanıldığı dışavurumcu bir terapi türüdür (Case ve Dalley, 2014; Geue ve diğerleri, 2010; Gümüş-Demir ve Demir, 2022; Malchiodi, 2005). Sanat terapisi pratikleri, yalnızca belirli hastalıklar ile sınırlandırılmamıştır. Sanatla terapi uygulamalarına yatılı psikiyatrik rutinde ve psikosomatik kliniklerde yer

verilmektedir (Babaoğlu, 1988). Sanat terapisinin, şizofreninin tedavisinde bazı terapötik müdahalelere göre daha elverişli olduğu düşünülmektedir. Sanat etkinlikleri, uzman ve hasta arasındaki ilişkide ortaya çıkabilecek zorluklara karşı tampon vazifesi görmektedir (Sarra, 2014). Teglbjaerg (2011) şizofreni hastaları ve psikotik olmayan hastalardan oluşan iki ayrı grup üzerinde sanat terapisinin etkisini değerlendirmiştir. Araştırmacı, çalışmanın sonuçlarından yola çıkarak sanat terapisinin hastaların benlik duygularını güçlendirdiğine ve sosyal işlevselliklerini arttırdığını ifade etmiştir. İngiltere Ulusal Sağlık ve Klinik Mükemmellik Enstitüsü (National Institute for Health and Care Excellence - NICE, 2009) ruh sağlığı profesyonellerine şizofreni tedavisinde bir sağaltım yöntemi olarak sanat terapisini önermeleri dikkat çekicidir. Önerileri, sanatla terapinin etkinliğine yönelik yayımlanan altı adet randomize kontrollü araştırmanın incelemesine dayanmaktadır (Green ve diğerleri, 1987; Richardson ve diğerleri, 2007; Röhricht ve Stefan, 2006; Talwar ve diğerleri, 2006; Ulrich ve diğerleri, 2007; Yang ve diğerleri, 1998).

Sanatsal uygulamaların psikotik bozuklukların tedavisinde kullanılmasının bedensel ve ruhsal sağlıkta iyileşmeye katkı sağladığı ileri sürülmektedir. Teglbjaerg (2009) tarafından bir çalışmada şizofreni hastaları üzerinde sanatla terapi programının etkinliği sınanmıştır. Program sonucunda katılımcıların psikotik semptomlarında ve kaygı belirti düzeylerinde anlamlı bir değişim gözlenmiştir. Aladashvali (2017) tarafından yapılan bir çalışmada ise 36 psikotik bozukluğu olan hasta ile altı hafta süreyle, haftada iki gün toplam 12 oturum süren bir sanat terapisi programının etkililiği üzerinde çalışılmıştır. Çalışmadan elde edilen veriler incelendiğinde deney grubunda yer alan katılımcıların pozitif ve negatif belirtilerinin kontrol grubuna göre anlamlı oranda azaldığı gözlemlenmiştir. Hanevik ve diğerleri (2013) tarafından yapılan bir çalışmada sanatla terapi uygulamaları psikotik bozukluktan muzdarip beş kadın hasta üzerinde sınanmış ve katılımcıların uygulama öncesi ve sonrası puan ortalamalarında anlamlı fark bulunmuştur.

Türkiye’de şizofreni hastalarına yönelik yapılan araştırmalar incelendiğinde sınırlı sayıda da olsa grup uygulamalarının yapıldığı gözlemlenmektedir (Çapar-Çiftçi, 2021; Çetin, 2017; Mortan ve diğerleri, 2010; Yılmaz-Karaman, 2018). Öte yandan ülkemiz alanyazınında şizofreni tedavisine yönelik oluşturulmuş sanat terapisi programları ve bu programlara ilişkin etkililik çalışmaları da giderek artmaktadır. Günay tarafından 2017 yılında şizofreni hastalarına 8 hafta süreyle, haftada iki gün 90 dakika süren yapılandırılmış bir sanat terapisi programı uygulanmıştır. Çalışmanın sonucuna göre, katılımcıların pozitif ve negatif belirtileri ile aleksitimi düzeylerinde azalma görülmüştür. Fındıkoğlu (2015) tarafından şizofreni hastalarında müzik terapisinin etkililiği sınanmıştır. Araştırmada, müzik terapi uygulamaları sonrasında katılımcıların negatif ve pozitif belirti puanlarında anlamlı düzeyde azalma tespit

edilmiştir. Fındıkoğlu ve diğerleri (2020), şizofreni hastalarında müzik terapinin ruhsal durum üzerine etkilerini belirlemek amacı ile hastalara üçer gün arayla her oturumun 30 dakika sürdüğü toplam beş oturumluk bir program uygulamışlardır. Araştırmada, müzik terapi uygulamaları sonrasında katılımcıların negatif ve pozitif belirti puanlarında anlamlı düzeyde azalma görülmüştür. Gökçen (2019), dans ve hareket terapisinin şizofreni hastalarında psikotik semptomlardaki pozitif etkilerinin yanı sıra işlevsel iyileşmenin sağlanmasında umut verici bir yöntem olduğunu rapor etmiştir.

Şizofreninin tedavisinde psikoterapi yaklaşımlarının etkililiğini ortaya koymanın yoğun emek ve vakit gerektirmesi nedeniyle Türk literatüründe sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Bunun sebebi psikoz gibi ağır bozukluklarda terapötik müdahalelerin uygulanamayacağı ya da etkili olmayacağına yönelik genel inanç olabilir. Buradan hareketle bu çalışmanın temel hedefi, sanat terapisi programının şizofreni hastalarının hastalık belirti düzeylerine olan etkisini araştırmaktır. Belirlenen hedefler çerçevesinde aşağıda yer alan hipotezlerin sınanması plânlanmıştır.

1. Sanat terapisi programına katılan şizofreni hastalarının Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) ve Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği (PANSS) son-test puan ortalamaları ön-test puan ortalamalarına oranla anlamlı düzeyde azalacaktır.
2. Sanat terapisi programına katılan şizofreni hastalarının Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) ve Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği (PANSS) son-test puan ortalamaları ile izleme testi puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde farklılaşma olmayacaktır.

Yöntem

Bu çalışma, kontrol grupsuz tek grup öntest-sontest yarı deneysel bir araştırmadır. Tek grup öntest sontest modelinde hem araştırma öncesinde hem de araştırma sonrasında ölçümler vardır (Karasar, 2014).

Çalışma Grubu

Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi'nde yatarak tedavi olan, kronik şizofreni tanısı konulmuş; organik mental bozukluğu, nörolojik sorunu, işitme, dinleme ve konuşma problemi olmayan, antipsikotik ilaç kullanan, ölçekleri yanıtlamayı ve terapiyi sürdürmeyi engelleyebilecek ölçüde bilişsel yıkımı ve dezorganize davranışları olmayan, akut atak tedavisinden sonra grup ortamına uyum sağlayabilecek düzeyde işlevselliği olduğu gözlenen 29-65 yaş arasındaki 10 erkek hasta çalışmaya alınmıştır. Grup çalışması süresince ilaçları ve dozları değişmemiştir. Hastaların hastalık süreleri incelendiğinde iki katılımcının 5 yıl ve daha az, üç katılımcının 6-10 yıl, üç katılımcının 11-15

Yıl, iki katılımcının ise 15 yıl ve daha uzun süredir tedavi gördükleri saptanmıştır. Grup üyeleri eğitim düzeyi açısından incelendiğinde 5 katılımcı ilkokul, 3 katılımcı ortaokul 2 katılımcı ise lise mezunu olduğu görülmüştür. Grup üyelerinin medeni durumları incelendiğinde 9 katılımcının bekar, 1 katılımcının da boşanmış olduğu görülmektedir. Katılımcılar araştırmanın amacı ve grupla terapi programı hakkında bilgilendirilmiş ve katılımın gönüllülük ilkesine dayandığı açıklanmıştır.

Araştırmaya katılım sağlayacak hastaların seçimi için birtakım ölçütler belirlenmiştir. 18 yaşını doldurmamış ve 65 yaş üstü olanlar, araştırmada kullanılan veri toplama araçlarını doldurabilecek seviyede okuryazarlığı olmayan kişiler, zekâ geriliği olanlar ve madde bağımlılığı olan kişiler araştırmaya alınmamıştır.

Veri Toplama Araçları

Çalışmada, Sosyo-demografik Bilgi Formu, Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği (PANSS) ve Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) kullanılmıştır. Veri toplama araçlarının psikometrik özellikleri aşağıdaki gibidir.

Sosyo-demografik Bilgi Formu. Araştırmacı tarafından hazırlanan formda, araştırmanın amacına uygun olarak demografik bilgiler ve hastalık bilgileri sorgulanmıştır.

Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ). Depresif semptom düzeyini tespit etmek ve fiziksel, emosyonel, zihinsel değişimleri takip edebilmek amacıyla Beck ve diğerleri tarafından 1961 yılında geliştirilen bir öz-bildirim ölçeğidir. Ülkemizde geçerlik ve güvenilirlik çalışması Hisli (1989) tarafından yapılmış ve kesme puanı 17 olarak belirlenmiştir. Testin iki eşdeğer yarıya bölme yöntemi ile elde edilen güvenilirlik katsayısı .74 olarak bulunmuştur. Ölçekten alınan toplam puan 0-63 arasındadır. Toplam puanın yüksek oluşu depresif belirti düzeyini gösterir. Ölçekten alınan 0-9 puan minimal, 10-16 puan hafif, 17-29 puan orta, 30-63 puan şiddetli düzeyde depresyonu göstermektedir.

Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği (PANSS). Kay ve diğerleri tarafından 1987 yılında geliştirilen ölçek, şizofreni hastalarının son bir hafta içindeki hastalık semptomlarını ve işlevselliğini değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Ölçek, yedisi pozitif belirtiler alt ölçeğine, yedisi negatif belirtiler alt ölçeğine, geri kalan on altısı ise genel psikopatoloji alt ölçeğine ait olmak üzere toplam otuz maddelik yarı yapılandırılmış bir görüşme ölçeğidir. Ölçeğin Türkçe güvenilirlik ve geçerlik çalışması Kostakoğlu ve diğerleri (1999) tarafından yapılmış ve iç tutarlılık 0.71 - 0.75 arasında hesaplanmıştır. Bu çalışmada ölçeğin alt boyutları dikkate alınmamış, sadece toplam puanı dikkate alınmıştır.

İşlem

Çalışma, şizofreni hastalarının depresif belirti, pozitif ve negatif belirti düzeylerini azaltmaya yönelik olarak, ön ölçüm ve son ölçüm uygulamaları arasında gerçekleştirilen oturumluk Sanat Terapisi Programı'dır. Her biri 120 dakika süren 10 oturumluk sanat terapisi programı toplam 10 haftada uygulanmıştır. Bu çalışma için Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi Etik Kurulu'ndan 03.04.2018 tarihinde 160 kararı ile etik onay alınmıştır.

Ağustos 2019-Kasım 2019 tarihleri süresince 10 hafta devam eden program 13 kişi ile başlamış ve üç kişinin devam etmemesi nedeniyle 10 katılımcının verilerinden yararlanılarak istatistiksel analiz yapılmıştır. Uygulamalar her hafta bir kez olmak üzere 120 dakika olacak şekilde gerçekleştirilmiştir. Oturumlar, grup terapisi gözlem ve uygulama deneyimine sahip, birçok sanatla terapi grup çalışmasını yürütmüş, psikoloji doktora eğitimine devam eden bir terapist ve bir psikiyatri uzmanı tarafından yürütülmüştür.

Sanatsal uygulamalar üç adımdan oluşmaktadır. 1) Yoğunlaştırılan konunun içeriğine uygun sanatsal malzemeler ile sanatsal yaratının meydana getirilmesi, 2) Meydana getirilen sanatsal yaratıların farkındalık amacıyla incelenmesi, 3) Grup üyeleriyle beraber sanatsal yaratıların ortaya çıkardığı çağrışımların geçmiş, şimdi ve burada bağlamında çalışılması. Program, ilgili literatürden yararlanarak araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir (Ataseven, 2018; Capacchione, 2012; Demir ve Yıldırım, 2017; Demir, 2017; Malchiodi, 2011; Liebmann, 2004; Sarandöl ve diğerleri, 2013).

Bulgular

Bu bölümde, yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgular tablolar halinde gösterilerek yorumlanmıştır.

Tablo 1.

Beck Depresyon Ölçeği, Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği Öntest ve Sontest Puan Ortalamaları

	Öntest			Sontest		
	N	\bar{X}	Ss	N	\bar{X}	Ss
BDÖ	10	11,30	7,21	10	10,10	7,68
PANSS	10	47,60	12,53	10	43,90	14,00

Tablo 1’de görüldüğü gibi, çalışma grubundaki katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği’ne ilişkin puan ortalamaları ön testte 11,30 iken, bu değer son testte 10,10, Pozitif ve Negatif Belirtiler Ölçeği’ne ilişkin puan ortalamaları ise ön testte 47,60 iken, bu değer son testte 43,90 olmuştur. Katılımcıların depresif belirti, pozitif belirti ve negatif belirti düzeylerine ilişkin ön test-son test puanları arasında anlamlı bir farkın olup olmadığı ile ilgili bulgular Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2.

Beck Depresyon Ölçeği, Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği Öntest ve Sontest Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

	Sıra İşaretleri	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	z	P
BDÖ	Negatif sıra	6	4,42	26,50	-2,136	,033
	Pozitif sıra	1	1,50	1,50		
	Eşit	3				
PANSS	Negatif Sıra	7	5,64	39,50	-2,032	,042
	Pozitif Sıra	2	2,75	5,50		
	Eşit	1				

*Negatif sıralar temeline dayalı

Tablo 2 incelendiğinde, Willcoxon İşaretli Sıralar Testi sonucuna göre, çalışma grubundaki katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği, Pozitif ve Negatif Belirtiler Ölçeği’nden aldıkları; sanat terapisi uygulaması öncesi ve sonrası depresif belirti, pozitif ve negatif belirti puanları arasında anlamlı bir fark vardır (depresyon; $z = -2,136$ $p < .05$, pozitif ve negatif belirtiler $z = -2,032$ $p < .05$). Bu bulgu, “Sanat terapisi programına katılan şizofreni hastalarının Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) ve Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği (PANSS) son-test puan ortalamaları ön-test puan ortalamalarına oranla anlamlı düzeyde azalacaktır” şeklindeki 1 numaralı denenceyi destekler niteliktedir.

Tablo 3’te görüldüğü gibi, çalışma grubundaki katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği’ne ilişkin puan ortalamaları son testte 10,10 iken, bu değer izleme testinde 10,70, Pozitif ve Negatif Belirtiler Ölçeğine ilişkin puan ortalamaları ise son testte 43,90 iken, bu değer izleme testinde 44,40 olmuştur. Katılımcıların depresif belirti, pozitif belirti ve negatif belirti düzeylerine ilişkin son test-izleme testi puanları arasında anlamlı bir farkın olup olmadığı ile ilgili bulgular Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 3.

Beck Depresyon Ölçeği, Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği Sontest ve İzleme Testi Puan Ortalamaları

	Sontest			İzleme Testi		
	N	\bar{X}	Ss	N	\bar{X}	Ss
BDÖ	10	10,10	7,68	10	10,70	8,01
PANSS	10	43,90	14,00	10	44,40	13,87

Tablo 4.

Beck Depresyon Ölçeği, Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği Son-test ve İzleme Testi Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

	Sıra İşaretleri	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	z	P
BDÖ	Negatif sıra	1	4,50	4,50	-1,276	,202
	Pozitif sıra	5	3,30	16,50		
	Eşit	4				
PANSS	Negatif Sıra	1	3,00	3,00	-1,667	,096
	Pozitif Sıra	5	3,60	18,00		
	Eşit	4				

Sontest-izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır (depresyon; $z = -2,136$ $p < .05$, pozitif ve negatif belirtiler $z = -2,032$, $p < .05$). Bu bulgu, “Sanat terapisi programına katılan şizofreni hastalarının Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) ve Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği (PANSS) sontest puan ortalamaları ile izleme testi puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde farklılaşma olmayacaktır” şeklindeki 2 numaralı denenciyi destekler niteliktedir.

Tartışma

Çalışmada sanat terapisi programına katılan şizofreni hastalarının, program öncesi Beck Depresyon Ölçeği, Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği toplam puan ortalamaları ile program sonrası puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde farklılaşma olup olmadığı sınıanmıştır. Yapılan istatistiksel analizler, şizofreni hastalarında sanat terapisi programının hastalık belirti düzeyleri üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

Süreğen hastalığı olan bireylerin muzdarip oldukları psiko-sosyal problemlerle baş edebilmeleri için birçok terapötik yöntem geliştirilmiştir. Bu terapi yaklaşımlarının ortak hedefi hastaların hastalığı kabullenmesini ve tedaviye uyumunu sağlayarak, bedensel ve ruhsal iyilik halini artırmaktır (Petrie ve Revenson, 2005). Benzer amacı güden bu çalışmada, içgörü eksikliği, sosyal destek azlığı, stigma, farmakolojik tedavinin ortaya çıkardığı yan etkiler ve ilaç kullanımına uyum göstermekte zorlanan şizofreni hastalarıyla çalışılmıştır. Psikoz tanısı almış olan hastaların yüzde ellisinde antipsikotik tedavisine karşın işitsel varsanı ve sanrılar gibi pozitif semptomlar devam etmektedir (Elkis, 2007). Bu semptomların sağaltımı için psikososyal yaklaşımların geliştirilmesi dikkate değer bir amaç haline gelmiştir (Burns ve diğerleri, 2014). Sanat terapisi, Ulusal Sağlık ve Klinik Mükemmellik Enstitüsü'nün ruh sağlığı uzmanlarına şizofreninin tedavisi için tavsiye edilen terapi yaklaşımları arasında yer almaktadır (NICE, 2009). Hung ve Ku 2015 yılında şizofreni hastası olan iki kadın üzerinde sanat terapisinin etkililiğini incelemişlerdir. Araştırmada ilaç tedavisi ve sanat terapisi uygulamaları birlikte yürütülmüştür. Araştırmaya dahil olan katılımcıdan biri dört yıl önce şizofreni tanısı almış 19 yaşında olan hastadır. Hastanın pozitif semptomlarında sanatla terapi uygulamalarına katılımının dördüncü haftasından itibaren iyileşme gözlemlenmiştir. Diğer katılımcı ise on yıl önce şizofreni tanısı alan 37 yaşında olan hastadır. Aynı şekilde bu hastanın da sanatla terapi uygulamalarına katılımının birinci ayında dezorganize davranışları gerileyip, tedavi uyumu artmıştır. Alanyazın incelendiğinde, sanat terapisinin şizofreni hastaları üzerindeki etkililiğinin sınırlı olduğu araştırmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Yapılan bu araştırmada, Pozitif ve Negatif Sendrom Ölçeği puanlarındaki çalışma sonrası gözlenen olumlu değişim mevcut araştırmanın bulguları ile uyumludur.

Sanat etkinlikleri, ruh sağlığı profesyonelleri ile danışanlar arasında tehditkâr olmayan bir sağaltım aracı olarak işleve sahiptir. Alanyazındaki çalışmalar incelendiğinde, şizofreni tanısı almış bireyler üzerinde sanatla terapi programlarının olumlu etkileri gözlemlenmektedir. Sarandöl ve diğerleri tarafından 2013 yılında şizofreni hastaları üzerinde sanat terapisi programının etkinliği sınanmıştır. Yapılan analizler; çalışma grubundaki katılımcıların öntest ve sontest ölçümleri göz önünde bulundurulduğunda, sosyal işlevsellik başta olmak üzere antipsikotik ilaç tedavisiyle baş edilemeyen negatif belirtiler ve depresif belirtilerin azaltılmasında etkili olduğunu göstermektedir. Ataseven (2018) tarafından; 18-65 yaş aralığında bulunan, hastanede yatılı tedavi görmekte olan 10 şizofreni hastasına 10 hafta süren bir sanatla terapi programı uygulanmıştır. Programda; resim, şiir, müzik gibi sanatla terapi etkinlikleri uygulanarak grup paylaşımı ve grup tartışmalarına yer verilmiştir. Çalışmada depresif belirtiler, pozitif ve negatif belirtilerde azalma gözlemlenirken, öznel iyilik hali ve içgörü düzeylerinde ise önemli bir artış tespit edilmiştir. Mössler ve diğerleri (2011)

çalışmalarında şizofreni tanısı almış bireyler üzerinde bir sanat terapisi formu olan müzik terapisinin etkililiğini araştırmışlardır. Araştırmacılar müzik terapisinin şizofreni hastalarında ruhsal sağlıklarının düzelmesine katkıda bulunduğunu rapor etmişlerdir. Mevcut araştırmanın bulguları, sanat terapisi programının şizofreni hastalarının hastalık belirtilerine yönelik literatür bulguları ile uyumludur.

Sanat, iyileştirici özelliğinin yanında düşünce ve duygu dışavurumunda etkin bir araçtır. Bu nedenle sanat terapisi; kişilerin bastırdıkları, yok saydıkları duygu ve düşüncelerin farkındalığını artırma amacını güder. Duygu, düşünce ve davranış biçimleriyle, içinde buldukları ortama yabancılaşıp, izole olan şizofreni hastalarının terapötik süreç ilerledikçe, kendi duygu ve düşüncelerini fark ettikleri, aynı zamanda grup çalışmasında yer alan diğer bireylerin duygu ve düşüncelerine yönelik de empati geliştirdikleri gözlemlenmektedir (Sarandöl ve diğerleri, 2013). Montag ve diğerleri (2014) şizofreni hastaları üzerinde sanat terapisi programının etkililiğini sınıadıkları çalışmalarında, katılımcıların pozitif ve negatif belirtilerinde anlamlı ölçüde bir azalma görülmüştür. Depresif belirtiler üzerinde ise anlamlı düzeyde bir azalma görülmemiştir. Bu bulguların bir kısmı araştırmamızın bulguları ile uyumlu iken bir kısmı ile uyumlu değildir.

Araştırma bulgularından elde edilen sonuçlara dayalı olarak, uzun süreli etkiyi belirlemeye yönelik on iki hafta sonunda alınan kalıcılık testi sonuçları bağlamında, çalışma grubundaki katılımcıların hastalık belirti düzeylerinde farklılığın olup olmadığı incelenmiştir. Çalışmanın verilerine göre, terapi sonrasında programın etkililiğinin devam ettiği görülmüştür. Şizofreni hastaları üzerinde sanat terapisinin etkililiğini sınavan araştırmalar yüksek bir metodolojik titizlik ile planlanmış olsa bile ulaşılan etkinin devamlılığını tespit etmek oldukça zordur. Crawford ve diğerleri (2012) araştırmalarında, elde edilen olumlu etkilerin sanat terapisi uygulamalarıyla ilişkili olup olmadığını tespit etmenin zor olduğunu rapor etmişlerdir. Sanatla terapi programının şizofreni tanısı almış bireylerde etkisini sınavan en kapsamlı araştırma özelliğini taşıyan bu çalışmada on ikinci ve yirmi dördüncü aylarda yapılan kalıcılık ölçümlerinde anlamlı fark görülmemiştir. Bu araştırmanın sonuçları mevcut araştırmanın sonuçları ile benzerlik göstermemektedir.

Bu çalışmada sanatla terapi programına katılan hastaların, psikiyatrik semptomlarının azaltılmasının yanında sosyal etkinliklere katılımlarının sağlanması, somut düşünme ve duygulanımlarında artış, zevk alma ve ilgi gösterme yeteneklerinin artması ve ilaçla tedaviye uyumlarının sağlanması amaçlanmıştır. Program sonunda hastalardan alınan geribildirimlerde programda uygulanan etkinliklerin ve çalışmayı yürüten uzmanların tutumlarının kendilerini rahatlattığını ifade etmişlerdir. Bir katılımcı *“Bir arada şiir yazdığım, öykü yazdığım, resim yaptığım benim gibi hasta arkadaşlarım ve hocalarım*

sayesinde yalnız olmadığımı fark ettim.” diye ifade ederek grup çalışmalarında en önemli iyileştirici faktörlerinden olan “evrensellik” duygusunun bu uygulama sürecinde de oluştuğunu göstermiştir. Toplumsal becerilerin gelişimi, grup terapi programlarında etkili olan iyileştirici etmenler arasındadır. Bir diğer katılımcının *“Arkadaşlarıma yardım etmek beni mutlu ediyor.”* diye ifade etmesi bu uygulama sürecinde toplumsal becerilerin de geliştiğini ortaya koymuştur.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları vardır. Çalışmanın örneklem grubunu bir ruh sağlığı ve sinir hastalıkları hastanesinde yatarak tedavi görmekte olan 10 hastanın oluşturması nedeniyle genellenemez. Genellenebilirliği arttırmak için geniş örneklem grupları üzerinde yapılacak araştırmalara ihtiyaç vardır. Araştırmanın sınırlılıklarından biri de ölçeğin toplam puanı dikkate alınarak hastalık belirti düzeyinin belirlenmesi, ölçeğin alt boyutlarının dikkate alınmamasıdır. Bu durum hastaların pozitif belirti, negatif belirti ve genel psikopatoloji belirti düzeylerini ayrı ayrı değerlendirmeyi engellemiştir. Araştırmanın bir diğer sınırlılığı da çalışmaya katılım sağlayan bireylerin tedavi gördükleri servislerde yüz yüze gelmeleri ve etkileşim içinde olmalarının önlenememesidir. Bir diğer sınırlılık ise katılımcıların hepsinin erkek olmasıdır. Çalışmanın bir diğer sınırlılığı da araştırmada plasebo ve kontrol grubunun olmamasıdır. Bundan sonra yapılması planlanan araştırmalarda bu sınırlılıkların dikkate alınması önerilmektedir.

Sonuç olarak; bu çalışma alanyazın için önemli birtakım özelliklere sahiptir. Şizofreninin tedavisinde terapi yaklaşımlarının uygulanması birçok açıdan zorlayıcı olması nedeniyle farmakolojik tedavi tercih edilmektedir. Psikotik bozuklukların tedavisinde terapötik müdahaleler yaygın olarak kullanılmamakla birlikte bu hasta grubunda sanatla terapinin etkililiğini ortaya koyan çalışmalar sınırlı sayıdadır. Literatür incelendiğinde, ülkemizde şizofreni hastalarında sanat terapisinin etkililiğini sınavan çalışmalar yok denecek kadar azdır. Bu konuda Türkiye’de yapılmış araştırmaların sınırlı olması, elde ettiğimiz bulguları farklı araştırmaların verileriyle karşılaştırmamızı kısıtlamaktadır. Sanat terapisinin etkililiğini sınavan araştırmaların yapılmasının faydalı olacağı kanaatindeyiz. Benzer çalışmalar, daha geniş ve farklı özelliklere sahip hastalar üzerinde gerçekleştirilebilir. Bu çalışmada, şizofreni hastalarında depresif belirti, pozitif ve negatif belirti düzeyleri ele alınmıştır. Benzer çalışmalar kaygı, aleksitimi, motivasyon, psikolojik esneklik, işlevsel iyileşme gibi diğer konularda yapılabilir.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı:

Birinci yazar, deneysel programın oluşturulması ve uygulanması, hastaların takibi, verilerin dzenlenmesi ve analizi, literatür taraması, makalenin yazılması kısımlarını üstlenmiştir. İkinci yazar, araştırma için fikir ve hipotezin oluşturulması, içerik, imla ve dil bilgisi açısından kontrol edilmesi kısımlarını üstlenmiştir.

Çıkar Çatışması Beyanı:

Herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yazar Notu: Bu çalışma Volkan Demir'in Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde hazırladığı "Şizofrenide Grup Psikoterapisi: Sanat Terapisi ve Bilinçli Farkındalık Temelli Bilişsel Terapi Programlarının Etkililiğinin Karşılaştırılması" isimli doktora tezinden üretilmiştir.

Finansal Destek Beyanı:

Yazarlar bu yazı için herhangi finansal destek almamıştır.

Etik Kurul Onayı:

Bu çalışma için Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (03.04.2018/160).

Kaynakça

- Aladashvili, T. (2017). Art therapy for patients in acute psychotic episodes. *European Psychiatry*, 41(S1), S377-S377. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.02.400>
- Alptekin, K., Üçok, A., Ayer, A., Ünal, A., Erol, A., Ensari, H., Atmaca, M. ve Özgüven, H. D., (2014). Psikiyatri kliniğine yatırılan şizofreni ve psikotik bozukluğu olan hastaların tedavi rehberi. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 24(3). <https://doi.org/10.5505/kpd.2017.58077>
- Ataseven, E. (2018). *Kronik servislerde yatmakta olan kronik şizofreni tanılı hastalarda sanat terapisi ile farkındalık temelli bilişsel davranışçı terapi uygulamalarının semptom profili, içgörü ve sosyal işlevsellik üzerine etkisi* (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi). Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi.
- Babaoğlu, A. (1988). Psikopatolojik sanat II. Resimsel sanat ürünlerinin analiz öğeleri. *Düşünen Adam Dergisi*, 2(3), 202-204.
- Beck, A. T., Ward, C. ve Mendelson, M. (1961). Beck depression inventory (BDI). *Arch Gen Psychiatry*, 4(6), 561-571. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1961.01710120031004>
- Burns, A. M., Erickson, D. H. ve Brenner, C. A. (2014). Cognitive-behavioral therapy for medication-resistant psychosis: a meta-analytic review. *Psychiatric Services*, 65(7), 874-880. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201300213>
- Capacchione, L. (2012). *Sanat terapisiyle iyileşmek*. (1. Basım). İstanbul: Kaknüs yayınları.
- Case, C. ve Dalley, T. (2014). *The handbook of art therapy*. Routledge.
- Crawford, M. J., Killaspy, H., Barnes, T. R., Barrett, B., Byford, S., Clayton, K., Dinsmore, J., Floyd, S., Hoadley, A., Johnson, T., Kalaitzaki, E., King, M., Leurent, B., Maratos, A., O'Neill, A. F., Osborn, P. D., Patterson, S., Soteriou, T., Tyrer, P. ve Waller, D., (2012). Group art therapy as an adjunctive treatment for people with schizophrenia: multicentre pragmatic randomised trial. *Bmj*, 344. <https://doi.org/10.3310/hta16080>
- Çapar Çiftçi, M. (2021). *Şizofreni tanılı bireylerde bilişsel davranışçı terapi temelli psikoeğitimin içselleştirilmiş damgalanma ve işlevsel iyileşmeye etkisi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Çetin, N. (2017). *Farkındalık temelli psikoeğitimin şizofreni hastalarının içgörü ve ilaç uyumuna etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Demir, V. (2017). Dışavurumcu sanat terapisinin psikolojik belirtiler ile bilişsel işlevlere etkisi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(13), 575-598. <https://doi.org/10.26466/opus.337250>
- Demir, V. (2021). *Sanat terapisi: temel psikoloji kuramları ile dışavurumcu sanatın bütünleştirilmesi*. (1. Baskı). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Demir, V. ve Yıldırım, B. (2017). Sanatla terapi programının üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin depresyon, anksiyete ve stres belirti düzeylerine etkililiği. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(1), 311-344. <https://doi.org/10.12984/eggefd.280267>
- Demir, Z. G. ve Demir, V. Investigation of the effects of art therapy on self-compassion, mood and cognitive functioning levels in the elderly. *International Journal of Social Sciences*, 25(6), 96-120. <https://doi.org/10.52096/usbd.6.25.6>
- Doğan, S., Doğan, O., Tel, H., Çoker, F., Polatöz, Ö. ve Başeğmez, F. D. (2002). Sizofrenide psikososyal yaklaşımlar: Ayaktan hastalar/Psychosocial approaches in schizophrenia: Outpatients. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3(2), 69.
- Elkis, H. (2007). Treatment-resistant schizophrenia. *Psychiatric Clinics of North America*, 30(3), 511-533. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2007.04.001>

- Fındıkoğlu, S. (2015). *Şizofrenik hastalarda müzik terapinin ruhsal durum üzerine etkileri.* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Medipol Üniversitesi, İstanbul.
- Fındıkoğlu, S., Doğan, S., Özbek, H., ve Gidiş, V. (2020). Şizofreni hastalarında müzik terapinin ruhsal durum üzerine etkileri. *Uluslararası Sanat ve Sanat Eğitimi Dergisi*, 3(4), 61-70.
- Gaite, L., Va'zquez-Barquero, J. L., Borra, C., Ballesteros, J., Schene, A., Welcher, B., Thornicroft, G., Becker, T., Ruggeri, M., Herra'n, A. T. ve EPSILON Study Group. (2002). Quality of life in patients with schizophrenia in five European countries: the EPSILON study. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 105(4), 283-292 <https://doi.org/10.1034/j.1600-0447.2002.1169.x>
- Geue, K.L., Goetze, H., Buttstaedt, M., Kleinert E., Richter, D. ve Singer S. (2010). An overview of art therapy interventions for cancer patients and the results of research, *Complementary Therapies in Medicine*, 18(3-4), 160-170. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2010.04.001>
- Gökçen, A. (2019). *Şizofreni tanısı almış bireylerde dans/hareket tedavisinin psikotik durum ve işlevsel iyileşme üzerine etkisinin incelenmesi: randomize kontrollü çalışma.* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Green, B. L., Wehling, C. ve Taisky, G. J. (1987). Group art therapy as an adjunct to treatment for chronic outpatients. *Psychiatric Services*, 38(9), 988-991. <https://doi.org/10.1176/ps.38.9.988>
- Gümüş Demir, Z., & Demir, V. (2022). Investigation of the effects of art therapy on self-compassion, mood and cognitive functioning levels in the elderly. *International Journal of Social Science*, 6(25).
- Günay, C. (2017). *Şizofreni hastalarında sanat terapi uygulamasının pozitif ve negatif belirtiler ile aleksitimi düzeyine etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi.
- Hanevik, H., Hestad, K. A., Lien, L., Teglbjaerg, H. S. ve Danbolt, L. J. (2013). Expressive art therapy for psychosis: A multiple case study. *The Arts in Psychotherapy*, 40(3), 312-321. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2013.05.011>
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanteri'nin üniversite öğrencileri arasında geçerliliği ve güvenilirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13.
- Hung, C. C. ve Ku, Y. W. (2015). Influencing and moderating factors analyzed in the group art therapy of two schizophrenic inpatients. *Biomedicine*, 5(4). <https://doi.org/10.7603/s40681-015-0024-7>
- Johnstone, E. C. ve Sandler, R. (1998). Pharmacological treatments in schizophrenia. İçinde K. T. Mueser ve N. Tarrier (Edl.), *Handbook of social functioning in schizophrenia* (ss. 391-406). Allyn ve Bacon.
- Karasar, N. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri.* (27. Baskı). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Kay, S. R., Fiszbein, A. ve Opler, L. A. (1987). The positive and negative syndrome scale (PANSS) for schizophrenia. *Schizophrenia bulletin*, 13(2), 261-276. <https://doi.org/10.1093/schbul/13.2.261>
- Kostakoğlu E, Batur S, Tiryaki A. ve Göğüş A. Pozitif ve negatif sendrom ölçeğinin (PANSS) Türkçe uyarlamasının geçerlilik ve güvenilirliği (1999). *Türk Psikoloji Dergisi*, 14, 23-32.
- Kültür, S. ve Mete L. (1997). Şizofreni. İçinde C. Güleç ve E. Köroğlu (Edl.), *Psikiyatri Temel Kitabı* (ss. 321-355). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Landolt, K., Rössler, W., Burns, T., Ajdacic-Gross, V., Galderisi, S., Libiger, J., Naber, D., Derks, E. M., Kahn, R. S. ve Fleischhacker, W. W. (2012). The interrelation of needs and quality of life in first-episode schizophrenia. *European archives of psychiatry and clinical neuroscience*, 262(3), 207-216. <https://doi.org/10.1007/s00406-011-0275-6>
- Liebmann, M. (2004). *Art therapy for groups: A handbook of themes and exercises.* Psychology Press.

- Lindenmayer, J. P. (2000). Treatment refractory schizophrenia. *Psychiatric Quarterly*, 71(4), 373-384.
- Malchiodi, C. A. (2005). Expressive therapies history, theory, and practice. İçinde C. A. Malchiodi (Ed.), *Expressive Therapies* (ss. 1-15). Newyork: Guilford press.
- Malchiodi, C. A. (2011). *Handbook of art therapy*. Guilford Press.
- Medalia, A., Dorn, H. ve Watras-Gans, S. (2000). Treating problem-solving deficits on an acute care psychiatric inpatient unit. *Psychiatry Research*, 97(1), 79-88. [https://doi.org/10.1016/S0165-1781\(00\)00214-6](https://doi.org/10.1016/S0165-1781(00)00214-6)
- Montag, C., Haase, L., Seidel, D., Bayerl, M., Gallinat, J., Herrmann, U. ve Dannecker, K. (2014). A pilot RCT of psychodynamic group art therapy for patients in acute psychotic episodes: feasibility, impact on symptoms and mentalising capacity. *PLoS one*, 9(11), e112348. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0112348>
- Mortan, O., Tekinsav Sütçü, S., & German Köse, G. (2010). İştisel halüsinasyonlarla başa çıkmaya yönelik bilişsel-davranışçı bir grup müdahalesinin etkililiği: bir pilot çalışma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21, 1-10.
- Mössler, K., Chen, X., Heldal, T. O. ve Gold, C. (2011). Music therapy for people with schizophrenia and schizophrenia-like disorders. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 12. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD004025.pub3>
- Murray, R. ve Dean, K. (2008). Schizophrenia and related disorders. *Essential psychiatry*, 284-319.
- NICE. (2009). *Clinical guidelines, schizophrenia. Core interventions in the treatment and management of schizophrenia in adults in primary and secondary care*. London, UK: National Institute for Health and Clinical Excellence.
- Öztürk, O. ve Uluşahin, A. (2011). *Ruh sağlığı ve bozuklukları* (11. Basım). Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Petrie, K. J. ve Revenson, T. A. (2005). New psychological interventions in chronic illness: towards examining mechanisms of action and improved targeting. *Journal of Health Psychology*, 10(2), 179-184. <https://doi.org/10.1177/1359105305049761>
- Pinikahana, J., Happell, B., Hope, J. ve Keks, N. A. (2002). Quality of life in schizophrenia: a review of the literature from 1995 to 2000. *International journal of mental health nursing*, 11(2), 103-111. <https://doi.org/10.1046/j.1440-0979.2002.00233.x>
- Richardson, P., Jones, K., Evans, C., Stevens, P. ve Rowe, A. (2007). Exploratory RCT of art therapy as an adjunctive treatment in schizophrenia. *Journal of Mental Health*, 16(4), 483-491. <https://doi.org/10.1080/09638230701483111>
- Röhrich, F. ve Priebe, S. (2006). Effect of body-oriented psychological therapy on negative symptoms in schizophrenia: a randomized controlled trial. *Psychological medicine*, 36(5), 669-678. <https://doi.org/10.1017/S0033291706007161>
- Sarandöl, A., Akkaya, C., Eracar, N. ve Kırılı, S. (2013). Şizofreni hastaları ve yakınlarıyla yapılan sanatla terapinin hastalık belirtileri, bireysel ve toplumsal beceriler üzerine etkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14(4).
- Sarra, N. (2014). Connection and disconnection in the art therapy group: Working with forensic patients in acute states on a locked ward. In *Art psychotherapy groups* (ss. 79-97). Routledge.
- Soygür, H. (1999). Şizofreni tedavisine genel bir bakış. *Psikiyatri Dünyası*, 3(3), 83-90.
- Talwar, N., Crawford, M. J., Maratos, A., Nur, U., Orii, M. ve Procter, S. (2006). Music therapy for in-patients with schizophrenia: Exploratory randomised controlled trail. *British Journal of Psychiatry*, 189(5), 405-409. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.105.015073>

- Teglbjærg, H. S. (2009). *Kunstterapi i psykiatrisk behandling: med særlig fokus på skizofreni*. (Doctoral dissertation). Aarhus Universitet.
- Teglbjærg, H. S. (2011). *Skabende kunstterapi* (Vol. 1) Århus: Århus Universitetsforlag.
- Ulrich, G., Houtmans, T. ve Gold, C. (2007). The additional therapeutic effect of group music therapy for schizophrenic patients: A randomized study. *Acta Psychiatrica Scandinavia*, 116(5), 362-370. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.2007.1073.x>
- Yang, W.-Y., Li, Z., Weng, Y.-Z., Zhang, H.-Y. ve Ma, B. (1998). Psychosocial rehabilitation effects of music therapy in chronic schizophrenia. *Hong Kong Journal of Psychiatry*, 8, 38-40.
- Yıldız, E. (2019). *Şizofreni hastalarında kabul ve kararlılık terapisi temelli ve motivasyonel görüşme destekli danışmanlığının işlevsel iyileşme ve motivasyon düzeylerine etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Yılmaz-Karaman, İ. G. (2018). *Toplum ruh sağlığı merkezinde günlük etkinliklere katılan şizofreni hastalarında ilave psikososyal beceri eğitimi almanın öznel ve nesnel sosyal işlevsellik üzerine etkisinin araştırılması: Kontrollü klinik izlem çalışması*. (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi). T.C İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, İzmir.

The Effect of an Art Therapy Program on Disease Symptom Levels in Patients with Schizophrenia

Summary

Although psychopharmacology is still considered the main line of treatment for schizophrenia, 5-15 % of patients continue to experience mental symptoms and side effects despite regular medication use (Johnstone & Sandler, 1998). The inability of psychopharmacological interventions to prevent patients' loss of social functionality has prompted mental health professionals to use psychotherapy approaches as part of the treatment process. Although medical treatments are important in the treatment of psychiatric symptoms in patients with schizophrenia, treatment success falls below the desired level if not supported by psychotherapy applications (Kültür & Mete, 1997; Soygür, 1999).

In the treatment of schizophrenia, pharmacological treatment and psychosocial interventions are usually applied complementarily to obtain the most effective treatment outcomes and such psychosocial interventions have three main aims. The first aim is to achieve remission and to encourage patients for pharmacological treatment to reduce the intensity of the psychological symptoms. The second aim is the implementation of therapeutic interventions to reduce symptoms and maximize functionality. The last one is to support the recovery in a way that will contribute to the patient's personal goals (Alptekin et al., 2014; Murray & Dean, 2008). While the probability of relapse and hospitalization is around 40% in patients who only receive pharmacological treatment, the application of therapeutic approaches together with medical treatment reduces this risk by half (Öztürk & Uluşahin, 2011).

Art therapy is a type of expressive therapy in which artistic practices such as painting, music, poetry, dance, drama, clay, and collage are used in the diagnosis and treatment to increase psychological well-being, reduce physical problems, increase problem-solving and coping skills (Case & Dalley, 2014; Geue et al., 2010; Malchiodi, 2005). Art therapy practices are not only limited to major diseases, but these practices are also implemented in inpatient psychiatric routines and psychosomatic clinics (Babaoğlu, 1988). Art therapy is more favorable than some therapeutic interventions in the treatment of schizophrenia. Art activities act as a buffer against the difficulties that may arise in the relationship between the specialist and the patient (Sarra, 2014). There are limited number of studies in Turkey regarding the application of art therapy for patients with schizophrenia because it requires time and effort to reveal the effectiveness of such psychotherapy approaches in the treatment of schizophrenia. This may be due to the general belief that therapeutic interventions cannot be applied or are ineffective

in severe mental disorders such as psychosis. From this point of view, the main aim of this study was to investigate the effect of an art therapy program on the depressive, negative, and positive symptom levels of schizophrenia patients. Our results showed that the art therapy program is effective in the depressive symptoms, and positive and negative symptom levels of the patients having schizophrenia. In addition, it was observed that the positive effect obtained in the last measurements continued after twelve weeks.

The current study has offered valuable insights regarding the application of psychological treatments in conjunction with antipsychotic medications while treating schizophrenia. Pharmacological treatment is usually preferred because the application of therapeutic approaches in the treatment of schizophrenia is challenging in many respects. Not only therapeutic interventions are not widely used in the treatment of psychotic disorders, but also studies demonstrating the effectiveness of art therapy in this patient group are limited. Due to the limited number of studies conducted in Turkey, we are not able to compare our findings with different results. We believe that it would be beneficial to conduct studies that test the effectiveness of art therapy. Similar studies can be performed on patients with larger and different characteristics. In this study, depressive symptom, positive and negative symptom levels in patients with schizophrenia were discussed. Similar studies can be conducted on other topics such as anxiety, alexithymia, motivation, psychological resilience, and functional recovery.

EK 1.

Şizofreni Hastaları ile Uygulanan Sanatla Terapi Programının İçeriği

1. Oturum

Amaç

Katılımcıların duygu ve düşüncelerinin farkındalığını sağlamak.

Süreç

1. Katılımcılardan bir çiçek hayal etmeleri ve o çiçeği resmetmeleri istenilmiştir.
2. Resmedilen çiçeğin çizgi ve renklerinden yola çıkılarak grup üyelerinin duygu ve düşüncelerini ifade etmeleri istenilmiştir.

2. Oturum

Amaç

Katılımcıların sözlü ya da sözlü olmayan şekillerde duygularını dışa vurmaları yönünde becerilerini artırmak.

Süreç

1. Katılımcılardan gözlerini kapatmaları ve duygularına odaklanmaları istenilmiştir.
2. Hissettikleri duygunun bir rengi, şekli, biçimi, sıcaklığı, dokusu olsaydı nasıl olurdu? sorusu tartışılmış ve duygularını renkler, şekiller ve çizgiler kullanarak resmetmeleri istenilmiştir.
3. Kullandıkları renk ve şekillerin kendilerine neler hissettikleri tartışılmıştır.

3. Oturum

Amaç

Katılımcıların anda kalmaya yoğunlaşmaları, şimdi ve buradaki duygularına yönelmeleri.

Süreç

1. Katılımcılardan 0'dan 10'a kadar derecelendirdikleri renklerden oluşan bir skala oluşturmaları istenilmiştir.
2. En sık hissettikleri duyguları listelemeleri ve ardından her bir duyguya oluşturdukları skaladan bir renk seçmeleri istenilmiştir.
3. Seçmiş oldukları renklerle duygularını yansıtan bir resim yapmaları istenilmiş ve resimler tüm katılımcılar tarafından yorumlanmıştır.

4. Oturum

Amaç

Katılımcıların şu anda hissettiklerini fark etmelerini ve duyguların dışa vurum becerilerini sağlamak.

Süreç

1. Katılımcılara klasik müzik dinletilmiş ve müziğin ortaya çıkardığı duyguların resmedilmesi istenilmiştir.
2. Resimlerdeki benzerlikler ve farklılıklar tartışılmıştır.

5. Oturum

Amaç

Katılımcıları hastalıkları hakkında bilgilendirmek ve baş etme becerilerini geliştirmek.

Süreç

1. Grup üyelerine şizofreni hastalığıyla ilişkili eğitici bilgiler verilmiştir.
2. Grup üyelerinden şizofreniyi anlatacak bir öykü yazmaları istenilmiştir.
3. Yazılan öykülerin paylaşılmış ve yorumlanmıştır.

6. Oturum

Amaç

Katılımcıların öfke yaşadıkları durumları, bu durumlardaki düşünce, duygu ve davranışlarını tanımlamak.

Süreç

1. Grup üyelerine kartpostal hazırlayabilmeleri için gerekli materyaller verilmiş ve kartpostalların hangi amaçla kullanıldığı, nasıl hazırlandığı hakkında bilgi verilmiştir.
2. Katılımcılardan kendilerine geçmişte zorlayıcı, olumsuz duygular yaşatmış birine göndermek üzere temsili bir kartpostal hazırlamaları istenilmiştir.

7. Oturum

Amaç

Kabul etmekte zorluk yaşanan duygularla bütünleştirmek.

Süreç

1. Katılımcılara on altı adet sözcük (doktor, ağlamak, göz, akıl, kalp, zaman, unutmak, tuhaf, gelmek, zalim, gece, umut, hasta, hissetmek, duygu, iyileşmek) verilmiştir. Oturumda kullanılmak üzere hazırlanan bu kelimeler, şizofreni hastaları tarafından yazılan şiirleri içeren, 1964 yılında yayınlanan İnilti isimli kitaptan alınmıştır. Şiirlerde en sık kullanılan kelimeler seçilmiştir.
2. Grup üyelerinden bu kelimeleri kullanarak bir şiir yazmaları istenilmiştir.
3. Yazılan şiirler okunmuş ve katılımcıların okunan şiirlerin kendilerinde ortaya çıkardığı duygular hakkında tartışılmıştır.

8. Oturum

Amaç

Katılımcıların kaygı ve korku deneyimlerinin birbirinden ayırt etmelerini sağlamak.

Süreç

1. Katılımcılardan kendilerini korkutan, zorlayıcı duygulara sevk eden şeylerin resmini yapmaları istenilmiştir.
2. Resimler tamamlandıktan sonra üyelerden çizmiş oldukları şeyleri komik hatta gülünç olacak şekilde tekrar çizmeleri istenilmiştir.

9. Oturum

Amaç

Zorlayıcı duygulara sebep olan düşünce içeriğini değiştirmek.

Süreç

1. Grup üyelerine maske yapımı için gerekli materyaller verilmiştir.
2. Hazır maske şablonlarını kullanarak sanatsal malzemeler ile bir maske oluşturmaları sağlanmıştır.
3. Ortaya çıkan maskeler hakkında tartışıldıktan sonra maskeler takılmış ve dans edilmiştir.

10. Oturum

Amaç

Katılımcılarla birlikte bütün oturumların değerlendirilmesi.

Süreç

1. Katılımcılardan terapi programı süresince kendilerindeki değişimi anlatan bir resim yapmaları istenilmiştir.
2. Çizilen resimler yorumlanmıştır.