










Türkiye’de Bilişsel Davranışçı Grup Terapisi, Psikodrama ve Sanat Terapisi Kullanılarak Yapılmış Etkililik Çalışmalarının İncelenmesi

Investigation of Effectiveness Studies Conducted by Using Cognitive Behavioral Group Therapy, Psychodrama and Art Therapy in Turkey

Füsün Gökkaya¹ , Elifnur Zorluoğlu² , İrem Işık² , Büşra Önkür² , Tuğba Bozdemir² ,
Rukiye Kızıltan² , Canan Mıh² , Süleyman Salıkyüz² , Cennet Deniz² 

Öz

Bu çalışmanın amacı bilişsel davranışçı grup terapisi (BDGT), psikodrama ve sanat grup psikoterapisi kullanılarak ülkemizde yapılmış etkililik çalışmalarını incelemektir. Bu amacı gerçekleştirmek için Ebscohost, Ulakbim, Dergi Park, Türk Psikiyatri Dizini ve Google Akademik veri tabanlarında 2000- 2018 yılları arasında yayınlanan yalnızca Türkçe makaleler, belirlenen anahtar kelimeler ile taranmıştır. Tarama sonucunda ulaşılan makalelerden etkililik çalışması olmayanlar, uygulanan psikoterapi çalışması BDGT, psikodrama ve sanat terapisi olmayanlar, psikoterapi etkililik sonucunu bildirmeyenler, tez çalışmaları, iki farklı grup terapisini kullanan çalışmalar, olgu sunumları, psikoeğitim ve psikolojik danışmanlık programı ile yapılan çalışmaların makaleleri incelemeden çıkarılmıştır. Dışlama ve dahil etme ölçütlerini karşılayan 27 makale değerlendirmeye alınmıştır. Bu makaleler terapi özellikleri, örneklem grubu, araştırma yöntemleri ve elde edilen sonuçlar bakımından incelenmiştir. Sonuçlar farklı sorunları azaltmada, BDGT, psikodrama ve sanat psikoterapisi uygulamalarının etkili müdahaleler olduğunu göstermiştir. Yapılan incelemeler daha fazla deneysel desenli grup psikoterapisiyle yapılmış etkililik çalışmalarına gereksinim duyulduğunu düşündürmüştür.

Anahtar sözcükler: Bilişsel davranışçı grup terapisi, psikodrama, sanat terapisi, etkililik

Abstract

The aim of this study was to review the studies conducted in Turkey which evaluated the effectiveness of cognitive behavioral group therapy, psychodrama, and art group therapy programs. Articles only in Turkish that were published between 2000-2018 were searched by using specified keywords in Ebscohost, Ulakbim, DergiPark, Turkish Psychiatry Index, and Google Scholar databases. Among the articles, studies which were not effectiveness studies, those which did not have CBT group therapy, psychodrama, art therapy, those which did not indicate the effectiveness of the therapy, those which were thesis, case reports, studies that using two different group therapies, and psychoeducation and psychological counseling programs were excluded from the review. A total of 27 studies that met the inclusion criteria were included. Studies were examined in terms of research method, samples, therapy characteristics, and obtained results. The results showed that CBT group therapy, psychodrama, and art therapy were effective in alleviating different problems. Examined results suggested that more experimental and effectiveness studies regarding group psychotherapy are needed

Keywords: Cognitive behavioral group therapy, psychodrama, art therapy, effectiveness

¹ Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa, KKTC

² İzmir Katip Çelebi Üniversitesi, İzmir

✉ Füsün Gökkaya, Yakın Doğu Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Lefkoşa, KKTC
fusungokkaya@hotmail.com

Geliş tarihi/Received: 23.05.2019 | Kabul tarihi/Accepted: 31.07.2019 | Çevrimiçi yayın/Published online: 20.11.2019

PSİKOTERAPİ en geniş tanımıyla, ruhsal yollarla yardım ve iyileştirme demektir (Öztürk 2008). Psikoterapi süreci, yeni davranışların denenmesi ve bunların öğrenilmesiyle ilgili uygulamaların yapıldığı adımları içeren, iki insan arasında kurulan yakın bir ilişki üzerine temellenen ve kişiler arası ilişkinin dinamiklerini kapsayan bir süreçtir (Linden ve Hewitt 2015). Psikoterapi, çeşitli kuramsal bakış açıları çerçevesinde hem bireysel hem de grupla uygulanan bir tedavi yöntemi olarak kullanılmaktadır. Grup psikoterapisi, günümüzde psikolojik rahatsızlıkların tedavi edilmesinde yaygın olarak kullanılmaktadır. İnsanlar, doğası gereği çeşitli gruplarda yer almakta ve birbirleriyle etkileşim içinde olmaktadır. Bu etkileşim göz önüne alındığında grup psikoterapisi bireylerin gerçek yaşamlarının bir parçası haline gelmektedir (Arslantaş ve Dereboy 2016).

Grup psikoterapileri ilk kez 1940'larda ortaya çıkmış (Yalom 2002) ve günümüze kadar çeşitli yaklaşımlarla uygulanan yaygın terapi yöntemlerinden biri haline gelmiştir. Grup psikoterapisi, terapistin aynı anda birden çok kişiye yardımcı olabilmesini ve kaynakları daha etkin kullanabilmesini sağlar. Grup psikoterapisinde bilgi paylaşımı, grup birliği ve desteği, kişinin ve yaşantılarının kabul görmesi, kişiler arası bilgi edinme, kendini daha iyi tanıma, kendi davranışından dolayı başkalarının nasıl etkilendiğini keşfetme, başkalarının kendisini nasıl etkilediğini öğrenme, kendi iç dünyasının nasıl engeller oluşturduğunu ortaya çıkarma, umut aşılama, hastalığından kurtulmak için motive olma, fedakârlık, başkasından öğrenme, normalizasyon ve yol gösterme gibi tedavi edici pek çok etmen ön plana çıkmaktadır (Yalom 2002). Psikoterapilerde var olan rahatsızlığın belirtilerinin ortadan kaldırılması, sosyal uyumun artırılması, bilişsel kayıplar ve işlev yitiminin azaltılması amaçlanır. Grup dinamiklerinden faydalanarak etkileşim, eğitim ve destek olanaklarıyla ortak yaşantıların paylaşılması, toplumsal davranışlar konusunda geri bildirim, yeni sosyal beceriler geliştirilmesi sağlanmaya çalışılır (Kızılkaya ve Gündüz 2012).

Kuramsal bakış açısıyla karşılaştırıldığında grup psikoterapi yöntemlerinin bireysel psikoterapi yöntemleri kadar çeşitli olduğu görülmektedir. Örneğin, varoluşçu terapi, gestalt terapi, bilişsel davranışçı grup terapisi, çözüm odaklı terapi, psikodrama, sanat terapisi gibi terapi yöntemleri farklı kuramsal temeller üzerine yapılandırılarak geliştirilmiştir. Grup psikoterapisinde hastaların kişiler arası bozuk ilişkilerine odaklanılır ve hastaların ilişki becerilerini arttırmak amaçlanır. Terapist tarafından olması gerektiği şekilde yönlendirilen grup psikoterapisi, ilişkilerde ortaya çıkan çatışmaları azaltır, içe kapanık bireylerin gruba katılımını artırır. Psikoterapi süreciyle kişilerin birbirlerine güven duyması sağlanarak bağlılık oluşturulur (Yalom 2002). Uluslararası literatüre bakıldığında grup psikoterapilerinin yaygınlıkla kullanıldığı ve etkililik çalışmaları yapıldığı gözlenmiştir. Örneğin, Braga ve arkadaşlarının (2005) çalışmasında obsesif kompulsif bozukluğu (OKB) olan 42 kişiyle bir çalışma yürütülmüştür. Yapılan bu çalışmayla BDGT'nin etkililiği incelenmiştir. On iki oturum olarak düzenlenen BDGT'nin, bireylerin OKB semptomlarında azalma meydana getirdiği görülmüştür. Başka bir çalışmada dans ve hareket terapisinin şizofreni hastalarının tedavisindeki etkisine bakılmıştır. On iki kişiden oluşan deney grubuna on iki hafta süren dans ve hareket terapisi uygulanmıştır. Deney grubu hastalarının öfke ve depresyon düzeylerinde kontrol grubuna kıyasla anlamlı düzeyde bir azalma görüldüğü ortaya çıkmıştır (Lee ve ark. 2015). Başka bir araştırmada panik bozukluğu olan hastalarla, psikodrama terapisi ile 6 ay süren 25 oturum çalışılmıştır. Bu hastaların anksiyete semptomlarında azalma saptanmıştır (Tarashova ve ark. 2017). Literatür incelendiğinde yurt dışında grup psikoterapileri etkililik

araştırmalarının oldukça yaygın olduğu anlaşılmıştır. Bu durum; BDGT, psikodrama ve sanat terapisi bağlamında, ülkemizde ki etkililik çalışmalarının içerikleri, sonuçları ve literatürle benzerlikleri konusunda merak uyandırmıştır.

Bu çalışmada, BDGT, psikodrama ve sanat terapisi uygulanarak ülkemizde gerçekleştirilmiş olan etkililik çalışmalarını incelemek amaçlanmıştır. Bu amacı gerçekleştirmek için 2000-2018 yılları arasında yayınlanan BDGT, psikodrama ve sanat terapisi kullanılarak gerçekleştirilen etkililik çalışmaları değerlendirilmiştir. Bu uygulamalar, grup bütünlüğü, seans sayısı, seans süresi, tanı için kullanılan ölçüt sistemi gibi bilgiler açısından değerlendirilmiştir.

Grup psikoterapi yöntemleri

Grup psikoterapileri, aynı anda birçok danışana birden hizmet vermeyi hedeflemektedir. Bu terapilerin çoğunda kişiler arası ilişkilerin önemine vurgu yapılmaktadır. Aynı zamanda grup psikoterapileri etkili ve ekonomik olması açısından da tercih edilmektedir (Kramer ve ark. 2014). Bu bölümde ülkemizde etkililiği sınanmış grup psikoterapisi yöntemlerinden BDGT, psikodrama ve sanat terapisi yöntemleri kısaca tanıtılacaktır.

1. BDGT

Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) Aaron T. Beck tarafından, 1960'lı yıllarda ABD'de Pennsylvania Üniversitesi'nde geliştirilmiş ve depresyon tedavisi için kullanılmaya başlanmıştır (Beck 2001, Türkçapar 2015). BDT, yapılan çok sayıda klinik araştırma sonucu birçok ruhsal rahatsızlıkta etkili olduğu bilimsel olarak kanıtlanmış, öğrenme kuramlarına dayalı bir terapi yöntemidir (Türkçapar 2015). Bilişsel davranışçı yaklaşıma göre psikolojik sorunların temelinde bireyin ruhsal durumunu ve davranışlarını etkileyen çarpıtılmış ya da işlevsel olmayan düşünceler vardır. Bu düşüncelerin gerçekçi biçimde yeniden değerlendirilmesi ve uygun işlevsel düşüncelerle değiştirilmesi ile duygu ve davranışların da değişmesi ve sonuçta iyileşmenin sağlanması hedeflenmektedir. Kalıcı iyileşme, kişinin temel olumsuz inançlarının değişmesi ile gerçekleşir. BDT ile danışanların yalnızca güncel sorunlarına odaklanılmaz; aynı zamanda bireylerin yaşamları boyunca sorunlarını çözmekte de kullanabilecekleri birtakım beceriler öğretilir (Beck 2001, Türkçapar 2015).

BDT yaklaşımına göre psikolojik sorunların kaynağı, işlevsel olmayan düşünce örüntüleri veya olumlu-uygun davranışsal baş etme stratejilerinin olmayışıdır. Bu yaklaşımın hedefinde bilişsel yanlılığı veya çarpıtmaları azaltarak etkili baş etme stratejilerini ve problem çözme becerilerini düzenlemek olduğu bilinmektedir (O'Connor ve Creswell 2005). BDT ile bireyin düşünce ve duygularını fark etmesini sağlamak amaçlanır. Bu amaçla çeşitli beceriler geliştirilmeye çalışılır ve durumların, düşüncelerin ve davranışların duyguları nasıl etkilediği belirlenip işlevsiz düşünceler ve davranışlar yeniden düzenlenerek duyguların değişmesi hedeflenir (Cully ve Teten 2008). BDT'de psikoeğitim, tedavi motivasyonunu artırma, kanıtları test etme, bilişsel çarpıtmalarla mücadele, bilişsel yeniden yapılandırma, kendine yönerge verme-iç konuşma, kendilik farkındalığı ve kendini izleme, problem çözme eğitimi, imajinasyon, düşünceyi durdurma, artı ve eksileri değerlendirme gibi bilişsel teknikler; aktivite planlama, rol canlandırma, davranışsal deneyler, gevşeme, sistematik duyarısızlaştırma, sosyal beceri eğitimi, kendini izleme, marka yönetimi, dikkat kaydırma, maruz bırakma gibi davranışçı teknikler, terapi yapılan grubun ihtiyacına göre seçilerek kullanılmaktadır (Mennuti ve ark. 2005).

BDGT iki yönüyle bireysel BDT'den ayrılır. Birincisi, terapi sırasında model alma ve operant stratejilerin grup seanslarında daha fazla kullanılmasıdır. İkincisi, grup üyeleri arasındaki etkileşimin terapiye katkısının yoğun olmasıdır (Rose 1998).

2. Sanat terapisi

Sınırlı sayıda oturumla ruhsal tedaviyi sağlamaya duyulan ihtiyaç sonucunda, kısa süreli tedavi biçimleri ortaya çıkmıştır. Bu tedavi yöntemlerinden biri sanat terapisi. Sanat terapistlerinin araştırmaları sonucunda sanat etkinliklerinin, bireylerin sorunlarını hızlı bir şekilde ortaya koymada yardımcı olduğu, değerlendirme ve müdahaleyi hızlandırdığı fark edilmiştir. Sanat terapisi dans, müzik, resim, tiyatro, hareket gibi çeşitli uygulamaların kullanıldığı dışavurumcu bir psikoterapidir ve gelişimi son 40-50 yılda gerçekleşmiştir (Malchiodi 2012).

Hastalıkların iyileştirilmesinde sanatın kullanımı uzun zaman önceye dayanmaktadır. Sanat terapisinde terapistin psikanalitik, bilişsel davranışçı yaklaşım veya varoluşçu yaklaşım gibi farklı yönelimleri olabilmektedir (Aydın 2012). Hastaların yaratıcı anlatımlarına müdahale etmeyen, grubun bir parçası olarak çalışan sanat terapistleri çoğunlukla hastanelerde ve zihinsel geriliği olan bireylere yönelik kurumlarda görev alır. Sanat terapistleri hastalarda terapötik değişim sağlamak adına hastaların yaratıcılıklarını ortaya koyacak sanatsal araç ve gereçlerin kullanımına önem verir (Sharf 2016).

Bu psikoterapi yönteminde sanat, bir araç olarak kullanılmaktadır. Uygulama sonucunda elde edilen sanat ürünü estetik olsun veya olmasın, sanatsal eylemde bulunan kişinin iç ve dış dünyası arasında daha uyumlu bir ilişki kurmasına olanak sağlar (Güney 2011). Sanat, kişilere özgür bir ortam oluşturarak hayatlarındaki kontrolü yeniden kazanmalarını kolaylaştırır. Aynı zamanda bireylerin kendilerini çeşitli yollarla ifade etmesiyle hayatlarına hâkim olan çaresizlik ve ümitsizlik duygularını ortaya çıkarmaktadır. Bireylere bu duyguları kontrol etme ve bunlarla baş etme becerileri kazandırmaktadır (Demir 2018b).

Sanat terapisiyle bireyler toplumdan uzak, yalıtılmış bir hayat yerine, ortak bir hedef ve duyguda birleşerek grup üyeleriyle birlikte çeşitli etkinlikler yapmak için toplanırlar. Psikoterapi sürecinde terapist ve hasta arasında sanatsal bir unsurun kullanımı ifade edilemeyen duygu ve düşüncelerin dışsallaştırılmasını sağlar. Bu yolla sanat terapisi kişilerin duygu dışavurumlarına destek sağlayarak duygularını tanımlayarak ifade etmelerine, böylece kişilerarası ilişki problemlerini çözmelerine yardımcı olmaktadır (Sarandöl ve ark. 2013).

3. Psikodrama

Psikodrama, dramatisasyondan (spontan tiyatrodan) yararlanılarak gerçekleştirilen bir terapi yaklaşımıdır. Psikodrama terapisinde, grubu oluşturan üyeler birtakım ruhsal sorunlarını canlandırarak etkileşimde bulunurlar. Canlandırmalar sırasında duygusal bir boşalma (katarsis) sağlayarak iç gözü kazanma ve daha sağlıklı davranışlara yönelme söz konusudur (Altınay 1999).

Psikodramada, öncelikli olarak güncel ve kişilerarası ilişkilerle temellenen sorunlara odaklanılır. Kullanılan çağrışımlarla, güncel sorunlara kaynak oluşturan, geçmişte kalarak unutulmuş ve bastırılmış temel sıkıntılara ulaşılır. Bireyin kendisine egemen olan çekirdek sorunlarını ve kör noktalarını tanımasına ve değiştirmesine yardım edilir (Özbek ve Leutz 2003).

Psikodrama süreci, bireylerin spontanlık, empati ve yaratıcılık özelliklerini geliştirmesini sağlar. Bunun sonucunda bireylerin duygu durumunda, iletişim ve baş etme becerilerinde olumlu değişiklikler görülür (Oğuzhanoğlu ve Özdel 2005). Psikodrama, çeşitli ısınma oyunları oynanarak bireylerin oturuma hazırlanmasını içeren ısınma aşamasıyla başlar. Protagonistin sahneyi olayın geçtiği mekâna göre hazırlayacağı ve kendisine yardımcı kişiler seçeceği oyun aşamasıyla devam eder. Psikodramanın son aşaması olan paylaşım aşaması rol geri bildirimleri ve özdeşim geri bildirimlerinden oluşur (Gökkaya ve Özdel 2016).

Rol değiştirme tekniği, eşleme tekniği ve ayna tekniği gibi tekniklerin kullanıldığı psikodramanın temelinde kendini veya bir başkasını canlandırma yatar. Psikodrama, kişilerin oynadıkları rollerde nasıl davrandıklarını ve nasıl hissettiklerini anlama fırsatı elde etmesi, bireylere davranışlarını düzenleme imkanı verir. Aynı zamanda rol canlandırma, bireylerde kontrol hissinin artmasını sağlar. Soyut konuların canlandırılması, bu konularla ilgili duygu yoğunluğunun artması ve duyguların açıkça ifade edilmesi kişilerin problem çözümünde harekete geçmesine yol açar (Sharf 2016).

Yöntem

Bu çalışmada grup terapi yöntemlerinden BDGT, psikodrama ve sanat terapisi yöntemiyle ülkemizde gerçekleştirilmiş etkililik çalışmalarını incelemek amaçlanmıştır. Bunun için Ebscohost, Ulakbim, Dergi Park, Türk Psikiyatri Dizin ve Google Akademik arama motoru veri tabanları kullanılarak, 2000-2018 yılları arasında yayınlanan Türkçe makaleler taranmıştır. Tarama sırasında “BDGT”, “psikodrama”, “sanat terapisi”, “etkililik”, “grup terapisi” anahtar kelimeleri kullanılmıştır. Literatür taramaları 2018 yılının Kasım-Aralık ayları arasında yapılmıştır. Toplamda 59 makaleye ulaşılmış olup bunlardan 32 tanesi çalışmaya alınmamıştır. Tarama sonucunda ulaşılan makalelerden etkililik çalışması olmayanlar, uygulanan psikoterapi çalışması BDGT, psikodrama ve sanat terapisi olmayanlar, terapi etkililik sonucunu bildirmeyenler, tez çalışmaları, olgu sunumları, psikoeğitim ve psikolojik danışmanlık programı ile çalışılan makaleler çalışmadan çıkarılmıştır. Sonuçta ölçütleri karşılayan 27 yayınlanmış makale çalışmaya dâhil edilmiştir. Bu makalelerin 8 tanesi BDGT, 13 tanesi psikodrama ve 6 tanesi ise sanat terapisi ile yapılan çalışmalardır. Her bir çalışmada grup büyüklüğü ve tanı için kullanılan ölçüt sistemi gibi örnekleme ilişkin bilgilere, tedavi biçimlerine, karşılaştırma gruplarına, etkililiği değerlendirmek için kullanılan ölçüm araçlarına odaklanılmış; çocuk, ergen ve yetişkin gruplarıyla yapılan çalışmalar bir arada incelenmiştir. İncelenen tüm makalelere ilişkin bilgiler Tablo 1’de yer almaktadır. İncelenen araştırmaların tabloda sunulmuş şekli tarih sırasına göre yapılmış; eski tarihli çalışmalardan başlanarak yeni tarihli çalışmalara doğru devam edilmiştir.

Bulgular

Çalışmaların yöntemsel özellikleri

Örneklem

Yaş ve cinsiyet dağılımı

Makaleler katılımcıların yaşları açısından incelendiğinde en küçük yaş aralığının (11-13 yaş aralığı) Gökkaya ve Sütcü (2018) ile Öngider ve Baykara’nın (2015), en büyük yaş aralığının ise (60-87 yaş aralığı) Oğuzhanoğlu ve Özdel’in (2005) çalışmasında olduğu

görülmüştür. Gökkaya ve Özdel'in (2016), Bal ve Şener'in (2015), Karataş'ın (2014) ve Yazkaç ve Özkan'ın (2018) çalışmalarında katılımcıların yaş aralığı belirtilmemiştir. Çalışmaların 21 tanesinde örnekleme yetişkinlerin (örn., Oğuzhanoglu ve Özdel 2005), üç tanesinde 14-18 yaş aralığında bulunan ergenlerin (Karataş ve Gökçakan 2009, Sütcü ve ark. 2010, Karataş 2011), üç tanesinde 10-14 yaş aralığında bulunan çocukların (Öngider ve Baykara 2015, Gedik ve ark. 2018, Gökkaya ve Sütcü 2018) oluşturduğu gözlemlenmiştir.

Çalışmaların çoğunda katılımcıların kadın-erkek oranı birbirine yakındır. Yalnızca 3 makalede kadın-erkek oranı belirtilmemiştir (Coşkun ve Çakmak 2005, Ulupınar 2014, Yazkaç ve Özkan 2018). Bazı çalışmalarda sadece kadın katılımcılar bulunurken (Sertöz ve Mete 2005, Karadağ ve ark. 2010, Akbiyık ve ark. 2012), bazı çalışmalarda sadece erkek katılımcılar bulunmaktadır (Oğuzhanoglu ve Özdel 2005, Mortan ve ark. 2010). Bazı çalışmalarda ise kadın katılımcıların oranı erkek katılımcılardan daha fazladır (Şafak ve ark. 2014, Bulduk ve ark. 2015, Gökkaya ve Özdel 2016, Varma ve ark. 2017, Demir 2017, Demir ve Demir 2018, Gedik ve ark. 2018). Demir'in (2018a) çalışmasında ise erkek katılımcıların oranının kadın katılımcılardan daha fazla olduğu görülmüştür.

Tanı

Makalelerdeki örnekleme grubunu oluşturan katılımcılar tanı alma durumuna göre değerlendirildiğinde; BDGT çalışmalarında katılımcılar, OKB (Şafak ve ark. 2014), anksiyete bozukluğu (Öngider ve Baykara 2015), şizofreni veya şizoaffektif bozukluğu olan hasta grubundan (Mortan ve ark. 2010) ve kaygılı çocuklardan (Gedik ve ark. 2018) oluşmaktadır. Sanat terapisi araştırmalarında şizofreni hastaları ve yakınları (Sarandöl ve ark. 2013), hafif demanslı bireyler (Bulduk ve ark. 2015), fizik tedavi rehabilitasyon hastaları (Yazkaç ve Özkan 2018) ile çalışılmış olduğu saptanmıştır. Psikodrama terapisi araştırmalarında ise AMATEM'de tedavi gören bağımlıların (Coşkun ve Çakmak 2005), hafif-orta düzey majör depresif bozukluk tanısı almış kişilerin (Varma ve ark. 2017), psöriyazis (Karadağ ve ark. 2010) ve meme kanseri hastalarının (Akbiyık ve ark. 2012) yer aldığı görülmüştür.

İncelenen diğer çalışmalardaki katılımcıların, üniversite öğrencileri, lise öğrencileri, ilköğretim öğrencileri, rehber öğretmenler gibi normal popülasyondan oldukları saptanmıştır (Oğuzhanoglu ve Özdel 2005, Karataş ve Gökçakan 2009, Sütcü ve ark. 2010, Karataş 2011, Karataş 2014, Ulupınar 2014, Bal ve Şener 2015, Gökkaya ve Özdel 2016, Demir 2017, Bakalım ve ark. 2018, Demir ve Demir 2018, Gökkaya ve Sütcü 2018).

Örnekleme büyüklükleri

Yapılan çalışmalar örnekleme büyüklükleri açısından incelendiğinde, BDGT ile yürütülen araştırmalarda en az katılımcının 12 kişi ile Demir (2018a) ile Mortan ve arkadaşlarının (2010) çalışmasında olduğu görülmüştür. En çok katılımcı ile (54 kişi) Gökkaya ve Sütcü (2018) çalışmıştır. Sanat terapisi ile yürütülen araştırmalarda en az katılımcının (10 kişi) Demir ve Demir'in (2018), en çok katılımcının ise Yazkaç ve Özkan'ın (2018) çalışmasında (50 kişi) olduğu görülmüştür. Psikodrama terapisi ile yürütülen araştırmalarda en az katılımcının (7 kişi) Karadağ ve arkadaşlarının (2010), en çok katılımcının ise Bakalım ve arkadaşlarının (2018) çalışmasında (46 kişi) olduğu saptanmıştır.

Tedavi ve kontrol/karşılaştırma grubu

İncelenen makalelerin 8 tanesinde grup terapisi uygulanan deney grubu ile herhangi bir işlem uygulanmayan kontrol grubunun bulunduğu gözlemlenmiştir (Karataş ve Gökçakan 2009, Mortan ve ark. 2010, Sütcü ve ark. 2010, Bal ve Şener 2015, Öngider ve Bay-

kara 2015, Bakalım ve ark. 2018, Gedik ve ark. 2018, Yazkaç ve Özkan 2018). Üç çalışmada ise hem kontrol hem de plasebo kontrol grubunun olduğu görülmüştür (Karataş 2011, Karataş 2014, Gökkaya ve Sütcü 2018). Demir ve Demir'in (2018) çalışmasında ise grup terapisi uygulanan deney grubu ile plasebo kontrol grubu çalışmaya dahil edilmiştir. Diğer çalışmalarda ise sadece grup terapisi uygulanan deney grubunun bulunduğu görülmüştür (Coşkun ve Çakmak 2005, Sertöz ve Mete 2005, Oğuzhanoglu ve Özdel 2005, Karadağ ve ark. 2010, Akbıyık ve ark. 2012, Sarandöl ve ark. 2013, Şafak ve ark. 2014, Ulupınar 2014, Bulduk ve ark. 2015, Gökkaya ve Özdel 2016, Demir 2017, Şener 2017, Varma ve ark. 2017, Demir 2018a, Demir 2018b). Kontrol grubu bulunmayan çalışmalarda, katılımcıların terapi öncesi ve sonrası ölçek puanları karşılaştırılarak terapinin etkililiği değerlendirilmiştir.

Tablo 1. BDT, psikodrama ve sanat terapisi etkililik çalışmalarının özellikleri

| Çalışma ve Yöntem | Örneklem | Gruplar | Ölçümler | Ölçekler | Seans süresi | Seans sayısı | Terapist sayısı | Tanı |
|---|--------------------------|---|---------------------------------|--|--------------|--------------|-----------------|------------------------------------|
| Coşkun ve ark. (2005) Psikodrama | 10 (Cinsiyet ?) | Deney grubu | Ön test- Son test | SKÖ, DSÖÖ, TAÖ, BEDÖ | 90 dk | 8 | ? | Bağımlılık tedavisi gören bireyler |
| Oğuzhanoglu ve ark. (2005) Psikodrama | 11 (E) | Deney grubu | Ön test- Son test | HAÖ, GDÖ | 150-180 dk | 18 | 1 | Normal popülasyon |
| Sertöz ve ark. (2005) BDT | 19 (K) | 11 Deney 8 Deney | Ön test- Son test- izlem ölçümü | SCL-90-R, SF-36, BDÖ, RBSÖ, VAÖ, STAI | 90 dk | 8 | 1 | Obesite |
| Karataş ve ark. (2009) Psikodrama | 23 Ergen (12 K, 11 E) | 11 Deney 12 Kontrol | Ön test- Son test- izlem ölçümü | SÖ, SÖÖTÖ | 90-120 dk | 14 | 1 | Normal popülasyon |
| Karadağ ve ark. (2010) Psikodrama | 7 (K) | Deney grubu | Ön test- Son test | BDÖ, STAI, SBÇÖ | 180 dk | 18 | 1 | Psöriyazis |
| Mortan ve ark. (2010) BDT | 12 (E) | 12 Deney 5 Kontrol | Ön test- Son test- izlem ölçümü | SAPS, SANS, DÖ, PBDÖ, RBSÖ, BAÖ, BUÖ, HDÖ, HAÖ, BDÖ, ŞBÖ | 90 dk | 9-10 | 2 | Şizofreni ve Şizoaffektif bozukluk |
| Sütcü ve ark. (2010) BDT | 40 Ergen (22 K, 18 E) | 11 Deney 11 Kontrol 8 Deney 10 Kontrol | Ön test- Son test- izlem ölçümü | SÖÖTÖ, ÇHEÖ, NÖE-KF | 90 dk | 12 | 2 | Öfke ve Saldırganlık |
| Karataş (2011) Psikodrama | 36 Ergen (18 K, 18 E) | 12 Deney 12 Kontrol 12 Plasebo | Ön test- Son test- izlem ölçümü | ÇÇDBÖ | 90-120 dk | 10 | ? | Normal popülasyon |
| Akbıyık ve ark. (2012) Psikodrama | 33 (K) | 12 Deney 11 Deney 10 Deney | Ön test- Son test | ÇBASDÖ | 120 dk | 12 | 2 | Meme kanseri |
| Sarandöl ve ark. (2013) Sanat Terapisi | 16 (8 K, 8 E) | Deney grubu | Ön test- Son test | PANNS, ÇŞDÖ, BSPÖ, ZBYÖ, BDÖ, BAÖ | 90 dk | 17 | 2 | Şizofreni ve hasta yakınları |
| Şafak ve ark. (2013) BDT | 37 (28 K, 9 E) | 10 Deney 10 Deney 9 Deney 8 Deney | Ön test- Son test | BAÖ, BDÖ, Y-BOCS, Y-BOCS-SC | 90-120 dk | 14 | 4 | OKB |
| Karataş (2014) Psikodrama | 45 (21 K, 24 E) | 15 Deney 15 Kontrol 15 Plasebo | Ön test- Son test- izlem ölçümü | ÖİÖ, BUÖ | 90-120 dk | 12 | 1 | Normal popülasyon |
| Ulupınar (2014) Psikodrama | 10 (Cinsiyet ?) | Deney grubu | Ön test- son test- izlem | PÇÖ | 180 dk | 21 | 1 | Normal popülasyon |

| | | | ölçümü | | | | | |
|--------------------------------------|-----------------------|--|---------------------------------|----------------------|-----------|-------|---|--|
| Bal ve ark. (2015) Psikodrama | 18 (10 K, 8 E) | 9 Deney 9 Kontrol | Ön test- Son test | TBSAÖ, ÇBMMASF | 120 dk | 11 | ? | Normal popülasyon |
| Bulduk ve ark. (2015) | 16 (10 K, 6 E) | Deney grubu | Ön test- Son test | MMT | ? | 11-12 | 1 | Hafif demans |
| Öngider ve ark. (2015) BDT | 24 Çocuk (12 K, 12 E) | 6 Deney 6 Kontrol 6 Deney 6 Kontrol | Ön test-Son test | STAI-IVE II | 90 dk | 12 | ? | Anksiyete Bozukluğu |
| Gökkaya ve ark. (2016) Psikodrama | 14 (13 K, 1 E) | Deney grubu | Ön test-Son test | MTÖ, YDÖ BDÖ, BUÖ | 240 dk | 16 | 1 | Normal popülasyon |
| Demir (2017) Sanat terapisi | 11 (9 K, 2 E) | Deney grubu | Ön test -Son test | KSE, BUÖ, ODÖ, FOTÖ | 180 dk | 9 | ? | Normal popülasyon |
| Gedik ve ark. (2017) BDT | 22 Çocuk (16 K, 6 E) | 5 Deney 6 Deney 11 Kontrol | Ön test-Son test | SCARED, ÇSKE, ÇDÖ | 90 dk | 9 | 2 | Yüksek kaygı düzeyine sahip bireyler |
| Varma ve ark. (2017) Psikodrama | 9 (8 K, 1 E) | Deney grubu | Ön test- Son test | HAM-D17 | 180 dk | 16 | 1 | Hafif-Orta Düzey Majör depresif Bozukluk |
| Şener (2017) Psikodrama | 9 (4 K, 5 E) | Deney grubu | Ön test- Son test | LSKÖ | 90-120 dk | 21 | 1 | Sosyal fobi |
| Bakalim ve ark. (2018) Psikodrama | 46 (24 K, 22E) | 23 Deney, 23 Kontrol | Ön test-Son test | ÖDÖ | 180 dk | 8 | 1 | Normal popülasyon |
| Demir (2018a) BDT | 12 (4 K, 8 E) | Deney grubu | Ön test-Son test | BDÖ, BUÖ | 90 dk | 10 | ? | Görme yetersizliği |
| Demir (2018b) Sanat terapisi | 10 (6 K, 4 E) | Deney grubu | Ön test-Son test | BAÖ, LSAS, SAÖ | 180 dk | 7 | ? | Normal popülasyon |
| Demir ve ark. (2018) Sanat terapisi | 22 (15 K, 7 E) | 11 Deney 11 Plasebo | Ön test- Son test | KSE | 120 dk | 8 | 2 | Normal popülasyon |
| Gökkaya ve ark. (2018) BDT | 54 Çocuk (35 K, 29 E) | 20 Deney 18 Kontrol 16 Plasebo | Ön test- Son test- Izlem ölçümü | ÇZBÖ, CÖS-K, ZKBÖ-ÇF | 120 dk | 13 | 1 | Normal popülasyon |
| Yazkaç ve ark. (2018) Sanat terapisi | 50 (Cinsiyet ?) | 25 Deney 25 Kontrol | Ön test- Son test | BAÖ, SF-36, BHIEÖ | 180 dk | 40 | ? | FTR hastaları |

BAÖ: Beck Anksiyete Ölçeği, BDÖ: Beck Depresyon Ölçeği, BBÖ: Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği, BHIEÖ: Brunstrom Hemipleji İyileşme Evrelemesi Ölçeği, BSPÖ: Bireysel ve Sosyal Performans Ölçeği, BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği, CÖS-K: CooperSmith Öz Saygı Envanteri kısa formu, ÇBASDÖ: Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek ölçeğinden, ÇBMMASF: Çok Boyutlu McGill Melzac Ağrı Soru Formu, ÇÇBDÖ: Çatışma Çözme Davranış Belirleme Ölçeği, ÇDÖ: Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği, ÇHEÖ: Çocukların Hareket Eğilimi Ölçeği, ÇSKE: Çocuklar için Sürekli Kaygı Envanteri, ÇZBÖ: Çocuklar için Zorbalıkla ilgili Bilişler Ölçeği, DÖ: Doym Ölçeği, DSÖÖ: Durumluk Sürekli Öfke Ölçeği, FOTÖ: Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği, GDÖ: Geriatrik Depresyon Ölçeği, HAM-D17: Hamilton Depresyon Derecelendirme Ölçeği, HAÖ: Hamilton Anksiyete Ölçeği, HDÖ: Hamilton Depresyon Ölçeği, KSE: Kısa Semptom Envanteri, LSAS: Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği, LSKÖ: Liebowitz Sosyal Fobi Belirtileri Ölçeği, MMT: Standardize Mini Mental Test, MTÖ: Maslach Tükenmişlik Ölçeği, NÖE-KF: Novaco Öfke Envanteri Kısa Formu, PANN: Pozitif Negatif Sendrom Skalası, PBDDÖ: Problem/Belirti Değerlendirme Ölçeği, PÇÖ: Problem Çözme Ölçeği, RBSÖ: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, SANS: Negatif Değerlendirme Ölçeği, SAPS: Pozitif Belirtileri Değerlendirme Ölçeği, SAÖ: Sağlık Anksiyetesi Ölçeği, SBÖ: Stresle Başa Çıkma Ölçeği, SCARED: Çocukluk Çağı Kaygı Bozuklukları Ölçeği, SCL-90-R: Belirti Tarama Listesi, SF-36: SF-36 Yaşam Kalitesi Ölçeği, SKÖ: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği, SÖ: Saldırganlık Ölçeği, SÖTÖ: Sürekli Öfke ve Öfke Tazir Ölçeği, STAI: Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri, STA-1 VE II: Çocuklar İçin Durumluluk ve Süreklilik Kaygı Ölçeği, ŞBÖ: Şizofreniye ilişkin bilgi ölçeği, TAÖ: Toronto Alektimi Ölçeği, TBSAÖ: Tek Boyutlu Sayısal Ağrı Ölçeği, ODÖ: Otomatik Düşünceler Ölçeği, ÖDÖ: Öz-Duyarlık Ölçeği, ÖİÖ: Özel İyi Oluş Ölçeği, YDÖ: Yaşam Doymu Ölçeği, VAÖ: Vücut Algısı Ölçeği, Y-BOCS: Yale-Brown Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği, Y-BOCS-SC: Yale-Brown Obsesyon Kompulsiyon Belirti Kontrol Listesi, ZBYÖ: Zarıt Bakım Veren Yük Ölçeği, ZKBÖ-ÇF: Zorba-Kurban Belirleme Ölçeği Testi Çocuk Formu, K: Kadın, E: Erkek

Kullanılan ölçme araçları

BDGT, psikodrama ve sanat terapisi ile yürütülen etkililik çalışmalarında sıklıkla tedavi öncesi ve sonrasında hastanın öz bildirimine dayalı ölçme araçları kullanılmıştır. Oğuzhanoglu ve Özdel'in (2005) çalışmasında tedavi öncesi ve sonrasında hem klinisyen bildirimine dayalı hem de hastanın öz bildirimine dayalı ölçme araçları kullanılırken; Varma ve arkadaşlarının (2017) çalışmasında tedavi öncesi ve sonrasında yalnızca klinisyen bildirimine dayalı ölçme aracı kullanıldığı görülmüştür. Çalışmalardaki popülasyonlar ve

konular birbirinden farklılaştığı için kullanılan ölçme araçları da farklı amaçlara hizmet etmektedir. Çalışmalarda kullanılan ölçekler Tablo 1’de sunulmuştur.

Bununla birlikte gözden geçirilen çalışmalarda sıklıkla Beck Depresyon Ölçeği (Sertöz ve Mete 2005, Karadağ ve ark. 2010, Mortan ve ark. 2010, Sarandöl ve ark. 2013, Şafak ve ark. 2014, Gökkaya ve Özdel 2016, Demir 2018a), Beck Anksiyete Ölçeği (Mortan ve ark. 2010, Sarandöl ve ark. 2013, Şafak ve ark. 2014, Demir 2018b, Yazkaç ve Özkan 2018), Beck Umutsuzluk Ölçeği (Mortan ve ark. 2010, Karataş 2014, Gökkaya ve Özdel 2016, Demir 2017, Demir 2018a), Çocuklar için Sürekli Kaygı Envanteri (Öngider ve Baykara 2015, Gedik ve ark. 2018) ve Saldırganlık Ölçeğinin (Karataş ve Gökçakan 2009, Karataş 2011) kullanıldığı saptanmıştır.

Ölçümlerin sıklığı

İncelenen çalışmaların hepsinde tedavinin etkililiğini değerlendirmek amacıyla ön test ve son test ölçümlerinin alındığı ancak bazı çalışmalarda tedavinin uzun vadedeki etkisini görebilmek amacıyla farklı zaman aralıklarında izlem ölçümlerinin de alındığı saptanmıştır. BDGT ile çalışılan etkililik makalelerinde Gökkaya ve Sütcü'nün (2018) çalışmasında dört ay sonra, Sütcü ve arkadaşlarının (2010) çalışmasında altı ay sonra, Mortan ve arkadaşları (2010) ile Sertöz ve Mete'nin (2005) çalışmalarında ise bir yıl sonra izlem ölçümünün alındığı görülmüştür. Psikodrama ile çalışılan etkililik makalelerinde Karataş'ın (2014) çalışmasında 10 hafta sonra, Karataş ve Gökçakan'ın (2009) çalışmasında 16 hafta sonra, Ulupınar'ın (2014) çalışmasında bir yıl sonra, Karataş'ın (2011) çalışmasında ise iki hafta sonra izlem ölçümünün alındığı görülmüştür. Sanat terapisi ile yürütülen araştırmalarda izlem ölçümünün alınmadığı saptanmıştır.

Kullanılan grup psikoterapisinin içeriği ve uygulanışı

Uygulanan teknikler

BDGT ile yürütülen araştırmalara bakıldığında bir çalışmada uygulanan teknikler hakkında bilgi verilmediği görülmüştür (Sertöz ve Mete 2005). Geri kalan yedi makalenin beşinde (Sütcü ve ark. 2010, Şafak ve ark. 2014, Öngider ve Baykara 2015, Gedik ve ark. 2018, Demir 2018a) tekniklerin açık bir şekilde belirtildiği, iki (Mortan ve ark. 2010, Gökkaya ve Sütcü 2018) makalede tekniklere seans içeriklerinde yer verildiği gözlemlenmiştir. Çalışmalarda en sık bilişsel yeniden yapılandırma, psikoeğitim ve ödev tekniklerinin kullanıldığı görülmüştür. Beş çalışmada bilişsel yeniden yapılandırma (Mortan ve ark. 2010, Sütcü ve ark. 2010, Demir 2018a, Gedik ve ark. 2018, Gökkaya ve Sütcü 2018) tekniğine yer verilirken beş çalışmada psikoeğitim (Mortan ve ark. 2010, Sütcü ve ark. 2010, Şafak ve ark. 2014, Gedik ve ark. 2018, Gökkaya ve Sütcü 2018) ve dört çalışmada ev ödevi (Sütcü ve ark. 2010, Şafak ve ark. 2014, Öngider ve Baykara 2015, Gedik ve ark. 2018) tekniklerine yer verilmiştir.

Sanat terapisi ile yürütülen araştırmaların ikisinde (Bulduk ve ark. 2015, Yazkaç ve Özkan 2018) teknikler açıkça belirtilmiş iken geri kalan dört çalışmada kullanılan tekniklere oturum içeriklerinde değinilmiştir. Çalışmaların hepsinde resim tekniğine yer verildiği, geri kalan çalışmalarda ise çoğunlukla kullanılan tekniklerin müzik (Sarandöl ve ark. 2013, Demir 2017, Demir ve Demir 2018) ve kartpostal tekniği (Demir 2017, Demir 2018b, Demir ve Demir 2018) olduğu gözlemlenmiştir.

Psikodrama terapisi ile yürütülen araştırmaların birinde (Akbyık ve ark. 2012) tekniklere hiç değinilmediği gözlenirken üç çalışmada psikodrama oturumlarına yer verildiği

ancak tekniklerinin açıkça belirtilmediği görülmüştür (Karataş 2011, Ulupınar 2014, Bakalım ve ark. 2018). Geri kalan dokuz makalede en sık rol değiştirme, eşleme ve aynalama tekniklerinin kullanıldığı anlaşılmıştır. Sekiz çalışmada hem rol değiştirme tekniğine hem de eşleme tekniğine (Coşkun ve Çakmak 2005, Oğuzhanoglu ve Özdel 2005, Karadağ ve ark. 2010, Karataş 2014, Bal ve Şener 2015, Gökkaya ve Özdel 2016, Şener 2017, Varma ve ark. 2017), dört çalışmada aynalama tekniğine yer verilmiştir (Coşkun ve Çakmak 2005, Oğuzhanoglu ve Özdel 2005, Gökkaya ve Özdel 2016, Varma ve ark. 2017).

Seans süre ve sayısı

İncelenen etkililik çalışmalarında seans özellikleri gözden geçirildiğinde bir makalede (Bulduk ve ark. 2015) seans süreleri hakkında bilgi verilmediği; geri kalan yirmi altı çalışmada sürelerin genellikle en az 90 dakika (Coşkun ve Çakmak 2005, Sertöz ve Mete 2005, Karataş ve Gökçakan 2009, Mortan ve ark. 2010, Sarandöl ve ark. 2013, Öngider ve Baykara 2015, Demir 2018a) ile en fazla 240 dakika (Gökkaya ve Özdel 2016) arasında değiştiğine yönelik bilgiye ulaşılmıştır. Çalışmaların seans sayılarının en az 7 seans (Demir 2018b) ile en çok 21 seans (Ulupınar 2014, Şener 2017) arasında değiştiği saptanmıştır.

Üye ve terapist sayısı

Çalışma kapsamında taranan makalelerin tamamında çalışma gruplarının üye sayıları hakkında bilgi verildiği görülmüştür. Araştırmaların deney grubunda en az 7 kişi (Mortan ve ark. 2010), en fazla 25 kişi (Yazkaç ve Özkan 2018); kontrol grubunda en az 5 (Mortan ve ark. 2010) en fazla 25 kişi (Yazkaç ve Özkan 2018) olduğu görülmüştür.

Terapist sayısına bakıldığında 7 çalışmada buna yönelik bir bilgi verilmediği anlaşılmıştır. Geri kalan 13 çalışmada bir terapistin (Oğuzhanoglu ve Özdel 2005, Sertöz ve Mete 2005, Karataş ve Gökçakan 2009, Karadağ ve ark. 2010, Ulupınar 2014, Karataş 2014, Bulduk ve ark. 2015, Gökkaya ve Özdel 2016, Şener 2017, Varma ve ark. 2017, Bakalım ve ark. 2018, Gökkaya ve Sütcü 2018, Yazkaç ve Özkan 2018) 6 çalışmada 2 terapistin (Mortan ve ark. 2010, Sütcü ve ark. 2010, Akbıyık ve ark. 2012, Sarandöl ve ark. 2013, Demir ve Demir 2018, Gedik ve ark. 2018) ve bir çalışmada da 4 terapistin (Şafak ve ark. 2014) olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Yardımcı terapist sayılarına bakıldığında ise yalnızca yedi makalenin bu konuda bilgi verdiği belirlenmiştir. Bu çalışmaların dördünde (Sertöz ve Mete 2005, Karataş ve Gökçakan 2009, Akbıyık ve ark. 2012, Bakalım ve ark. 2018) iki yardımcı terapist bulunurken, üç çalışmada (Karadağ ve ark. 2010, Gökkaya ve Özdel 2016, Varma ve ark. 2017) bir yardımcı terapist bulunduğu saptanmıştır. Ayrıca dokuz çalışmada süpervizyon alındığı bilgisine ulaşılmıştır. Bu dokuz çalışmanın tümünde bir süpervizör olduğu görülmüştür (Karataş ve Gökçakan 2009, Mortan ve ark. 2010, Karadağ ve ark. 2010, Sütcü ve ark. 2010, Ulupınar 2014, Gökkaya ve Özdel 2016, Varma ve ark. 2017, Gedik ve ark. 2018, Gökkaya ve Sütcü 2018).

Tartışma

Günümüzde farklı sorunlara yönelik kullanılan, çeşitli kuramsal bakış açılarına göre geliştirilmiş bireysel ve grup psikoterapi teknikleri kullanılmaktadır. Bireysel psikoterapi ile karşılaştırıldığında grup psikoterapi uygulamalarının; grup üyeleriyle kurulan etkileşimin de etkisiyle iletişim becerilerini geliştirmesi (Corey 2008), maliyetinin düşük olması

(Flannery-Schroeder ve ark. 2005) gibi bazı avantajlara sahip olduğu bilinmektedir. Çeşitli ruhsal hastalıklardan ve yaşam sorunlarından kurtulmak için kullanılan bu yöntemlerin etkililiği çeşitli bilimsel çalışmalarla ölçülmektedir. Bir araştırmacının kullandığı tedavi/terapi şeklinin etkililiğini saptamak amacıyla yapılan çalışmalara deneysel yöntemler denilmektedir. Ülkemizde de çok sayıda deneysel çalışma farklı psikoterapi tekniklerinin etkililiğini değerlendirmektedir (Güven ve Gökçe 2018). Etkililiği değerlendiren psikoterapi tekniklerinden bazıları bilişsel davranışçı terapi, şema terapi, çözüm odaklı terapi, sanat terapisi, psikodrama terapisi (Rezaeian ve ark. 1997, Kipper ve Ritchie 2003, Sütcü ve ark. 2010, Körük ve Özabacı 2018). Bu çalışmada 2000-2018 yılları arasında Türkiye’de BDGT, psikodrama ve sanat terapisi yöntemleri kullanılarak gerçekleştirilmiş etkililik araştırmaları incelenmiştir. Bu araştırmalar, yöntem, terapi özellikleri ve sonuçları açısından değerlendirilmiştir. Yapılan incelenmede 2000-2005 yılları arasında BDGT, psikodrama ve sanat terapisi ile Türkiye’de yapılmış herhangi bir etkililik çalışmasına ulaşılamamıştır. Bu sonuca göre BDGT, psikodrama ve sanat terapisi etkililik çalışmalarının ağırlıklı olarak son 14 yılda yapıldığı ifade edilebilir.

İncelenen 27 araştırmanın 13 tanesinin psikodrama yaklaşımli grup psikoterapisi olması göz önüne alındığında, psikodramanın psikososyal tedaviler arasında ülkemizde yaygın olarak kullanılan bir psikoterapi müdahalesi olduğunu söylemek mümkündür. Diğer çalışmalara bakıldığında BDGT yaklaşımli çalışmaların, sanat terapisi yaklaşımli çalışmalara oranla sayıca daha fazla olduğu görülmektedir. İncelenen bazı araştırmaların kaygı (Şener 2017, Gedik ve ark. 2018, Demir 2018b), saldırganlık (Karataş ve Gökçakan 2009, Sütcü ve ark. 2010), çatışma çözme (Karataş 2011, Ulupınar 2014) ve OKB (Şafak ve ark. 2014) gibi sorunların çözümü ve tedavisi için planlanmış olduğu görülmüştür. Uluslararası literatür incelendiğinde de, BDGT, psikodrama ve sanat terapisinin sözü edilen ruhsal sorunların tedavisinde etkililiğinin sınındığını görülmektedir (Kipper ve Ritchie 2003, Slayton ve ark. 2010, Hofmann ve ark. 2012). Ülkemizde sözü edilen psikoterapi yöntemleriyle yapılmış olan etkililik çalışmalarının uluslararası literatürle benzerlikler gösterdiği anlaşılmıştır.

Araştırmaların genel bulguları değerlendirildiğinde, 12 psikodrama çalışmasında psikodrama uygulamasının etkili olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte Karataş ve Gökçakan’ın (2009) araştırmasında, çalışmanın değişkenleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı ifade edilmiştir. Sanat terapisi kapsamında incelenen 3 çalışmada, sanat terapisi uygulamalarının etkili olduğu anlaşılmıştır. Bunun yanında 3 çalışmada (Bulduk ve ark. 2015, Demir 2018b, Demir ve Demir 2018) çalışmanın değişkenleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı belirtilmiştir. Taranan BDGT yönelimli 8 araştırmanın tamamında bilişsel-davranışçı uygulamaların etkili olduğu görülmüştür. Bu açıdan bakıldığında incelenen araştırmalar bağlamında BDGT’nin psikodrama ve sanat terapisinden daha etkili olduğunu söylemek mümkündür.

Deneysel desenli çalışmalarda bağımlı değişkende meydana gelen değişimler hem uygulama alan deney grubunda hem de hiçbir müdahale almayan kontrol grubunda ölçülür. Kimi zaman bu iki grubun bir üçüncü gruba karşılaştırılması sağlanır. Bu gruba uygulanan müdahale sembolik bir anlam taşır, iyileştirici ve aktif içeriği yoktur. Bu karşılaştırma grubuna plasebo kontrol grubu denilmektedir. Bu düzenekle yapılandırılmış deneysel desenler daha güçlü bir veri elde edilmesini sağlar (Büyüköztürk ve ark. 2016). Bu çalışma çerçevesinde incelenen araştırmalardan yalnızca 11 kontrol grubu, 4’ünde plasebo kontrol grubunun kullanıldığı görülmüştür. Bu, etkililik çalışmalarının önemli bir sınır-

lılığı olarak değerlendirilebilir. İleride yapılacak araştırmalarda deneysel bir çalışmanın etkililiğini ortaya koyabilmek açısından hem kontrol hem de plasebo kontrol gruplarına yer verilmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

Deneysel bir çalışma sonrasında, uygulanan müdahalenin etkililiğini saptamak için son test ölçümleri alınmaktadır. Bunun yanında son test ölçümü ile saptanan etkililiğin kalıcılığını/koruyuculuğunu anlayabilmek için izlem ölçümü almak gerekmektedir (Erkuş 2016). Çalışma kapsamında incelenen 27 araştırmanın yalnızca sekizinde (Sertöz ve Mete 2005, Karataş ve Gökçakan 2009, Mortan ve ark. 2010, Sütçü ve ark. 2010, Karataş 2011, Karataş 2014, Ulupınar 2014, Gökçaya ve Sütçü 2018) izlem ölçümü alındığı görülmüştür. Bu durum, araştırma sonucunda ortaya çıkan etkililiğin uzun vadedeki kalıcılığını incelemek için izlem ölçümünün alındığı araştırmaların dizayn edilmesinin gerekli olduğunu düşündürmüştür.

Bu çalışma kapsamında incelenmiş olan etkililik araştırmalarında kullanılan yöntemlerin literatürle uyumlu olduğu görülmüştür. BDGT'nde gevşeme, bilişsel yeniden yapılandırma, psikoegitim gibi tekniklerin kullanıldığı saptanmıştır (Ruiz 2012). Psikodrama terapisinde eşleme, ayna, rol değiştirme teknikleri sıklıkla kullanılan terapötik yöntemlerdir (Cruz ve ark. 2018). Sanat terapisinde müzik, hareket ve resim tekniklerinin literatürde sıklıkla kullanıldığı görülmüştür (Dunphy ve ark. 2014).

Bunun yanında incelenen araştırmaların seans sayı ve süreleri her bir çalışmada farklılık göstermektedir. Demir (2018a) BDGT'ni kullandığı araştırmasında 90 dakika süren 10 seans çalışmıştır. Sarandöl ve arkadaşlarının (2013) çalışmasında ise, 17 seans boyunca 90 dakikalık sanat terapisi ile çalıştığı görülmüştür. Oğuzhanoglu ve Özdel'in (2005) psikodrama ile gerçekleştirdikleri çalışmalarının 150-180 dakika süren 18 seans olduğu saptanmıştır. Bu bulgu da literatürle uyumludur. BDGT ile yürütülen bazı çalışmaların 14 seans sürmüş olduğu anlaşılmıştır (Galassi ve ark. 2007, Roberge ve ark. 2008). Bazı araştırmaların daha kısa süreli olduğu belirlenmiş; 4 seans süren sanat terapisi (Gussak 2007), 5 seans süren BDGT olduğu belirlenmiştir (Rufer ve ark. 2010). Demir'in (2018b) çalışmasında 7 seans süren sanat terapisi, Sertöz ve Mete'nin (2005) çalışmasında 8 seans süren BDGT olduğu görülmüştür. Tarashoeva ve arkadaşlarının (2017) gerçekleştirdiği psikodrama çalışması 3 ay boyunca, 90 dakikalık 10 oturum sürmüştür. Başka bir psikodrama etkililik çalışması ise 6 ay sürmüş ve 3 saatlik 25 oturumdan oluşmuştur (Dorothea 2016).

İncelenen araştırmalar terapist sayısı ve grup büyüklüğü açısından değerlendirildiğinde uluslararası literatürle benzerlikler gösterdiği anlaşılmıştır. Örneğin Gedik ve arkadaşlarının (2018) çalışmasında, 5-6 kişiden oluşan deney grubuna iki terapistin eşlik ettiği görülmektedir. Benzer şekilde BDGT ile çalışan Thimm ve Antonsen'in (2014) çalışmasında 5- 7 kişiden oluşan deney grubuna iki terapistin eşlik ettiği görülmüştür. Ulupınar'ın (2014) psikodrama çalışmasında, 1 terapist 8 kişi ile psikodrama uygulamasını yürütmüştür. Dorothea'nın (2016) psikodrama çalışmasında ise 5 katılımcının bulunduğu, 1 terapistin seansları yürüttüğü görülmüştür. Sanat grup terapisi ile çalışan Yazkaç ve Özkan'nın (2018) 1 terapistle 50 katılımcıyla çalıştıkları belirlenmiştir. Gussak'ın (2007) sanat terapi etkililik çalışmasında 39 üye sayısının bulunduğu ve seansları iki terapistin yürüttüğü saptanmıştır.

Türkiye'de 2000-2018 yılları arasında gerçekleştirilmiş olan BDGT, psikodrama ve sanat terapisi ile yapılmış 27 etkililik araştırması incelenmiştir. Bunların örneklem/ terapist sayısı, seans sıklığı ve süresi, kullanılan yöntemler gibi özellikler açısından uluslararası literatürle benzerlikler gösterdiği saptanmıştır. Aynı zamanda inceleme sonucunda

BDGT, psikodrama ve sanat terapisi uygulamalarının ruhsal hastalıklar ve çeşitli sorunların tedavisinde kullanılabilecek etkili müdahale yöntemleri olduğunu söylemek mümkündür.

Sonuç

Bu çalışma BDGT, psikodrama ve sanat terapisi yöntemleri kullanılarak Türkiye’de gerçekleştirilmiş etkililik araştırmalarının incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. İncelenen bu araştırmaların farklı ruhsal sorunları azaltmada etkili müdahale yöntemleri olduğunu söylemek mümkündür. Sonuç olarak grup psikoterapisi ile tedavinin etkili bir yöntem olması nedeniyle yaygın olarak kullanılması önerilmektedir.

Türkiye’de grup psikoterapileri ve etkililikleri üzerine sınırlı veri bulunmasına rağmen son yıllarda çalışmaların arttığı saptanmıştır. Bu psikoterapi uygulamalarının etkililiğinin uzun vadede ki kalıcılığını incelemek için izlem ölçümlerinin alınması önerilmektedir. Bununla birlikte etkililiğin daha objektif olarak ölçülebilmesi için plasebo kontrol ve kontrol gruplarının araştırmalarda yer alması yararlı olacaktır. Ayrıca farklı psikoterapi tekniklerinin birbirleriyle karşılaştırılması etkili olan yöntemlerin hangileri olduğu hakkında daha detaylı bilgi vereceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada 2000-2018 yılları arasında Türkiye’de yapılmış olan BDGT, psikodrama ve sanat terapisi yöntemlerinin kullanılarak gerçekleştirilmiş etkililik araştırmaları incelemek amaçlanmıştır. Gelecekte yapılacak inceleme çalışmalarında daha eski tarihli araştırmalara ulaşılması ve daha farklı psikoterapi yönelimlerini içermesi önerilmektedir. Aynı zamanda ülkemizde yapılmış psikoterapi etkililik çalışmalarını içeren tezlerde incelenebilir. İnceleme çalışmasının göz önüne aldığı değerlendirme kriterlerini geliştirerek yeni inceleme çalışmalarının planlanmasının, Türkiye’deki grup psikoterapilerinin durumu hakkında detaylı bilgi sağlayacağı düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Akbiyık Dİ, Soygür H, Karabulut E (2012) Psiko-onkoloji ve aile hekimliğinde ruh sağlığını güçlendirme: Sosyal destek algısı ve psikodrama grup terapisi uygulamaları. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 13:205-209.
- Altınay D (1999) Psikodrama Grup Psikoterapisi: 300 Isınma Oyunu, 2. Baskı. İstanbul, Sistem Yayıncılık.
- Arslantaş H, Dereboy İF (2016) Psikiyatri servislerinde yapılandırılmış grup psikoterapisi: kişilerarası ilişkisel rol analizi. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatric Nursing-Special Topics*, 2:34-38.
- Aydın B (2012) Tıbbi sanat terapisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4:69-83.
- Bakalım O, Yörük C, Şensoy G (2018) Psikodrama grup yaşantısının rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin öz-duyarlık düzeylerine etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17:949-968.
- Bal PN, Şener Ö (2015) Psikosomatik hastalıkların iyileştirilmesinde psikodramanın etkisi. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, (5):310-323.
- Beck JS (2001) *Bilişsel Terapi: Temel İlkeler ve Ötesi Alanı* (Çeviri Ed. H Şahin). Ankara, Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Braga DT, Cordioli AV, Niederauer K, Manfro GG (2005) Cognitive-behavioral group therapy for obsessive-compulsive disorder: a 1 - year follow-up. *Acta Psychiatr Scand*, 112: 180-186.
- Bulduk S, Usta E, Dinçer Y, Bayram S (2015) Demanslı yaşlılara uygulanan sanat terapi yönteminin bilişsel durum üzerine etkisinin incelenmesi. 1. Ulusal Toplumsal Ve Kurumsal Çatışmalar/Çözümler Kongresi, 8-10 Ekim 2015 Düzce, Türkiye. *Bildiriler Kitabı* sayfa:103-114.
- Büyüköztürk Ş (2016) *Deneysel Desenler: Öntest-Sontest Kontrol Grubu Desen ve Veri Analizi*. Ankara, PEGEM Akademi.
- Corey G (2008) *Theory and Practice of Group Counseling*, 7th ed. Belmont, CA, Books/Cole-Cengage.

- Coşkun B, Çakmak D (2005) Alkol ve madde bağımlılarının grup psikoterapisinde psikodramanın kullanılması. *Bağımlılık Dergisi*, 6:103-110.
- Cruz A, Sales C, Alves P, Moita G (2018) The core techniques of Morenian Psychodrama: A systematic review of literature. *Front Psychol*, 9:1263.
- Cully JA, Teten AL (2008) *A Therapist's Guide To Brief Cognitive Behavioral Therapy*. Huston, Department of Veterans Affairs, South Central Mental Illness Research, Education, and Clinical Center (MIRECC).
- Demir V (2017) Dışavurumcu sanat terapisinin psikolojik belirtiler ile bilişsel işlevlere etkisi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7:575-598.
- Demir V (2018a) Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı grup terapisi programının görme yetersizliği olan bireylerde depresif belirti ve umutsuzluk düzeylerine etkisi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 22:85-104.
- Demir V (2018b) Sanatla terapi programının bireylerin kaygı, sosyal kaygı ve sağlık kaygısı düzeyleri üzerine etkisi. *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 1:223-234.
- Demir V, Demir A (2018) Sanatla terapi programı ve etkileşim grubu uygulamasının ruhsal belirti düzeyleri üzerindeki etkisi. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 1:97-120.
- Dorothea G (2016) Effectiveness of psychodrama group therapy on pupils with mathematics anxiety. *Z Psychodrama Soziometr*, 15(Suppl):197-215.
- Dunphy K, Elton M, Jordan A (2014) Exploring dance/movement therapy in post-conflict Timor-Leste. *Am J Dance Ther*, 36:189-208.
- Flannery-Schroeder E, Choudhury MS, Kendall PC (2005) Group and individual cognitive-behavioral treatments for youth with anxiety disorders: 1-year follow-up. *Cognit Ther Res*, 29:253-259.
- Galassi F, Quercioli S, Charismas D, Niccolai V, Barciulli E (2007) Cognitive-behavioral group treatment for panic disorder with agoraphobia. *J Clin Psychol*, 63:409-416.
- Gedik Z, Gökçaya F, Tekinsav Sütcü S (2018) Kaygılı çocuklara yönelik okul temelli bir bilişsel davranışçı grup terapisi programının etkililiği: pilot bir çalışma. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19:91-121.
- Gökçaya F, Özdel O (2016) Rehber öğretmenlerin mesleki tükenmişliğini azaltmada psikodramanın etkinliği. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 17:354-361.
- Gökçaya F, Sütcü ST (2018) İlköğretim öğrencilerinde zorbalık eğilimini azaltmaya yönelik bilişsel davranışçı bir müdahale programının geliştirilmesi ve etkililiğinin değerlendirilmesi. *Eğitim ve Bilim*, 43:91-108.
- Gussak D (2007) The effectiveness of art therapy in reducing depression in prison populations. *Int J Offender Ther Comp Criminol*, 51:444-460.
- Güney M (2011) *Sanat ve Psikiyatri*. Ankara, Öz Baran Ofset.
- Güven E, Gökçe G (2018) Etkililik çalışmaları ne kadar etkili: Bilişsel davranışçı terapi bağlamında bir değerlendirme. *Türk Psikiyatri Derg*, 29:54-66.
- Hofmann SG, Asnaani A, Vonk JJ, Sawyer AT, Fang A (2012) The efficacy of cognitive behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Cognit Ther Res*, 36:427-440.
- Karadağ F, Kalkan Oğuzhanoglu N, Özdel O, Ergin Ş, Kaçar N (2010) Psöriyazis hastalarında psikodrama: stres ve stresle baş etme. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 11:220-227.
- Karataş Z (2011) Psikodrama teknikleri kullanılarak yapılan grup uygulamasının ergenlerin çatışma çözme becerilerine etkisinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11:601-614.
- Karataş Z (2014) Psikodrama uygulamasının üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ve umutsuzlukları üzerindeki etkisi. *Eğitim ve Bilim*, 39:118-128.
- Karataş Z, Gökçakan Z (2009) Psikodrama teknikleri kullanılarak yapılan grup uygulamalarının ergenlerde saldırganlığı azaltmadaki etkisinin incelenmesi. *Türk Psikiyatri Derg*, 20:357-366.
- Kızılkaya S, Gündüz O (2012) *Özürülüler Yerel Hizmet Rehberi "İsöm Modeli"*. İstanbul, İBB Basımevi.
- Kipper DA, Ritchie TD (2003) The effectiveness of psychodramatic techniques: a meta-analysis. *Group Dyn*, 7:13-25.
- Körük S, Özabacı N (2018) Şema terapinin depresif bozuklukların tedavisindeki etkililiği: Bir meta-analiz. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 10:470-480.
- Kramer GP, Phares V, Bernstein DA (2014) *Klinik Psikolojiye Giriş (Çeviri Ed. İ Dağ)*. Ankara, Mentis Yayıncılık.

- Lee HJ, Jang SH, Lee SY, Hwang KS (2015) Effectiveness of dance/movement therapy on affect and psychotic symptoms in patients with schizophrenia. *Arts Psychother*, 45:64-68.
- Linden W, Hewitt PL (2015) *Klinik Psikoloji: Bir Modern Sağlık Uzmanlık Alanı* (Çeviri Ed. M Şahin). İstanbul, Nobel Akademik Yayıncılık.
- Malchiodi CA (2012) *Handbook of Art Therapy*, 2nd Ed. London, Guilford Press.
- Mennuti RB, Christner RW, Freeman A (2006) *Cognitive-Behavioral Interventions in Educational Settings: A Handbook for Practice*. New York, Routledge.
- Mortan O, Tekinsav Sütçü S, German Köse G (2010) İşitsel halüsinasyonlarla başa çıkmaya yönelik bilişsel-davranışçı bir grup müdahalesinin etkililiği: bir pilot çalışma. *Türk Psikiyatri Derg*, 21:1-10.
- O'Connor T, Creswell C (2005) Cognitive-behavioural therapy for children and adolescents. *Psychiatry*, 4:123-125.
- Oğuzhanoğlu NK, Özdel O (2005) Yaşlılık, huzurevi ve yaşam yolculukları bir psikodrama grup çalışması. *Türk Psikiyatri Derg*, 16:124-132.
- Öngider N, Baykara B (2015) Anksiyete tanısı almış çocuklar üzerinde bilişsel davranışçı grup terapisinin etkililiği. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1:26-37.
- Özbek A, Leutz G (2003) *Psikodrama, Grup Psikoterapisinde Sahnesel Etkileşim*, 2. Baskı. Ankara, Ayrıntı Basımevi.
- Öztürk O (2008) *Psikanaliz ve Psikoterapi*, 4. Baskı. İstanbul, Nobel Tıp Kitabevi.
- Rezaeian MP, Mazumdar DPS, Sen AK (1997) The effectiveness of psychodrama in changing the attitudes among depressed patients. *Journal of Personality and Clinical Studies*, 13:19-23.
- Roberge P, Marchand A, Reinharz D, Savard P (2008) Cognitive-behavioral treatment for panic disorder with agoraphobia: a randomized, controlled trial and cost-effectiveness analysis. *Behav Modif*, 32:333-351.
- Rose SD (1998) *Group Therapy with Troubled Youth: A Cognitive Behavioral Interactive Approach*. Thousand Oaks, Sage.
- Rufer M, Albrecht R, Schmidt O, Zaum J, Schnyder U, Hand I et al (2010) Changes in quality of life following cognitive-behavioral group therapy for panic disorder. *Eur Psychiatry*, 25:8-14.
- Ruiz FJ (2012). Acceptance and commitment therapy versus traditional cognitive behavioral therapy: A systematic review and meta-analysis of current empirical evidence. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 12:333-357.
- Sarandöl A, Akkaya C, Eracar N, Kırılı S (2013) Şizofreni hastaları ve yakınlarıyla yapılan sanatla terapinin hastalık belirtileri, bireysel ve toplumsal beceriler üzerine etkisi. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 14:333-339.
- Sertöz ÖÖ, Mete HE (2005) Obezite tedavisinde bilişsel davranışçı grup terapisinin kilo verme, yaşam kalitesi ve psikopatolojiye etkileri: sekiz haftalık izlem çalışması. *Klinik Psikofarmakol Bulteni*, 15:119-126.
- Sharf RS (2016) *Theories of Psychotherapy & Counseling: Concepts and Cases*, 6th Edition. Boston, Cengage Learning.
- Slayton SC, D'Archer J, Kaplan F (2010) Outcome studies on the efficacy of art therapy: A review of findings. *Art Ther (Alex)*, 27:108-118.
- Sütçü ST, Aydın A, Sorias O (2010) Ergenlerde öfke ve saldırganlığı azaltmak için bilişsel davranışçı bir grup terapisi programının etkililiği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 25:57-67.
- Şafak Y, Karadere ME, Özdel K, Özcan T, Türkçapar MH, Kuru E et al. (2014) Obsesif kompulsif bozuklukta bilişsel davranışçı grup psikoterapisinin etkinliğinin değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Derg*, 25:225-33.
- Şener Ö (2017) Psikodramanın sosyal kaygısı olan üniversite öğrencileri üzerindeki pozitif etkisi. VI. Türkiye Lisansüstü Çalışmalar Kongresi, 10-13 Mayıs 2017 Muş, Türkiye. *Bildiriler Kitabı -III sayfa:151-160*.
- Tarashoeva G, Marinova-Djambazova P, Kojuharov H (2017) Effectiveness of psychodrama therapy in patients with panic disorders – final results. *International Journal of Psychotherapy: Psychodrama*, 21(2):55-66.
- Thimm JC, Antonsen L (2014) Effectiveness of cognitive behavioral group therapy for depression in routine practice. *BMC Psychiatry*, 14:292.
- Türkçapar MH (2015) *Bilişsel Terapi, Temel İlkeler ve Uygulama*, 9. Baskı. Ankara, HYB Yayıncılık.
- Ulupınar S (2014) Psikodrama uygulamasının hemşirelik öğrencilerinin sorun çözme becerisine etkisi. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 15:55-62.
- Varma GS, Karadağ F, Kalkan Oğuzhanoğlu N, Özdel O (2017) Depresyon tedavisinde grup psikoterapisi ve psikodramanın yeri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 20:308-317.
- Yalom I (2002) *Grup Psikoterapisinin Teori ve Pratiği*. İstanbul, Kabalıcı Yayınevi.

Yazkaç P, Özkan Y (2018) Fizik tedavi ve rehabilitasyon hastaları üzerinde sanatla terapi çalışmalarının olumlu etkisi üzerine deneysel bir çalışma. Sosyal Araştırmalar ve Davranış Bilimleri Dergisi, 4:191-210.

Yazarların Katkıları: Tüm yazarlar, her bir yazarın çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağladığını ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğunu kabul etmişlerdir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması bildirmemiştir.

Finansal Destek: Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadıklarını beyan etmişlerdir

Authors Contributions: All authors attest that each author has made an important scientific contribution to the study and has assisted with the drafting or revising of the manuscript.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared by the authors.

Financial Disclosure: The authors declared that this study has received no financial support.