SANAT TERAPİSİ VE DİSİPLİNLERARASI SANAT YÖNTEMLERİ İLE SIĞINMACI KADINLARA YÖNELİK UYGULAMALAR

Büşra ŞAHİN

Yüksek Lisans Tezi

Eskişehir, 2022

SANAT TERAPİSİ VE DİSİPLİNLERARASI SANAT YÖNTEMLERİ İLE SIĞINMACI KADINLARA YÖNELİK UYGULAMALAR

Büşra ŞAHİN

T.C.

Eskişehir Osmangazi Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Eskişehir, 2022

T.C.

ESKİŞEHİR OSMANGAZİ ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Büşra Şahin tarafından hazırlanan Sanat Terapisi ve Disiplinlerarası Sanat Yöntemleri ile Sığınmacı Kadınlara Yönelik Uygulamalar başlıklı bu çalışma 14/09/2022 tarihinde Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin ilgili maddesi uyarınca yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak, jürimiz tarafından Sanat ve Tasarım Anasanat Dalında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan …….

Dr. Öğr. Üyesi N. Müge SELÇUK

Üye …….

Dr. Öğr. Üyesi N. Müge SELÇUK

(Danışman)

Üye …….

Doç. Bilge KINAM

Üye …….

Dr. Öğr. Üyesi Mehtap UYGUNGÖZ

Doç. Dr. Oytun MEÇİK

Enstitü Müdürü

14/09/2022

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Bu tezin Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi hükümlerine göre hazırlandığını; bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmanın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu aşamalarında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi; bu çalışmanın Eskişehir Osmangazi Üniversitesi tarafından kullanılan bilimsel intihal tespit programıyla taranmasını kabul ettiğimi ve hiçbir şekilde intihal içermediğini beyan ederim. Yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması halinde ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçlara razı olduğumu bildiririm.

Büşra ŞAHİN

ÖZ

SANAT TERAPİSİ VE DİSİPLİNLERARASI SANAT YÖNTEMLERİ İLE SIĞINMACI KADINLARA YÖNELİK UYGULAMALAR

ŞAHİN, Büşra

Yüksek Lisans, 2022

Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi N. Müge SELÇUK

Bu çalışma disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişini sığınmacı kadınlara yönelik uygulamalar üzerinden ele almaktadır. Çalışma için belirlenen evrenden hareketle, yersiz-yurtsuzlaşma durumu ve göç küreselleşmiş konular olarak ele alınmıştır. Ortaya konulan alan yazınlarda, yersiz-yurtsuzlaşan ve göç hareketliliğinin psikolojik etkisi altında kalan göçebe insan, konumu, göçe maruz kaldığı durumlar ilgili başlıklar altında tartışılmıştır. Yer-yurt edinme ve göçebelik birbiriyle paralel ilerleyen iki konudur. Hemen ardından çağdaş yüzyılda üzerine konuşulan tamamlayıcı/bütünleyici tanı, terapi ve tedavi yöntemleri tartışılarak, sanat pratiklerinin insan üzerindeki iyileştirme gücünden bahsedilmiştir. Yüzyıllardır kullanılan bu sağaltım hareketi, uzmanlar tarafından geliştirilen interdisipliner ve holistik yaklaşım "sanat terapisi" metodu üzerinden incelenmiştir. İnsan ruhu ve bedenine terapötik etki yarattığı düşünülen sanatla terapi, içinde bulundurduğu bazı kavram ve yaklaşımlar doğrultusunda açıklanmış, geçmişten bugüne üzerine yapılan araştırma örnekleri sunulmuştur. Sanatla terapi, disiplinlerarası sanat alanlarının birlikte ve bütünsel biçimde, bireysel farklılıklar üzerinde tanı, iyileşme ve gelişme amacıyla kullanılan yaratıcı süreçler olarak tanımlandırılabilmektedir. Son olarak sanatın iyileştirme gücü, yersiz-yurtsuzlaşma ve göç psikolojisine maruz kaldığı düşünülen, Eskişehir Kadın Sağlığı Danışma Merkezi sahasındaki sığınmacı kadınlara yönelik dışavurumcu sanat uygulamalarıyla, çağdaş tamamlayıcı ve bütünleyici sanatla terapi metodu üzerinden yapılan sanat pratikleriyle çalışma tamamlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yersiz-yurtsuzlaşma, Göç, Kadın, Disiplinlerarası sanat, Sanatla terapi.

ABSTRACT

ART THERAPY AND INTERDISCIPLINARY ART METHODS AND PRACTICES FOR REFUGEE WOMEN

ŞAHİN, Büşra

Master's Degree, 2022

Department of Art and Design

Supervisor: Assist. Prof. Dr. N. Müge SELÇUK

This study deals with the functioning of interdisciplinary art methods in art therapy through practices for refugee women. Starting from the population determined for the study, the state of deterritorialization and migration are handled as globalized issues. In the literature, the nomadic people who became deterritorialized and under the psychological influence of migration mobility, their position and the situations they were exposed to migration were discussed under the relevant headings. Land acquisition and nomadism are two parallel issues. Afterwards, the complementary/integrative diagnosis, therapy and treatment methods discussed in the contemporary century were discussed, and the healing power of art practices on human beings was mentioned. This treatment movement, which has been used for centuries, has been examined through the interdisciplinary and holistic approach "art therapy" method developed by experts. Art therapy, which is thought to have a therapeutic effect on the human soul and body, is explained in line with some of the concepts and approaches it contains, and examples of research from the past to the present are presented. Art therapy can be defined as creative processes that are used together and holistically by interdisciplinary art fields for diagnosis, healing and development on individual differences. Finally, the study was completed with the expressive art practices for asylum-seeking women in the Eskişehir Kadın Sağlığı Danışma Merkezi (Women and Girls Safe Space), which is thought to be exposed to the healing power of art, deterritorialization and migration psychology, and art practices based on contemporary complementary and integrative art therapy method.

Keywords: Deterritorialization, Migration, Women, Interdisciplinary art, Art therapy.

TEŞEKKÜR

Bu çalışmada yirmi birinci yüzyılın tamamlayıcı ve bütünleyici tanı/tedavi metodu sanatla terapinin disiplinlerarası sanat alanlarıyla uyumu sığınmacı kadınlarla yapılan uygulamalar üzerinden ele alınmıştır. Bu doğrultuda sanatla terapi metodu belli bir evren ile örneklendirilerek sanatın iyileştirme gücü yapılan araştırma ve uygulamalarla tartışılmıştır.

Çalışma üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde çalışma evreni doğrultusunda yersiz-yurtsuzlaşma ve göç konuları işlenmiştir. İkinci bölümde çalışmanın yöntemi sanatla terapinin tarihi ve bugüne değin gelişimi yapılan araştırma örnekleriyle tartışılmıştır. Son olarak üçüncü bölümde öngörülen iki dışavurumcu sanat terapisi uygulaması yapılarak belirlenen evren üzerindeki etkiler ortaya konmaya çalışılmıştır.

Çalışmam boyunca bana her konuda destek olan ve yardımlarını esirgemeyen değerli danışmanım Sayın Dr. Öğr. Üyesi N. Müge SELÇUK'a, geçtiğim her yolun başlangıcından bitişine kadar yanımda olan canım annem ve canım babama, çalışmamın uygulamalarının gerçekleşmesinde aracı olan Sayın Doç. Bilge KINAM'a ve kapılarını açan Eskişehir Kadın Sağlığı Danışma Merkezi'ne, son olarak çalışmam boyunca bana destek olan erkek arkadaşıma ve kız kardeşlerime teşekkürü bir borç bilirim.

BÜŞRA ŞAHİN

Eylül, 2022

İÇİNDEKİLER

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ iii

ÖZ iv

ABSTRACT v

TEŞEKKÜR vi

İÇİNDEKİLER vii

GÖRSELLER LİSTESİ ix

KISALTMALAR LİSTESİ xi

TERİM SÖZLÜĞÜ xi

GİRİŞ 1

1. BÖLÜM

YERSİZ-YURTSUZLAŞMA VE GÖÇ

1.1. YERSİZ-YURTSUZLAŞMA 3

1.2. GÖÇÜN SEYRİ 11

1.3. GÖÇTE TOPLUMSAL CİNSİYETİN VE KADININ ROLÜ 18

2. BÖLÜM

GÜNÜMÜZ BİREYİ İÇİN ÇAĞDAŞ BİR İYİLEŞME ÖNERİSİ:

SANATLA TERAPİ/SANAT TERAPİSİ

2.1.BİLİMSEL/MODERN İYİLEŞME YÖNTEMLERİ ÖNCESİ BÜTÜNCÜL/HOLİSTİK ARAYIŞLAR VE UYGULAMALAR 21

2.2. TARİHTE SANAT OLGUSUNUN BİREYLERİN İYİ HİSSETME İHTİYACINA YÖNELİK DURUMU 26

2.2.1. Bireylerin Yaratıcılığı ve Spontanlık 26

2.2.2. Sanat, Psikoterapi ve Ruh Sağlığı 27

2.3. SANATLA TERAPİ/SANAT TERAPİSİ 33
2.3.1. Sanat-Terapi İlişkisi ve Sanatla Terapinin Gelişim Süreci 33
2.3.2. Bireylerin İyi Olma Hallerine Destek Yöntem Olarak Sanatla Terapi 35
2.3.3. Disiplinlerarası Sanat ve Sanat Terapisi İlişkisi 39
2.3.4. Sanatla Terapi/Sanat Terapisi Tanımlamaları ve Kullanım Alanları ... 46
2.3.4.1. Psikanalitik Alanın ve Mekanizmalarının Sanatla Terapi Sürecine Katkısı 48
2.3.4.2. Holistik Yaklaşım: Sanatla Terapinin Beden Üzerindeki İşlevleri ve Etkileri 50

3. BÖLÜM

SANAT TERAPİSİ VE DİSİPLİNLERARASI SANAT YÖNTEMLERİ İLE SIĞINMACI KADINLARA YÖNELİK UYGULAMALAR

3.1. TEZİN VE UYGULAMALARIN AŞAMALARI 54
3.2. ARAŞTIRMANIN TÜRÜ VE ÖRNEKLEMİ 55
3.3. ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE SAHASI 56
3.4. ARAŞTIRMA SÜRESİ 56
3.5. UYGULAMANIN YÖNTEMİ 56
3.6. UYGULAMA 1: MÜZİK VE RESİM BİRLİKTELİĞİ İLE DIŞAVURUMCU SANAT TERAPİSİ 62
3.7.UYGULAMA 2: MÜZİK VE FOTOĞRAF BİRLİKTELİĞİ İLE DIŞAVURUMCU SANAT TERAPİSİ 75
SONUÇ VE ÖNERİLER 80
KAYNAKÇA 84
GÖRSEL KAYNAKÇASI 88
EKLER 89

GÖRSELLER LİSTESİ

Görsel 1: Heidelberg Prinzhorn Book 30

Görsel 2: Jakob Mohr, 'Proofs', 1910, Heidelberg Prinzhorn Collection..... 31

Görsel 3: Jakob Mohr, 'Proofs', 1910, Heidelberg Prinzhorn Collection..... 31

Görsel 4: Louis Wain, "Kaleydoskop Kedileri"..... 38

Görsel 5: Uygulama 1 63

Görsel 6: Uygulama 1 63

Görsel 7: Uygulama 1 63

Görsel 8: Uygulama 1 63

Görsel 9: Uygulama 1 64

Görsel 10: Uygulama 1 64

Görsel 11: Uygulama 1 64

Görsel 12: Uygulama 1 65

Görsel 13: Uygulama 1 65

Görsel 14: Uygulama 1 65

Görsel 15: Uygulama 1 65

Görsel 16: Uygulama 1 65

Görsel 17: Uygulama 1 65

Görsel 18: Uygulama 1 66

Görsel 19: Abide Amani'nin Çizimi 66

Görsel 20: Maleke Ozbak'ın Çizimi 67

Görsel 21: Reyhaneh Sadıgı'nın Çizimi..... 68

Görsel 22: Zeynep İmandi'nin Çizimi 68

Görsel 23: Leila Ozbek'in Çizimi 69

Görsel 24: Bibi Fatema Rashidi'nin Çizimi 70

Görsel 25: Sara Mahmoud Mohamed Abdullateif'nin Çizimi 70

Görsel 26: Khatun Abdulahman Mustafa'nın Çizimi 71

Görsel 27: Ezhar Hidir Ahmed Hamu'nun Çizimi 72

Görsel 28: Reneh Salım Hamma'nın Çizimi 72

Görsel 29: Esma Al Ibrahım'in Çizimi 73

Görsel 30: Asmaa Jabbar Hadi Al Jaafari'nin Çizimi 74

Görsel 31: Uygulama 1 Katılımcıları ve Eskişehir Kadın Sağlığı Danışma Merkezi Çalışanları ile Uygulama Sonrası Bir Fotoğraf, 28 Ocak 2022, Eskişehir Kadın Sağlığı Danışma Merkezi 75

Görsel 32: Uygulama 2 76

Görsel 33: Uygulama 2 76

Görsel 34: Uygulama 2 76

Görsel 35: Uygulama 2 76

Görsel 36: Uygulama 2 77

Görsel 37: Uygulama 2 77

Görsel 38: Uygulama 2 77

Görsel 39: Uygulama 2 78

Görsel 40: Uygulama 2 78

Görsel 41: Uygulama 2 78

Görsel 42: Uygulama 2 78

Görsel 43: Uygulama 2 78

Görsel 44: Uygulama 2 78

Görsel 45: Uygulama 2 Katılımcıları ve Eskişehir Kadın Sağlığı Danışma Merkezi Çalışanları ile Toplu Bir Fotoğraf, 4 Mart 2022, Eskişehir Kadın Sağlığı Danışma Merkezi 79

KISALTMALAR LİSTESİ

AATA: American Art Therapy Association

ESOGÜ: Eskişehir Osmangazi Üniversitesi

IOM: International Organization for Migration

UNFPA: United Nations Fund For Population Activities

PTSD:

WHO: World Health Organization

TERİM SÖZLÜĞÜ

Holistik: Ruh ve beden bütünlüğü bakış açısına sahip olan.

Kolektif Bilinçdışı: Psikanalist Carl Jung tarafından kullanılan, canlıların zihninde kayıtlı her türlü dil, imge, sembol ve deneyimler bütünü.

Nevrotik: duygu durumu bozukluğu yaşamak üzere olan ya da yaşayan bireylerin ruh hallerini yansıtmak üzere kullanılan ifade.

Psikodinamik: Sigmund Freud'un oluşturduğu yaklaşımla şekillenen, bireyin bilinçdışı süreçlerinde olanları tanımlayan kavram.

Psikotik: İleri düzeyde bozulmuş duygu ve düşünce durumuna sahip bireyler için kullanılan kavram.

Regresyon/Regrese: Bireyin bazı sıkıntılarla karşılaşması sonucu geçmiş dönemlerindeki olaylara dönmesi, gerilemesi.

Sağaltım: Tedavi, iyileştirme.

Solutogenez: Direnç kaynağı oluşturma üzerine kurulan bir yaklaşım, iyiye ve değişime odaklanma.

Somatizasyon: Ruhsal sıkıntıların bedensel süreçlere yansıması hali.

Spontan: Anlık, kendiliğinden.

Terapötik: İyi gelen, iyi gelen, rahatlatan.

GİRİŞ

Küresel hayatın bir parçası olan *yer-yurt edinme* mevzusu, yaşamını sürdürmeye çalışan insanın olumlu ya da olumsuz, belli sebeplerle ana akımdan ayrılma ve kendine başka bir yer-yurt bulmaya çalışma deneyimini içermektedir. Savaş, açlık, yoksulluk, cinsiyet yönelimleri, iklimsel doğal felaketler, modern ideal düşüncesiyle başka ülkenin imkânlarından faydalanma isteği gibi birçok nedenden dolayı oluşan göç hareketlilikleri, kendine yer-yurt bulmaya çalışan insan için çağdaş yüzyıl içerisinde önemli bir konudur. Göç hareketliliğinde bulunan ya da bulunmak zorunda kalan bireylerin yaşadığı durumlar yerli-yurtlulaşma ve yersiz-yurtsuzlaşma kavramları altında incelenebilmektedir. Buradan hareketle çalışma başlığının odağı sığınmacı kavramı, ülkesinden insan hakları ihlalleriyle ayrılmak zorunda olan ve başka bir ülkede kendine yer-yurt edinmek için hukuki açıdan sığınmacı talebinde bulunan birey olarak açıklanmaktadır. Bunun ötesinde her birey farklı kimliklere sahiptir ve yapılan kimlik tanımlamalarının bireylerin kişiliğini tam olarak yansıtmadığı düşünülmektedir (Uluslararası Af Örgütü). Yer-yurt arayışında yaşamını devam ettirmeye çalışan kimlikler ve kadının rolü çalışma kapsamında birinci bölümün başlıkları altında incelenmiştir.

Çalışma, sığınmacı kadın örneğini irdelemeye çalışırken ortaya çıkan yersiz-yurtsuzlaşma ve göç sorunsallarını ilgili kaynaklar doğrultusunda incelemiştir. Bu tip ve benzeri sorunsalların insan psikolojisi üzerinde yarattığı problemler olduğu düşünülmektedir. Çağdaş ve modern yirmi birinci yüzyılın insan ruhunu ve bedenini tamamlayan/bütünleyen yöntemi sayılan sanatla terapi çerçevesinde insan psikolojisinin yansımalarının açığa çıkarılması hedeflenmiştir. Sanatla terapi holistik bir bakış açısıyla çerçevelenmiş, her tür bireyi disiplinlerarası sanatın iyileştirme gücünden yararlanarak inceleyen modern bir uygulamalı yaklaşımdır. Alan yazın çalışmasında anlatılan, kuramcılar ve uzmanlar tarafından yapılandırılan sanatla terapi uygulamaları günümüzde modern terapi alanlarında ruh bilimi uzmanlarının da sıkça faydalandığı örneklerdir.

Araştırma içinde paylaşılan alan yazın tartışmaları ışığında gerçekleştirilmesi planlanmış sanatla terapi uygulamaları ile konunun nihayete erdirilmesi düşünülmüştür. Amaç olarak belirlenen, saha içerisinde varoluşçu yaklaşımla

biçimlendirilen iki dışavurumcu sanatla terapi uygulaması gerçekleştirilmiştir. Tamamlayıcı ve bütünleyici modern terapi metodunun işleyişini sığınmacı kadınlar evreni üzerinde gözlemlemek ve ileride çalışılacak örneklerin önünü açacağının düşünüldüğü bir araştırma örneği olması hedeflenmiştir. Günümüze kadar yapılan sanatla terapi uygulamaları disiplinlerarası sanat yöntemlerinin bileşik kullanılmasıyla sanat pratiklerinin insan hayatına dahil olması hususunda değerli olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla incelenen disiplinlerarası sanat yöntemleri sığınmacı kadınların yaşam biçimlerine uygun şekilde seçilmiştir. Son bölümde bahsedilen söz konusu sanatla terapi pratikleri *Eskişehir Kadın Sağlığı Danışma Merkezi*'nde gerçekleşmiştir. Son olarak çalışmanın sonuç kısmında, esas alınan sanat terapisi ve disiplinlerarası sanat yöntemleri ile sığınmacı kadınlara yönelik uygulamalarda yapılan gözlem ve analizlerle nitelikli bir araştırma örneği olarak literatüre katkı sağlayabileceği düşünülmüştür. Aynı zamanda çalışmanın çıkış noktasından hareketle "sanat terapisi, disiplinlerarası uygulamalar ile sığınmacı kadınların duygu durumları üzerinde ne tür sonuçlar doğurabilir?" problemi irdelenmektedir.

1. BÖLÜM

YERSİZ-YURTSUZLAŞMA VE GÖÇ

1.1. YERSİZ-YURTSUZLAŞMA

İnsan, özünü içinde bulunduğu toplumdan ve yaşadığı çevreden alır. Toplum ve çevre yaşam pratikleri için oldukça önemli iki kavramdır. İnsan nihayetinde doğası gereği toplumsal, sosyal ve siyasi bir varlıktır. İnsanın doğal olan birlikteliği yaşam gerekliliğinin bir parçasıdır (Arendt, 1994: 39-46). Tarım devrinden sonra topluluklar daha büyük ve karışık hale gelmiştir. İnsan çeşitliliğiyle büyük ve karmaşık hale gelen toplumda, geçmişten bu yana insanlığın istekleri yabancı güçlerin etkili iş birliğiyle yapay içgüdüler haline getirilmiştir. Oluşturulan bu içgüdü ağı yirminci yüzyılda toplumlarda oluşturulan çeşitli kültürlere kolayca işlenen uygulamalar haline gelmiş, içinde bulunduğumuz yirmi birinci yüzyılda da ezelden beri aynı gibi yaşanan bir düşünce sistemi benimsenmiştir (Harari, 2015: 169).

Foucault'nun *kendi kendini dönüştürme* deyişi içinde bulunduğumuz yirmi birinci yüzyıl insanları için normalleşmiş bir pratiktir. Fakat sınırlar çizilmediği sürece kimlikler akışkan hale gelebilir. Özellikle insan akışının fazla olduğu büyük toplumlarda yabancılaşma göç sürecini hızlandırabilmektedir (Golparian, 2012).

Richard Sennett'in kitabında bahsettiği *Theatrum Mundi* okulunun toplumu tiyatro sahnesine, insanları ise aktörlere benzettiği anlayışı yaşadığımız toplum açısından oldukça verimli bir düşüncedir. Hiyerarşik statü etiketlerinin yapıştırıldığı toplumlarda saygınlık şans üzerine kurulan bir panamadır (Sennett, 2010: 64). Saygınlığın şans üzerine kurulması geçtiğimiz on dokuzuncu yüzyıldan itibaren ekonomik, siyasal ve toplumsal bir gerçektir. Şehirler nüfus mevcudiyetinin artışı, sanayi çizgisindeki dalgalanmalar, ekolojinin değişimi gibi etkilerle kendini tehditkâr, amacı olmayan, yaşamın şansa bağlı olduğu bir imge haline dönüştürmektedir (Sennett, 2010: 188-189).

Theatrum mundi ideali toplumsal olarak bir gerçekliğin temsili olarak düşünülmektedir. Toplumun tiyatro sahnesi, insanların aktör olduğu bu ideal oldukça anlamlıdır. Sennett'in kitabında yer verdiği, Nicolas Evreinoff'un eserinde yazdığı *theatrum mundi*; bir insan etkinliğinde büyük güçlerin ve aklımıza gelecek her mesleği

gerçekleştiren bireylerin günlük yaşantılarda bu tiyatralliğe uyum sağladığını ve yaşam sahnesinde egemen olana ayak uydurduklarını savunur (Sennett, 2010: 401-402).

Yirmi birinci yüzyıla kadar yaşadığımız ve hala devam eden egemenlik aslında bir kapitalizm sistemini yani ekonomik döngünün işlevini anlatmaktadır. Bu sistem zaman içerisinde ekonomik durumdan çıkarak insanlığın nasıl davranacağından nasıl düşüneceğine değin bir öğreti sistemi halini almıştır. Şu anda bulunduğumuz yirmi birinci yüzyılda adaletin, mutluluğun, özgürlüğün ekonomik durumlara bağlı olması kapitalizmin sonuçlarındandır. Günümüzde de hiçbir modern ideal kapitalizmi dışında tutamamaktadır. Hiçbir idealden ayrılamayan bu sistem başka kimsenin yönetemeyeceği bir ekonomik dünya düzeni yaratmıştır (Harari, 2015: 311). Adam Smith'in *kazan-kazan durumu* şeklinde özetlediği ideolojisi kapitalizm ile oldukça uyuşmaktadır. Bu ideolojide herkesin zenginliği ve fakirliği birbirine bağlıdır. Örneklendirecek olursak pastanın büyümesi başkasının dilimine tabidir. Harari'nin deyişiyle büyümenin çemberi herkesin lehinedir (Harari, 2015: 308-309). Piyasanın istediği gibi davranmasına izin vermek aslında aleyh sayılan bir durumdur ve burada gözden kaçırılmaması gereken nokta sömürüdür. Çünkü pastadan kâr etmek demek, fazla iş gücü karşılığında az maaş demektir. Bu da insanoğlunu açgözlülük uğruna kapitalist cehenneme sürüklemektir (Harari, 2015: 324).

Evren üzerinde bugün hala oluşturulmaya çalışılan düzen, tarih boyu yaşantılarla bazı aşamalardan geçerek kendine yer bulma çabasına girmiştir. Bu çabada insan bazı dönemlerde bugünün makinası gibi kullanılan bir köle, bazen de makinisttir. Toplumsal değerler içerisinde modern ideal ile baş göstermeye başlayan yabancılaşma döngüsü geçmişten bu yana farklı kavramlarla literatürde kendine yer bulmuştur.

Sanayi devriminden itibaren neredeyse her şey mekanikleşmeye başlamıştır. Hayvanlar ve bitkiler çeşitli tesislerde seri üretime sokulup üretim bandının çarklarından biri haline getirilerek kâr ve zararlar için belirleyici olmuşlardır. Fakat bu endüstrileşme sürecindeki canlılar sonsuz bir sömürü sistemi içine dâhil edilmiştir. Harari'nin deyişiyle tıpkı köle ticareti gibi, içinde bulunduğumuz dünyanın kayıtsızlığından kaynaklanan bir durumun içinde döndürülmekteyiz (Harari, 2015: 336-338).

1848 Devrimi'nden önceki sosyalist ütopyalardaki doğa, gelecek için çok da iyi şeyler vaat etmeyen bir kavram olarak karşımıza çıkar. Bu anlayışa göre emek kavramı doğanın sömürülmesi üzerinden şekillenir. Bu durum bazen emekçi insanların sömürülmesiyle de karıştırılabilir. Tarihsel bilgiden söz edecek olursak, konunun öznesi ezilen bir sınıfı temsil eder. Marx için bu sınıf, özgürlük hareketini kuşaklar boyunca ezilmiş olanlar adına tamamlayan, köleleştirilmiş son sınıf olarak ortaya çıkar. Sosyal demokrasi de işçi sınıfına gelecek neslin kurtarıcısı olma rolünü vermektedir. Böylece işçi sınıfı bir güç kaynağı olarak kullanılmaya başlanmıştır. İşçi sınıfı bu yüklenen rol ile duydukları nefreti unutmuş, insanlar özgürlüğe kavuşmanın idealiyle değil, köleleştirilmiş atalarının imajlarıyla ilerlemişlerdir. Bu durum içinde olmaları ise tamamen sisteme karşı çıkmadan ona boyun eğmelerinin bir göstergesidir (Benjamin, 2002).

Bahsettiğimiz işçi sınıfı antik değerlendirmelerde ihtiyaçlar için zorunlu ve fiziki çalışan köledir. Yaşamlarını devam ettirmek ve ihtiyaçlarını karşılamak için bütün yapılan mesleki işler kölelerindir. Bu yüzden antik dönemde köleye sahip olmak gereklilik sayılmaktadır. Köleliğin yaygın olduğu dönemlerde burjuvazi özgürlüğünü, kurduğu egemenlikle sağlayabilmekteydi. Köle çıkılmaz bir girdabın içindeydi. Ancak siyasi değişmeler onların durumlarında başkalaşımlar yaratırdı. Arendt'in (1994) kitabında yer verdiği gibi Euripides kölelere her şeyi tüm çıplaklığıyla gördükleri için murdar demiştir. Yine Arendt köleliğin kazanımlar yaratmak amacıyla kullanılan cüzi miktarda araçlar olarak görüldüğünü belirtmiştir. Aslında kölelerin de uğruna çalıştığı şeyin adı bugünün emeğidir. Marx'ın bakış açısından da yola çıkılarak eski-yeni fark etmeksizin yeniden üretimi sağlayan her emek üretkendir. Unutmamak gerekir ki entelektüeli üreten de köledir (Arendt, 1994: 118-129). Aristo insanın hayatın zor koşullarının ve bunların oluşturduğu ilişkilerden uzak bir özgür hayat seçiminden bahsetmiştir. Bu özgür hayat salt zorunlulukların, itaat baskılarının ve köleliğin dışındadır. Kısaca hareket ve etkinlikleri iradeye göre düzenlemektir (Arendt, 1994: 25).

Marx emeği yaşamın üretimi olarak açıklar. Köle toplumunda ya da Marx döneminde olan kapitalizm toplumunda sömürgeyle birinin emeği herkesin faydalanacağı bir su birikintisine eklenebilirdi. Eklenen aslında emek gücüydü. (Arendt, 1994: 125). Bu bir çeşit emekçinin emeğine yabancılaştırılmasıdır.

"…bu dünyaya ait şeyler, insanlar tarafından bir kere üretildiklerinde, insan yaşamından bağımsızlaşır ve ona yabancı olurlar" (Arendt, 1994: 126).

Harari'nin (2015) anlatımında olduğu gibi romantik ve tüketim akımları bizi modern ideale yönlendirmektedir. Romantiklik, bireye potansiyelinin daha iyisini yapabileceğini anlatır. Farklı tarzlar, tatlar, deneyimlerle yelpazenin tümüne yönlendirir. Tüketicilik ise mutluluk için daha fazlasını deneyimlemenin gerekliliğini anlatır. Bu akıma göre bir eksiklik ya da bozukluk varsa yeni bir hizmet almamız gerekir. Romantizm ve tüketicilik akımları çağdaş sınırsızlıklar içerisinde güzel bir uyum sağlamaktadır. Bu olgular sonsuz deneyim piyasasını oluşturmaktadır ve modern ideal bunların üzerine kuruludur (Harari, 2015: 124).

Kontrolü insan dışında eline alan başka bir kavram olarak modern ideal on yedinci yüzyılda ortaya çıkmaya başlamış ve zaman içerisinde tüm evrene yayılan, toplumsal değerler sistemini oluşturmuştur. Günümüzde modern ideal ile birçok durum karşımıza çıkar. Bu ideal yapılan devrimler ile işçi sınıfının konumunu, makineleşmeyi, iktidarı ve onun gözetleme kavramlarını beraberinde getirir. Bu durum insanların yaşamının şekillenmesinde önemli rol oynamıştır ve insanın kendine yabancılaşma sürecini hızlandırmıştır. Marx bunu bir zamanlar insanlığın kendine yabancılaşması bugün ise bu yabancılaşmanın mülksüzleşmeye dönüşmesi şeklinde açıklamıştır (Deleuze & Guattari, 2014: 435).

Berman (2013) modernizmi, insanların modern dünyada kalıcılık sağlamak ve kendilerine yer edinmek amacıyla girdikleri çaba olarak tanımlamıştır (Berman, 1994, s. 11). Modernliğin ilk evresindeki ses olan Jean-Jacques Rousseau *moderniste* sözcüğünü on dokuzuncu ve yirminci yüzyıllarda en hayati biçimlerde kullandığımız şekliyle ilk kullanan kişidir (Berman, 1994: 30).

Modern ideal ile modern göçebeliğin bir parçası olarak sayabileceğimiz, küreselleşmeye meyilli toplumdaki diller, kimlikler, insanlara senkron bir biçimde yayılmaktadır. Bu senkronlar da insanları değişik biçimlerde ele geçirerek bedenlerinin sanki bir protez uzantısı gibi bir görüntüyle karşımıza çıkarmaktadır. İnsanoğlu kendisini modernizm algısında her şeyin kendi zıttına ihtiyaç duyduğu, başka insanlarla olan ilişkilerde yüzleşmelerle dolu olan bir dünya içinde bulabilmektedir (Berman, 1994: 35-36).

Modernite kontrolü ele alan ve düzenli olarak kamusal yaşamı yok eden bürokrasinin gölgesinde yaşar. Ancak bu güçlerle yüzleşmekten, hayatlarımızı ve dünyamızı değiştirmek için çabalamaktan bir an bile tereddüt etmez. Hem yenilikçi hem de koruyucu olmak, çoğu modern maceranın nihilist derinliklerinden korkarken, her şey uçup gittiğinde bile yaratma ve yarattığı şeye tutunma arzusuna sahiptir. Aynı zamanda yeni deneyim ve macera olanaklarını kucaklamak demektir. Hatta tamamen modern olmanın biraz modern karşıtı olması anlamına geldiğini bile söyleyebiliriz. Kierkegaard, ciddiyetin ironi yoluyla ifade edilmesini doğru bulmuştur. Modernlik ironisi, nice sanat eserlerini ve düşüncelerini hayata geçirmiştir. Öte yandan da insanların günlük hayatına girmiştir (Berman, 1994: 24). Modernlik bizlere kendimizi ve dünyayı dönüştürme fırsatı vaat ederken, aynı zamanda sahip olduklarımızı ve bildiklerimizi yok etmekle tehdit etmektedir. Modern bağlamlar ve deneyimler sınırları bazen aşar; insanlığın bölünmesi, parçalanması ve sürekli yenilenmesi gibi durumlarda mücadeleler, çelişkiler, belirsizliklerle dolu acı sarmalına çekebilmektedir. Modernlik Marx'a göre katı olanın uçup gittiği bir evrende yaşamaktır (Berman, 1994: 27).

Geçtiğimiz yıllar içinde modernizmle ilgili gözlemleriyle ve yapılandırmalarıyla önem taşıyan bir isim de Michel Foucault'dur. Foucault hayatın modern iktidar tarafından yönlendirildiğini hem kurum içinde hem de kurum dışında özgürlüğün olmadığını söyler. Zihinler belli bir panoptik makine içinde bir iktidara tabidir. "İnsan bedenlerini işleyerek, zevklerini ve enerjilerini besleyen bir iktidar" (Berman, 1994: 55-56).

Modern yaşamın sarmalını birçok kaynak yönlendirmektedir. Düşünme biçimimizi değiştiren büyük keşifler, bilimi teknolojiye çeviren, eskisini yok edip yerine tekelci iktidarı ve sınıfsal mücadeleleri yaşatan sanayileşme, çoğu insanı geçmişlerinden kalan yaşam alanlarından dünyanın diğer ucundaki yeni yaşamlara yönlendiren hızlı ve sık kentleşme, yapısal olarak bürokrasi olarak tanımlanan, her zaman gücünü artırmaya ve güçlenmeye çalışan siyasi güçler, siyasi ve ekonomik alanlarda yöneticilere karşı çıkan, yaşamları üzerinde kontrol sağlamaya çalışan toplumsal hareketler, son olarak insan ve kurumu bir arada tutmaya çalışan kapitalist pazar. Yirminci yüzyıl boyunca bunları sürekli bir oluşum halinde canlı tutan tüm bu süreçlere modernleşme adı verildi. Bu küresel ve tarihsel süreçler, insanları modernleşmenin öznesi haline getirmeyi, özneleri değiştiren dünyayı değiştirmelerini

sağlamayı, onları hayata geçirmeyi amaçlayan şaşırtıcı bir bakış açısı ve fikir yelpazesini besledi, büyüttü. Geçen yüzyılda bu vizyonlar ve değerler çok genel bir şekilde modernizmde toplandı (Berman, 1994: 28-29). On dokuzuncu yüzyıl modernizmiyle eski evler, iş yerleri, garajlar, eski sokaklar, otoparklar kaldırıldı. Bu mekânların yerine kentsel modernleşmenin getirdiği gelişmiş, devasa güçleri olan modernizm ideasına bağlı yeni dalgalar geldi. İşte bunlar daha modernist kentleşmenin özgürleşmesi ve miadını doldurmuşluğun gösterimidir (Berman, 1994: 228-231).

Anlattığımız bu modernleşme sürecinde modern kamu denilen bir yaratım ortaya çıkmaktadır. Modern kamu, sayılamayacak kadar çok dilden konuşmakta, derinliğinden fazlaca şey yitirmektedir. Bugün içinde bulunduğumuz modern çağ çemberi genişledikçe, kendi modernliğinin özünden kopmaya yüz tutmuş modern bir çağ ile baş başa kalmaktayız (Berman, 1994: 29-30).

Kendine yer-yurt edinebilen işçi sınıfında, makinenin gücünün insan yerini almasıyla birlikte yersiz-yurtsuzlaşma süreci başlamıştır. Teknolojik yenilikler, yükselen binalar, makineleşme süreci, toplumun artık gözetlenebilen ve bu doğrultuda yönlendirilebilen bir konuma sürüklenmesi gibi faktörlerle toplumun siyasi kimliklerinin, pozisyonlarının, ideolojik kültürlerinin yapısı sarsılmıştır. Bunun sonucunda ise insan kendine ve bulunduğu çevreye yabancılaşmış, yersiz-yurtsuzlaşma yaşanmaya başlamıştır (Goodchild, 2005: 154). Dünya artık makineleşme sonucunda el emeği isteminden çıkıp mekanik sistemlerin kontrolü altında bir yaşam biçimi sunmaya başlamıştır. Günümüzde de kapitalist makineler yersiz-yurtsuzluğun kodunu çözdükçe bizi daha çok yersiz-yurtsuzlaştırmaktadır (Deleuze & Guattari, 2014: 538). Berman (2013) kitabında yer verdiği Marx ve Rimbaud'un deyişlerinden hareketle modern çağda icat edilen yeni makina kadar yeni insan görülmektedir (Berman, 1994: 169).

Yersiz-yurtsuzluk kavramı içerisinde yer; belirli veya belirsiz, kapsamlı veya kapsamsız, amacı olan veya olmayan bir alan olarak ifade edilebileceği gibi, hayal edebileceğimiz birçok tanıma sahip olabilir. Golparian'a göre yer, birine ait olan veya olmayan bir alandır. Dünyanın her yerinde insanlar kendilerine bir "yer yapma" etkinliğinde bulunurlar. Bu yer yapma durumu bir nevi mekânları aitlik hissiyatına dönüştürmeye çalışmaktır. Bunun tam tersine ait olamadığımız mekânlarda kendimizi yerimizden edilmiş olarak bulabiliriz. Yerinden edilme, sadece bir yerin kaybı değil,

tarih ve kültür bağlamında da bir kayıp olabilmektedir. Başka bir deyişle *konumlandırma* kaybıdır (Golparian, 2012).

İçinde bulunduğumuz küreselleşen sistemde, sınırlar ortadan kalkıyor gibi gözükürken aslında demokratik ve eşit olmayan bir ortamın bizi beklemesi kaçınılmaz bir durum olarak düşünülmektedir. Çaresizin, güçsüzün, kimsesizin yarattığı kaos gibi görünen dışavurumların yaşanması bu sistemin bir sonucudur. Modern idealin getirilerinden biri olan endüstrileşmenin, toplumu makineleşme kavramı üzerinden insan gücünün yerini makinelerin almasını sağlayarak işsizleşen insan kitlesini artırmış, bu olaylar bütününde de karşımıza göçebe birey kavramını çıkarmıştır. Toplum üzerinde iktidarın gözetim kavramı dâhilinde bir kapitalizm uygulanması ve küreselleşen dünyada bütün bunların hızla yayılarak dünyayı kaplaması gibi kavramlar bir bakıma insanı yersiz yurtsuz bırakan kavramlar olabilmektedir.

Baudrillard (2013) sistemin varlığını sürdürmek adına zenginlik ve yoksulluk üreterek ayakta kaldığını vurgulamaktadır. Ona göre sistem kendisine mantıklı bir strateji kurarak toplum üzerinde belirsizlik içerisinde sürekli bir açık yaratmaktır. Bu varlığı sürdürmek için de savaşlardan yararlanılmaktadır. Aslında bu bir paradokstur. Savaş mekanizmaları ekonomi ve günlük yaşantıyla bütündür. Kendiyle baş başa kalan toplumlarda fırsat eşitliği sağlamak adına yapılan dağıtımlar ile açıklar ve ayrıcalıklar ortadan kaldırılamamaktadır (Baudrillard, 2013: 55-57). Üretici bir güç olan sistemin içinde her gün daha fazla geliştirilen tüketim, iletişim gibi ihtiyaç unsurları yine bu sistem tarafından örgütlenir (Baudrillard, 2013: 57). Baudrillard'ın bakış açısına göre modern sistemler ihtiyaç karşılıyormuş gibi görünse de toplumu bütünleştirmeden eşitliğin tam tersine insan kodlarını yönetmeye devam etmektedir (Baudrillard, 2013: 102).

Audre Lorde şöyle der: "Haritasını çıkardığınız yere zaten gitmişsinizdir. Ama gitmekte olduğumuz yerin henüz haritası yoktur." (Chambers, 2005: 57).

Golparian'ın (2012) tez yazınında anlattığı gibi, Rushdie göçü; bireylerin kendilerini yerlerden daha çok akıl ve fikirlere yerleştirmesi şeklinde anlatmaktadır (Golparian, 2012). İkinci Dünya Savaşı'ndan beri yapılmış emperyalist, ayrımcı ve sömürgeci yaklaşımlar dünyada göçmen toplulukların oluşmasında etkili olabilmektedir. Rushdie göçmen bireylerden fikir ve anılar arasında özünü bulmaya çalışan bir insan türü olarak bahseder. Bu insanlar onca kültür ve dil arasında dünyada var olmanın bir yolunu bulmaktadır (Erişti, 2019: 211).

Göç kimlik gibidir. Sürekli bir oluş ve yapılandırma halindedir. Ayrıca bir nehir gibidir, akması ve değişmesi gerekir. Kendilerine bir yer, bir aitlik aramak adına ev olgusu göçmenlere göre bir yaşam tarzı gibidir (Golparian, 2012). Göçebelerin yeri yurdu fark edilmez, göçebe gittiği her alanı kendine yer yurt edinir. Çünkü onun temelde herhangi bir yeri yurdu yoktur. Yersiz-yurtsuzlaşmanın içinde kendisine yer edinmeye çalışır (Goodchild, 2005: 274). Göçebelik yersiz-yurtsuzlaşmanın bir temsilidir. Yönü sürekli değişir ya da değişmek zorunda kalır, dolaşır durur (Deleuze & Guattari, 1990: 84).

Deleuze ve Guattari'ye göre göçebelik imgesi, doğru ya da yanlışı aramaz, amacı olmaz ve başıboştur. İnsanların üretimden çekilmesiyle farklı yerleri dolaşır. Deleuze ve Guattari bunu bir tür yersiz-yurtsuzlaşma hareketine bağlamıştır. Bu bir tür, kapitalizmden sıyrılan göçebelerin sonucu olabilmektedir. Göçebeler yer yurt fark etmeksizin kendine hep bir arayış içindedir. Yersiz-yurtsuzlaşmanın uzantılarından biridir ve bu durumla karşılaşan birçok toplum söz konusudur. Yersiz-yurtsuzlaştırma, postmodernitede iktidarla olan bağlarını incelemek üzere geliştirilir. İktidardan nasıl kaçabileceğini anlatır. Yer yurt edinme durumu insanın var olmasıyla alakalıdır. Mekân ve bireyin sekansını ele alır ve birleştirir. Bu da iktidar üzerine oynanan bir pratiktir.

Kapitalizmle de yersiz-yurtsuzlaşma olgusu baskıcı, ticari bir boyut alır ve bu olgunun toplumsal sıkıntıları beraberinde getirdiği düşünülmektedir. Günümüz gelişmiş teknolojisi kas gücünü en aza indirirken, işçi sınıfını yerinden ve işinden ederek makinelerin gücüne maksimum hız ve güç eklemiştir. Artık işçi sadece makineleri kontrol edebilir bir hal almış ve bu durum sonucunda da üretim sisteminin tamamına değil sadece kendi bulunduğu aşamasına hâkim bir konumdadır.

"Yerliyurtluluk, bireyselliğin giderek bir tikellik temsiline dönüştüğü postmodern çağda olumsal olan arzunun öngörülebilir ve metalaştırılabilir düzleme indirgenmesi amacıyla düzenlenen müdahale biçimleridir" (Baştürk, 2016: 28).

Müdahale biçimlerinin amacı, postmodern çağın eylemlerinin serbest ve biricik olduğu dönemde topluma belli yollar vermektir. Deleuze toplumsal makineler için üretilmiş basit bir makinenin insan ile bağlantılı düzeneğinden söz eder. Bu düzenek makineyi oluşturan teknolojik sistemlerle onun kullanıcıları arasındaki ilişkinin doğruluğunu ortaya koyar. Post-panoptik kavramının kişiselleşmesi ve bir güç aygıtı

olarak bir bütünün bir tek parçası olması şeklinde ayrıştırılması ona yerli-yurtluluk kavramı bütünlüğünde anlam kazandırır (Baştürk, 2016: 28-29).

Yerli-yurtlulaştırma, pozitif olanın çevresinde inşa edilmiş bir kavramdır. Bu olgunun amacı toplumda optik bir gözetim değil, bireyin toplumdaki yeri için dallarını yerli-yurtlulaşmaya uzatmasıdır. Bireyi kapatmaz, bilincini ele geçirip dokunmaz, çevresini onunla uyumlu hale getirmeye çalışır: zoraki değil istekle, kapatarak değil serbest bırakarak, engelleyerek değil sınırsız isteklerle… Bunlar, toplumun ve bireyin kendi öz-denetimi için, kendi öz-bilinciyle yapılanmasını sağlama halidir (Baştürk, 2016: 30).

"Yerliyurtlulaştırma (territorialization), Deleuze ve Guattari tarafından postmodern siyaset ile iktidar ilişkilerini açıklamak üzere geliştirilmiş bir sözcüktür" (Baştürk, 2016: 235). Bu kavramı ele almalarının sebebi iktidarın temel ilişkilerini ele alıp onu anlatmak değil, ondan kaçmanın nasıl gerçekleşebileceğini anlatmaktır. Bunun sonucunda da bu kavramın en temel ele alınan biçimini yersiz-yurtsuzlaşma olarak görürüz. Deleuze ve Guattari'ye göre yer yurt edinme meselesi insanların var olmasının bir temsilidir, aynı zamanda bu kavram birey ve mekânı bir araya getirir, birleştirir (Baştürk, 2016: 235).

Gelişmiş bir dünya genel olarak halkların ekonomik yoksunluk, savaş, ırkçı kölelik sonucunda zorunlu tutuldukları göçler ve sürgünler ile metropolün yaşamında bulunan gelişmiş teknoloji, medya, reklam ve genel anlamda bir tüketim kültürünün temsil ettiği ve ayrıcalıklı yaşamları içinde geçen hareketlilik anlayışı arasındaki gözle görülen farkı ortadan kaldırmaz (Chambers, 2005: 45). "… yeryüzü, sürekli olarak hem yersiz yurtsuzlaşan hem de yersiz yurtsuzlaştırılmış olan, ani bir yersiz-yurtsuzlaşma hareketi gerçekleştirir " (Goodchild, 2005: 113). Günümüzde bu yer yurt edinme meselesi aslında kimse için kalıcı değildir; çünkü kapitalizm sistemi sürekli ve yeniden bir yer yurt arayışı gerektirir (Goodchild, 2005: 316).

1.2. GÖÇÜN SEYRİ

İnsanların yaşadığı mekânla kurduğu bağ, hayatın her evresinde önem teşkil etmektedir. Sosyal ve fiziki çevreyle bağ kuran canlıların çeşitli sebeplerden süre gelen göç ediş olgusu, insanlık tarihi boyunca tanık olduğumuz belli mekânlardan ayrılması ve başka mekânlara yerleşme çabasıdır. Yine bu canlı toplulukları arasındaki bireyler

arası göç, var olan kültür, değer gibi konularda istemli ya da istemsiz çeşitli değişimlere ve aktarımlara sebep olmaktadır. Oluşan her göç sürecinin nedeni farklılaşmış, insan ve toplum üzerindeki çeşitli etkileri günümüzde yaşanan olaylar ve araştırmalarda gözlemlenmiştir. Ekonomi, güvenlik sorunları, siyasal sorunlar gibi birçok nedenle gerçekleşen bu göçler, yıllar boyu insanlığın gündeminde kalan önemli bir konudur. Yirmi birinci yüzyılın çeyreğinde tanık olduğumuz Suriye'den Türkiye'ye yaşanan göç hareketliliği de birçok araştırmaya konu olan güncel bir örnektir (Ekici & Tuncel, 2015).

Göç olgusu ve ortak dil birliği adına bazı kavramlara yer vermek konu kapsamının anlaşılırlığı açısından faydalı olacaktır. Sığınmacı, herhangi bir nedenden dolayı kendi ülkesini terk etmek zorunda kalan ve başka bir ülkeye sığınma ihtiyacında bulunan kimsedir. Sığınmacı bireyler gittikleri yerlerde resmi makamlara başvuruda bulunmaktadırlar (Gün, 2016). Göç idaresi genel müdürlüğü kapsamında, Mülteci Hakları Merkezi tarafından yayınlanan "Türkiye'de Uluslararası Koruma Prosedürü Haklar ve Yükümlülükler" dokümanında görüldüğü üzere sığınmacı bireyler geçici koruma uygulamasına tabidir. Bu örnek Türkiye üzerinden değerlendirilmiş olup yasal olarak bazı hak ve hizmetlerden faydalanma hakkına sahip olmaktadır. Suriye *vatandaşları-vatansızları* ve orada ikamet eden Filistinliler bu kapsam içerisindedir (Mülteci Hakları Merkezi, 2017). Mülteci, sığınmacı gibi herhangi bir nedenden dolayı kendi ülkesini terk etmek zorunda kalan ve başka bir ülkeye sığınma isteğinde bulunan kimsedir. Mültecilerin sığınma istekleri resmi olarak kabul edilmektedir. Göçmen ise sığınmacı ve mülteci kimselerden farklı olarak, kendi iradesiyle ülkesini terk eden bireylerdir (Gün, 2016).

Göç nüfus hareketlilikleri, sosyal-sınıfsal farklılıklar, ayrışmalar gibi durumları gündeme getirmektedir. Bu doğrultuda bazı göçmen bireyler yabancılaşma, dışlanma, ait hissedememe duygusunu yaşayabilmektedir. Göçmen bireyler kentlere göç sonrasında çoğu kural ve düzende yaşama hususunda kısıtlanmalar yaşayabilmektedir. Kentleşmeler sosyal bireyleşme konusunda büyük rahatlıklar sağlayabilir ya da bazı zorlukları beraberinde getirebilir (Ekici & Tuncel, 2015).

Küresel göçler, göçmenlerin yaşayabileceği iletişim sorunlarıyla kimi zaman hayatı zorlaştıran durumlara dönüşebilmektedir. Göç eden bireyler yaşamlarını kurdukları yeni yerlerde, çeşitli zorluklarla (iletişim, yeni topluma uyum sağlama gibi) karşılaşabilirler. Göçmenler için bir yandan geldikleri yerlerin hatıralarını taşımaya

çalışmak bir yandan da yeni yerlere uyum sağlamaya çalışmak bir gerçektir. Doğal bir yaşam pratiği olan iletişim de bu adaptasyon sürecinde en temel ihtiyaçtır. Mangalam göç konusunu bir coğrafyadan ayrılma-uzaklaşma olarak açıklamış, düzen ve değerler üzerinde farklı etkiler yarattığını söylemiştir. Zelinsky, modern dünyanın kaçınılmaz bir parçası şeklinde değerlendirmiş, aynı zamanda toplumların gelişimini desteklediğini öne sürmüştür. Ravenstein'e göre ise göç gelişmekte olan şehirlere doğrudur. Çünkü büyük şehirler göz alıcı yapılardır. Bu da insanları bir hayli etkilemektedir. Göç tarihler boyunca bir yerden başka bir yere taşınan insan için hala süreklilik arz eden bir konudur. Wallerstein'in bir çalışmasından yola çıkan teorisyenler on altıncı yüzyıldan bu yana büyüyen dünya pazarında işgücünün belli ekonomilerde olması kapitalist olmayan toplum nüfuslarında oldukça hareketlilik yarattığını gözlemlemektedir. Modern dünyadaki düzen şudur ki, genç neslin çoğu göç etmeye meyillidir (Cereci, 2019).

Göçün yapısı incelendiğinde zorunlu ve gönüllü olarak ikiye ayrılabilir. Zorunlu göç, söz konusu bireylerin zorunlu hallerden; savaş, afet gibi yaşam koşullarını etkileyen, kendi iradeleri dışında bulundukları yerden başka bir yere hareketlilik sağlamalarıdır. Gönüllü göç ise bireylerin iradeleri doğrultusunda aldığı bir hareketlilik kararıdır. Bireyler zorunlu ya da gönüllü göç süreçlerinde çeşitli zorluklarla başa çıkmaktadır. Bu da göç edilen yerde birey için yeni rol ve sorumlulukları zorunlu kılmaktadır (Şeker & Uçan, 2016).

İşsizliğin de sebep olduğu göç hayatı, insanlığın bir şeylerden kaçışı yanı sıra hayatında belli iyileşmelere sebep olması için yaratılan bir durumdur. Yapılan araştırmalar doğrultusunda göç oranlarının günden güne artıyor olması mevcut uyumun bozulması kadar yeni bir uyumun yaratılmasını da gerektirmektedir. Bu uyum gerekliliği yalnızca göçmenleri değil, göçülen yerin mevcut topluluğunu da etkilemektedir (Karasu, 2017).

Küresel olarak yaşanmakta olan sığınmacı dalgası ve mülteci krizleri yapılan çalışmalarla birlikte son yıllarda farkındalıklar yaşatmaktadır. *Göç Araştırmaları Derneği*'ne göre bu dalga, 2008 iktisadi krizi sonrası Avrupa göçünde çeşitlilik ve uyum açısından arz etmiştir. Göçler çoğunlukla bölgeler arası gerçekleşmiş, özellikle mülteciler daha çok güneye yerleşim sağlamıştır. Yapılan araştırmaya göre göçmenler rakamsal olarak dünya nüfusunun %3,4 ünü oluşturmaktadır. Burada iki ayrım söz konusudur. Göçmen işçiler ev sahibi ülkelerde kalırken, sığınmacılar hem kendi

ülkelerinde kalmakta hem de vize imkânlarını kullanmaktadır. Söz konusu göçmen hareketliliğinin işgücü pazarı ve ekonomik durumlarda etkisi ya olumlu ya da nötrdür (Göç Araştırmaları Derneği, 2018).

Göç hareketliliği, bireylerin kendi rızalarıyla gerçekleşeceği gibi zorunlu şekilde de olabilmektedir. Durgun bir akıntıyken bir dalga şeklinde devam edebilen göç, sebebine göre etki oranları gösterebilmektedir. Bunu açıklayacak olursak savaş, terör olayları, afetler gibi unsurlardan kaynaklanan zorunlu göçler, topluluklarda daha iyi yaşam arzusuyla yer arayışı başlatmakta, küçük boyutlu göçleri kitlesel dalgalanmalar haline getirebilmektedir (Ekici & Tuncel, 2015).

IOM'in (Uluslararası Göç Örgütü) son yaptığı 2020 raporuna göre küresel olarak tahmini 281 milyon uluslararası göçmen tespit edilmiştir. Tespit edilen veri son 50 yılda bu sayıya ulaşmıştır (IOM, 2020).

Bazı kentlerde göçmenlerin sayıları artmaya devam ederken sosyoloji, psikoloji, hukuk, siyaset, sağlık, din gibi çeşitli alanlarda ilgi çeken bir konu olmaya devam etmektedir. Küresel devamlılığın yanı sıra ülkemizde de uzmanlar ruh sağlığı açısından göçmen psikolojisi üzerine ciddi çalışmalar yapmaktadır. Özellikle psikologlar psikolojide göç uyumunu anlamak üzerine yaptıkları analizlerle göç hareketliliğinde bulunan bireylerin yaşadıkları zorluklarla baş etmelerine katkı sağlamaktadır. Bu alandan sadece uyum sürecinde değil, göçün ruh sağlığına etkileri ve çözümleri konusunda da faydalanılmaktadır. Yeni normlar kazanma, kültürleşme, değerlere uyum sağlama gibi sorunlar göçün temel sorunlarındandır. Göç ve göç psikolojisi üzerine ışık tutan çalışmalarıyla Berry ve Sam, bu konu içindeki kavramların netleşmesinde oldukça etkilidir. Analiz ettikleri çalışmalarda göç hareketliliğinde önceliğin göçmenler olmadığı, göç yerindeki ana akımın (yerliler) ve uyum sürecinin daha önemli olması yapılan çalışmalarda eksiklik olmasına yol açmaktadır (Gün, 2016).

Göçmenlerde kaybolmaya yüz tutan sosyal kimliğin inşası zorlayıcı olmaktadır. Göçleriyle birlikte değerlerinden, hatıralarından ve kültürlerinden ayrılan bireylerde yerliler tarafından ötekileştirmiş olmaları halinde çeşitli zorluklar ve uyum sorunları gün yüzüne çıkmaktadır. Bu da göçmenlerin yaşamış olabilecekleri problemlerle baş etme süreçlerini daha fazla zorlaştırabilmektedir. Yani aslında göç hali hem kültürel hem de psikolojik değişimi içeren bir süreçtir. Göçmenler belli

tepkimelerle, göç yerine uyum sağlamaktadır. Asimile olarak, yerleştikleri yerdeki kültürün baskınlığına uyum sağlamaya çalışabilirler. Ayrılarak, kendi kültürlerini devam ettirip yerli kültüre mesafeli davranabilirler. Bütünleşerek, bir yandan kendi kültürlerini yaşamaya devam ederken, karşı kültüre de uyum sağlayabilirler. Bu her iki kültürü kaynaştırmaktır (Karasu, 2017). Son olarak aykırılaşarak, öz kültürlerine ve yerli kültür toplumuna uyum sağlayamazlar, ortaya başka bir kültürleşme çıkması dâhilinde ona yönelebilirler (Saygın & Hasta, 2018).

Göçmenlerin adaptasyon süreçleri bireylerin ve göç yerlerinin özelliklerine bağlı gerçekleşmektedir. Bunların içine bireysel özellikler (cinsiyet, yaş, medeni durum vb.) göç ettikleri yerin özellikleri, ekonomik ve sosyal durumlar, iş becerileri gibi faktörler girmektedir. Bu sorunlar sadece göçmenlerle sınırlı kalmayıp içine karıştıkları yerli grubun onlara sunduklarıyla da ilişkilidir. Çok kültürlülük dediğimiz birlikte yaşamaya çalışma durumu, göç toplumlarının kültürlerinden tamamen kopmamalarına olanak sağlarken, başka kültürle etkileşimde olmalarına fırsat tanımaktadır. Aynı zamanda da aitlik hissi için önemlidir. Kültürlerinden ve değerlerinden vazgeçmeme, onlara sahip çıkma hakkı herkeste olması gereken insani bir haktır (Karasu, 2017).

Yeni yerleşim yerlerine göç eden insanların ilk duygularından biri ait hissetmektir. Bunun sebebi göçün duygusal etkilerinin hala hafızada korunmasıdır. Yeni bir çevre ve insanlarla karşılaşan göçmen; yer, yazı, ses gibi tanıdık bir şeyler arayarak yeni yaşama uyum sağlamaya çalışmaktadır. Yeni bir şeye alışmak geniş fikirli insanlar açısından kolayca halledilebilse de eğitimsiz ve dar görüşlü insanlar için zor olmaktadır. Özellikle ekonomik veya kültürel sebeplerle göç edenler için göç olgusu başlı başına psikolojik bir yüktür. Yeni göç yerinde eski hayatın parçalarını taşımak son derece temkinli hissetmeleri için bir nedendir. Uyum süreci günleri, ayları, bazen yılları almaktadır. Göçmen iletişim kuramadığında yetersiz, bunalmış ve gergin hissetmeye yatkındır. Ana akım halkın göçmenler gibi etik ve toplumsal değerlere saygı duyması göç sürecini kolaylaştırabilir. Literatürlere göre göç üzerine çalışan araştırmacılar aynı zamanda göçün ağır travmalar yaratmaması adına iletişim ihtiyaçları üzerine çalışmaktadır. Bu da göçmen halkın büyüyen ağının uyum sürecine gün geçtikçe katkı sağlamaktadır (Cereci, 2019).

Günümüzde göçler zorunlu göç hususunda değerlendirildiğinde iş, barınma, sağlık, eğitim, dil problemi gibi hayati konuları beraberinde getirmektedir. Aynı

zamanda göç edilen yerin değerleri, yaşayış biçimleri, kentleşme durumu da büyük etki sağlamaktadır. Türkiye tarihinde göç dalgalarının sıklıkla yaşanması mevcut konunun kaynaklarından biri olmasını sağlamıştır. Yaşanan savaş olaylarından sonra geçiş güzergâhı olarak kullanılan Türkiye birçok sığınmacı topluma yurt olmuştur. 3 milyonu aşan Suriye göç dalgasıyla, Türkiye dünyanın en büyük sığınmacı ülkesi sayılabilmektedir (Karasu, 2017).

Göç insanlık tarihi kadar eski bir konudur. Bu sebeple göç psikolojisi hem uygulama hem de araştırma açısından önemlilik arz etmektedir. Göç yaşantısında çocuklar göz önüne alındığında etkiler yetişkinlere göre daha olumsuzlaşabilmektedir. Ani değişimler göçün öncesinde, sırasında ve sonrasında travmatik durumlar yaratabilmektedir. Bunlar yaşanırken çocuğun gelişim aşamalarından geçtiği de unutulmamalıdır. Sosyalleşmeye ve gelişime açık olan çocuk, yeni ve eski kültür arasında bir seçim yapmak zorunda kalabilir. Böyle bir durumda kimlik gelişimi, benlik algısı, ilişkiler gibi konularda sarsıntılar yaşanabilmektedir. Göç deneyiminin öznel bir süreç olduğu ve kişiye göre olumlu ya da olumsuz farklılıklar gösterebileceği unutulmamalıdır. Olumsuzluklar tüm göç gruplarında yaşanabilmektedir fakat bunun yanı sıra göç alan birimler ve göç veren birimler günden güne yaptıkları eğitim, iş, barınma gibi iyileştirme çalışmalarıyla göç eden birimlere önemli fırsatlar yaratmaktadır. Göçün dinamikleri, özden kopuş ve köksüzleşme gibi durum riskleri taşıyabilmektedir. Göç basitçe bir yer değişikliği olarak algılansa da psikolojik rahatsızlıkların gelişmesine kadar varabilen bir durumdur. Bireylerin kendi vatanlarıyla ilişkisinin kopması ya da koparılması bu psikolojik durumların içine girmektedir. Bedenin etkisizleşmesi, dilsizleşme, toplumsal rollerin değişmesi, uyum zorunluluğu gibi sorunların yanı sıra yalıtılmışlık yaşandıkça, tanıdık koku ve mekânların eksikliği psikolojik sürecin temellerine inşa oluşturmaktadır. İnsan ruh sağlığının sağlıklı şekilde ilerleyebilmesi için de tanınma ve güvenlik gereksinimlerinin karşılanması gerekmektedir (Gün, 2016).

Geçmişten bu yana toplumlar bir arada yaşamanın getirdiği çok kültürlülükle tek bir kültür, dil ve kimliğe bağlı yaşayamamışlardır. Psikolog J. W. Berry bunun insanların özlerinden ayrılmak zorunda olmalarıyla yani göç hareketliliğiyle ilgisi olduğunu söylemiştir. Günümüzdeki küreselleşme, ona göre başka bir yere sığınmanın, kaçmanın bir sonucudur. En çok göçleri alan ülkelerde kolay uyum

sağlamak ve birlikte yaşamayı öğrenmek kültürleşme sürecinden geçmektir (Saygın & Hasta, 2018).

İnsanlar göçler vasıtasıyla bir arada yaşarken aralarında oluşan etkileşim, kültürleşme süreci olarak ifade edilmektedir. Kültürleşme konusundaki araştırmacı Flaskerud (2007) kültürleşme için, gruplar arası etkileşim sonunda meydana gelen değişmeler şeklinde tanımlama yapmıştır. Kültürleşme her iki topluluğu yani göç edilen yerin halkı ve göç eden halkı etkiliyor olsa da bu durumdan en çok göç eden toplumlar etkilenmektedir. Bu tür çalışma ve araştırmalara Berry, Flaskerud gibi araştırmacılar literatür katmışlar ve bu konuyu somutlaştırmışlardır. Kültürleşmede kılık kıyafetler, beslenme tercihleri, yapılan günlük aktiviteler ve birçok durum değişim göstermektedir. Bu da ana akım yani yerli toplumun özelliklerinin azınlık yani göç toplumuna dolaylı ya da doğrudan geçmesi ile olmaktadır. Bu durum, her iki toplumun da baskısız, iradeleriyle benimseme göstermesiyle olmaktadır (Saygın & Hasta, 2018).

Kültür oluşumunda aile, arkadaşlık, akrabalık, hemşerilik, komşuluk gibi kavramların önemli bir bağlayıcılığı vardır. Göçmen toplumlar da bu hususta bu bağlayıcılıktan ayrı düşünülmemeli, dolayısıyla sosyal ağların oluşumunda toplumsal haklarının olduğu unutulmamalıdır (Sonakalan, 2021).

Yapılan araştırmalar kültürleşmenin sadece grupla ilgisinin değil, bireyselliğin de önemini vurgulamıştır. Uyum, kişi ve toplulukların göç ettikleri yerlerdeki beklenmedik durumlara karşın yaşam faaliyetlerini tekrar düzenlemesidir. Bir de psikolojik uyum vardır. Bu da göçmenlerin göç ettikleri yerlerdeki toplumla etkileşim sürelerinde ve ilişkilerinde, kültürleşme durumlarındaki deneyimlerinin hepsiyle ilgilidir. Bu psikolojik uyum bireylerdeki hazır psikolojik durumla da ilintilidir. Berry'e (1997) göre psikolojik uyum, kişinin öz ve kültür kimliğini iyi değerlendirmesi, aklen mantıklı davranması, geldiği yerdeki yeni durumları içselleştirmesini kapsayan psikolojik şemadır. Bunu incelediğimizde her iki toplumun yani, azınlık ve ana akım toplumlarının farklı deneyimlere sahip olduğunu göz önüne almak gerekmektedir. Saygın & Hasta (2018) yazınlarında gösterdiği araştırmalarda bütünleşmeyle uyum sağlayan azınlıkların psikolojik durumlarının daha sağlıklı olduğunu, ayrılmayla uyum sağlayan azınlıkların ise psikolojik durumlarının daha az sağlıklı olduğunu olduğunu anlatmaktadır. Az düzeyde uyum gösteren azınlıkların kendilerini daha yalnız hissetmeleri kaçınılmazdır. Aynı zamanda psikolojik uyum göç

yerinde kalınan süreyle de fazlasıyla ilişkilidir. Süre arttıkça psikolojik uyum artmaktadır. Yine Saygın & Hasta'nın belirttiği gibi Ward & arkadaşları göçmenler ile yerli halk arasındaki bu uyumun sosyal ilişkilerle bağlantısı olduğunu göstermektedir. Hatta hem kendi grubuyla hem de karşı toplumla daha iyi ilişkiler, daha iyi psikolojik uyumu göstermektedir. Aynı zamanda belirttikleri gibi Berry & Sam'in ölçeklediği benlik saygısı ve yaşamlarındaki doyum ile de ilişkilendirilmektedir. Ayrımcılık, dışlanma gibi sorunlar benlik saygısı ve yaşam doyumunu daha aza indirgemektedir (Saygın & Hasta, 2018).

1.3. GÖÇTE TOPLUMSAL CİNSİYETİN VE KADININ ROLÜ

Yaratılıştan beri kadın ya da erkek olmak birçok toplumsal anlam ifade eder. Toplumsal cinsiyet rolleri sarmalında kadın ve erkek birçok sorumluluk edinir. Böylece her iki cinsiyet için belirlenmiş roller ve statüler karşımıza çıkarmaktadır. Atfedilen roller toplumda doğallaştırılmıştır. Buradaki önemli nokta atfedilen cinsiyet rollerinin değiştirilemez olmayışı ve yaşanılan her süreç içerisinde tekrar inşasının sağlanabilmesidir. Bu durumda kadın ya da erkek olmak her süreçte toplumlar arası ilişkilerde betimlemelere açıktır (Şeker & Uçan, 2016).

Göç hareketlerinin önemli faktörlerinden bir tanesi olan cinsiyet farklılıkları 1960'lı yıllardan önce önemsenmemiştir. Bunun sebebi toplumsal cinsiyetçiliğin atfettiği rollerden biri olan erkeğin, aileyi temsil eden ve geliri üstlenen kişi olarak düşünülmesidir. Belli dönemlere kadar belli başlı olayların erkekler tarafından gerçekleştirilip kadının öne çıkmadığı incelenmiştir. Söz konusu göç, bu zamana kadar ataerkil toplumlarda bir erkeğin ya da bir aile büyüğünün aldığı bir karar olarak yansıtılmıştır. Şeker & Uçan'ın araştırmasında yer verdiği üzere *Kadınların 10 Yılı Üzerine Dünya Konferansı*'nda göç eden kadınlar olayın mağduru olarak temsil edilmiş, kamusal alanda erkeğin baskısı altında yaşamak durumunda olan ve daha çok ezilen cinsiyet rolünü üstlenmişlerdir. Yine araştırmalara göre 1980'lerden sonra söz konusu kadının göç konusunda daha aktiflik sağladığı görülmektedir. Bunların yanı sıra iş gücü ya da insan ticareti kadın göçünün birincil konularındandır (Şeker & Uçan, 2016).

IOM'e göre günümüzde uluslararası göçmenlerin %48'lik dilimini kadınlar oluşturmaktadır. Raporlanan bu veri kadınların farklı sebeplerden dolayı göç hareketliliğini oluşturduğunu anlatmaktadır. Son zamanlarda küresel olarak yaşanan Covid-19 Pandemisi dolayısıyla tahmini olarak 495 milyon iş kaybı yaşanmakta ve bu iş kaybı 68 milyon kadın göçmeni savunmasız durumda bırakmaktadır. Kadının geçmişten günümüze çeşitli becerileriyle topluma önemli katkılar sağladığı yadsınamaz bir durumdur. Yine *IOM*'e göre göçmen kadınlar (%72,7) iş gücüne daha çok katılım sağlamaktadır (IOM Türkiye).

Göç konusunda kadının daha aktif olması Neo-liberal politikalar sonucudur. Dolayısıyla kadın; göçmen, mülteci, sığınmacı gibi çeşitli statülerle göç etmektedir. Göç eden kadın toplumsal eşitsizlik durumundan ötürü belirsiz ve olumsuz koşullarda, korunmasız mücadele etmektedir. Bazı kadınlar göç süreçlerinde ailenin baskın erkek üyelerinin iş durumlarından ötürü yer değiştirmek zorunda kalır. Bu durumda kadın ailenin erkeğine göre statü sağlar. Fakat burada kadına yine ağır sorumluluklar düşmektedir. Kendi öz kültürünü ve değerlerini korurken, ailesindeki bireylere hem kendi öz kültürünü hem de ana akım kültürü öğreterek devamlılık sağlamaya çalışır. Göç sürecine istekli olan kadınlar bütün bunları daha kolay yapar. Tabi ki göç aşamasında ve göç sonrasında kadınların göç psikolojilerini anlamak yoğun çalışmalar gerektirmektedir. Kadınların günümüzde de çoğunlukla rastladığı ayrımcılık, şiddet, hoşgörüsüzlük göçmen kadınlar üzerinde de sıklıkla görülen bulgulardır. İnsanoğlunda biyolojik ve toplumsal olarak kadının rolü asla göz ardı edilmemelidir. Sığınmacı kadınların çoğunlukla bakım hizmetleri, turizm, eğlence ya da başka aktif beden gücü gerektirmeyen iş alanlarında yer edindikleri görülmektedir. Bunun amacı pek çok sorunlarla karşılaşsalar da kendisinin ve ailesinin geçimine yardımcı olmak, göçünden önceki yaşamının devamlılığını sağlamaktır. Göç bir süreçtir. Bu süreç göç eden bireyler için özellikle de kadın için toplumsal konulardan dolayı psikolojik ve sosyal açıdan daha derindir. Göç kavramında kadınların rolü toplumsal cinsiyet rollerindeki katı kalıpların değişmesine hareket sağlayabilir. Genel olarak zorunlu veya gönüllü göçlerde kadın göçmenlerin yabancı olarak algılanmaları, toplumsal cinsiyet rolleri ve farklılıkları sebebiyle bazı dezavantajlar getirebilmektedir (Şeker & Uçan, 2016).

Tüm bu psikolojik, sosyal, kültürel ve toplumsal uyum çalışmaları birbirlerinden ayrı değildir. Bunlar arasında güçlü bir ilişki vardır. Yeni hayatın getirdiği mücadelelerde her türlü durumun uyum sağlama süreçlerine yansıyacağı

gözden kaçırılmamalıdır. Göç psikolojisi, kültürleşme ve uyum süreçlerini kapsayan dil, din, kimlik, medeni durum, ikamet süresi gibi çeşitli başlıkları içinde barındırmaktadır. Göç alan toplumlar ve göç veren toplumlara arasında sağaltıcı nitelikler olduğu takdirde benimseme, kültürleşme ve uyum adına atılabilecek adımlar göç psikolojileri ve toplumsal cinsiyet üzerine olan çalışmalarda büyük önem sağlayacaktır. Ayrıca göç alan yerlerin izlenen göç politikaları da psikolojik süreçlerde oldukça etkilidir. Yapılan araştırmalar da görülmektedir ki, sosyoloji, psikoloji gibi alanlarda yapılan çalışmalar arasında bulunan göç konusu, fazlaca göç alan ve göç veren Türkiye örneğinde de büyük rol oynamaktadır.

2. BÖLÜM

GÜNÜMÜZ BİREYİ İÇİN ÇAĞDAŞ BİR İYİLEŞME ÖNERİSİ: SANATLA TERAPİ/SANAT TERAPİSİ

Bu bölüm Ağustos-Eylül 2021 tarihleri arasında Altınbaş Üniversitesi ve SEM Akademi işbirliğiyle Psikiyatrist Dr. Hira Selma Kalkan tarafından gerçekleştirilen, ücret karşılığında alınan "Uluslararası Sertifikalı Sanat Terapisi Eğitimi" ders notlarından faydalanılarak yazılmış ve düzenlenmiştir. Kaynakça belirtilmeyen yerler ders notları kapsamındadır.

2.1. BİLİMSEL/MODERN İYİLEŞME YÖNTEMLERİ ÖNCESİ BÜTÜNCÜL/HOLİSTİK ARAYIŞLAR VE UYGULAMALAR

On dokuzuncu yüzyıl öncesinde yani modern tıbbın gelişmediği dönemlerde insan topluluklarının rahatsızlıklarının tedavisinde doğanın vermiş olduğu olanakları gözlemleyip, deneysel biçimde birçok bitki ve ritüellerle geliştirdiği sağaltım yolları kaynaklarda belirtilmektedir. Deneysel yollarla tedavi yöntemleri keşfeden topluluklar, inançları ve yaşam koşulları doğrultusunda halk hekimliğini ortaya çıkarmıştır. Modern toplum yapılanması öncesinde primitif insan topluluklarında, halk hekimleri olarak adlandırılan kişilerce yalnızca fiziksel tedaviler değil aynı zamanda büyü ya da dini ritüelleri de kapsayan zihinsel etki uyandıracağı tahmin edilen -psikolojik- yöntemlerin de, bireylerin iyi olmaları üzerine kullanılan yöntemlerden olduğu ifade edilmektedir. Doktor ve antropolog William Rivers'ın da bahsettiği gibi geçmiş tıp tarihi modern tıbbın aksine toplulukların rahatsızlıkları algılayış biçimlerine göre tedavi uygulamalarını kapsamaktadır. Halk tıbbı yalnızca hastalığın sarmış olduğu bedeni değil ruhu da iyileştirmeye dayanmaktadır. Sağlığın ruh ve beden bütünlüğü olduğunu düşünen halk tıbbı bedenin iyileşmesinin iyi bir ruh haline kavuşmasından geçtiğini söylemektedir. Bu tıp biçiminde teşhisten tedaviye sürecin tamamı önemlidir. Halk tıbbı "ruh ve beden bütünlüğü" ifadesiyle bugün ruhsal ve fiziksel deneyimlere bütüncül kapılar aralamaktadır (Kaplan, 2020).

Tarihsel gelenek ve göreneklerine bağlı olan toplumlarda bilimsel felsefeye bağlı olmaksızın yaşamı şekillendiren, toplum ilişkilerini düzenleyen birçok kültür pratiği, modern tıbbın dışında bugün hala uygulanmaya devam edilmektedir (Bulduklu, 2016). Bundan yola çıkılarak on dokuzuncu yüzyılda modern tıbbın insan

hayatına girmesi halk tıbbındaki pratiklerin geride bırakılması için bir sebep olmamıştır. Aksine bugünkü varlığını korumasının sebebinin benimsediği "ruh ve beden bütünlüğü" bakış açısı olduğu düşünülmektedir. Bugün bu bakış açısı tedavi uygulamalarında ve literatürlerinde holistik (bütüncül) yaklaşım olarak adlandırılmaktadır. Holistik bakış açısına sahip geleneksel ya da yeniden düzenlenen iyileştirme yöntemleri "tamamlayıcılar/bütünleyiciler" veya "alternatifler" olarak modern tıbbın tanımı dışına çıkmaktadır. (Kaplan, 2020).

Tamamlayıcı veya alternatif tıp, bazı ülkelerde modern tıbbın yerine kullanılmaktadır. Bu terimler için yapılan tanımlar ülkede esas olmayan ve mevcut sağlık sistemine uydurulmamış çeşitli uygulamalara atıfta bulunmaktadır. Bazı görüşler hastalık ya da sıkıntıların tedavisinde modern tıbbın yanında tamamlayıcıların kullanımını "tamamlayıcı tıp" olarak adlandırırken, alternatif tıp teriminin standardın dışında tıp uygulamaları şeklinde anlaşılmasının doğru olduğunun altını çizmektedir. Diğerleri ise destekli veya desteksiz her türlü kanıtlanmamış terapötik müdahaleyi "alternatif tıp" olarak adlandırmaktadır. Alternatif tıp terimi son yıllarda gerek uluslararası kuruluşlar gerekse *Dünya Sağlık Örgütü* ile olan tartışmalar bu kavramın tıptan ziyade "tedaviye alternatif" anlamında kullanılması gerektiğine vurgu yapmaktadır. Günümüzde popüler kullanım, geleneksel ve tamamlayıcı tıp biçiminden yanadır. Ayrıca doğal tıp, halk hekimliği, bütüncül/holistik tıp, destekleyici tıp vb. gibi farklı isimlerle de adlandırılmaktadır (Mollahaliloğlu, Uğurlu, Kalaycı, & Öztaş, 2015).

Modern tıp rahatsızlıkların belirli patolojiye bağlandığı, sağlık personelleri ve hekimler tarafından pratiğe dönüştürülen medikal yöntemler sunmaktadır. Tamamlayıcı/bütüncül uygulamalar, kişilerin sıkıntılarını azaltmak amacıyla modern tıbba yardımcı ve paralel olacak şekilde uygulanan pratiklerdir. Bahsedildiği üzere alternatif uygulamalar sunulanlar arasında seçim yapmaya dayanır. Kişinin sunulanlar arasında sıkıntısına uygun kararı alması oldukça önemlidir. Bunlardan yola çıkarak tamamlayıcı ve alternatif uygulamalar tıbbi bilimsel felsefe ya da medikal yöntemlerin dışındaki metotları çerçevelemektedir (Bulduklu, 2016).

Modern tıp, bilimin ve teknolojinin geliştiği dünyanın çoğu bölgesinde, özellikle endüstrileşmiş ülkelerde yaygınlık kazanırken; tamamlayıcı ya da alternatif tıp dünya toplumlarının en az %50'sinde yaygınlığa ulaşmaktadır. Bir araştırma, ABD'de tamamlayıcı ve alternatif iyileşme yöntemlerini uygulayan hekimlere başvuru

sayısının yıllık 600 milyon civarında olduğunu göstermiştir. Yine bu araştırma bireylerin tamamlayıcı ve alternatif metotlarını tercih etmelerinde sağlık durumlarının, bireysel özelliklerinin, inanç ve değerlerin, sosyoekonomik durumları gibi unsurların bir dayanak olduğunu göstermektedir. Böyle bir yaygınlığın varlığı Türkiye'de verilere konu olmasa da son zamanlarda birçok tamamlayıcı iyileşme seçeneği gözlemlenmektedir (Doğan & Avcı, 2018).

Türkiye'de tamamlayıcı tedavilerin kullanımına ilişkin kesin verilerin olmadığı gözlemlenmektedir. Bunun sebebinin ülkemizde tamamlayıcı tedavilerin çoğunun yeterince bilinmiyor olması, bu tedavilere güvenilmemesi ve uygulayan uzman sayısının az olması gibi etmenler olduğu düşünülmektedir. İnsanlar tarafından tamamlayıcı tedavilerin tercih edilmesi; daha uzun ve sağlıklı bir yaşam isteği, ilaçların olumsuz yanlarını azaltmak, bağışıklık sistemini kuvvetlendirmek, umutsuzluğu aza indirmeye çalışmak, sağlıklı olan davranışların içsel teşvikini sağlamak, stresten uzak durmak gibi çeşitli bireysel önlem arayışlarına dayanabilmektedir. Buna ek olarak değer ve inançlar da tamamlayıcı terapilerin kullanımını etkileyen önemli faktörlerdir. Pek çok tamamlayıcı terapiye dair bilimsel kanıtlara rağmen, iyi organize edilmiş bilimsel çalışmaların bazılarının hala cevapsız kaldığı önemli sorular bulunmaktadır. Bunlar terapi ve tedavilerin güvenilirliği, uygulandığında sağlıklı ya da hasta bireylerin tedavi sürecini olumsuz şekilde etkileyip etkilemeyeceğidir. Buna yönelik *Dünya Sağlık Örgütü* (WHO) tamamlayıcı veya alternatif tıbbı anlaşmalara bağlı tıp sisteminin parçası olmayan, bilimsel sağlık rejimlerine bağlı olmayan fakat paralelinde çalışan, isteğe bağlı sağlık bakımı pratikleri olarak tanımlamıştır (World Health Organization). Tamamlayıcı terapiler gevşeme ve rahatlama teknikleri, meditasyon, hayal kurma, masaj, aromaterapi, bitkisel terapi, doğal taş ve objeden beslenme, yeme-içme tedavisi, manipülatif terapi, hipnoterapi ve terapötik seans gibi çeşitli yöntemleri içermektedir (Turan, Öztürk, & Kaya, 2010).

Tamamlayıcı ya da alternatif tedavilerin yaygınlaşmasının dönüm noktası, 1998 yılında ABD'de kurulan *Ulusal Sağlık Enstitüsü*'ne bağlı olan Ulusal Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Merkezi'nin kurulması olarak kabul edilmektedir. Bu kuruluşun amacı tamamlayıcı ya da alternatif uygulama modellerini bilimselleştirerek, etkisi kanıtlanmış, güvenilir modern tedavi alanı sağlayabilmektir. Dünyada yaygınlığı

duyulmaya başlayan modern tıbba paralel uygulama modelleri aynı zamanda çoğu ülke arasında önemli bir pazar oluşturmaktadır (Bulduklu, 2016).

İnsan aslen var oluşundan bu yana tamamlayıcı terapi metotları uygulamakta ve kullanmaktadır. Modern tıbbın paralelinde kullanılan metotlar yirminci yüzyılla birlikte insan hayatına girerek tanı ve tedavi süreçlerinde tamamlayıcı ve bütünleyici bir etki yaratmaktadır. Bunun yanı sıra modern yaşamın hızı, tıbbi bakımı güç, yozlaşmış, yeni teknolojilerdeki yüksek maliyet, olanaksızlık veya tıbbi bakımın yan etkilerinden koku gibi faktörler tamamlayıcı yöntemlere olan yönelimi arttırabilmektedir (Turan, Öztürk, & Kaya, 2010).

Alternatif ve tamamlayıcı terapi uygulamalarının ilgilileri sayesinde gördüğü rağbet konuyla ilgili tanıtımların artmaya başlamasına yol açmış, bugün bu uygulamalara kimi sosyal çevrede kimi sosyal medya, gazete, internet siteleri, radyo, televizyon gibi yayın organlarında rastlamak olası hale gelmiştir (Bulduklu, 2016).

Tamamlayıcı tedavi ya da terapi yöntemlerinden yararlanan insanlar adına da bu uygulamalar geniş bir çerçevede değerlendirilmektedir. Bu uygulamaların genel felsefesi zihin, ruh ve beden bütünlüğü olduğundan bir tedavinin ötesinde bireysel dönüşüm ve iyileşme yolu olarak da kabul edilebilmektedir. Tamamlayıcı uygulamaların kattığı faydanın yanı sıra plasebo etkisiyle de (psikolojik olarak etkinin kabulü) belli iyileşmelerin olduğu düşünülmektedir. Buna ek temeli olarak ruh ve beden olan holistik yaklaşımın ve bu yaklaşıma inanan felsefelerin psikolojik iyileştirmelere sebep olduğu yapılan araştırmalar doğrultusunda aşikârdır. Bahsedilen tamamlayıcı ya da alternatif tedavi/terapi felsefesi bireyin kendi iyileşme gücünü desteklemektedir. Holistik yaklaşıma göre; ortaya çıkan rahatsızlık ruh ve beden dengesizliği sonucunda ortaya çıkan bir dışavurumdur. Birey bu dengesizliği ortadan kaldırabildiği takdirde sağlıklı ve dengeli bir bedene kavuşabilmektedir. Terapötik süreçte ideal olan şey sadece geçici bir rahatlama bulmak değil, zamanla vücut dengesini iyileştirme ve geliştirmenin yollarını aramaktır. Söz konusu dengeyi geliştirme; danışan bireylerin ilgili sorunlarındaki beklentilerine çözümler üreterek ve rahatsızlıklara bakış açısını değiştirerek, sorun sahibi bireyleri cesaretlendirip onlara motivasyon sağlayarak, tedbirler sunarak, var olan problemlerin tekrarlama olasılığını düşürerek, bireyin kendisi ve çevresiyle uyumlu denge gelişimine pratikler yaratarak ve yine bireylerin öz-saygısının kazandırılmasına yardım ederek sağlanabilmektedir (Bulduklu, 2016).

İnsan beyni, ruh ve bedenin sıkıştığını hissettiği zaman otomatik çözümler üretecek bir yaratılışa sahiptir. Özellikle sanatın ilk örnekleri kabul edilen mağara resimleri ve benzer dönemlerde yapılan figürinlerin, henüz doğa karşısında savunmasız olan insan için bir çözüm arayışı olduğu varsayımı, insan bilinci ve davranışına yönelik araştırmalara konu olmaktadır. Sanat olgusunun insan zihninde yarattığı iyileştirici etkinin, modern tedavi yöntemlerinde de sanat terapisi adı ile kullanıldığı görülmüştür. Yüzyıllardır çeşitli yönleriyle insan bedenine ve ruhuna iyi gelen aynı zamanda kimi kişilerin ifade aracı olarak kullandığı sanat da zamanla terapi/ tedavi literatürlerine çeşitli çalışmalar yoluyla girerek tamamlayıcı ve bütünleyici alanlardan biri olmuştur.

Sanat sadece şu an değil, geçmişinden bu yana insan yaşantısında toplum ideallerinin ve bu ideallere özgü doyumun karşılanmasında önemli bir faktördür. Görsel, plastik ya da ritmik biçimlerde kullanıma ve uygulamalara dönüşen sanatta, belli ifade biçimlerinin yakalanması bizi konunun çerçevesine taşımaktadır.

İnsan tarihinin başlangıcından beri var olan sanatı, farklı biçimlerde düşünülmüş ve bugüne disiplinlerarası yollarla aktarılmıştır. Bazı filozof ve sanatçılar ışığında sanat, bazı imgelerin yansıtılması ya da kendini görünür kılmasıyla hem estetik hem de ifade biçimi olarak görülen bir yoldur. Genel olarak bireylerin bilinç süreçlerinin yansıtıldığı, göreceli gerçeği bulunduran, fiziki-sosyal çevreyi ve kendisini anlamasını sağlayan, oldukça geniş bir hayal gücünden doyum alan bir iletişim biçimidir. Wilde'ın kitabında (2008) belirttiği üzere sanat aynı zamanda organik benlik gelişimi açısından bir yol gösterici olabilmektedir (Wilde, 2018: 14).

Sanatın bahsettiğimiz yönleriyle tamamlayıcı ve paralel bir süreç içerisinde sürecinde kullanılması 1940'lı yıllarda sanatçı Adrian Hill'in, tüberküloz hastalarıyla yaptığı çalışmayı tanımlamasına dayanmaktadır. Bu çalışmada ortaya çıkan resim faaliyeti hastalığı ve hastaların motive edildiği süreci anlatmaktadır. Böylece sanat yıllar önce holistik bakış açısına bir pencere daha açmıştır (Demir & Yıldırım, 2017).

Sanat ve bütünleyici tedavi birlikteliği çağdaş yirmi birinci yüzyılda farklı ülkelerce önemli alanlara araştırma konusu olmakla birlikte, Türkiye'de de çeşitli yaklaşımlar yoluyla sanatın farklı dalları üzerinde incelenmektedir. Bu bilgiler ışığında sanatla terapi uygulamaları birçok kitleye ulaşabilen ruh, beden, zihin

durumlarını ortaya koymayı ve bunları dengelemeyi amaçlayan son zamanların tamamlayıcı ve bütünleyici terapi/tedavi metodu olabileceği varsayılmaktadır.

2.2. TARİHTE SANAT OLGUSUNUN BİREYLERİN İYİ HİSSETME İHTİYACINA YÖNELİK DURUMU

2.2.1. Bireylerin Yaratıcılığı ve Spontanlık

Yaratıcılık kavramı yeni bir durum veya aralarında ilişki kurulmamış iki şey arasında dinamik ilişkiler kurma şeklinde düşünülmektedir. Türk Dil Kurumu yaratıcılığı, bireydeki farazi, özgün yaratım yatkınlığı olarak açıklamaktadır (Türk Dil Kurumu). Böylece yaratıcılıkta, bilinenin dışında ve farklı çözüm kollarından sonuçlar elde edilerek sınırlar genişletilebilmektedir.

Yaratıcılığın amacı, doğaya kulak kabartarak bireyin kendi yasalarını oluşturması ve onu izleyerek yeniden biçimlendirmesi şeklinde düşünülmektedir (Yılmaz, 2013: 140).

Moreno'ya göre her insan yaratıcı doğmaktadır. Ona göre doğum yaratıcılığın bir ifadesi olmakta, yaratıcılığın tüm potansiyelini taşımaktadır. Yine Moreno'ya göre yaratıcılık kolay kazanılan bir şey değildir.

Spontanlık ise, içten gelen tepkidir. Bu kavram ilk defa psikodramanın yaratıcısı Moreno tarafından vurgulanmıştır. Moreno yöntemlerini yaratıcılık, spontanlık ve eylem üzerine kurmuştur. Spontanlığı yeni koşullarda uygun tepki, eski koşullarda ise yeni bir tepki olarak değerlendirmektedir. Spontanlık kendiliğinden olma durumudur (Eracar, 2021: 33).

Yaratıcılığın eylem haline gelebilmesi için spontanlığın da bulunması gerektiği düşünülmektedir. Yapılan sanat terapisi araştırmalarına ve uygulamalarına bakıldığında amacın, spontanlığı özgür bırakarak insanın var olan yeteneklerini yaratıcılığıyla birleştirmesinin beklendiği görülmektedir. Beklenmedik şeylerle yaratıcı şekilde başa çıkabilmek için spontanlık devreye girmektedir. Yaratıcılığın en önemli unsuru yaratıcı istem ve duygu-düşünce-eylem bütünlüğüdür. Örneğin bir oyun oynanırken, belirlenen süre içinde eyleme dökülmektedir. Bu esnada zihin, duygular ve beden bir bütün halinde hareket etmektedir. Sanat terapisi çerçevesinde de

oyununun oldukça önemli bir yeri vardır. Oyun spontanlığın en uygun zeminlerin olmakla birlikte, "yaşamsallığı olan ara gerçeklik" olarak tanımlanabilmektedir. Winnicott'un formülasyonunda oyun, bireylere kültürel ve sosyal bir deneyim sağlamaktadır. Gerçeklik açısından sanatla terapi de oyun yoluyla bireylerin kendini ifade sürecine imkan tanımaktır. Eylemlerdeki renkler, sesler, hareketler içte olanın simgeleşmiş denklemleridir. Yaratıcılık ve spontanlık, sanat uygulamaları ve terapilerine bireyler üzerinde dışavurumcu simgesel denklemlerin kurulması ve ifade süreçleri hususunda hizmet vermektedir (Eracar, 2021: 28-29).

2.2.2. Sanat, Psikoterapi ve Ruh Sağlığı

İnsan üzerine yapılan literatür veya uygulama araştırmalarının gözlemlenmesi doğrultusunda insanın biyolojik olduğu gibi psikolojik süreçleri içeren bir varlık olduğu düşünülmektedir. Olaylara yaklaşımı, olayları algılaması değişken ve özneldir. Aynı zamanda sosyal bir varlıktır. Yaşanan dönem ya da mekân kişinin algısını ve benliğini etkileyebilmektedir. İnsan son olarak kültürel bir varlıktır. Yaşadığı kültüre uyum sağlayabilmekte ya da o kültürü reddedebilmektedir. Bu çıkarımlar doğrultusunda insan, biyo/psiko/sosyo/kültürel bir varlıktır. Olaylara verilen anlamlar bireyleri şekillendirip, görünür kılmaktadır.

Yaşamı boyunca çeşitli yaşantılarla şekillenen insanın dünyasını yansıtan farklı sanat materyalleri ve psikoterapi yaklaşımları, iç dünyada olanları anlamlandırma hususunda oldukça etkili iki kaynak sayılmaktadır. Bu iki kaynak da insan ruhuna gömülü gerçekliklere ayna tutmaktadır. Bakıldığında psikoloji alanı için sanat bir tür araç haline dönüşebilmektedir. Nasıl bir araç olduğu, hangi grup bireye yararlı olacağı terapi temelli konularda açığa çıkmaktadır. Yapılan araştırmalar ruh ve beden bütünlüğü üzerinde dışavurumcu terapi metotlarının daha verimli sonuçlar verdiğini göstermektedir. Bugün ise çoğu psikoloji bilimi uzmanı ve terapist sözel olarak dışavurum yaşayamayan bireyler için sanat ve psikoloji birlikteliği doğrultusunda verimli çalışmalar yürütmektedir (Çelikbaş, 2019).

Sanat ve psikoterapi içten dışa çeşitli benzerlikler barındırmaktadır (Eracar, 2021: 37). Bu iki kavram da bireyin iç dünyasındaki yaşantılarını, fikirlerini ve yaşam gerçekliğinin yeniden inşasını içermektedir. Bu benzerlikler kapsamında sanat ve

psikoterapi konuları bireylerin güncel yaşantısında geçmişe dair bazı yansımaları açığa çıkarabilmektedir.

Sanat kavramı dâhilinde bireyin iç dünyası; sanatın içeriğini, şeklini ve tutumunu oluşturmaktadır. İçe atılan yaşanmışlıklar belli yollarla dışarı vurulamadığında bireyin ruh sağlığı olumsuz etkilenmektedir. Sanat bu olumsuzluğu gidermek amacıyla bir aracı işlevi görmektedir. Sanat bağlamında oluşturulan bireysel simgeler ve imgeler iç dünyanın dışa vurulmuş inşalarıdır. Bilinçdışında durdukça biçimi bozulan yaşantılar ve duygular renk, ses, hareket ve diğer imgesel yollarla dışarı aktarılabilmektedir. Dışarı vurum için imkân sağlayan sanat malzemeleri ruh ve beden bütünlüğünün sağlanması ve iyileşmesi için yardımcıdır. Böylece bilinçdışında olan geçmiş izlerin şemaları değişebilmektedir.

Sanat, bireyin bütüncül olarak kendini keşfettiği ve yaşamını anlamlı hale getirdiği alandır. Varoluşçu felsefe, insan mutluluğunun ve acısının kaynağını irdelemeye dayanmaktadır. Varoluşçu irdelemeye göre insanın var oluşunda acı kaçınılamaz bir noktadır. Bu noktada sanat yapmak acıya dayanmak için yardım sağlamaktadır.

Sanatsal öğelerin insan psikolojisi üzerindeki sağaltıcı gücü yüzleşmeye hazır olunmayan, sözün olmadığı ve olamayacağı derin deneyimleri anlamaya fırsat bulmak olarak yorumlanabilmektedir. Kolektif bilinçdışı ve arketiplerle başa çıkmaya olanak sağlayan kültürel mirasın, sanat yoluyla bize aktarıldığına ve iyileştirme gücü verdiğine dikkat çekildiğinde bazı örnekleri anımsamak gerekmektedir. Tiyatro alanında pek çok insan toplumla iç içe olma, fiziksel algı bozukluğu gibi durumlarla yüzleşebilmektedir. Bir heykel yapıtı bireyi yıllar içinde biriktirdiği ve bir daha dışarı yansıtmak istemeyeceği anılarla buluşturabilmektedir. Son olarak resim yapan bir kişi epey zamandır unuttuğu yaşantılarını dışarı vurarak çağrışımlarla bilincine geri getirebilmektedir.

Sanat, psikoterapi yönüyle psikodinamik, bilişsel-davranışçı veya varoluşçu teori perspektifi gibi çeşitli teorik bakış açılarına uyarlanabilmektedir. Konu itibariyle psikoterapi yönelimi, sanat sürecini çerçeveleyen ve süreçteki dışavurumun anlaşılmasını kolaylaştıran bir unsurdur. Birçok teoride ise bilinçdışında kalmış düşüncelerin dışavurumu yaygınlık göstermektedir.

Düşünceler, bireyin eylemlerinin başlangıcında önemli bir rol oynamaktadır. Bireysel duygulara ve ilgili davranışlara rehberlik eden durumun kendisi değil, genellikle "otomatik düşünme" şeklinde tanımlanan psikolojik unsurdur.

Otomatik düşünce olgusu Beck ile geliştirilmiş, bilinç düzeyinde istenmeden oluşan düşünce ve imge şemalarıdır. Bunlar genelde olumsuz ve ani düşüncelerden oluşmaktadır. Çocukluk dönemiyle başlayan, hayat boyu devam edebilen pratikleri kapsamaktadır. Genel ve katıdır fakat sahici değildir. Bireyin başkaları tarafından sürekli onaylanmaya gerek duyması, katı şekilde başarı zorunluluğu hissetmesi ve sık kontrolcü davranışı fonksiyonel olmayan tavırlardır. Bu tavırlar genelde otomatik düşüncelerle yönlendirilmektedir.

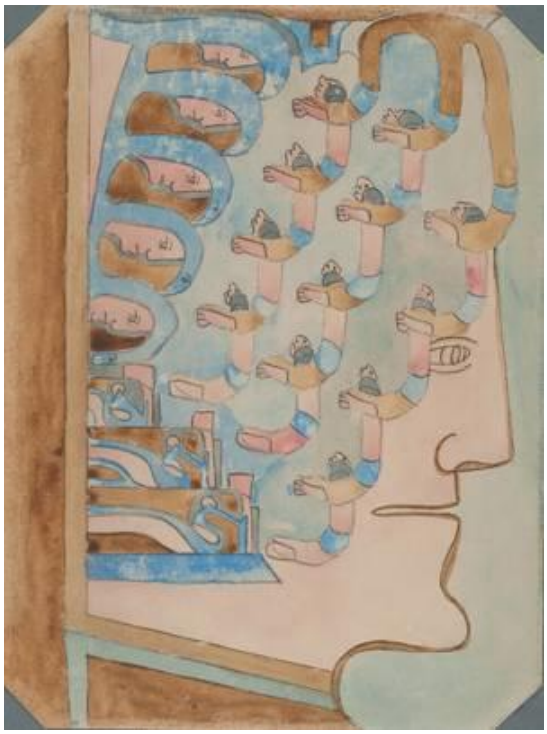
Sosyal topluma uyum sağlamak üzere büyüyen insan, ilk gelişim aşamalarından yetişkin olanağa değin bazı zorluklarla karşılaşabilmektedir. Bu zorlukların çoğu kısmen kalıcı problemlere dönüşerek bilinçdışı süreçlerine bırakılmaktadır. Bilinçdışı süreçlerine bırakılan yaşantılar dışa vurulamayan ve bastırılan duygulardan oluşmaktadır. Bu duygular genelde rüya, dil sürçmesi ve diğer nevrotik durumlarla kendini göstermektedir. Kimi huzursuzluk ve öfke yaratan yaşanmışlıklar içe atılırken, haz sağlayan yaşanmışlıklar içe alınabilmektedir. *İçe atım* ruh sağlığını etkileyen ve ruhsal hastalıkların ortaya çıkmasını tetikleyen olumsuz bir durumdur. *İçe alım* ise haz sağlayan, bireyin yaşama uyum sağlamasını kolaylaştıran ve varoluş kaygılarını azaltan yaşantılardan oluşmaktadır. Aynı zamanda gelişim yapılanmalarını sağlamaktadır. İnsan ruhunda ve yaşantısında biriken bu içe atım ve içe alım deneyimleri, benliğin oluşma sürecinde kurulmuş bir sistematiktir (Eracar, 2021: 36-37).

Bireyin yaşamında içe atımla yerleşen yaşantılar sanatın içeriğini, içe alımla yerleşen yaşantılar ise sanatın biçimini oluşturmaktadır. Buradan yola çıkarak sanat yapan birey içinde bulunduğu toplumdan ve evrenden belli birikimler elde etmektedir. Bu birikimler bireyin ruh dünyasında ses, biçim, hareket, söz gibi ifade yollarıyla dışavurum istemi içerisine girmektedir. Bunlar ifade yolları genellikle bir mesaj ve tema içermektedir. Sonuçta sanat yapan birey yaşamında etkisi altında kaldığı yaşantıları ruh dünyasıyla bütün hale getirir, ardından kendine uygun ifade aracıyla dışarı vurur. Buradaki sanat malzemesinin oluşumunda sanat yapan kişinin ruh ve beden bütünlüğü temel alınmaktadır. Sanat malzemesindeki mesaj, bireyin tinsel ve duygusal uyaranlarını taşımaktadır (Eracar, 2021: 37). Bu bilgiler doğrultusunda birey,

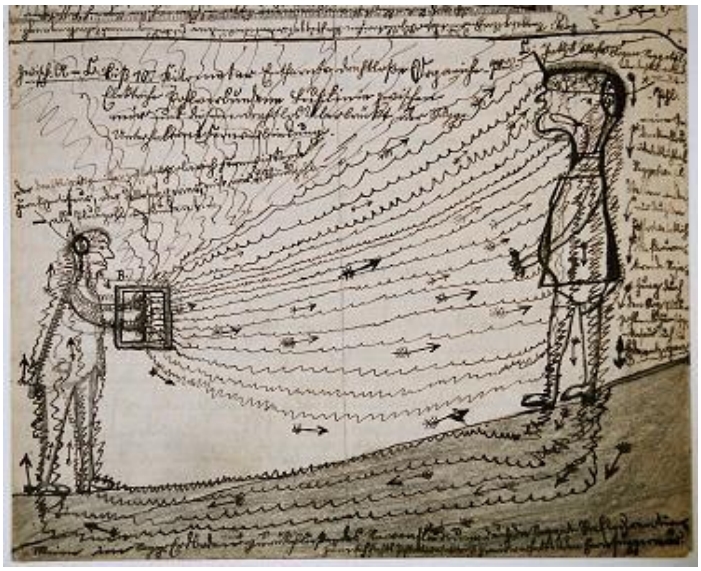
içe atım ya da içe alım yoluyla oluşan birikimlerini dışa vururken bir şeyler söylemek istemindedir.

"Bir bakıma sanat, hınzır ve utangaç bir dışavurumcudur" (Eracar, 2021: 37).

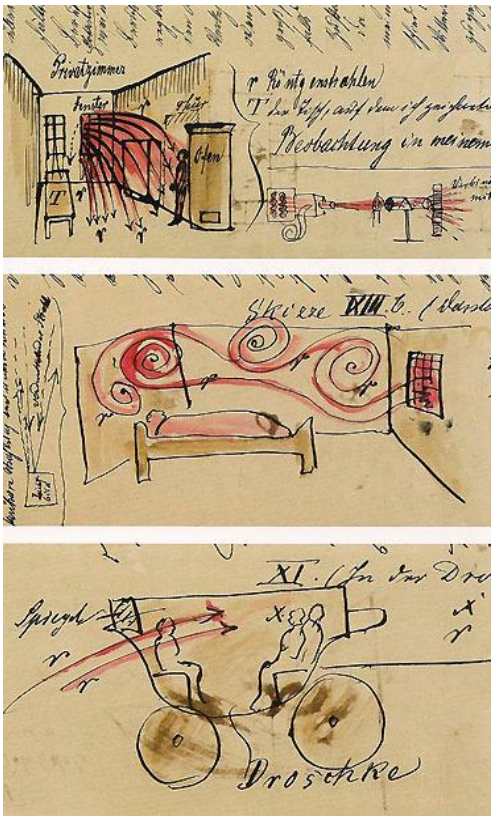
Psikiyatride hastalar üzerine sanatla yapılan ilk incelemeler on dokuzuncu yılda Fransız Psikiyatr Max Simon ve İtalyan psikiyatr Cesare Lombroso tarafından düzenlenmiştir. Sözün de ötesini inceleyen Simon ve Lombroso, hastaların sanat ürünlerini inceledikten sonra hastalık düzeyinde sınıflamaya katkıda bulunmuşlardır. On dokuzuncu yüzyıl döneminde Paul Meunier bireylerin iç dünyasının dışavurumu ve yaratıcılık bağıntısını incelemiştir. Başka bir örnek olarak Hans Prinzhorn Avrupa üzerindeki birçok akıl hastanelerinde olan hastaların sanat çalışmalarından *Heidelberg Collection* adlı bir koleksiyon oluşturmuş ve bu koleksiyon üzerinden iç yaşantıların psikolojisini incelemiştir (Sanat Psikoterapileri Derneği, 2021).



Görsel 1: Heidelberg Prinzhorn Book



Görsel 2: Jakob Mohr, 'Proofs', 1910, Heidelberg Prinzhorn Collection



Görsel 3: Jakob Mohr, 'Proofs', 1910, Heidelberg Prinzhorn Collection

Prinzhorn sanatı, psikotik sanat olarak nitelendirerek psikotik hastaların, çocukların ve arkaik insanların sanat malzemelerindeki benzerlikleri irdelemiştir. Sanatın psikoterapide kullanımı resmen İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra başlamış, rehabilite edilmeye ihtiyacı olan insanlar için ihtiyaç karşılayıcı bir metot halini

almıştır. Sanat o dönemde içteki acıya, hüzüne, saygıyla tanıklık etmeyi sağlayan bir yaklaşım olarak görülmüştür. Daha önceden bahsedilen Freud'un psikanalitik kuramlarının katkısı ile de insan hayatının içsel dünyasını anlamak daha da kolaylaşmıştır. Freud'un psikanalitik kuramlarının gelişimiyle "sanat malzemeleri ve yaratım üzerinde bilinçdışı süreçlerinin etkisi" konusu önem arz etmiştir. Freud bizzat sanatı psikoterapide kullanmamıştır fakat bireylerde teşhis incelemeleri öne sürmüştür. Diğer yandan Carl Jung sembolleri bilineni değil henüz bilinmeyen ya da şekillenme halinde olana benzerlik şeklinde yorumlamış, sembolizmi *kolektif bilinçdışının görsel işaretleri* olarak değerlendirmiştir. Buna ek olarak hastaların sembolik malzemelerinin *Freudian analizleri* yapılmıştır (Sanat Psikoterapileri Derneği, 2021).

Bütüncül sanatın kullanıldığı psikoterapi yönteminin gelişimine katkı sağlayan Margaret Naumburg, Freudian bakış açısından faydalanarak *dinamik sanat terapi* yaklaşımının ve terapötik sanatın bir iletişim aracı olarak kullanılmasında tarihsel olarak iz bırakmıştır. Aynı zamanda Naumburg, dinamik sanat terapiyi serbest çizim ve çağrışımlarla bilinçdışı sürecini bilince taşımaya olanak sağlayan sağaltıcı, boşaltım sağlayan ve iletişim kurduran niteliklerinin altını çizmiştir. Naumburg'u takiben Edith Kramer ise, insan yaşamında yaratıcı sürecin sağladığı bütünleyici ve iyileştirici gücü savunmuştur. Kramer tarihsel olarak insancıl, davranışçı ve bilişsel yaklaşımları barındıran sanat psikoterapi uygulamalarıyla çeşitli önermelere sahiptir (Sanat Psikoterapileri Derneği, 2021).

Sanat terapisi kendi adına günlük dili alışılagelmiş kalıplardan çıkarmaktadır. Bu metot, bireyin sorununu ve iç dünyasını yansıtması, içeriğin ortaya çıkarılan üründe saklı olması nedeniyle etkili bir yaklaşım olarak sunulmaktadır. Sanat terapisi, bireyin kalbinde sakladığı gürültülü sessizlikleri ifade ederek ruhsal sorunları aza indirgemeyi amaçlayan bireysel bir yaklaşımdır. Yumuşak geçişler zaman içinde güçlü aksiyonlar halini almakta, kendini sanatın estetiği ile ifade etme sürecini içermektedir.

2.3. SANATLA TERAPİ/SANAT TERAPİSİ

2.3.1. Sanat-Terapi İlişkisi ve Sanatla Terapinin Gelişim Süreci

İnsanoğlu varoluşundan bu yana yaşamsal dertlerini anlatmak, aynı zamanda da onlarla başa çıkabilmek için bazı araçlara ihtiyaç duymaktadır. Bunlar kimi zaman sözel ifadenin yerine kullanılabilen kimi zaman da biyolojik varoluşu onarmaya yardımcı niteliktedir. Demir'in kitabında (2022) bahsettiği ve sanat terapisinin öncü isimlerinden olan Shaun McNiff, sanatın insan tarihi boyunca yaşamın bir parçası olduğunu ve insana şifa verdiğini söylemektedir. Bugün kullanılan dışavurumcu sanat yöntemlerinin temeli modern toplum yapılanması öncesine dayanmakta olup, çeşitli tedavilerde kullanıldığı araştırmalar doğrultusunda günümüze yansıtılmaktadır. Mısırlılarda akıl hastalarının sanata teşvik edilmesi, Yunanlılarda tedavi amacıyla müzik ve dramanın kullanılması bunun örneklerindendir. Yine Demir'in kitabında (2022) yer verdiği ve Malchiodi'nin belirttiği gibi 1930 ve 1940'lı yıllardaki sözsüz ifade yöntemleri olan resim, müzik, edebiyat ve dansın kullanımının ruhsal hastalıkların tedavisine iyi geleceği düşüncesi, zamanla yaygın hale gelerek uygulamalarıyla yirmi birinci yüzyıla ulaşmıştır (Demir, 2022: 3).

Sanatın terapötik yanı farkındalık, kargaşaya çözüm bulma çabası ve bu kargaşayı bütüncül hale getirme şeklinde açıklanabilmektedir. Sanat yaşantıları yeni bir formla ortaya koyarken aynı zamanda toplumsal olarak kabul görür hale getirmektedir. Bu açılardan bakıldığında sanatla terapi tarih öncesi çağlardaki ilk insanların ifade biçimlerine kadar yön bulabilmektedir. Örneğin şamanistik dönemde yaşayan bir şaman, bilinçdışı katmanlarına ulaşacak yöntemleri kullanarak hem kendisinin hem de toplumun kolektif bilincini ortaya çıkaracak şekilde eylemlere geçebilmektedir. Başka bir örnek olarak milattan önce beşinci yüzyılda *Bergama Asklepion Tapınağı*'nda yapılan müzik ve su ile yapılan faaliyetler, toplu dans ritüelleri gibi eylemler bugünün sanat terapisi olarak varsayılmaktadır.

Milattan önce yaşayan insanlarda, yaşadıkları rahatsızlıkları bölümlere ayırıp farklı tiriajlarda uyku, müzik, dans, konuşma ve çamurla oynama gibi farklı ritüellerle çeşitli tedavi uygulamalarına rastlanmaktadır. Bu tür terapötik veriler Anadolu'da yapılan uygulamalara da dayanak sağlamaktadır. İnsanların el yordamıyla yaptığı tüm

çalışmalar 1950'lerden sonra bilimsel bilgi ve yöntemlerle toparlanmış, yirmi birinci yüzyılda sanat terapisi araştırmalarında ve dokümanlarında kendine yer bulmaktadır.

Modern insan yapılanması öncesi zamanlarda ruhsal hastalıkları olan bireylere tedavi yerine işkencelerle o rahatsızlığı yok etme durumlarının varlığı, yerini on sekizinci yüzyılda ortaya çıkan psikoloji bilimine bırakmıştır. Böylece insan psikolojisinin ne olduğu, psikolojik rahatsızlıkların nasıl ortaya çıktığı üzerine uzmanlar kafa yormaya başlamıştır. Bu durum sanat ile paralel ilerlemiştir. Babası bir ressam olan psikanalist düşünür Freud, sanatı rüyalara benzetmekte, rüyaların görsel imajlar ve duygular olduğundan bahsetmektedir. Psikanaliz dünyasına göre bireyin iç dünyasında yaşadığı çelişkiler yaratıcılığın önünü açan bir durum olmaktadır. Bu durumda Freud hastalarına anlatmak yerine çizmelerini önermiştir. Freud gibi psikanalizci ve kuramcı Ernst & Kris'de sanat yaratım süreçlerinin ve ortaya çıkan sanatsal ürünlerin bireylerin iç dünyaları hakkında bilgiler verdiğini savunmaktadır. Bu kuramcılarla beraber birçok yazar ve uzman, yaratıcı eylemin nasıl olduğu incelemeye başlamış bunun üzerine potansiyel sanatın tedavide bir araç olduğu fark etmiştir (Demir, 2022: 3).

Sanat terapisi terimini ilk kullanan kişi İngiliz ressam ve sanat terapisti Adrian Hill'dir. Hill, tüberküloz hastaları üzerine yapmış olduğu değerlendirmede resmin sadece bir etkinlik olmadığını, aynı zamanda bireylerin iç dünyasını yansıtan bir ifade biçimi olduğunu ileri sürmüştür. Bu terim tedavi merkezli bir model olmakla beraber çeşitli pratikler barındıran bir psikoterapi biçimini tanımlamaktadır. Literatürde tarihsel ve faydasal açıdan yirmi birinci yüzyıla en yakın örnek olarak ilk defa ABD'de kullanılmıştır. ABD'de konuya ilgili psikologlar ilk olarak ilk çağ insanlarının mağara resimlerini inceleyerek çeşitli ifade biçimleri yakalamıştır. Bu konu üzerine kafa yoran psikologlar imgelerin insanlara olan faydasını keşfetmiş, sözün sanat yoluyla ifadesi üzerine çalışmalar başlatmışlardır.

Sanatla terapinin gelişim süreci geçtiği bazı aşamalar üzerinden incelenmektedir. 1940-1970 yıllarını kapsayan yirminci yüzyılda, bir grup uzman var olan yöntemlerin haricinde farklı bir disiplini kullanılabilir bir tanım haline getirmeye çalışmışlardır. Sanat terapisi alanının gelişmesinde Margaret Naumburg, Edith Kramer, Hanna Kwiatkowska ve Elinor Ulman öncü isimler olmuştur (Demir, 2022: 4). Aynı zamanda Naumburg, 1969 yılında *Amerikan Sanat Terapisi Derneği*'nin (American Art Therapy) kurucusu olması hususunda alanın annesi olarak literatürde

yer almıştır ve psikodinamik yönelimli Naumburg modelini oluşturmuştur. Bu model danışan ve terapist arasında sembol yaratımı ve iletişim biçimi geliştirmeyi amaçlamaktadır (Yazkaç & Özkan, 2018). Bu gelişme sonrası Kramer, çocuklarla ilgili birçok çalışma yapmış, sanat terapisinin öncüllerinden biri olmuştur. Psikolog ve heykeltıraş Hanna Kwiatkowska aile terapisi ve sanat terapisinin tedavi yöntemi olmasına öncülük etmiş, son olarak sanat eğitmeni Elinor Ulman ise Naumburg'dan sanat terapisi eğitimi alarak 1961 yılında Sanat Terapisi Bülteni'ni sunmuştur. Sanat Terapisi Bülteni bugün *Amerikan Sanat Terapisi Dergisi* (The American Journal of Art Therapy) olarak devam etmektedir. Bu gelişmelerden sonra artan araştırmalar ışığında alan yazınlar çoğalarak farklı isimlerde dergilere dönüşmüştür. 1980 yılından itibaren alanda yapılan çalışmalar profesyonellik kazanarak sanat terapisinin ilişki kurma, tanılama, değerlendirme ve imgeleme yoluyla dışavurum metodu olduğu varsayılmıştır. Aynı zamanda yirmi birinci yüzyılda etkisini sürdüren *Amerikan Sanat Terapisi Topluluğu* sanatla terapiyi holistik (bütüncül) yaklaşım şeklinde tanımlandırmıştır. Müziği Osmanlı zamanından bu yana ruhsal iyileşme yöntemi olarak kullanan Türkler, yıllar boyunca psikolojik ve bedensel rahatsızlıkların üzerinde etkisi üzerinde durmuşlardır. Türk dünyasının düşünür ve hekimlerinden olan İbn-i Sina ve Farabi gibi öncüller, müziğin psikolojik problemlere olan olumlu etkisine bilimsel dayanak oluşturarak sanatın tedavi amaçlı kullanılmasına katkıda bulunmuşlardır. Türkiye'de sanatın psikoterapide ilk kullanımı yine 1950'li yıllarda İstanbul Üniversitesi Psikiyatri Anabilim Dalı Psikopatolojik Sanat Laboratuvarı'nda Dr. Kazım Dağyolu ve Dr. Süleyman Velioğlu öncülüğünde olmuştur (Demir, 2022: 4-6).

2.3.2. Bireylerin İyi Olma Hallerine Destek Yöntem Olarak Sanatla Terapi

Sanatın yüzyıllardır betimlenen kullanım amaçlarının yanı sıra insanlar sanatı "iz bırakabilmek" için de kullanmışlardır. İz bırakabilmek, benlik ifadesi sağlayabilmek ve o evrende olduğunu kanıtlamak insan için önemli faaliyetlerdir. Örneğin, bıçağı icat eden kişinin bilincinde bıçağın kabzasına birtakım semboller çizmek bıçağı daha keskin yapabilmektedir. Yarattığı şey ile evrene kendine ait bir iz bırakmış olmak kişinin özgüvenini arttırabilmektedir. Bu hususta iz bırakmak;

duyguları ifade edebilmek, olup biteni başkalarına anlatabilmek hatta "ben buradaydım, yaşadım ve bunu yaptım" diyebilmektir. Sanatı yirmi birinci yüzyılda modern pratiklerle insan yaşamına sokan *Sanat terapisi (art therapy)*, bu örnek ile birlikte bireylerin yaşadığı evrende kendilerine ait izleri görmelerini sağlayan, olumlu gelişmelere yol açmak üzere içteki çatışkıları çözümlemek için zemin oluşturan, ruh ve beden dengesinde oluşan problemleri azaltan, stres, güvensizlik gibi bireysel sorunlarla başa çıkmada yardımcı olan, birçok durumun tanı veya tedavisinde disiplinlerarası sanat alanlarının kullanıldığı tamamlayıcı ve modern bir uygulama alanıdır. Bu uygulama alanındaki tanımlamalarda iki önemli husus dikkat çekmektedir. Birincil olarak sanatın birçok duygu, düşünce ve inancı ifade etmesi, ikincil olarak da sanatın yaratım sürecinin tedavi niteliğinde ele alınmasıdır (Demir, 2022: 1). Buna ek olarak sanat terapisinin yapılan uygulamalar veya gözlemler doğrultusunda ruh ve beden bütünlüğünü yani *holistik* (bütüncül) yaklaşımı savunduğu varsayılmaktadır.

Sanatla terapi, bireydeki görsel imgelerin bir araya getirilmesiyle oluşan bir yaratım sürecidir. Bu yaratım süreci anlık/kendiliğinden olmakla birlikte, bütünleyici ve iyileştirici bir güce sahiptir. Konuyla ilgilenen birçok uzman "imgelerin yaratım sürecinin iyileştirici gücü" üzerine çalışmalar yapmış ve literatüre birçok kazanım sağlandığı gözlemlenmiştir. Birey, yaratım sürecini odak ve çalışma hususunda terapötik sürece dönüştürmektedir. Terapötik süreçlere çalışılan konuya göre bilişsel, psikodinamik, dışavurumcu, varoluşçu veya hümanist gibi yaklaşımlar dâhil edilmektedir. Dâhil edilen yaklaşımlar sanat terapisi sürecinin çerçevesini oluşturmakla birlikte, çalışılan konunun daha iyi anlaşılmasını ve yaratım sürecinin anlamlandırılmasını sağlamaktadır. Yaklaşımların diğer bir hedefi de bireyin bilinçdışı malzemelerinin dışa vurulmasıdır. Sanatla terapide bilinçte bastırılmış ve bilinçdışına taşınmış malzemelerin tekrar bilince getirilmesi önemli bir husustur (Demir, 2022: 1). Bu bilgiler ışığında sanat terapisi bazı içsel yaşantıları sanatsal unsurlar aracılığıyla dışarı vurmaktır. Bastırılan, söylenilemeyen ya da farkında olunmayan duygu ve düşünceleri keşfetmek, aynı zamanda da bunları ifade etmek için sanatın kullanılması "sanat terapisi" kavramıyla açıklanmaktadır.

1969 yılında kurulan, sanat terapisi mesleğinin büyümesine ve gelişmesine katkı sağlayan, aynı zamanda dünyanın öncü sanat ve terapisi organizasyonlarından olan *Amerikan Sanat Terapisi Derneği* (AATA), sanat terapisini her tür bireyin zihin,

beden ve duygu bütünlüğü içinde benlik saygısı, öz farkındalığı, duygusal esnekliği ve sosyal becerileri geliştirmek üzere girdiği psikoterapötik ilişkiler olarak açıklamaktadır (American Art Therapy Association).

Sanatla terapi yapılandırılmış psikoterapi metotlarından biri olmakla birlikte, çağdaş yirmi birinci yüzyılda kullanılan *tıbbi sanat terapisi*, sözel olarak ifade edilmeyenin sanat yoluyla ifadesini sağlamayı kolaylaştırmasına yönelik, çeşitli gruplarla yapılan klinik çalışma tecrübelerinden gelişmiştir. Bahsi geçen terapötik işlev, sanat malzemeleriyle görsel imgeler yaratmayı, bunları görülebilir hale getirmeyi ve üzerinde çalışmayı içermektedir. Konu dâhilinde tamamlayıcı/bütünleyici sayılan sanat iletişimi, benlik ifadesini kolaylaştırırken bir yandan da bilinç ve bilinçdışı arasındaki köprüyü kuvvetlendirmektedir (Demir, 2022: 2).

Sözsüz iletişim arkaik iletişimdir. Sanat terapisi de sözün olmadığı ilk alana giderek basit ve arkaik iletişim biçimi sağlamaktadır. Örneğin, Paleolitik mağara döneminde yapılan resimler, ihtiyaçlar ve arzular hakkında bilgiler taşımakta olup toplumsal ve yaşamsal bir işleve sahiptir. Buradan yola çıkarak sözlü veya sözsüz herhangi bir sanat faaliyeti bedeni ve duyguları uyaran en iyi malzemedir.

Sanat ve terapi arasındaki ortak nokta bireyin içindeki malzemelere hizmet eden iki alan olmasıdır. Sanat malzemeyi dışa vururken, terapi dışavurumu onarmakta ve bütün hale getirmektedir. Bu hususta hastalıklar bireyin tek başına anlamlandıramayacağı ve yapılandıramayacağı sorunlardır. Hastalık, bulgular aracılığıyla araştırılan ve yöntemlerle tespit edilen bir çare arayışıdır. Aynı zamanda bireyin içindeki hasar almış malzemenin göstergesidir.

1920'lerde Almanya akıl hastanelerinde doktorlar hastalarını yaptığı resimler üzerinden analiz etmeye çalışmışlardır. Bu hastaların arasında sanatçı ve ressamların da olduğu görülmüştür. Bunlardan biri ise Adolf Wölfli'dir. Wölfli, psikotik döneminden önce kedileri normal yaşamlarında çizerken, psikotik döneminden sonra yaptığı çizimlerde kedileri ışınsal halleriyle yansıtmıştır. Buna başka bir örnek olarak Louis Wain, ölümünden on beş yıl öncesinde şizofreni tanısı konulmuş bir ressamdır. Wain, iyi olduğu zamanlarda çizdiği sevimli ve güzel kedileri, rahatsızlığının atak duruma geldiği zamanda deforme edilmiş hallerde resmetmiştir (NP İstanbul Hastanesi).



Görsel 4: Louis Wain, "Kaleydoskop Kedileri"

Sanatsal unsurlar kişinin içsel yaşantısını anlama aracı olduğu kadar tanısal araçlar da olabilmektedir. Örneklerde olduğu gibi sanat, bireyin kendini keşfetmesi ve ifade etmesi gibi olanakları sağlarken, yine bireyin bilinçdışı malzemeleriyle görsel imgeler aracılığıyla iletişime geçme imkânı sunmaktadır. Görsel imgeler bazen sözden daha fazla şey ifade edebilirler. Dışarı vurulan imgeler aracılığıyla içteki malzemeye ulaşılabilmekte, içe atılan ya da bastırılan malzemelerin biçimi görülebilmektedir.

Sanat terapisi söz öncesine gidebilen sembollere ve bilinçdışına daha kolay ulaşabilmeyi sağlayan bir alandır. Terapistin iyi dinlemesi, doğru soru sorması, acele etmemesi, yorum ve yargılardan kaçınması, tarafsız olması önemli bir husustur. Terapi yolculuğunda ışığı yakan terapist, yolu açan ise danışandır. Sanatsal ürünle karşılaşan kişi kendi çağrışımlarını ve yansıtmalarını kendi okumalıdır. (Malzemede ne görüyor, ne söylüyor, bireyi nereye götürüyor gibi) Birey kendini yargılamada özgürdür, çıkardığı malzeme bu soruları cevaplamada bireye aynalama yaşatmaktadır. Aynalama, bireyin çevresine veya kendi yarattığı şeylere bakarak kendini izlemesidir. Terapi sırasındaki aynalama tıpkı bir annenin çocuğunun ifadelerini yine çocuğuna yansıtması gibidir. Böylece birey yaratım süreci sonundaki ortaya çıkan malzeme ile aynalama yaşayabilmektedir.

Terapi sürecinde yaşananlar veya görülenler bireyde bir şeyler çağrıştırmakta, sanatsal unsurlarla dışa vurulan görsel imgeler ise bireyin bilincinde veya bilinçdışında

harekete geçen duygu ve düşüncelerden ortaya çıkmaktadır. Bu durumda birey farkındalık sürecini başlatmış olur.

Sanat terapisi, bireylerin iç dünyasında kendini sağaltan biricik yaratım unsuruna dayanmaktadır. İnsanları anında iyileştirmeyi amaçlamaktan ziyade birçok disiplinin bir araya gelmesiyle oluşan ve bütünsel iyileşme için çeşitli teknikler sunan bir alan oluşturmaktadır. Birey bu alanda yaratıcılığını ve asıl kişiliğini toplumdan bir parça olmak adına törpüleyebilmekte veya bastırabilmektedir. Yani kabul görmek adına biricikliğinden fedakârlık edebilmektedir. Sanat ve sanat terapisi bireyin toplum içinde törpülediği veya bastırdığı biricikliğinin onarılmasını sağlamakta, aynı zamanda birey ve ona tanıklık eden toplumun bir aradalığını korumaktadır. Bu noktada tanıklık, bireyin dışa vurduğu malzemeyle ne yaptığını izlemektir. Tanıklık bireyler için iyileştirici ve geliştirici bir süreçtir.

Genel çerçeveye ve örneklere bakıldığında sanat ve terapi arasında içten dışa doğru ilerleyen bir süreç yatmaktadır. Bir sanatçı, yaşamında etkilendiği her şeyi iç dünyasında biriktirmekte ve yapıtlarına yansıtmaktadır. Sanatçının yapıtlarında asıl izini sürdüğü ve anlatmak istediği şey yaşamıdır. Sanatın ölümsüzlüğü ve terapötik sürecin etkisi bu izlerin çağlar ötesine taşınmasıyla gerçekleşmektedir. Çağlar sonrası nesiller bu izlere baktığında onlarda oluşan içsel uyarılmalar, sanatçının yaratım sürecindeki gerçeklikten gelmektedir.

2.3.3. Disiplinlerarası Sanat ve Sanat Terapisi İlişkisi

Modernlik mevzusunun konu olmaya başladığı zamandan bu yana toplumsal ihtiyaçlar günden güne değişmiş, sanat alanında da bazı yenilikler ortaya çıkmıştır. Bu yeniliklerin toplumsal ve sosyal insana imge üretimi imkânı verdiği aşikârdır. İmge üretiminin kolaylaşması, yüzyıllardır süren emek tekelinin kırıldığının göstergesi olduğu düşünülmektedir. Ancak buradaki önemli nokta yeni mecralar ve o mecralarda özgürce yaratma edimidir (Yılmaz, 2013: 23).

Yirmi birinci yüzyılın toplumsal ve modern insanına imge üretiminin yanı sıra "kendini imgelerle ifade etme" olanağı sunan tamamlayıcı ve bütünleyici sanatla terapi alanı, içeriğinde çeşitli disiplinlerarası sanat alanlarını barındırmaktadır. Terapi

sürecindeki kendini tanıma, bireyselleşme, ifade etme, çevreye yaklaşma ve kaynaşma gibi çalışma konuları; resim, müzik, dans/hareket, fotoğraf, sinema, tiyatro, edebiyat ve heykel gibi dışavurumcu sanat dallarından faydalanılarak gerçekleşmektedir. Sanatla terapi seansını oluşturan her sanat dalının ilgili bireye veya gruba özgü tekniği bulunmakta olup, terapistin çalışma yaklaşımına bağlı olarak çalışılmaktadır.

Disiplinlerarası sanatların en yaygın çalışma alanlarından biri olan resim/görsel sanatlar, bireylerin içsel dünyalarındaki malzemeleri çizgi, renk veya çeşitli kolajlar yoluyla dışavurum aracıdır. Genel anlamda görsel sanatların ifadesel özgürlük alanı açması, bireylerde içsel algıyı ve kendini keşfetmesini geliştirmektedir. Bu sanat tekniği aynı zamanda sağlık alanında da kullanılan bir metottur. Sözel olarak ifade edilmeyen her şey için kullanılan bu metot, ruh sağlını bozan her türlü psikolojik durumlarda oldukça sağaltıcı ve yardımcıdır (Bostancıoğlu & Kahraman, 2017: 156). Bireylerin çocukluktan beri aşina olduğu görsel sanatlar/resim, Sigmund Freud ve Carl Jung'un teorilerinden yola çıkılarak terapötik bir bakış açısı kazanmamızı sağlamaktadır. Resim ile terapi ilk olarak Amerika ve İngiltere'de ortaya çıkmıştır. 1940 ve 1950'lerde akıl hastanelerinde psikiyatristlerin kullandığı bu yöntemin gücü, yirminci yüzyılın başında yine psikiyatristler tarafından yapılan çalışmalarla sanat ve hastalığın olumlu bağlantısı gözler önüne serilmiştir. Aynı zamanda eğitimcilerinde sıkça kullandığı bu yaratıcı ve spontan sanat, bir iletişim imgesini temsil etmektedir (Akhan, 2012: 134). Sanat terapisinde kullanılan görsel sanatlar/resim, bireylerin yeteneğine bakılmaksızın, bir dışavurum aracı olarak değerlendirilmektedir. Seansta üretim gerçekleştiren bireye yorum ve eleştiriyi yalnızca kendi yapmaktadır. Başka bir gözden gelen değerlendirmeler, terapiyi gören bireyin performans kaygısı ve ifade zorluğu yaşamasını sağlamakta aynı zamanda spontanlığını bozmaktadır. Konu dâhilinde görsel sanatlar/resim alanını kullanırken danışan bireyin kullandığı renklere bakmak danışanın bilincine taşıdığı malzemeyi anlamak açısından önem arz etmektedir. Renkler evrensel dil ve toplumsal mesajlardır. Terapinin görsel sanatlar/resim çemberini, danışanın ürettiği ya da gördüğü renk ve görselin kendisine ne ifade ettiği oluşturmaktadır.

Araştırmalara göre terapötik etki açısından oldukça fayda sağlayan ve geniş kitlelere hitap eden bir disiplin de müziktir. Müziğin yapı taşlarını oluşturan ses insan yaşamının en arkaik alanlardan bir tanesidir. Yaşam ihtiyacı olan yürümek, konuşmak gibi eylemlerin ortaya çıkardığı belli ritimler de sesin temelini oluşturmaktadır. Genel

olarak müzik, duyguları en çabuk harekete geçiren ve onlarla en kolay temas kuran sanatsal bir unsur sayılmaktadır. Müzik, dünyanın her yanında aynı anlamları taşıyan fakat tanımında fikir birliğine varılmayan bir kelimedir. Aslen Yunanca olan müzik kelimesi Türkçe'de *musiki* olarak kullanılmaktadır. Herkes gibi birçok önemli isimlerin de hayatında iz bırakan müzik, bugün terapi ve tedavi amacıyla kullanılmaktadır (Bostancıoğlu & Kahraman, 2017). Müziği matematiğin bir bölümü olarak anlatan İbn-i Sina, Antikçağ'da kullanıldığı gibi tıp alanına uygulamıştır. Aynı zamandan İbn-i Sina müzik konusunda birçok makale yazmış, ruh hastalığının tedavisinde de müziğin kullanılabilirliğinin altını çizmiştir (Doğan, 2012). İlk olarak Osmanlı ve Selçuklularda kullanılan *müzik ile tedavi* çoğu çalışmaya konu olmuş, yirmi birinci yüzyılda ise "müziğin iyileştirici gücü" sanat terapisi alanında büyük bir yer edinmiştir.

Müzik çok eskiyle direkt temas kuran bir öge olarak varsayılmaktadır. Müziğin evrensel olmasıyla; duyguları çağırıp canlandırmak, içteki malzemeyi açığa çıkarmak ve bağlantılar kurmak kolaylaşmaktadır. Müzik ile terapi içsel gezintinin bir parçası haline dönüşebilmektir. Bu doğrultuda oldukça etkili ve kolayca ulaşılabilen bir malzemedir.

Sanat terapisinin önemli bir halkası olan müzikle terapi, dünya çapında farklı şekillerde profesyonelce yapılandırılmış bir terapi tekniğidir. Fonksiyonel, psikolojik, eğitsel ve birçok konuda kullanılan müzik, hastalık ya da yetersizlik gibi durumlarda sağlık branşına uyarlanabilmektedir. Müzik terapisinde çoğu müziğin terapötik etkisini Muma, Schulbert gibi kişiler literatürlerinde anlatmışlardır. Schulbert'in bahsettiği gibi bir davranış biçimi olan müzik terapi, uygun maliyetli, yan etkisi olmayan hem psikolojik hem de manevi bir iyileştirme gücüne sahiptir (Uyar & Korhan, 2011).

Başka bir disiplinlerarası halkayı oluşturan dans, en eski sanat dallarından bir tanesidir. İlk çağ dönemlerinde insanların konuşmadan beden hareketleriyle iletişime geçmeleri, dansın konuşmadan da eski olduğunu göstermektedir. Dansın terapi olarak kullanılması ilk olarak 1940 yılında Amerika'da Marian Chace'in çabalarıyla başlamıştır. *Washington Psikiyatri Okulu*'ndaki psikiyatristler, Chace'in sınıfındaki hastaların danstan fayda sağladıklarını fark ettiklerinde, dansı terapi yöntemine dönüştürmeye başlamışlardır. *St. Elizabeths Hastanesi*'nde ilk defa dans terapisi seansları yapılmaya başlanmış ve daha sonra 1966 yılında ABD'de ilk kez dans

terapileri birliği kurulmuştur. 46 eyalette gerçekleştirilen ve tüm Amerika'ya yayılan dans terapisi bütün bu gelişmelerden sonra Avrupa'ya sıçramıştır.

"Sözün olmadığı yerde hareket vardır"[1]

Dans terapisinin literatür açısından tanımı; beden hareketlerinin ve çeşitli dans biçimlerinin bütünleyici terapide bir araç olarak kullanılması şeklindedir. Ruh ve beden bütünlüğünü sağlayan terapötik bir yöntem olarak değerlendirilmektedir. Dans/hareket terapisi sözsel ifadesi olmayan ağır psikotik hastalar üzerinde uygulandığında "kendini ifade etme biçimi" olarak uzmanlarca kabul görülmüştür. Şizofren, duygu durumu bozukluğu olan, kendini sözel olarak ifade edemeyen bireylere rahatlıkla uygulanabilmektedir. Ayrıca öğrenme güçlüğü, yeme bozukluğu, cinsel/fiziksel taciz gibi travmatik durumlarda da uzmanlarca konuya uyarlanabilmektedir. Buradaki değinilmesi gereken önemli husus, insan bedenindeki her hareketin bireye ve çevresine bir şeyler anlatmasıdır. Dans/hareket terapisi bireylere grup içinde sosyalleşme, yaratıcılığını kullanma, kendini fark etme, kas-hareket koordinasyonunu sağlama ve psikolojik olarak rahatlama gibi fırsatlar tanımaktadır (Sukut, Ayhan, & Sarıkaya, 2017).

Sanatla terapi dans/hareket terapisine benzer özellikler taşıyan, drama terapi ile de çalışmaktadır. Bu alan psikodrama olarak da adlandırılabilmektedir. Dramada rol ile ilişki kurarken o rolü tanımak için verilen çaba içteki malzemeyi açığa çıkaran bir kurgu sayılmaktadır. Buradan hareketle birey, içteki malzemeyi rol aracılığı ile harekete geçirirken çoğu zaman içten gelen duygulara yer vermektedir. Sanat terapisinde de yazılan bir şiiri ya da bir öyküyü sahneye koymak, yapılan resme metin yazmak ve bunu sahnede canlandırmak, etkilenilen bir kahramanının rolünü oynamak bireyi terapi sürecine sokmaktadır.

Drama ve dans/hareketi içinde barındıran aynı zamanda da bireyde empati özelliği geliştiren tiyatro, söz ve hareketi biçimlendiren bir sanat alanıdır. Bir terapi yöntemi olarak kullanılan tiyatro, çalışıldığında bireye farkındalık ve özgüven için oldukça sınırsız bir alan sunmaktadır. Tiyatro terapiye yaratıcı sanat ve sanatın iyileştirici gücü dayanak sağlamaktadır. Tiyatro terapi aslen JL Moreno ile geliştirilmiştir. Genelde rol-olay ekseninde gerçekleşmekle birlikte *Psychodrama*

[1] Alınan "sanat terapisi" eğitiminde, konu bağlamında hoca tarafından söylenmiştir.

Jakop Levi Moreno tarafından çeşitli dramalarla bir bireyin sorunlarını inceleyen psikoterapi tekniğidir. Grup terapisi ve psikoterapi kavramları Moreno tarafından öne sürülmektedir. Psikodrama rol ve doğaçlamalarla çevreyle olan ilişkiyi ve bireysel içsel durumları ele almaktadır. Bilinçdışındaki malzemeleri dışarı çıkarmak, onların farkında olmak ve onlarla yüzleşebilmek üzerine kurulmuş bir teknik olarak değerlendirilmekte, her türlü rahatsızlığı mücadele eden veya sağlıklı olan bireyleri ilgilendirmektedir (Bostancıoğlu & Kahraman, 2017: 158).

Terapi süreçlerinin içerisinde görsel imgeleştirme fırsatı veren bir sanat alanı da fotoğraf sanatıdır. Fotoğraf, hayatta olana ya da artık olmayana tanıklık etmektir. Fotoğraf kaydetmeye değer bulduğu şeyleri ölümsüzleştirmek, ona tekrar bakabilmektir. Bu alan hususunda bir makine aracılığıyla kaydedilen meseleler toplum içerisinde bir ileti sayılabilmektedir. Bu ileti, "bunu kayıt altına alınmasına değer buldum" şeklinde anlatılabilir (Berger, 2015: 36). Nicephore Niepce, iyi bir ressam olmasını istediği oğluna iyi niyetiyle gerçekliğe uygun modeller sağlaması için *heliograf-güneşyazıcısı* adını verdiği makineyi icat ederek 1830 yılında ilk fotoğrafı sunmuştur (Baker, 2011: 241). Fotoğraf işi görülmüş olanı zaten kayıt altına alırken, görünmeyene de atıfta bulunmakta, onu koruyup bakan kişiye sunmaktadır. Fotoğrafın dili meselelerin dilidir ve süreklidir (Berger, 2015: 37-38).

Sanatla terapide fotoğrafla çalışmak verimli bir yöntem olarak değerlendirilmektedir. Süreç içerisinde çekilen ya da ortaya getirilen fotoğrafın görüntüsü aynı olsa da her bir bireyin gözünden farklı anlatış biçimleri ortaya konmaktadır. Bireyler bilinç süreçleri doğrultusunda dışarıya ne göstermek istiyorsa, hangi anı durdurup saklamak istiyorsa onu çekmekte veya seçmektedir. Böylece fotoğraf bireyin kendisi ile alakalı bir şeyler anlatmaktadır. Bu alanda sanat terapisi yapılıyorsa bireylerin gördükleri, duyguları ve düşünceleri rahatça ortaya koyulabilmektedir. Çalışmalar seans içerisinde konuya uygun fotoğraf çekimi şeklinde uygulanırken, hazır çekilmiş fotoğraflar sunarak da uygulanabilmektedir. Örneğin çalışma içerisinde kaygı ve stresi yansıtan dışavurumcu fotoğraflar kullanarak bağlantılar kurmak, terapi sürecine katkı sağlayabilmektedir. Böylece danışanın verdiği cevaplarla nasıl bağlantılar kurulduğunu, fotoğraftaki özneleri kendisiyle nasıl özdeşleştirdiği anlaşılabilmektedir. Danışan bu yöntemle bilinç dışına ulaşarak malzemeyi bilinç öncesine getirmiş olmaktadır.

Çoğu bireyin günlük hayatının bir parçası olan sinema ise başlangıcından bu zamana kadar iş ve eğlence sektörünün bir parçası haline gelmiştir. Buna daha nesnel bakıldığında, bir hikâye anlatımının görselleştirilmiş sanat ifadesi olarak değerlendirilebilmektedir. Sinema sanat yelpazesi içine alındığında tek kişinin üretmesi mümkün olmayan, birlikte üretimin hâkim olduğu büyük bir kolektif oluşturmaktadır. Yirmi birinci yüzyılın teknolojisi sayesinde izleyiciye hikâyeyi izleme fırsatı tanıyan sinema, her kültürün kendine ait ürünleriyle ortaya çıkmaktadır. Bu hususta gelenek ve dil sinemada bir anlatış biçimi ve kültür temsilidir. Sinema izleyiciye kolay bir anlatım aracıdır, bunu görsel ve işitsel bir odada kimi zaman açık kimi zaman gizlice yapmaktadır. Küreselleşmiş bir sanat alanı olarak sayılabilen sinema, yerinde doğru bir araç olarak kullanıldığında oldukça etkili olmaktadır (Buyan, 2007).

Sanat terapisi çerçevesinde sinema ile çalışmak, ulaşılabilirliği ve pasif tekniği (çağrışım yapabilme) açısından avantaj sağlamaktadır. Buna ek olarak bu alanda sıklıkla kullanılabilen aktif teknikle de (yapma-oynama) sinema alanı kullanılarak seanslar gerçekleştirilmektedir. "Senaryonun devamını nasıl biçimlendirirdiniz" sorusuyla konuya uygun bir filmi yarıda bırakıp devamını danışanın biçimlendirmesini beklemek danışanı oldukça etkin kılmaktadır. Bu tür teknikler filmle alakalı karakterlerin, olay örgüsünün, mekânın ve zamanın danışana kendi hayatıyla bağlantı kurup ona neler hissettirdiğini anlama fırsatı vermektedir.

Sine-terapi olarak kullanılan sinema ile terapide seans içinde geçen bir konu üzerinden bir izlenim gerçekleştirilmesi üzerine kuruludur. Dikkat edilmesi gereken nokta terapi konusuna ve danışanın durumuna uygun filmlerin seçilmesi, aynı zamanda konunun taşınacağı yerin iyi analizidir. Filmlerin terapi örneklerinde kullanılmasının amacı, problemlerin ortaya çıkmasını sağlamak, görme, duyma gibi duyuları devreye sokmaktır (Yılmaz, 2017: 40-41).

Yüzyıllar öncesinde ortaya çıkan yazı/edebiyat, modern hayatın yoğunluğu arasında dinginlik oluşturan disiplinlerarası bir haldir. Genel adıyla edebiyat, bireyin kendi ve başkalarını anlamasını, yaratıcılığının gelişmesini, ifade özgürlüğü yaşamasını sağlayan geniş bir ufuktur. Çeşitli duyguların kâğıda dökülmesiyle yeni anlam şemalarının oluşturulması, insanlara davranış ve tutumlarıyla başa çıkma pratikleri sağlamaktadır. Konu dâhilinde bir örnek olan şiir terapisti Hedberg, şiir için insan gizeminin aynası betimlemesini kullanmıştır (Bostancıoğlu & Kahraman, 2017:

158-159). Sanat terapisi içerisinde kullanılabilen edebiyat sanatı kapsamındaki; şiir, düz yazı, roman, hikâye, öykü gibi malzemelerin kullanılması ve danışana hissettirdiği duyguların, çağrışımların ve etkilerin analiz edilebilmesi terapi süreci açısından etkili bir alan olduğunu göstermektedir.

Son olarak bilinç sürecinin görsel imgelere dönüşmesine yardımcı olabilen heykel alanı ise, farklı bakış açıları ve dışavurumlarla şekillenen üç boyutlu formlardan meydana gelmektedir. Heykel yapan birey belli cisim ya da mekânlarla ilişkiler kurarak; taş, kil ve çamur gibi malzemelere çeşitli formlar kazandırmaktadır. Tarihsel olarak ilk çağ topluluklarına kadar eskilere uzanan heykel veya heykelcilik, sanat alanında oldukça verimli kullanılan bir alandır. Heykelcilik günümüze kadar çeşitli olayları konu eden kahramanlık ve mitolojik tasvirleri barındırmıştır (Vikipedi Özgür Ansiklopedi). Heykel ya da çamur, insanı en erken gelişim basamağına götüren malzemelerdendir. Bu sebeple sanat terapisi içerisinde alzheimer, demans, yaşlılık, bellek kayıpları gibi durumlarda oldukça işe yaradığı araştırmalar doğrusunda görülmektedir.

Disiplinlerarası sanat ve sanatla terapi ilişkisi doğrultusunda, kullanılabilen tüm malzemeler her birey ve her konu için uygun olmamaktadır. Örneğin erken gelişim basamaklarına (1-2 yaş) götüren çamur ya da müzik gibi arkaik malzemeler, psikotik ve otistik bir grupla çalışırken dikkatli olunması gereken malzemelerdendir. Bir başka örnek olarak uzmanlarla birlikte çalışılması gereken riskli gruplarda müzik uygulaması tercih ediliyorsa, hareketlendirici ve bilinci bugüne çeken müzik seçimleri önem arz etmektedir. Çünkü bu tür risk barındıran gruplar zaten regresif dönemdeki ve yaşının daha alt basamaklarındaki duyguları yaşamaktadır.

Ek olarak sanatla terapi çerçevesindeki disiplinlerarası sanat formları gruba uygun olmak şartıyla iç içe de kullanılabilmektedir. Disiplinlerarası sanat ve sanatla terapi bağıntısı içerisinde ele alınan alanların sürece sağladığı araçlar; bireylerin bilinç süreçlerindeki regrese edilmiş malzemeyi bilince çekmek, içindeki malzemeyi ortaya çıkarmak veya malzemeyi parçası olunan toplumun kabul görülen bir durumu haline getirebilmek için kullanılmaktadır.

2.3.4. Sanatla Terapi/Sanat Terapisi Tanımlamaları ve Kullanım Alanları

Sanat terapisi araştırılan çoğu kaynakta ifade edildiği üzere sadece hastalıklar ile sınırlandırılmamıştır. İşlevsel doğrultuda bireyin sağlıklı gelişimi ve yaratıcılık gücü üzerine de oldukça etkili bir yelpaze açmaktadır. Toplumun ruh sağlığını koruma, bireysel farkındalık geliştirme, sosyalleşme ve bireyler arası dinamikler yaratma gibi birçok pratik içermektedir (Eracar, 2021: 46).

Sanatla terapi bireysel değerler üzerindeki zararların anlamlandırılması ve yeniden yapılandırılmasına katkıda bulunacağı gibi, ilgili uzmanların yardımı ile bireylerin iyileşme süreçlerini ve çevreyle ilişkilerinin düzenlenmesini de pozitif açıdan etkilemektedir (Demir, 2022: 26).

Sanat terapisi diğer tedavi türlerinden ayrı olarak hasta ya da danışanların yaratıcı faaliyetler ile tedavilere etkin katılım sağlamalarına yardım etmektedir. Yirmi birinci yüzyıl ile birlikte psikiyatristler ve diğer ruh sağlığı uzmanları, sanat ve hastalığın önemli bir bağlantısı olduğunu keşfetmiştir. Söz konusu ruh sağlığı uzmanları da sanat eğitimcileri ve uygulayıcılarının kullandığı yaratıcı ve spontan sanatı toplum içerisindeki birçok grupta değerlendirme, tedavi veya iletişim metotlarına dönüştürmekte, modern ideale çağdaş, profesyonel ve etkili bir alan sunmaktadır. Aynı zamanda sanatla terapi alanına, kuramcı Sigmund Freud ve Carl Jung farklı kişilik ve gelişim süreçleri açısından farklı bakış pratikleri kazandıran iki önemli isim olmuşlardır.

Araştırılan literatürlerde sanat terapisi uygulamalarının belirli birey ve gruplarla sınırlandırıldığı görülmemiştir. Uygulamalar yatılı servis ve psikosomatik kliniklerde kullanılmakla birlikte, ifade güçlüğü yaşayan bireylerde, otistik ya da mental bozukluğu olan bireylerde, davranış bozukluğu olan çocuk ve ergenlerde, şizofreni ve psikotik durumlarda, yaşlı bireylerde, PTSD (travma sonrası stres bozukluğu) görülen bireylerde, mahkumlarda, fiziksel rahatsızlığı olan hastalarda (kanser, nörolojik bozukluklar, kronik ağrı vb.), çeşitli kişilik bozukluklarında tamamlayıcı ve bütünleyici bir metot sayılmaktadır. Theorell ve arkadaşları 1998 yılında bahsedilen psikomatik hastalıklar üzerinde sanat terapisinin etkililiğini araştırmış ve araştırmaya katılan depresif, anksiyete ve somatizasyon belirtisi gösteren bireylerin belirti düzeylerinde azalma gözlemlemişlerdir. Bu araştırmanın sanat ve

bireylerin psikolojik süreçleri arasında bir köprü olduğu düşünülmektedir (Demir, 2022: 25-27). Bu literatüre ek olarak, cinsiyet, yaş, yetenek gibi özelliklerin ya da farklılıkların gözetilmediği karma gruplarla çalışmak, bireylerin içinde bulunduğu toplumun yapısına benzer bir modele örnek olduğundan dolayı oldukça yararlı olduğu düşünülmektedir.

Sanat terapileri hem bireysel hem de grup şeklinde çalışılabilmektedir. Bireysel terapiler kadar gruplarla yapılan terapiler de efektif, etkili ve avantajlıdır. Gruplarla çalışılan terapilerde birbirine benzer kaygılar, çatışmalar olabilmekte, bireyler dışarıdan bir göz gibi kendini izleme fırsatı bulabilmektedir. Terapi grupları dışarıdaki sosyal ortamın bir modeline benzetilmektedir. Böylece birey bu modelde sosyal grupta nasıl yer aldığını fark eder ve kendini nasıl ifade ettiğini görebilir. (kaçmak, sosyal olmak, çekingen olmak vb.) Aynı zamanda gruplar benzer arzular, rahatsızlıklar ve ihtiyaçlar barındırıyorsa bireyde oluşan ya da oluşmaya baş gösteren yalnızlık hissi önlenebilmektedir. Bu durum, bireye aitlik güvenini sağlamaktadır. Sanatla terapi aynı zamanda çift terapsi şeklinde de yapılabilmektedir. Çift terapileri de grup terapilerine benzer olarak karşılıklı anlama ve anlamlandırma yani empatiye olanak sağlamaktadır. Sanat terapisti tanılı bir hastalık ya da problem üzerinde çalışırken ilgili hastalığı tanıyan ve anında müdahale etmeye yetkisi olan bir uzman ile çalışmaktadır.

Sanatla tedavi modeli, bireyin yaratıcı yanını tetikleyip içindeki malzemeyi ortaya çıkarmakta, bir olma ve birlikte olma kavramlarını öğretmektedir. Aileler, kurumsal iş yerleri, okullar, çeşitli çalışma ekipleri, rehberlik hizmetleri gibi gruplarda ruh sağlığı ve mutluluk üzerine çalışmalar yapılabilmektedir. Alışılagelmiş ve uzun süren analiz yöntemlerinden ziyade, zaman tasarrufu ve esneklik çerçevesinde sağaltıcı metotları mümkün hale getirmektedir.

Sanatla terapi, problemli alanlara hitap ettiği gibi problemsiz alanlara da hitap edebilmektedir. Resim, dans, müzik, heykel, edebiyat, tiyatro, fotoğraf, sinema, drama gibi terapötik alanlarla uygulanabilen sanat terapisi, çoğu insanın farkına varmadığı yaratıcılık ve hayal gücü ile duygularına olanak tanımaya, iletişim kabiliyetini pekiştirmeye ve kendini ifade etmeyi güçlendirmeye çeşitli yollar açmaktadır. Alışılagelmiş yöntemlerin dışındaki bu metot, bireyler tarafından üretilen çıktıları sergileme ile toplumda kabul görmeyi ve yer edinebilmeyi sağlayabilmektedir.

2.3.4.1. Psikanalitik Alanın ve Mekanizmalarının Sanatla Terapi Sürecine Katkısı

Sanatla terapi sürecine dahil olan herhangi bir toplumsal sarsıntıya bağlı olarak oluşan ruh halindeki birey veya yalnızca sanat yapan bir birey spontan biçimde bir ürün ortaya çıkarabilmektedir. Bu literatürde birinci süreç olarak adlandırılmaktadır. Birinci süreç, bireyin rüyalarının akış süreci aynı zamanda da yaratıcı sürecidir. En temel idden veya başka bir deyişle en temel dürtülerden kaynaklı haz ilkesi ile çalışan, hemen doyurulması istenen, zaman ve mekân gözetmeyen bir süreçtir. Bu sürecin sanatla şekillenmesi için bireyin bilincinde regresyon (gerileme), represyon (bastırma), süblimasyon (yüceltme) veya simgeleştirme (sembolizasyon) gerekmektedir. Sonunda bir sanat eseri ortaya çıkması için de çıkan malzemenin sınırlandırılmış, belirlenmiş ve sunuma hazır hale getirilmiş olması gerekmektedir. Egonun hizmetindeki regresyon (gerileme) sürecinde olan psikotik bir birey birinci sürece gidip yardımsız ve müdahalesiz içinde bulunduğu ruh halinden çıkamıyorken, psikotik durumda olmayan ve sadece sanat yapan birey birinci süreçte içindeki malzemeyi kullanmakta, süreçten rahatlıkla çıkabilmektedir. Bahsedilen regresyon (gerileme) süreci gelişim basamağının ön aşamalarından sayılmaktadır. Bireyin geçmişine ait dağınık malzemeyi alıp çerçevelemek ve anlaşılır hale getirmek terapi sürecinin tamamını oluşturmaktadır.

Konu hususunda geçmişten bu yana yapılan alan yazın araştırmalarının bazılarında "psikotik bireylerdeki dağınık malzemeleri" incelemede sanat terapisinin oldukça işe yaradığı gözlemlenmektedir. Terapi süreci, bireyle gelen dağınık malzemenin ne dediğini okumaya ve tanı konmasına yarayabilmekte beraber, bireyin kendi malzemesini anlamasına ve anlamlandırmasına da yardımcı olabilmektedir.

Araştırılan konu dahilinde bahsedilen bazı kavramların tanımlarının ve kuramsal oluşum süreçlerinin açıklanması, bireylerin yaşamsal faaliyet ve sanatla terapi sürecinde pratik ettiği durumları anlamak adına faydalı olacaktır.

Freud, insan pratiklerinin anlaşılabilirliği açısından bazı kavramlar ve kuramlar ileri sürmüştür. Bu kavramlar yirmi birinci yüzyıl modern yapılanmasının bir parçası olan sanatla terapi süreçlerinin, bireyler üzerindeki işleyişini anlamak üzere alana katkı

sağlamaktadır. Bu hususta Freud iki ayrı kişilik kuramı tanımlamaktadır. Bunlar yapısal kuram ve topografik kuram şeklinde ayrılmaktadır.

Topografik kuram bilinç, bilinç öncesi ve bilinçdışını kapsamaktadır. Bilinç, bireyin günlük yaşamında farkındalık yaşadığı taraftır ve zihinde olduğu bilinen duygular ve yaşantıları içermektedir. Bilinç öncesi, küçük bir çaba ve dikkatin yoğunlaştırılması ile bilince taşınabilen yaşantıları kapsamaktadır. Yani bahsedilecek olan bilinçdışı ile bilinç arasındaki köprüyü oluşturmaktadır. Bilinçdışı ise, bireylerin farkında olmadığı, bilincine kolayca taşıyamadığı, söz konusu bireyi şekillendiren duygu, davranış ve yaşantıları içermektedir. Ruhsallığın oldukça büyük bir parçasını kapsayan bilinçdışı, bireyin cinsel arzularının, korkularının, dürtülerinin ve endişelerinin yerleştiği ve kolayca gün yüzüne çıkarılamayan kısımdır. Bu kısım espiri, dil sürçmeleri, rüyalar, çeşitli hipnotik çalışmalar ve ilaçlar, yoğun alkol kullanımı gibi durumlarla ortaya çıkabilmektedir. Konu dâhilinde sanatsal süreçlerle dışa vurulan yaratımlar da bilinçdışının gün yüzüne çıktığı pratiklerdendir.

Freud yapısal kuram hususunda, kişiliğin belirlenmesinde bilinçdışı güçlerinin ve içsel çatışmaların önemli bir yeri olduğunu söylemektedir. Bu durum bireyin kişiliğini ortaya çıkarırken önemli seyirler göstererek ilerlemektedir. Yapısal kuram içinde id, ego ve süper ego şeklinde üç önemli unsur bulunmaktadır. Bu üç unsurun yapılanması ve gelişmesi farklı gelişim basamaklarında ortaya çıkmaktadır. Örneğin bir bebeğin ego ve süper egosundan bahsedilemezken, idle bağlantı kurulabilmektedir. İd, kalıtımla gelen ve doğuştan var olan ruhsal enerjinin kaynağı sayılmakta ve buna libido denilebilmektedir. Aynı zamanda id içinde en ilkel duygu ve davranışları yani korku, endişe, cinsellik, ölüm, yaşam gibi faaliyetlerinin örneklerini içermekte olup, bunlara benzer bazı yaşamsal dürtüleri barındırmaktadır. Belirtilmekte olan bireylerdeki iç dürtü, kişiyi harekete geçiren ve motive eden duyumsamalardır ve bu iç dürtüler id alanında toplanmaktadır. İd bağımsız, zaman ve mekân tanımayan bir mekanizmadır. Birinci süreçte olduğu gibi en arkaik duygu ve düşüncelerin hemen doyurulmasına ve haz ilkesine hizmet etmektedir.

Bireyler olgunlaştıkça yapıları gereği sosyal ortama girme ihtiyacı hissetmekte ve sosyal bir karakter yapısı kazanmaktadır. Bu karakter biçimleri kültürden kültüre, çağdan çağa, toplumdan topluma ve bireyden bireye değişmektedir. Bireyin oluşum süreçleri sırasında ise egonun oluşmaya başladığı görülmektedir. Sağlam ego sağlıklı bir ruh sağlığı demektir. Egonun işlevi, id ile süperego arasındaki dengeyi sağlamaktır.

Ego, idin arzularını ve süperegonun katılığını dengeleyip düzenlemeler yapmaktadır. Aynı zamanda duygu, düşünce, davranışları bireysel ve toplumsal kabulü olan alana taşıyan mekanizmadır. Ego haz ilkesinin aksine gerçeklik ilkesine hizmet vermekte olup yaratıcılığı ve spontanlığı bireye uygun hale getirmektedir. Süperego ise toplum içine karışan insanın nasıl davranacağını öğrenmesi ve kuralları içselleştirmesi sağlarken ahlak, vicdan, adab-ı muaşeret, gelenek görenek gibi durumları benimsemeyi sağlamaktadır.

Bireyler günlük yaşamlarında onlara sunulan seçeneklerden birini seçmekte zorlandığında içsel çatışmalar yaşamaktadır. Çatışma id, ego ve süperego arasında dengenin kurulamaması ve bireylerin seçenekler arasında kararsız kalması olarak tanımlanabilmektedir. Bu tanımlamaya göre ego, id ve süperegonun isteklerini yerine getirmeye çalışırken sıklıkla çatışmaya düşmekte, bunun altından kalkabilmek için ise belli savunma mekanizmaları geliştirmektedir. Geliştirilen bu savunma mekanizmaları içteki dışa vurulmamış dürtüyü ve arzuyu tanımı yapılabilecek toplumsal normatif unsurlara dönüştürmektedir.

Sanatla terapi alanından faydalanan bireyler, bilincinde olan ya da bilinçdışından terapist yardımıyla geri getirdiği malzemelerdeki id, ego ya da süperegonun işlevinde olan belirsizliğe tahammül etmeyi ve ondan beslenmeyi öğrenebilmektedir.

2.3.4.2. Holistik Yaklaşım: Sanatla Terapinin Beden Üzerindeki İşlevleri ve Etkileri

Bahsedildiği üzere tamamlayıcı terapi ve tedavi metotları, *holistik* yaklaşımla pratiğe dönüşen, insan ruhuna ve bedenine odaklanan pratiklerle bütüncüllüğü savunan bir yaklaşımla sunulmaktadır. Holistik yaklaşımdan temel aldığı düşünülen yaratıcı sanat terapisi yöntemiyle yapılan birçok gözlem de, ruh ve beden üzerinde oldukça etkili uygulanmış ve araştırmalara olumlu veriler kazandırmıştır. Sanatla terapi uygulamalarının başlangıcından bugüne kadar gelen verilerde gösterilen kanıtlanmış etkilerden bazıları konu dahilinde gösterilecektir.

Örnekler ve araştırmalar doğrultusunda sanatla terapi, zor duyguları ifade etme, sağlıklı yüzleşmeler gerçekleştirme, hayal gücü ve yaratıcılığı keşfetme, özgüveni arttırma, endişeleri tanımlayıp açıklığa kavuşturma, iletişim becerileri ve fiziksel yetenekleri geliştirme gibi bireysel/toplumsal durumlarda fayda sağlamaktadır. Sanatla terapi genellikle söylenilemeyenlerin ifadesi için bedeni kullanmakta, bu sayede belirli hareketleri yapmakta güçlük çeken veya koordinasyonu zayıf olan kişiler için bir araç sayılmaktadır. İnsanları kendi düşünme biçimleri üzerinde pratiğe teşvik eden ve düşüncelerin ifadesinde yardımcı rol oynayan sanatla terapi karar verme becerileri, esneklik geliştirme gibi bilişsel süreçlerde de rol oynamaktadır. Farklı yaşam stillerine sahip bireyler sanat terapisini sosyal, fiziksel, zihinsel, duygusal sağlık ve refah için tanımlayıcı ve iyileştirici bir metot olarak kullanabilmektedir.

"Eğer biri, halktan sıradan biri hayat hikâyesini nasıl anlatacağını öğrendiyse, şimdiye dek yazılan romanların en iyisini yazabilir."

Giovanni Papini

Uğraşılan sanat pratikleri danışan ya da hastaların iç dünyasını belli düzeylerde saydamlaştırarak benliğini görmesini ve kendilik ifadesinin dışavurumunu kolaylaştırmaktadır. Oldukça basit bir kelime ya da çizgi çalışması ifade edilen bir malzeme sayılmaktadır. Bir örnekle, toplum içerisinde infantil otizm sözlü dilin hemen hemen hiç olmadığı bir yaşantı durumudur. Sanatla terapi çerçevesi içerisinde uygun tekniğin uygulanmasıyla otizm dünyasına açılan yeni bir iletişim ağı kurulabilmektedir. Aynı zamanda toplum içerisindeki insanın genetiğine ve kaynaklarına odaklanan *solutogenez* yaklaşımıyla düşünüldüğünde, sanatın dışavurum gücü ve yeniden inşa fırsatıyla hastalığın veya sorunun değişimine odaklanmayı sağlayabilmektedir (Eracar, 2021: 38-40).

İçinde bulunulan yaratıcı süreç, insanların endişe ve sorunları üzerinde etkili bir şekilde kontrol geliştirmeye yardımcı olmaktadır. Örneğin bireyler korkularını sanata dönüştürerek onları kontrol edebilmekte ve daha iyi hissedebilmektedir. Araştırmalar, yaratıcı çalışmalara katılmanın insanların daha hızlı iyileşeceğini ve hastalıklarla daha hızlı baş edebileceğini, bu gelişmelerin de sonraki yaşamlarında sürebileceğini göstermektedir. Bireyler korkuların ve kaygıların ifadesinde

zorlanırken, sanat onlara daha az kaygı hissedecekleri ifade araçları sağlamaktadır. Bu duruma bir örnek olarak yaratıcı ve dışavurumcu sanatla terapi yönteminin kanser tanısı konulmuş bir hasta grubunun fiziksel ve duygusal deneyimlerine olumlu katkılar sağladığı görülmüştür. Yaratım süreci sonundaki sanat ürününün hastalara sorunlarıyla başa çıkma ve sınırlarını fark etme fırsatı tanıdığı gözlemlenmiştir. Aynı zamanda çalışılan sosyal grup örneğiyle büyük ölçüde psikolojik destek etkisi saptanmıştır. Ortaya çıkan sanat ürünleri hastaların iç dünyalarının dışavurumu oluşturmaktadır. Başka bir örnek olarak literatürde sanatla terapi çalışmalarının kadınlar üzerinde etkisi de tartışılmıştır. Günlük yaşantılarındaki depresyon, kaygı, stres ve yorgunluk belirtilerinde azalmaya ve yaşam kalitesinde olumlu değişimlere neden olduğu belirtilmiştir (Aydın, 2012).

Resim çizmek, müzik yapmak, bir rolü canlandırmak gibi sanat yaratımları insanın dışavurumunu oldukça kolaylaştırmaktadır. Sanatın alanlara ayrılması sınıflama ve sınıflandırma yaratmaksızın tanı ve sağaltım için sınırları genişletmektedir. Moreno, herkesin iç dünyasında sessiz olan bir müzik kuyusu ve dışarıya yansıtmadığı bir sanatının olduğundan bahsetmiştir. Moreno'nun betimlemesine örnek olarak New York'ta yaşayan ve sosyal hizmet görevlisi olan Linda Rodgers aynı zamanda müzik eğitimi alarak hayatını ameliyat olan hastaların tepkilerini kontrol etmekle geçirmektedir. Araştırmalarının neticesi ameliyat sırasında bilinçsiz olan hastaların hala duymaya devam ettikleri doğrultusundadır. Karamızrak'ın (2013) ses ve müziğin organları iyileştirici etkisi makalesinde belirttiği gibi müzik, hatıraları ve yaşantıları çağıran en iyi disiplinlerarası hallerden biridir. Buradan hareketle ameliyat öncesi ve sonrası bir terapistle beraber müziğin kullanımı önerilmiştir (Karamızrak, 2013).

Çeşitli araştırma bulgularından biri dışavurumcu sanat terapinin benlik problemlerini, umutsuzluğu, iletişim becerilerini, farkındalık ve tanıklık sorunlarını onarmasıdır. Sanat terapisi bireye rahat hissedeceği ortamlar sunmakla birlikte fiziksel, ruhsal ve psikolojik ifade yolları bulmasını sağlar. Bireyin problemine yönelik görsel, sözel ve bedensel olarak çalışmasına imkân tanımaktadır. Bir araştırmada hapishanede geçen sanat terapisi çalışması mahkumların agresif davranış durumlarını, duygu ve düşüncelerini olumlu olarak değiştirmiştir. Aynı zamanda stres, anksiyete, zihinsel ve bedensel problem durumları üzerinde gözle görülür iyileşmeler saptanmış, bireysel ve bireyler arası iletişimde örnek sağaltımlar gösterilmiştir (Demir, 2017).

Yazkaç & Özkan'ın (2018) fizik tedavi ve rehabilitasyon hastaları üzerine sanatla terapi çalışması yaptığı araştırma makalesinde uygulamanın fiziksel ve psikolojik faydasına dikkat çekmektedirler. Hastaların sinir-kas fonksiyonlarının gelişimi açısından 120 saatlik resim, ebru, hali-kilim dokuma çalışma programı uygulanmıştır. Bu doğrultuda hastaların kas koordinasyonlarının daha rahat hareket ettiği ve el becerilerinin gelişim gösterdiği saptanmıştır. Sürecin sonunda ergoterapi, fizik tedavi ve rehabilitasyon alanlarında disiplinlerarası sanatla terapi metodunun arttırılarak sürdürülmesi ortaya konmuştur (Yazkaç & Özkan, 2018).

Sunulan örnekler hususunda sanatla terapi sanat yoluyla bireyin sanat terapistine ve kendine, kendini ve bilincini yansıtabilmesi için bir araçtır. Aynı zamanda sanat terapistinin bu süreçte ortaya çıkarılan sanat ürünü vasıtasıyla danışanın hayatına dair deneyimlerini, tecrübelerini bilgiye dönüştürmesini sağlayan bir terapötik metottur. Sanat ve terapi disiplinleri farklı kavramlar olsa da birlikte işleyebilen pratikler içermektedir. Amaçları bireyin iç dünyasındaki imgeleri görünür hale getirmek ve onların ifadesini kolaylaştırmaktır.

3. BÖLÜM

SANAT TERAPİSİ VE DİSİPLİNLERARASI SANAT YÖNTEMLERİ İLE SIĞINMACI KADINLARA YÖNELİK UYGULAMALAR

"Sanat terapisi ve disiplinlerarası sanat yöntemleri ile sığınmacı kadınlara yönelik uygulamalar" tezinde "sanat terapisi, disiplinlerarası uygulamalar ile sığınmacı kadınların duygu durumları üzerinde ne tür sonuçlar doğurabilir?" problemi ele alınarak çalışılmıştır.

Tez sürecinin başında tez ve uygulama çalışmalarında daha verimli olmak amacıyla Ağustos-Eylül 2021 tarihleri arasında, *Altınbaş Üniversitesi ve SEM Akademi* işbirliğiyle, Psikiyatrist Dr. Hira Selma Kalkan tarafından gerçekleştirilen, ücret karşılığında "Uluslararası Sertifikalı Sanat Terapisi Eğitimi" alınmış, "sanat terapisi uygulayıcısı/sanat terapisti" yetkisi kazanılmıştır. Bu yetki ile birlikte yapılan tez çalışması kapsamındaki uygulamalarda; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumu analiz edilmiş, disiplinlerarası sanatın sığınmacı kadınlar üzerindeki etkisi sanat terapisi metoduyla gözlemlenmiştir.

Yapılan araştırmalara göre çeşitli disiplinlerarası sanat yöntemleri, bireyin bilinçdışı malzemelerini bilince yaklaştırmayı kolaylaştırmış ve bireylerde belirgin terapötik etkiler yaratmıştır. Yapılan tez araştırması doğrultusunda belirlenen uygulamalar aracılığıyla, çeşitli memleketlerden belli sebepler sonucunda göç eden ve Türkiye'de sığınmacı olarak yaşayan kadınlar üzerinde etkiler gözlemlemek, göç psikolojisini irdelemek ve disiplinlerarası sanat yöntemlerini bileşik biçimde sanat terapisi alanında örneklendirmek hedeflenmiştir. Aynı zamanda çalışılan konu sığınmacı kadınlara ve birlikte çalışılan kuruma destek niteliğindedir.

3.1. TEZİN VE UYGULAMALARIN AŞAMALARI

Tez araştırması iki aşama olarak planlanmıştır. Birinci aşama; göç, göç psikolojisi, yersiz-yurtsuzlaşma, sanatla terapi ve sanatla terapinin alt konularıyla alakalı yerli ve yabancı literatürlerden faydalanılarak tartışılıp yorumlanan derleme çalışmaları şeklinde biçimlendirilmiştir. Bu aşamada makale, tez ve kitaplardan oluşan

basılı ve basılı olmayan kaynaklar, internet kaynakları ve bilimsel araştırmalar kurallara uygun şekilde kullanılmıştır.

İkinci aşamada; araştırma uygulamasının yapılacağı saha ile gerekli görüşmeler yapıldıktan sonra uygun olan katılımcılar ve malzemeler belirlenmiştir. Bu noktada evren çeşitliliğinin artması ve bireylere fırsat eşitliği sağlamak adına iki farklı uygulama planlaması yapılmıştır. Planlamadaki hedef, sığınmacı kadınların terapi süreçlerinde oluşan duygularının/davranışlarının, sanat deneyimlerine ve bireysel farkındalıklarına ne derecede katlı sağladığını holistik açıdan gözlemlemektir. Uygulama planlamasındaki kullanılacak disiplinlerarası sanat alanlarında; göç psikolojisi ve yersiz-yurtsuzlaşma konusuna vurgu yapılarak sığınmacı kadın grubuna resim, müzik, fotoğraf alanları kullanılarak grup seansı yaptırılmıştır. Bir seans kendi içinde; tanışma, uygulama ve öz farkındalık/değerlendirme şeklinde üç aşamadan oluşmaktadır. Aynı zamanda her iki uygulama seansı fotoğraf ve video ile kayıt altına alınmıştır.

3.2. ARAŞTIRMANIN TÜRÜ VE ÖRNEKLEMİ

Uygulama çalışması nitel araştırma yöntemine ve gözleme dayandırılmıştır. İki farklı grup üzerinde yapılan uygulamalar basit tesadüfi örneklem ve sistematik seçim yöntemi ile oluşturulmuştur. Aynı zamanda dışavurumcu sanat terapisi yapılanması kapsamında disiplinlerarası sanat uygulamalarıyla çalışma ve açık uçlu sorulardan oluşan anket çalışması ön görülmüş, düzenlenmiştir. Araştırma ve uygulamada sanat terapisi esaslarına dayanarak bireyler üzerinde herhangi bir ölçeklendirme veya derecelendirme yapılmadığından istatiksel bir sistem oluşturulmamıştır. Uygulamaların analizleri *Kar, Ö. (2011). Heykel ve Sanat Terapisi. Yüksel Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi.* ve *Uzun L. A. (2020). Vaka Analizi: Savaş ve Göç Travmasına Maruz Kalmış Bir Kız Çocuğunun Bilişsel Davranışçı Temelli Sanat Terapisi Seans Süreci. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Okan Üniversitesi.* yayımlanmış tezlerinden faydalanarak yapılmıştır.

3.3. ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE SAHASI

Araştırmanın evreni *Eskişehir ESOGU ve UNFPA Kadın sağlığı Danışma Merkezi*'nde günlük faaliyetlerde bulunan ve bazı öğrenimler gören sığınmacı kadınlardan oluşmaktadır. Saha bizzat Birleşmiş Miletler Nüfus Fonu işbirliği projesi olan, bünyesinde farklı memleketlerden sığınmacı gelen ihtiyaç sahibi kadınların ve kız çocuklarının bulunduğu *Eskişehir ESOGU ve UNFPA Kadın sağlığı Danışma Merkezi*'dir. Çalışma grupları; yöneticilerle görüşülerek daha rahat ve anlaşılabilir seans yapabilmek adına Türkçe'ye daha hâkim, yetişkin ve genç bireyler arasından seçilmiştir.

3.4. ARAŞTIRMA SÜRESİ

Çalışmanın uygulama kısmı evrenin çeşitliliği ve gözlemin artması adına iki farklı gruba birer seans/ikişer saat olmak üzere planlanıp uygulanmıştır.

Aydınlatılmış Onam ve Anket

Çalışmaya katılan sığınmacı kadınlardan çalışmayla ilgili yöntemin ve işleyişin aktarıldığı, aynı zamanda özel bilgilerin bilimsel amaçlarla tez araştırması kapsamında kullanılacağına dair yazılı ve imzalı aydınlatılmış onamları alınmıştır. Aynı zamanda danışanlardan geri bildirimlerin alınması ve daha sonra araştırma çalışmasının analizinin yapılması adına açık uçlu anket soruları hazırlanmış, her bir bireye uygulanmıştır.

3.5. UYGULAMANIN YÖNTEMİ

Yapılan sanat terapisi uygulamaları çeşitli literatürlerden yola çıkılarak yaratma eylemi ve hazır sanatsal yaratılar aracılığıyla, danışanların

duygu/düşüncelerini görmeye olanak sağlayan bilinçli farkındalık temelli, varoluşçu ve dışavurumcu yaklaşım yöntemlerini içeren grup terapilerine dayandırılmaktadır.

Sığınmacı kadınlara yönelik hazırlanan araştırma uygulamaları bireylerin yaşantıları hususunda ipuçları vermesine ve bilinçli farkındalıklar yaşamalarına dayanmaktadır. Bu hususta *bilinç* kavramı *Türk Dil Kurumu* tarafından bireyin kendini ve çevresini tanıması olarak tanımlandırılmıştır (Türk Dil Kurumu Sözlükleri). *Bilinçli olmak* ise yaşanan deneyimlerin olduğu gibi kabul edilmesi ve istenilen düzeyde tutulabilmesidir. Konu dâhilinde *bilinçli farkındalık* geçmişte yaşanılan veya sonradan yaşanması muhtemel duygu, düşünce ve olay deneyimlerinin etkisinde kalmadan "şu an" zaman dilimine odaklanan zihin pratiğidir. Bilinçli farkındalık üzerine temellendirilmiş yaklaşımlar bireyin yaşam koşullarında yaşadığı veya yaşayacağı problemlerde nasıl davranması gerektiğine odaklanır. Bu dogmayı deneyimleyen birey duygularının, düşüncelerinin ve bulunduğu ortamın farkındadır (Demir, 2022: 147). Bilinçli farkındalık temelli sanat terapisi, bireyde öz farkındalığı arttırma, iç dünyasında veya dış dünyasında yaşadığı deneyimleri kabullenme, öz şefkat geliştirme, zor duygulara kulak verme ve kendini kabul üzerine kurulan bir terapi yaklaşımıdır. Bu terapi modeli bireyde "öz düzenleme" üzerine tasarlanmıştır (Demir, 2022: 149).

Farklı ve aynı memleketlerden göç eden, göç psikolojisine maruz kalmış sığınmacı kadınlar için benzer kaygılar barındırma, yalnız hissetmeme, paylaşma ihtiyacı, zamandan tasarruf gibi hususlar dikkate alınarak *grup terapisi* uygun görülmüştür. Grup terapi/psikoterapi kökenini eski Yunan drama sanatından aldığı bazı kaynaklarca belirtilmekte olup, çoğu tarihçiye göre modern grup psikoterapi babasının, tüberküloz hastalarıyla ve hastanede yatmakta olan şizofreni-manik depresif hastalarla gerçekleştirdiği grup çalışmalarıyla bilinen Pratt olduğu söylenmektedir. 1930 ve 1940'lı yıllarda pratisyenler çok çeşitli hasta grupları üzerinde tedavi modeli olarak grup terapilerini yaygınlaştırmışlardır. Aynı zamanda Moreno, psikodrama ve grup terapileri uygulamalarını geliştirmiş, yaratıcılığı ve spontanlığı esas alan etkileşimli terapi yaklaşımını esas alan dinamikler ortaya koymuştur. Grup psikoterapileri/terapileri teori ve deneylerine önemli katkılar sağlayan Irvin Yalom ise grup üyelerinin bir evreni temsil ettiğini düşünerek bireylere çeşitli fırsatlar sağladığını belirtmektedir. Bireyler grup çalışmalarında sahneleme ve geri bildirimler yoluyla kişilerarası etkileşimler yaşayarak yansıttıkları çarpıtmaları ve

çatışmaları görme fırsatı bulurlar. Yalom, bireyin değişim kaynağının Franz Alexander'ın belirttiği *düzeltici duygusal yaşantılar* olabileceğini savunmaktadır. Problemi olan birey grup içerisinde önceden yaşadığı travmatik deneyimini düzenleyecek duygusal pratikler yaşamaktadır (Eren, 1998).

Sanat terapisi ve disiplinlerarası sanat yöntemleri ile sığınmacı kadınlara yönelik uygulamalar *varoluşçu ve dışavurumcu sanat terapisi* yaklaşımlarıyla biçimlendirilmiştir. Dışavurumcu sanat terapisi yöntemi, bütün sanat disiplinlerini bir araya getirmeye çalışan bir modeldir. Resim, yazı, dans, drama, müzik, heykel gibi terapi modellerinin entegre edilmesi ve bireye özgü terapi yönteminin seçilmesiyle biçimlenmekte, aynı zamanda evrensel ve kültürel sağaltım pratikleriyle bağlantılı sanat-terapi birlikteliğinden oluşmaktadır. Dışavurumcu sanat terapisi öz gelişimi daha kolay hale getirmek için "güvenli ve yargısız" bir alan sunar. Yaratım seansı, anlamayı/anlamlandırmayı, serbest bırakmayı, yaratıcılığı desteklerken aynı zamanda *benötesi hali (transpersonal)* uyandırır. Bu terapi modeli yirminci yüzyılın son döneminde şekillenmiş olup, alanda çalışmalarını sürdüren uzmanlar tarafından geri bildirimler doğrultusunda gelişimini halen devam ettirmektedir (Çakmaktaş, Sanatta Sağaltım ve Güncel Sanat Terapisi, 2016). Dışavurumcu sanat terapisi modelinde bireye ya da gruba özel sanatsal faaliyetin seçilip düzenlenmesi, bireylerin yaratım sürecinde yüzleşme ve farkındalık yaşaması, deneyimin açıklıkla paylaşılabilmesi gibi önemli noktalar bulunmaktadır. Bir dışavurumcu sanat terapisi uygulanırken yüceltme, simgeleştirme, yansıtma, regresyon (gerileme) gibi savunma mekanizmaları ve bireyin iç dünyasındaki bastırılmış duygular ile dışa vurulan duygular arasındaki bağlantılar dikkate alınmaktadır (Çelikbaş, 2019).

Varoluşçu yaklaşım, Kierkegaard, Heidegger, Sartre ve Camus felsefelerinden kaynaklı, Rolle May, Viktor Franklin, Irvin Yalom gibi varoluşçu psikoterapistlerden gelen ve bireyin "biricik" var oluşunu savunan bir tepki olarak ortaya çıkmıştır. Bu yaklaşıma göre, bireyin var olan problemlerinin çözümü kalıtımsal veya geçmiş yaşantısında olmamakla birlikte şu an ki tercihlerine bağlıdır. Buna bağlı olarak birey özgür bir canlıdır ve hayatını yaşamının sorumluluğunu alarak istediği gibi şekillendirebilmektedir. Varoluşçuluk, bireyin kendi iç dünyası ve çevresiyle olan ilişkisiyle ilgilenmektedir. Varoluşsal çatışma ve bireysel farkındalık bireye dair ele alınması gereken önemli bir sorunsaldır. Varoluşçu yaklaşım, bireyde önemli olma ve hayatta anlam arama duygularına yer vermektedir. Bu yaklaşıma bağlı kalınarak

varoluşçu sanat terapisi varoluşçu psikolojiye dayandırılmaktadır. Çeşitli imgeler oluşturmak, bastırılan duygu ve deneyimlerin açığa çıkarılması için bütünleştirici bir araçtır. Varoluşçu felsefeci ve düşünürler tarafından öne sürülen "varoluşsal boşluk" tek başına doldurulamayan fakat sorumluk alarak yapılan seçimlerle soruların yanıtlarının bulunabileceği bir dogma haline getirilebileceği düşünülmektedir. Varoluşçu sanat terapisi, oluşturulan her imgenin diğer bir yaratım ve deneyim süreci için tecrübe olduğunu savunur. Bunun üzerine Yalom "ölüm, özgürlük, yalıtım ve anlamsızlık" gibi dört kaygı durumu ileri sürmüştür. Yalom'un deyişi üzerine bu kaygılardan biriyle karşılaşan birey varoluşsal sıkıntılarla yüzleşmektedir. Bu bilgiler ışığında varoluşçu sanat terapisi, varoluşsal kaygıların iyileşmesine yönelik yaratım sürecinin ortaya konulduğu sanatsal ve psikodinamik bir yaklaşım türü olarak çalışılmaktadır (Demir, 2022: 99-100). İnsan "…karmaşık bir varlık olarak, sanatını, reel hayatının bir temsili olarak yaratır" (Filiz, 2016: 171). Sanatındaki karmaşıklığı bireysel ve dışarıdan bir özne olarak anlamlandırmaktadır. Varoluşsal ve sanatsal biliş, karmaşık insan doğası birlikteliği simgesel/kültürel benlik inşası kurmaktadır. Terapinin böyle bir görüşle gerçekleştiği düşünülmektedir (Filiz, 2016).

Rollo May: "Kaygı, hayatın anlamını keşfetme yolunda önümüze açılan bir kapıdır" (Demir, 2022: 101).

Jakab, sanatı terapilerin sözsüz tarafı olarak yorumlamaktadır. Ona göre, sanat gözlere dinleme fırsatı verilen bir alandır. Edith Kramer, sanatın dürtüler ve içinde bulunulan toplumun beklentileri arasındaki çatışkıyı uzlaştırmak için terapötik bir aracı olduğunu belirtmektedir. Oscar Wilde, hayatın kendine ifade biçimi ararken, sanatın hayata ifade formları sunduğunu söylemektedir. Buradan yola çıkılarak yapılan sanat eseri terapide önemli bir yere sahiptir. Buna bağlı olarak Carl Gustav Jung, bütün kültürlerde ortak arketipler bulunduğundan ve insanın kolektif bilinçdışı ile var olduğundan bahsetmektedir. Bu deyiş görsel sembolizmin geleneksel evrenselliğini anlatmaktadır. Ona göre görsel sembolizm, gizlenmiş düşünceleri ortaya çıkarmakta ve mesajlar barındırmaktadır. Yapılan tez uygulamalarındaki sanat etkinliği örnekleri olumlu/olumsuz düşünce ve duygu boşaltımında terapötik bir yol olarak biçimlendirilmiştir. Bireydeki bu tür düşünce ve duygular disiplinlerarası sanat alanlarının yardımıyla bir forma sokulup düzenlenmesiyle biçim kazanabilmektedir. Olumsuz olan düşünce ve duygular bu yol ile daha rahat dışa vurulabildiği için bireyin öznel dünyası gözlemlenebilmektedir. Beyin algoritmalarındaki çirkinin güzel,

kötünün ise iyi hale getirilmesi sanat ve ahlakı bir formda birleştirmektedir. İyileşme sadece hasta ve doktor ilişkisiyle sınırlandırılabilen bir kavram değildir. İyileşme öznede, diğer bir deyişle tüm insanlarda gerçekleşebilmektedir (Filiz, 2016).

Uygulamaların Programı

Tez çalışmasının çalışılması uygun bulunan iki uygulama programı terapi gruplarına yönelik belirlenen birer seans/ikişer saat olarak planlanmıştır. Belirlenen gruplar evreni temsil etmek üzere toplam 22 kişiden oluşmaktadır. Seansların sonunda sanat terapisi uygulamasıyla ilgili önceden oluşturulan açık uçlu anket çalışmasıyla danışanların duygu ve düşünceleri yazılı olarak alınmıştır. Yapılan her iki seans programının ilerleyişi aşağıdaki gibidir.

1. Terapistin kendini tanıtması

2. Sığınmacı kadınlara grup çalışması hakkında bilgi verme ve grup kurallarını anlatma

Grup kuralları:

•Sanat terapisi boyunca yapılacak etkinlikte gönüllülük esastır.

•Gruptaki üyeler birbirini incitici yorumlarda bulunmamalıdır. Bu hususta herkesin güvende hissetmesi önemlidir.

•Grup içerisinde gizlilik esastır. Uygulama sonrası grupta yaşananlar paylaşılmamalıdır.

•Herhangi bir sebepten dolayı ayrılmak zorunda olan bireyler, grup içerisinde vedalaşarak ayrılmaya özen göstermelidir.

•Etkinliğe herhangi bir elektronik cihaz ve malzeme getirilmemelidir.

•Yapılacak uygulamada "güzel yapma" kaygısı yaşamaya gerek yoktur, her iş biriciktir. Önemli olan katılım sağlayabilmek, rahat bir şekilde duygu ve düşünceleri aktarabilmektir. Her birey yapılacak etkinliklerde içinden geleni yapabilir, aklından geçeni söyleyebilir.

•Uygulamanın kolaylaşabilmesi için verilen yönergeler doğrultusunda hareket edilmelidir.

3. Grup üyelerine sanat terapisi hakkında bilgi verme

Sanat terapisi, farkında olunmayan, bastırılan ya da söylenilemeyen içsel yaşantıların sanatsal malzemeler aracılığıyla dışa vurulmasıdır. Söz konusu içsel yaşantılar dışa vurulurken bireysel ve bilinçli farkındalık, kendini rahat ifade edebilme gibi gelişim yolları keşfedilebilmektedir. Sanatsal malzemeler sanat terapisinin uygulanacağı bireye ya da bireylere uygun seçilmekte ve farklı disiplinlerarası sanat alanlarından gelmekte olan; resim, müzik, edebiyat, tiyatro, sinema, fotoğraf, heykel gibi uygulamalardan oluşmaktadır. Bir sanat terapisi uygulaması bir ya da birden fazla sanat alanlarının birleşiminden oluşabilmektedir. Sanat terapisti uygulanan sanat terapisi metodunda danışana yönergeler vererek danışmanlık yapmaktadır. Danışan ve terapist haricinde başka bir birey dışa vurulan sanat malzemesine yorum yapmamalıdır. Bu hususta çevredekiler ancak tanıklık edicidir. Sanat terapistinde anı birlikte yaşamak önemlidir.

Hedef davranışlar:

•Grup üyeleri birbiriyle tanışır ve çalışma hakkında bilgi sahibi olurlar.

•Grup kurallarını dinleyip uygularlar.

•Sanat terapisinin ne olduğuna dair bilgi sahibi olurlar.

4. Dışavurumcu sanat terapisi yöntemiyle uygulama

Birinci aşama: Isınma/tanışma oyunu

Hedef davranışlar:

•Bireyler birbirlerine ve mekâna ısınmaya çalışır

İkinci aşama: Uygulama

Hedef davranışlar:

•Bireyler uygulama sırasında verilen yönergelere uyarak hissettiği duyguları anlamlandırmaya çalışır.

•Bilinçdışı duygularını sözlere, bedensel hareketlere ve görsel sembollere dökerler.

•Kendilerine odaklanırlar.

Üçüncü aşama: Öz farkındalık/değerlendirme

Hedef davranışlar:

•Bireyler kendilerinde fark ettikleri olumlu/olumsuz durumları açıklarlar.

•Uygulamaya katılmadan önce ve sonra ilişkisi kurarak hayatlarında neler değiştiğini anlatırlar.

•Duygu tanımlamaları yaparlar. Öz farkındalık ve kabul yaşarlar.

•Zorlandıkları durumlar ve duygularla yüzleşmeler yaşarlar.

•Geçmiş ve bugün yaşadığı duyguların farkına varırlar.

3.6. UYGULAMA 1: MÜZİK VE RESİM BİRLİKTELİĞİ İLE DIŞAVURUMCU SANAT TERAPİSİ

İlk uygulama 28 Ocak 2022 Cuma günü, *Eskişehir Kadın Sağlığı Danışma Merkezi*'nde yapılmıştır. Seans basit tesadüfi örneklemi ve sistematik seçim yöntemiyle belirlenerek 12 kişilik grup şeklinde oluşturulmuştur. Grubun yaş aralığı 18-51 arasıdır. Aynı zamanda oluşturulan grup, farklı veya aynı memleketlerden göç etmiş sığınmacı kadınlardır. Sanat terapisi uygulamasına katılacak olan sığınmacı kadınlar için kurumun oyun salonu uygun görülerek boş ve rahat bir alan düzenlenmiştir. Uygulama programı sırasıyla gerçekleştirilmiş, sığınmacı kadın grubuyla yapılan uygulama yaklaşık 2 saat sürmüştür. Uygulama izinler doğrultusunda fotoğraf ve video ile kayıt altına alınmıştır. Birinci sanat terapisi seansının tekniği dışavurumcu resim, duyguları ve bilinçdışını harekete geçirmeyi sağlayan müzik alanları birlikte kullanılarak oluşturulmuştur.

Birinci aşama ısınma aşamasıdır. Karışık ve serbest şekilde mekân içinde dolaşma pratiği yaptırılmış, her bireyin birbirine ve zaman geçireceği mekâna aşina olması sağlanmaya çalışılmıştır. Bireyler dolaşırken birbirine selam vermiş, isimlerini birbirlerine söyleyerek tanışma ortamı yaratılmıştır.



Görsel 5: Uygulama 1



Görsel 6: Uygulama 1

İkinci aşama uygulama aşamasıdır. Bu aşamada danışanların çember şeklinde birbirlerini görebilecekleri düzende oturmaları sağlanmıştır. Danışanların önüne önceden belirlenmiş olan Van Gogh'un dışavurumcu ve çok çağrışımlı resimleri dağınık bir biçimde konulmuştur. Bireylerden bu resimlere bakmaları için zaman tanınıp üçer adet resim seçmeleri istenmiş, seçilen üç resmin bütününe bir tema ismi vermeleri söylenmiştir.



Görsel 7: Uygulama 1



Görsel 8: Uygulama 1



Görsel 9: Uygulama 1



Görsel 10: Uygulama 1



Görsel 11: Uygulama 1

Tema ismi seçildikten sonra ortaya çeşitli boya malzemeleri, kâğıt, kalem, silgi gibi malzemeler konularak her danışandan temasına uygun bir resim yapmaları istenmiştir. Danışanlar resme başladığında arka planda önceden belirlenmiş, çok çağrışımlı, duyguları harekete geçireceği düşünülen müzikler açılmıştır. Müzik tercihi alanında uzman kişiye danışılarak karar verilmiştir. (Brian Crain-Dream of Dreams ve Beethoven-Moonlight Sonata) Danışanlar müzik eşliğinde yaptıkları resimleri bitirene kadar ikinci aşama devam etmiştir.



Görsel 12: Uygulama 1



Görsel 13: Uygulama 1



Görsel 14: Uygulama 1



Görsel 15: Uygulama 1

Son olarak üçüncü aşamada her bir bireye uygulama sırasındaki bağıntıları içeren çeşitli yönlendirici sorular sorulmuştur. Bu sorular uygulamadaki yaratım süreçlerinde ve dinledikleri şarkı sırasında yaşadıkları duygu ve düşüncelerin içsel yaşantılarıyla olan bağının kurulmasına yardımcı olmaktadır. Danışanlar yönergelere uyarak ön görülen hedef davranışları gerçekleştirmişlerdir.



Görsel 16: Uygulama 1



Görsel 17: Uygulama 1



Görsel 18: Uygulama 1

İçsel dışavurum ve öz farkındalığı içeren bu uygulamada, sığınmacı kadınlar terapi ve yaratım süreçlerini değerlendirme aşamasında farkındalık yaşayarak üretimlerini aşağıdaki gibi yorumlamışlardır.

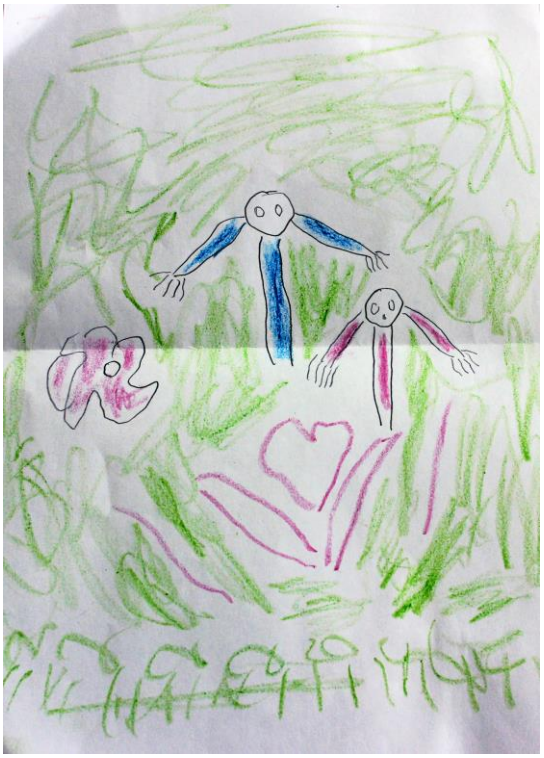
Abide Amani: Abide 32 yaşında. Seçtiği resimlerin aileyi çağrıştırdığından ve ailenin onun için öneminden bahsederek, "sevgi" temasını seçti. Ailenin ve sevginin emek gerektirdiğini, huzurlu bir hayatı betimlemek istediğini belirtti. Resminde çocuklarının eğlenebileceği huzurlu bir aile ortamı ve istediği doğa hayatını çizdi. Ankette grup çalışmasından ziyade bireysel çalışmada daha rahat hissedeceğini, sanat terapisi uygulamasında hoş zaman geçirdiğini ve daha fazla konuşmak istediğini yazdı.



Görsel 19: Abide Amani'nin Çizimi

Maleke Ozbak: Maleke 45 yaşında. Çizdiği resimdeki iki çocuk tasvirinin kendi çocuklarını temsil ettiğini ve zahmet kelimesi çocuklarını çağrıştırdığı için "zahmet"

temasını seçti. Çocuklarını çizerken iyi hissettiğini belirtti. Anket çalışmasındaki sorulara cevap olarak sanat terapisi uygulamasının ona iyi geldiğini, grup arkadaşlarıyla keyifli vakit geçirdiğini yazdı.



Görsel 20: Maleke Ozbak'ın Çizimi

Reyhaneh Sadıgı: Reyhaneh 31 yaşında. Seçtiği Van Gogh resimlerinde toplu insan tasvirleri olmasına rağmen "yalnızlık" temasını seçti. Toplu yaşamdan yalnız bir hayata geçtiğini belirtti. Resminde ev ve çiçek tasvirleri bulunuyor. Evin kendisini, çiçeklerin ise evinde büyüttüğü çiçekleri temsil ettiğini söyledi. Anket çalışmasındaki sorulara cevap oalrak sanat terapisindeki beklentisinin kendisini iyi hissetmek olduğunu, grup çalışmasının ona rahat hissettirdiğini ve kendisini rahat bir şekilde ifade ettiğini yazdı.



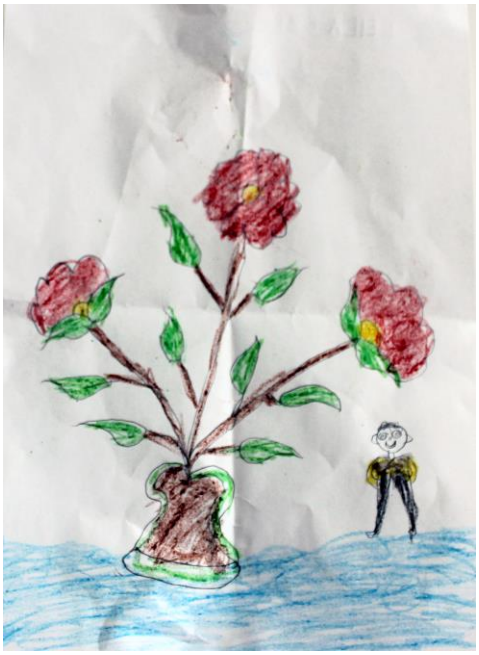
Görsel 21: Reyhaneh Sadıgı'nın Çizimi

Zeynep İmandi: Zeynep 42 yaşında. Temasını "zahmet" seçti. Resimde tasvir ettiği çiçekleri çok sevdiğini, yaptığı kanaviçe işlerinde de devamlı çiçek motifleri kullandığını belirtti. İşinin ve hayatının zahmet gerektirdiğini söyledi. Anket çalışmasındaki sorulara cevap olarak seansta kendini rahat ifade ettiğini, çalışmanın ona iyi geldiğini ve grup çalışmasında kendini rahat hissettiğini yazdı.



Görsel 22: Zeynep İmandi'nin Çizimi

Leila Ozbek: Leila 34 yaşında. Tema olarak "huzur" seçti. Çocuk ve çiçek tasvirinin ona huzur verdiğini söyledi. Aynı zamanda çocuğunun çiçek sevmesinin yaptığı çiçek tasvirinde etkili olduğunu söyledi. Günümüz şartlarında her şeyin istediği gibi olmaması durumundan ötürü çizdiği şeyleri görmesinin ona iyi hissettirdiğini söyledi. Anket çalışması sorularına cevap olarak uygulamada kendini iyi hissettiğini, rahat ifade ettiğini ve grup çalışmasının sıkıntı olmadığını yazdı.



Görsel 23: Leila Ozbek'in Çizimi

Bibi Fatema Rashidi: Fatema 30 yaşında. Tema ismini "hayat" olarak belirledi. Seçtiği resimlerdeki yaşlı kadın figürlerinin hayat için uğraştığını düşündüğünden çizdiği resme de kadın ve çocuk tasvirlerini yansıtmak istediğini söyledi. "Kadın çocukları için uğraşıyor, hayatında çok sıkıntı var ama vazgeçmiyor hayata devam ediyor" diye belirtti. Anket çalışması sorularına cevap olarak kendini rahat hissettiğini, farklı hayatlar tanıdığından memnun olduğunu yazdı.



Görsel 24: Bibi Fatema Rashidi'nin Çizimi

Sara Mahmoud Mohamed Abdullateif: Sara 37 yaşında. Seçtiği tema isimleri "huzur ve doğa". Tabiatı ve doğayı çok sevdiğini bu yüzden doğada olmasını istediği şeyleri tasvir ettiğini söyledi. Bunları çizerken huzurlu hissettiğinden bahsetti. Sara anket sorularına cevap olarak uygulamada huzurlu ve rahat hissettiğini, grup çalışmasında samimiyet duygusu yaşadığını yazdı.



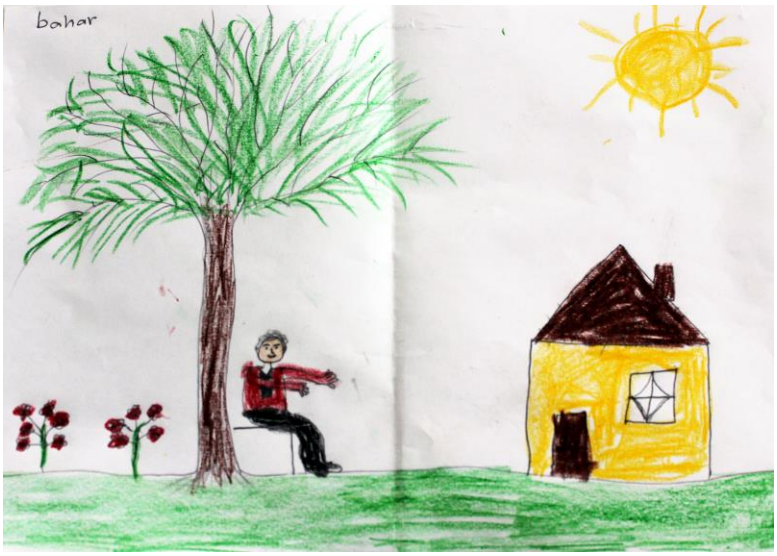
Görsel 25: Sara Mahmoud Mohamed Abdullateif'nin Çizimi

Khatun Abdulahman Mustafa: Khatun 51 yaşında. Belirlediği tema ismi olan "hicret" in ona geçmişinde yaşadığı anıları hatırlattığını söyledi. Resminde tasvir ettiği dağların, rüzgârın ve insanların, Suriye'den Türkiye'ye kaçışı anlattığından bahsetti. Çizerken yaşadıklarını hatırlaması onu duygulandırdı ve kendini "çizmek ve anlatmak kalbimi açtı" şeklinde ifade etti. Anket sorularına cevap olarak grup çalışmasının ona kardeşliği hissettirdiğini, uygulamada kalbinin açıldığını ve tüm hislerini açık bir şekilde ifade edebildiğini fakat yer yer sıkıntı yaşadığını yazdı.



Görsel 26: Khatun Abdulahman Mustafa'nın Çizimi

Ezhar Hidir Ahmed Hamu: Ezhar 19 yaşında. Seçtiği resimlerden yola çıkarak belirlediği tema olan "bahar" gerçek hayatta onun olmasını istediği şeyleri temsil ediyor. Şu anda bir anne adayı olduğunu ve ilerde bahara kavuşacağını, bu sebeple resmini bu yönde tasvir ettiğini söyledi. Ezhar anket çalışması cevaplarında ilerdeki günlerde güzel günler yaşayacağını, uygulamada arkadaş edindiğini, umutlarını beslediğini yazdı. Grup çalışmasındaki kalabalığın ona iyi geldiğini ekledi.



Görsel 27: Ezhar Hidir Ahmed Hamu'nun Çizimi

Reneh Salım Hamma: Rene 22 yaşında. Seçtiği "huzur" temasında seçtiği resimlerin ve çizdiği ögelerin ona huzur veren şeyler olduğunu söyledi. Kafasındaki huzuru resminde yansıttığını aynı zamanda çizdiklerini şu an yaşayabildiğinden bahsetti. Rene anket sorularına cevap olarak herkesin bu etkinlikten faydalanmasına mutlu olduğunu, huzur bulduğunu, kendini rahatlamış hissettiğini ve yeni insanlarla tanışma fırsatını bulduğunu yazdı.



Görsel 28: Reneh Salım Hamma'nın Çizimi

Esma Al Ibrahım: Esma 18 yaşında. Danışan, terapinin başlangıcında resim yapmayı sevmediğinden bahsetti, uygulama sonrası sorulduğunda resim yaparken kendini rahatlıkla ifade edebildiğini söyledi. Ablası çok fazla resim çizdiği için resim görmekten sıkıldığını, bu yüzden sevmeme ihtimali olduğundan bahsetti. "Yalnız" temasını seçerek önceki hayatını yansıttığını, çizdiği resimde de tek başına olan mücadelesini tasvir etmek istediğini söyledi. Esma anket sorularına cevap olarak uygulamanın ona eski günleri hatırlattığını, toplu katılımın güzel olduğunu, ona yeni insanlarla tanışma fırsatı verdiğini ve eğlendiğini yazdı.



Görsel 29: Esma Al Ibrahım'in Çizimi

Asmaa Jabbar Hadi Al Jaafari: Asmaa 34 yaşında. Van Gogh resimlerinden yola çıkarak "mutluluk" temasını seçti. Asmaa üzerinde dikkat çeken nokta bebek ve çocuk resimleri üzerine odaklanması, terapinin ortalarında duygularını yoğun yaşamasından ötürü dışarı çıkmak istemesi oldu. Bu temayı seçtikten sonra çizimlerine kızlarını yansıtmak istedi. Güzel bir hayat yaşamak istediğini ve yaşamak istediği yeri tasvir etti. Seçtiği resimlerden biri olan sonbahar görselinin ona yaşadıklarını hatırlattığından bahsetti. Asmaa anket sorularına cevap olarak terapide geleceğini düşündüğünü, onu biraz yorduğunu yazdı. Hiç yalnız hissetmediğini ve grup içerisinde kendini iyi ifade edebildiğini ekledi.



Görsel 30: Asmaa Jabbar Hadi Al Jaafari'nin Çizimi

Müzik ve resim alanları kullanılarak gerçekleştirilen birinci dışavurumcu sanat terapisi uygulaması sonunda, uygulama süreci, danışanların sanat üretimleri, öz farkındalık/değerlendirme aşamasındaki soru-cevap diyalogları ve anket çalışmasına verilen yazılı cevaplar incelenmiştir. Birinci sığınmacı kadın grubuna yapılan dışavurumcu sanat terapisi seansı sonucunda varılan noktada, sığınmacı kadınların bazı boya malzemelerinden çekindikleri, daha çok aşina olduğu malzemelere yöneldikleri gözlemlenmiştir. Süreçte benimsenen çeşitli duygular/düşünceler paylaşılarak, bireysel yaşantıların içeriğindeki *aile* ve *göç* kavramlarının ön plana çıktığı görülmüştür. Danışanların sanat üretimi sürecinde ve sonrasında müzik/resim alanlarının yarattığı dışavurumlarla bireysel farkındalığını oluşmaya başlaması, aynı zamanda bedensel süreçlerin ve duyguların farkına varılması gözlemlenmiştir. Açık uçlu anket sorularından bu gözlemlere benzer yazılı cevaplar alınmıştır. Hayatlarına ve yaşantılarına dair farkındalık yaşayan sığınmacı kadın grubu sanat üretimlerinde genel olarak ailesini, kendini, geçirdiği yaşam sürecinden bazı anları veya umut ettiği hayatı resmetmiştir. Uygulamanın son aşamasında sanat üretimlerini kendilerinin değerlendirmesi istenerek, geçmiş ve şimdiki yaşantılarına dair öz farkındalık ve kabul yaşamaları için alan oluşturulmuştur. Yaşadıkları süreçleri hem sözel hem de görsel olarak ifade eden birinci sığınmacı kadın grubu dışavurumcu sanat terapisi uygulamasının her aşamasını istenen şekilde gerçekleştirmiştir.



Görsel 31: Uygulama 1 Katılımcıları ve Eskişehir Kadın Sağlığı Danışma Merkezi Çalışanları ile Uygulama Sonrası Bir Fotoğraf, 28 Ocak 2022, Eskişehir Kadın Sağlığı Danışma Merkezi.

3.7. UYGULAMA 2: MÜZİK VE FOTOĞRAF BİRLİKTELİĞİ İLE DIŞAVURUMCU SANAT TERAPİSİ

İkinci uygulama 4 Mart 2022 Cuma günü yapılmıştır. Seans basit tesadüfi örneklemi ve sistematik seçim yöntemiyle belirlenerek 10 kişilik grup şeklinde oluşturulmuştur. Grubun yaş aralığı 19-53 arasıdır. Aynı zamanda oluşturulan grup, farklı veya aynı memleketlerden göç etmiş sığınmacı kadınlardır. *Eskişehir Kadın Sağlığı Danışma Merkezi*'nde sanat terapisi uygulamasına katılacak olan sığınmacı kadınlar için yine kurumun oyun salonu uygun görülerek boş ve rahat bir alan düzenlenmiştir. Uygulama programı sırasıyla gerçekleştirilmiş, sığınmacı kadınlarla yapılan uygulama yaklaşık 2 saat sürmüştür. Uygulama izinler doğrultusunda fotoğraf ve video ile kayıt altına alınmıştır. İkinci sanat terapisi seansının tekniği duyguları ve bilinçdışını harekete geçirmeyi sağlayan müzik, anıları hatırlatan fotoğraf alanları birlikte kullanılarak oluşturulmuştur.

Birinci aşama ısınma aşamasıdır. Karışık ve serbest şekilde mekân içinde dolaşma pratiği yaptırılmış, her bireyin birbirine ve zaman geçireceği mekâna aşina olması sağlanmaya çalışılmıştır. Bireyler dolaşırken birbirine selam vermiş, isimlerini birbirlerine söyleyerek tanışma ortamı yaratılmıştır.



Görsel 32: Uygulama 2



Görsel 33: Uygulama 2

İkinci aşamada danışanlar çember şeklinde birbirlerini görebilecekleri düzende oturmuşlardır. Danışanların önüne önceden belirlenmiş olan çeşitli konulardan seçilen kadın hayatı, göç, aile yaşantısını hatırlattığı düşünülen fotoğraflar dağınık bir biçimde konulmuştur. Bu aşamada arka plana önceden belirlenen çok çağrışımlı, duyguları harekete geçireceği düşünülen bir müzik açılmıştır. Müzik tercihi alanında uzman kişiye danışılarak karar verilmiştir. (Mark Eliyahu-Journey/theatrical) Bireylere müzik eşliğinde bu fotoğrafların her birini incelemeleri için zaman tanınmıştır. Müzik bittiğinde her bireyden onlara yakın gelen üçer adet fotoğraf belirlemeleri istenmiştir.



Görsel 34: Uygulama 2



Görsel 35: Uygulama 2



Görsel 36: Uygulama 2

Son olarak üçüncü aşamada her bir bireye uygulama sırasındaki bağıntıları içeren çeşitli yönlendirici sorular sorulmuştur. Bu sorular uygulama sürecinde yaşanan müzik ve seçtikleri fotoğrafların onlara hissettirdiği duygu ve düşüncelerin içsel yaşantılarla olan bağının kurulmasına yardımcı olmaktadır. Danışanlar yönergelere uyarak ön görülen hedef davranışları gerçekleştirmişlerdir. İçsel dışavurum ve öz farkındalığı içeren bu uygulamada, sığınmacı kadınlar terapi süreçlerindeki değerlendirme aşamasında kendilerini, yaşantılarını, duygu ve düşüncelerini farkına varmışlardır. Bu aşama kurumda çalışan Psikolog Yağmur Çiftçi ve tez danışmanı Dr. Öğr. Üyesi N. Müge SELÇUK ile birlikte gerçekleştirilmiştir.



Görsel 37: Uygulama 2



Görsel 38: Uygulama 2



Görsel 39: Uygulama 2



Görsel 40: Uygulama 2



Görsel 41: Uygulama 2



Görsel 42: Uygulama 2



Görsel 43: Uygulama 2



Görsel 44: Uygulama 2

Bu uygulama içerisinde danışanlardan herhangi bir sanat üretimi gerçekleştirmeleri istenmemiştir. Uygulamada fotoğraf alanı kullanılarak soru-cevap diyalogları ile dışavurumcu terapi öngörülmüş ve gerçekleştirilmiştir. Fotoğraf sanatından faydalanılan uygulamada, danışanlar gösterilen fotoğraflara bakarak benzer ya da yaşanması istenen yaşantılarını dile getirmişlerdir. Sanat terapisi uygulamasının içeriği, terapinin öz farkındalık/değerlendirme aşamasındaki soru

cevap diyalogları ve anket çalışmasına verilen yazılı cevaplar incelenmiştir. İkinci sığınmacı kadın grubuna yapılan sanat terapisi seansı sonucunda varılan noktada, benzer yaşantılar yoluyla benimsenen çeşitli duygu ve düşünce biçimleri gözlemlenmiştir. Uygulama sonrası danışanlara yapılan açık uçlu ankette bireysel hislere dair yazılı dönüşler alınmıştır. Uygulama sırasındaki sözlü ve uygulama sonrasındaki yazılı dönüşlerde danışanlar; dışavurumlarında yaşantılarının zorluklarının yer ettiği duyguları, yer-yurt özlemini, yalnızlığın ve tek başına ayakta kalmanın güçlüğünü ifade etmişlerdir. Sanat terapisi uygulama sürecinde kimi zaman üzgün kim zaman mutlu hissettiklerine dair duygular grup içinde paylaşılmıştır. Daha önce farklı veya aynı memleketlerde yaşamış olan danışanlar grup içerisinde birlik ve beraberlik hissi yaşadıklarını dile getirmişlerdir. Sığınmacı kadın grubuyla, yaşantılara dair farklı dışavurumlarla bireysel farkındalık yaşama üzerine gerçekleştirilen bu uygulamada, söz konusu danışan grup üyeleri yaşantılarının, hislerinin, düşüncelerinin ve farkındalıklarının bireysel kabulünü yaşadıklarını ifade etmişlerdir.



Görsel 45: Uygulama 2 Katılımcıları ve Eskişehir Kadın Sağlığı Danışma Merkezi Çalışanları ile Toplu Bir Fotoğraf, 4 Mart 2022, Eskişehir Kadın Sağlığı Merkezi.

SONUÇ VE ÖNERİLER

İnsanın özünü aldığı büyük ve karmaşık çevre yine insan hayatını şekillendiren bir kavram halini almıştır. Özellikle sınırların çizilmediği, akışın arttığı çevrelerde yersiz-yurtsuzlaşma durumunu ve göç hareketliliğini yaşayan insan sayısının fazla olduğu gözlenmiştir. Buna bağlı olarak şehirlerdeki değişimlerin de bu yersiz-yurtsuzlaşma ve göç hareketliliğinden oldukça etkilendiği düşünülmektedir.

İnsanın yaşamakta olduğu şehir hayatı, çağdaş yirmi birinci yüzyılda kapital düzenin etkisiyle kentleşmiştir. Kentleşmeyle birlikte modern ideal düzende oluşmuş toplum sınıfları, yaşamını devam ettirmeye çalışan insanın istekli ya da isteksiz olarak içinde yer aldığı bir mesele olduğu düşünülmektedir. Marx bakış açısıyla bir zamanlar entelektüeli üretenin köle olduğu gibi modern ideali de çağdaş insan eli üretmektedir. Buna ek olarak salt zorlukların veya zorunlulukların dışında iradeye göre insan etkinlikleri düzenlenmektedir. Bunların yanı sıra tüketim toplumunun bir parçası olan insan, kendine yer bulabilmek adına çağdaş modern idealin içinde bulunan sınırsız deneyimlere uyum sağlamaya çalışmaktadır.

Küresel düzen içerisinde yaşanan değişimler, kendine yer yurt edinmeye çalışan insan için bir bakıma açıklık yaratmaktadır. Diğer bir deyişle iktidar, elinde yönetebilen insan kodları bulundurmaktadır. Bu kodlar üzerinden çeşitli sömürülerle göçebeliğin oluşmasına sebep olunmaktadır. Göçler yüzyıllardır akış halinde olan, yer yurt edinme çabası veya zorunluluğudur. Yönü değişir fakat süreklidir.

Göçün seyri insanın birçok nedenden dolayı ana mekânından yabancı mekânlarla olan bağ kurma sürecini içermektedir. Bu kapsamda sığınmacı, mülteci gibi kavramlarla adlandırılan küresel göçebelik hareketleri, ayrıcalıklarla, kısıtlanmalarla veya zorluklarla açıklanabilmektedir. Yapılan araştırmalara göre bazı nedenlerden dolayı oluşan zorunlu ve gönüllü göç hareketlilikleri toplumlararası dalgalanmalarla sesini duyurarak küresel farkındalık oluşturmaktadır. Bu farkındalık sonucu ortaya çıkan göç analizleri, insan psikoloji üzerine yapılan araştırma ve uygulamaları da arttırmaktadır.

Göçebe hayat üzerine yapılan uyum analizlerinde farklı kavramlarla karşılaşılmış, göçmenlerin asimile, ayrılma, bütünleşme ve aykırılaşma kavramları dâhilinde toplum içindeki uyumu incelenebilir olduğu görülmüştür. Yapılan

analizlerde göçün duygusal/travmatik etkileri, yeni yaşam oluşturma çabası, uyum baskısı gibi fizyolojik ve psikolojik durumlar incelenebilmektedir. Göç dalgalanmalarına bakıldığında Türkiye dünyanın en büyük sığınmacı alan ülkesi sayılmaktadır.

Toplumda yaratılıştan beri toplumsal cinsiyet konusunun önemli bir rolü bulunmakla beraber göç olgusunda da toplum için belirlenmiş cinsiyet rolleri betimlemelere açıktır. Yapılan araştırmalar erkeğin olduğu kadar kadının da göç hareketliliğindeki önemini vurgulamaktadır. Sığınmacı, mülteci ve göçmen kadın, ağır sorumluluklar alarak yeni yaşam yerinde cinsiyet rolü ve yabancılığın getirdiği dezavantajlarla yer yurt edinme çabasına girmektedir. Göç mevzusu irdelenirken toplumların geneline bakıldığında avantaj ve dezavantajlarıyla dünyada fazlaca göç alan/veren ülke olan Türkiye oldukça önemli bir konumdadır. Bu noktada çalışmanın odağı sığınmacı kadınlar aracılığıyla üzerinde durulan ve birçok nedenden dolayı oluşan göç meselesi tüm dünya toplumlarının gündemindedir. Aynı zamanda dünya üzerinde herkesin bir şekilde yersiz-yurtsuzlaşma tehdidi altında oluşa da göz ardı edilmemelidir. Buradan hareketle farkındalıklar sonucu ortaya çıkan göç analizleri ve insan psikolojisindeki etkileri yapılacak uygulamaları arttıracaktır.

Yapılan alan yazın çalışmalarında yer-yurt edinme çabası ve göç psikolojisinin açığa çıkabileceği çağdaş yirmi birinci yüzyıl analiz yöntemleri araştırılmıştır. Bu araştırmalar doğrultusunda insan hayatında tıbbın gelişmediği zamanlardan, içinde bulunduğumuz yirmi birinci yüzyıla kadar kullanılan birçok deneysel tanı, tedavi veya iyileştirme yolları bulunduğu görülmüştür. Bunlar günümüzde holistik bakış açısıyla açıklanan, ruh ve beden bütünlüğünü savunan, bazı içsel dışavurum pratikleri yaşatan, tamamlayıcı/bütünleyici metotlar olarak adlandırılmaktadır. Bu metotlar arasında yirmi birinci yüzyılın modern yöntemi olarak irdelenen ve farklı özelliklere sahip birey grupları üzerinde çeşitli uygulamalarla araştırmalara konu olan bir yöntem dikkat çekmiştir. Sanatla terapi/sanat terapisi yöntemi (art therapy method), alan yazın örneklerinde olduğu gibi ruh bilimciler/terapistler tarafından katkı sağlanan ve yüzyıllardır konuşulan, sanatın iyileştirme gücünü ortaya koyan çağdaş tamamlayıcı/bütünleyici bir alan olarak karşımıza çıkmaktadır.

Sanatla terapi, yapılan alan yazı araştırmaları doğrultusunda disiplinlerarası sanat alanlarını verimli bir şekilde kullanabilen bir yöntem olarak, bireyler üzerinde terapötik bir uyum sağladığı düşünülmektedir. Resim, müzik, edebiyat, dans/hareket,

fotoğraf, tiyatro, sinema, heykel gibi disiplinlerarası sanat alanları insan bedeninin kendini ifade edebilmesi için hem ayrı hem de birlikte kullanılabilen sanatla terapi yöntemleridir. Sanatla terapi sanat terapisti aracılığıyla, riskli ya da travmatik durumu bulunan bireylere ruh bilimi uzmanlarının yardımı olmak üzere, yaş, cinsiyet veya başka bir kriter fark etmeksizin her bireye uygulanabilen bir sanat pratiğidir. Baş gösterdiğinden bu yana çeşitli durumlar ve birey grupları üzerinde uygulanan/uygulanmaya devam eden sanatla terapi, bireyler üzerinde yaratıcılık ve spontanlığı geliştirmeye, kendini ifade etmeyi kolaylaştırmaya, yaşantılara karşı bireysel duygu ve düşünce farkındalığı arttırmaya, çevreyle olan empati bağını kuvvetlendirmeye yardımcı olmaktadır.

Sanatla terapi insanın iç dünyasında olanları anlamak ve anlamlandırmak, içselleştirdiklerini dışa vurmak üzerine deneyim fırsatı sunmaktadır. Buradan yola çıkarak varoluşçu yaklaşımla birlikte dışavurumcu sanat terapisi pratikleri irdelenmiş, araştırmalar sonucu ortaya çıkan gözlemlerden etkilenerek belli bir evren üzerinde sanat terapisi uygulaması yapılması ön görülmüştür. Farklı göç deneyimleri ve yaşantılar sonucu psikolojik yansımaları analiz etme üzerine belirlenen, farklı yaşlardaki 22 sığınmacı kadına dışavurumcu sanat terapisi pratiği yaptırılmıştır.

Evreni temsil eden iki ayrı sığınmacı kadın grubu üzerinde yapılan disiplinlerarası sanat yöntemlerinin kullanıldığı varoluşçu yaklaşım ile dışavurumcu sanat terapisi uygulamalarında, evrenin yaşantılarına uygun seçilen sanat pratikleri müzik/resim ve müzik/fotoğraf şeklinde biçimlendirilmiş, verimli iki grup terapisi gerçekleştirilmiştir. Sanat terapisi esaslarına dayanarak, danışanların terapi sürecinde ve sonrasında araştırmacı/terapist yorumu ya da değerlendirmesi yapılmamıştır. Danışanların kendi yaşantılarıyla bireysel olarak iletişime geçmelerine yol gösterilmiş, bu iletişime tanıklık edilmiştir.

Terapi seansları süresince alınan geri dönüşler ve sonrasında yapılan analizler doğrultusunda, sığınmacı kadınların iç dünyalarında barındırdığı yaşantıları gözlemlenmiştir. Bu gözlem sonucunda iki sığınmacı kadın grubunun sanat malzemeleriyle az olan uyumunun sanat pratiği ile karşılaşmalarının yetersizliğinden dolayı olduğu düşünülmektedir. Sanat pratiği esnasında ve sonrasında sığınmacı kadınların %80'nin duygularını ve düşüncelerini rahatlıkla ifade edilebildiği görülmüştür. Geriye kalan %20'nin grup içerisindeki çekinceleri veya sanatın farklı alanlarını ilk defa deneyimlemelerinden kaynaklı kendilerini rahat ifade edemedikleri

düşünülmüş ve gözlemlenmiştir. Analiz edilen bireysel farklılıkların sanat uygulamalarında belirleyici olmadığı, aksine sanat uygulamalarının bireysel farklılıkları ortaya çıkardığı kanısına varılmıştır. Öz farkındalığın/kabulün oluşması için zaman ve pratik gerekmektedir. Aynı zamanda yapılan sanat terapisi uygulamalarındaki soru-cevap diyaloglarında ve sanat üretimlerinde gözlemlenen bireysel farklılıklar ön görülen evren içindeki çeşitliliğin artmasına yardımcı olmuştur. Böylece dışavurumcu sanat terapisinde disiplinlerarası sanat yöntemlerinin bileşik halde pratik haline dönüşmesinde, belirlenen evrenin uyumu incelenerek alana katkı sağlanmasına yol açmıştır.

Alınan eğitim ve yapılan araştırmalar doğrultusunda oluşturulan iki sanatla terapi uygulaması bireysel farkındalık, içe dönmeyi öğrenme, toplumsal kaynaşma, paylaşım duygusu, benlik ifadesi gibi olumlu yaşam deneyimleri barındırırken, bazı kavramları öne çıkarmıştır. Bunlar, alan yazın çalışmalarında da tartışılan *yersiz-yurtsuzlaşma* ve *göç* kavramlarıdır. Sığınmacı kadınlar bu kavramların doğurduğu, bilinçdışına atılan veya bilinç düzeyinde var olan malzemelerinin dışavurumunu sağlamışlardır.

Modern çağların yaşam koşullarının, modern toplum bireylerine getirdiği kısıtlamaların sanatsal düzeyde çalışmalar ile artık sanatın hayatta yeni bir konum aldığı söylenilebilmektedir. Ayrıca disiplinlerarası sanat yöntemlerinin birey farketmeksizin terapötik bir uyum gösterdiği düşünülmektedir. Sığınmacı kadınlar üzerine yapılan bu çalışmadaki kazanımlardan yola çıkılarak, bireylerin bilinçdışındaki malzemeleri bilinç düzeyine çekmesine yardım eden, zaten bilinç düzeyinde olan malzemelere ise öz farkındalık ve kabul sağlayan *disiplinlerarası sanat terapisi metodu* verimli bir şekilde uygulandığı takdirde tamamlayıcı ve bütünleyici bir özelliğe sahiptir. Günümüz çağdaş sosyal çalışmaları kapsamında, göç psikolojisini yaşayan bireyler ve buna benzer psikolojik durumların açığa çıkacağı gruplar üzerinde sanat uygulamalarının/terapilerinin çoğaltılması, sanatın tanı/tedavi gücünden bu denli çalışmalarla yararlanılması önerilmektedir.

Yapılan çalışma uygulayıcı yardımıyla disiplinlerarası sanat alanlarının sığınmacı birey psikolojisi ve bedenine uygun biçimde uygulandığı düşünülen bir örnek niteliğindedir. Aynı zamanda yapılan uygulamaların belirtildiği gibi hem evren üzerine hem de sanat terapisi literatürüne katkı sağladığı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Akhan, L. U. (2012). Psikopatolojik Sanat ve Psikiyatrik Tedavide Sanatın Kullanılışı. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*(2), 132-135.

American Art Therapy Association. *About the American Art Therapy Association*. Mayıs 13, 2022 tarihinde https://arttherapy.org/about/ adresinden alındı

Arendt, H. (1994). *İnsanlık Durumu.* (B. S. Şener, Çev.) İstanbul: İletişim Yayınları.

Aydın, B. (2012). Tıbbi Sanat Terapisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 4*(1), 69-83.

Baker, U. (2011). *Beyin Ekran.* İstanbul: Birikim Yayınları.

Baştürk, E. (2016). *Gözetimin Soykütüğü Faucault'dan Deleuze'e Postmodern Bir Arkeoloji.* İstanbul: Kalkedon Yayınları.

Baudrillard, J. (2013). *Tüketim Toplumu Söylenceleri/Yapıları.* (H. Deliceçaylı, & F. Keskin, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Benjamin, W. (2002). *Pasajlar.* (A. Cemal, Çev.) İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

Berger, J. (2015). *Bir Fotoğrafı Anlamak.* İstanbul: Metis Yayınları.

Berman, M. (1994). *Katı Olan Her Şey Buharlaşıyor.* (Ü. Altuğ, & B. Peker, Çev.) İstanbul: İletişim Yayınları.

Bostancıoğlu, B., & Kahraman, M. E. (2017). Sanat Terapisi Yönteminin ve Tekniklerinin Sağlık-İyileştirme Gücü Üzerindeki Etkisi. *Beykoz Akademi Dergisi, 5*(2), 150-162.

Bulduklu, Y. (2016). Hedef Kitle Bağlamında Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Uygulamaları. *Selçuk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*(37), 607-627.

Buyan, B. (2007). Küreselleşme ve Sinema. *Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 1*(1), 214-226.

Cereci, S. (2019). Communication Need of Immigrants: Instruments, Ways, Messages. *Göç Araştırmaları Dergisi, 5*(1), 10-26.

Chambers, I. (2005). *Göç, Kültür, Kimlik.* (İ. Türkmen, & M. Beşikçi, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Çakmaktaş, F. M. (2016). Sanatta Sağaltım ve Güncel Sanat Terapisi. *Yüksek Lisans Tezi*. Işık Üniversitesi.

Çakmaktaş, F. M. (2016). Sanatta Sağaltım ve Güncel Sanat Terapisi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çelikbaş, E. Ö. (2019). Dışavurumcu Sanat Terapisi. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi, 2*(1), 20-37.

Deleuze, G., & Guattari, F. (1990). *Kapitalizm ve Şizofreni 1 Göçebebilimi İncelemesi: Savaş Makinası.* (A. Akay, Çev.) İstanbul: Bağlam Yayınları.

Deleuze, G., & Guattari, F. (2014). *Anti-Ödipus Kapitalizm ve Şizofreni 1.* (F. Ege, H. Erdoğan, & M. Yiğitalp, Çev.) Ankara: Bilim ve Sosyalizm Yayınlan.

Demir, V. (2017). Dışavurumcu Sanat Terapisinin Psikolojik Belirtiler. *Opus Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 7*(13), 575-598.

Demir, V. (2022). *Sanat Terapisi: Temel Psikoloji Kuramları ile Dışavurumcu Sanatın Bütünleştirilmesi-Uygulamaya Yönelik Müdahaleler.* Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Demir, V., & Yıldırım, B. (2017). Sanatla Terapi Programının Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerin Depresyon, Anksiyete ve Stres Belirti Düzeylerine Etkililiği. *Ege Eğitim Dergisi, 18*(1), 311-344.

Doğan, Ö., & Avcı, A. (2018). Bitkilerle Tedavi ve İlaç Etkileşimleri. *Turkiye Klinikleri J Public Health-Special Topics, 4*(1), 49-54.

Doğan, S. (2012, Aralık 3). *Farklı Disiplinlerin Bilgini: İbn-i Sina (Avicenna).* Temmuz 27, 2022 tarihinde Açık Bilim: http://www.acikbilim.com/2012/12/dosyalar/farkli-disiplinlerin-bilgini-ibn-i-sina-avicenna.html adresinden alındı

Ekici, S., & Tuncel, G. (2015). Göç ve İnsan. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi, 5*(1), 9-22.

Eracar, N. (2021). *Sözden Öte Sanatla Terapi ve Yaratıcılık.* Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Eren, N. (1998). Psikotik ve Borderline Hasta Gruplarında Sanatla Psikoterapi Sürecinin İncelenmesi. *Doktora Tezi*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi.

Erişti, S. D. (2019). *Görsel Araştırma Yöntemleri Teori, Uygulama ve Örnek.* Ankara: Pegem Akademi.

Filiz, Ş. (2016). Sanat Terapisinin Felsefi Boyutları. *Mediterranean Journal of Humanities, 6*(1), 169-183.

Golparian, S. (2012). Displaced displacement: An a/r/tographic performance of experiences of being unhomed. *Doktora Tezi*. The University Of British Columbia. doi:10.14288/1.0055379

Goodchild, P. (2005). *Deleuze & Guattari Arzu Politikasına Giriş.* (R. G. Öğdül, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Göç Araştırmaları Derneği. (2018, Temmuz 3). Kasım 19, 2021 tarihinde https://gocarastirmalaridernegi.org/tr/yayinlar/analizler/58-goc-uzerine-dusunme-seklimizde-bir-paradigma-degisimine-ihtiyacimiz-var adresinden alındı

Gün, Z. (2016). *Çağdaş Psikoloji Akımları.* Atatürk Üniversitesi ATA AÖF.

Harari, Y. N. (2015). *Hayvanlardan Tanrılara Sapiens: İnsan Türünün Kısa Bir Tarihi.* (E. Genç, Çev.) İstanbul: Kolektif Kitap.

IOM. (2020). *World Migration Reports 2020.* Kasım 8, 2021 tarihinde https://worldmigrationreport.iom.int/wmr-2020-interactive/ adresinden alındı

IOM Türkiye. *Eşit Bir Gelecek İnşa Etmede Göçmen Kadınlar*. Kasım 9, 2021 tarihinde https://turkey.iom.int/tr/stories/e%C5%9Fit-bir-gelecek-i%CC%87n%C5%9Fa-etmede-g%C3%B6%C3%A7men-kad%C4%B1nlar adresinden alındı

Kaplan, M. (2020). Halk Hekimliğinde Holistik/Bütüncül Yaklaşım: Üzerlik Otu (Peganum Harmala) Örneği. *DTCF Dergisi, 60*(1), 415-430.

Karamızrak, N. (2013). Ses ve Müziğin Organları İyileştirici Etkisi. *Koşuyolu Kalp Dergisi, 17*(1), 54-57.

Karasu, M. A. (2017). Göç ve Uyum Sorunu. A. Yatkın (Dü.), *Uluslararası 11. Kamu Yönetimi Sempozyumu* içinde (s. 631-649). Elazığ: Fırat Üniversitesi.

Mollahaliloğlu, S., Uğurlu, F. G., Kalaycı, M. Z., & Öztaş, D. (2015). Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamalarında Yeni Dönem. *Ankara Medical Journal, 15*(2), 102-105.

Mülteci Hakları Merkezi. (2017). Türkiye'de Uluslararası Koruma Prosedürü Haklar ve Yükümlülükler.

NP İstanbul Hastanesi. *Şizofreni ve Sanat*. Mayıs 10, 2022 tarihinde https://npistanbul.com/sizofreni-ve-sanat adresinden alındı

Sanat Psikoterapileri Derneği. (2021, Eylül 23). *Sanat Psikoterapisi ve Yaratıcılık*. Haziran 1, 2022 tarihinde https://www.sanatpsikoterapileridernegi.org/sanat-psikoterapisi-ve-yarat305c305l305k.html adresinden alındı

Saygın, S., & Hasta, D. (2018). Göç, Kültürleşme ve Uyum. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 10*(3), 312-333.

Sennett, R. (2010). *Kamusal İnsanın Çöküşü.* (S. Durak, & A. Yılmaz, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Sonakalan, G. (2021). Göçmen İlişkileri Ağı Işığında Suriyeli Dul Kadınlaın Türkiye'de Hayata Devam Edebilme Mekanizmaları. *Göç Araştırmaları Dergisi, 7*(1), 118-139.

Sukut, Ö., Ayhan, C. H., & Sarıkaya, N. A. (2017). Farklı Gruplarda Dans ve Hareket Terapisinin Kullanımı ve Etkileri. *Journal of Academic Research in Nursing, 3*(ek), 1-5.

Şeker, D., & Uçan, G. (2016). Göç Sürecinde Kadın. *CBÜ Sosyal Bilimler Dergisi, 14*(1), 199-214.

Turan, N., Öztürk, A., & Kaya, N. (2010). Hemşirelikte Yeni Bir Sorumluluk Alanı: Tamamlayıcı Terapi. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi, 3*(1), 103-108.

Türk Dil Kurumu Sözlükleri. *Bilinç*. Temmuz 27, 2022 tarihinde https://sozluk.gov.tr/ adresinden alındı

Türk Dil Kurumu. *Yaratıcılık*. Ağustos 18, 2022 tarihinde https://sozluk.gov.tr/ adresinden alındı

Uluslararası Af Örgütü. *Mülteci Hakları*. Ağustos 10, 2022 tarihinde https://www.amnesty.org.tr/icerik/multeci-haklari adresinden alındı

Uyar, M., & Korhan, E. A. (2011). Yoğun Bakım Hastalarında Müzik Terapinin Ağrı ve Anksiyete Üzerine Etkisi. *Ağrı, 23*(4), 139-146.

Vikipedi Özgür Ansiklopedi. *Heykel*. Nisan 13, 2022 tarihinde https://tr.wikipedia.org/wiki/Heykel adresinden alındı

Wain, L. *Cats.* https://www.artnews.com/art-news/artists/the-electrical-life-of-louis-wain-review-1234609904/ adresinden alındı

Wilde, O. (2018). *Sanatçı: Eleştirmen, Yalancı, Katil Estetik ve Etik Üzerine.* (E. Soğancılar, K. Genç , F. Özgüven, & T. Armaner, Çev.) İstanbul: İletişim Yayınları.

World Health Organization. *Traditional, Complementary and Integrative Medicine.* Mart 29, 2022 tarihinde https://www.who.int/health-topics/traditional-complementary-and-integrative-medicine#tab=tab_1 adresinden alındı

Yazkaç, P., & Özkan, Y. (2018). Fizik Tedavi Ve Rehabilitetasyon Hastaları Üzerinde Sanatla Terapi Çalışmalarının Olumlu Etkisi Üzerine Deneysel Bir Çalışma. *Sosyal Araştırmalar ve Davranış Bilimleri Dergisi, 4*(6), 191-210.

Yılmaz, M. (2013). *Modernden Postmoderne Sanat.* Ankara: Ütopya Yayınevi.

Yılmaz, T. (2017). Klinik Psikolojide Sanat ve Sanat Uygulamaları. *Tykhe Sanat ve Tasarım Dergisi, 2*(2), 32-43.

GÖRSEL KAYNAKÇASI

Heidelberg Prinzhorn Book, https://aysenozkaya.wordpress.com/2015/01/07/sizofreni-ve-resim/

Jakob Mohr, *'Proofs'*, 1910, Heidelberg Prinzhorn Collection, https://aysenozkaya.wordpress.com/2015/01/07/sizofreni-ve-resim/

Jakob Mohr, *'Proofs'*, 1910, Heidelberg Prinzhorn Collection, https://aysenozkaya.wordpress.com/2015/01/07/sizofreni-ve-resim/

Louis Wain, *"Kaleydoskop Kedileri"*, https://www.artnews.com/art-news/artists/the-electrical-life-of-louis-wain-review-1234609904/

EKLER

Ek 1: Etik İzin Formu ve Açık Uçlu Anket Soruları

Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Değerli katılımcı,

Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı Yüksek Lisans Programı kapsamında, Doç. Dr. N. Müge SELÇUK danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.

Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.

Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.

Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve Soyadınız

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

3. Sanat Terapisi sonrasında hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir?

4. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden?

5. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak size ne hissettirdi?

Ek 2: Uygulama 1 Danışanlarına Ait Etik İzin Formları ve Açık Uçlu Anketler

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli Katılımcı,

Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 28/01/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve soyadınız

Abide Aman

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

05.05.1983 Doğhlan Afganistan

3. Sanat Terapisinden beklentiniz nedir?

Deneyimlemediğim için çok bir bilgim yok.

4. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak hakkında düşünceniz nedir?

Bireysel olursa daha verimli olacağına inanıyorum.

5. Sanat Terapisi sonrası hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Hoş bir zaman geçirdim. Bu kadar bir süreç yapacağımı açıkçası hiç düşünmemiştim.

6. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Başlarda biraz kadar derin bu sebeple sadece bir kaçtan. Daha çok konuşmak istedim. Bu çalışmada rahat bir şekilde ifade ettim.

7. Grup çalışması yapmak size ne hissettirdi? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Benim için farklılık oldu. Direkt yüze duygu farklı gelirdi.

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli Katılımcı,

Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 28/01/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve soyadınız

Maleke özbek

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

1/1/1977

3. Sanat Terapisinden beklentiniz nedir?

4. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak hakkında düşünceniz nedir?

Güzel eğlenceli
kendime iyi geldiğini
düşünüyorum

5. Sanat Terapisi sonrası hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Arkadaşlarla çok eğlenceli
ve zevkli geçtiğini
düşünüyorum

6. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Eğlenceli ve zevk verici

7. Grup çalışması yapmak size ne hissettirdi? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

mutlu güzel
iyi

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli Katılımcı,

Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 28/01/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve soyadınız

REYHANEH SAJJADI

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

1/1/1990

3. Sanat Terapisinden beklentiniz nedir?

Kendimi iyi hissetmek

4. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak hakkında düşünceniz nedir?

Bir şekilde çok rahat hissediyorum.

5. Sanat Terapisi sonrası hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Çok hoşuma gitti.

6. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Evet net bir şekilde ifade ettim.

7. Grup çalışması yapmak size ne hissettirdi? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Grupla ilgili çalışmayı yapmak bana iyi geldi. Bu ortam içinde kendimi rahat hissettim.

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli Katılımcı,

Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 28/01/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve soyadınız

ZEINAB EMADI

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

01.01.1980

3. Sanat Terapisinden beklentiniz nedir?

Sora iyi gelmesi, rahatlatmasını bekledim.

4. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak hakkında düşünceniz nedir?

Rahat olduğum düşünüyorum ve güzel olduğunu düşünüyorum

5. Sanat Terapisi sonrası hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

İyi geldi. Hazma girdi

6. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Evet net bir şekilde ifade ettim

7. Grup çalışması yapmak size ne hissettirdi? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Grupla çalışmak iyiydi.

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli Katılımcı,

Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 28/01/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve soyadınız

ZEKA ÖZBEK

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

01.01.1988

3. Sanat Terapisinden beklentiniz nedir?

4. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak hakkında düşünceniz nedir?

Benim sıkıntı değil

5. Sanat Terapisi sonrası hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

İyi hissettim, rahatladım

6. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Evet, rahatlıkla edebildim

7. Grup çalışması yapmak size ne hissettirdi? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

İyi hissettirdi.

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli Katılımcı,

Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 28/01/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve soyadınız

[redacted]

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

1991

3. Sanat Terapisinden beklentiniz nedir?

4. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak hakkında düşünceniz nedir?

yoneten

5. Sanat Terapisi sonrası hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Beyin için güzel bir aktivite oldu

6. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Kendini tam bırakamadığımdan

7. Grup çalışması yapmak size ne hissettirdi? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Kendi adıma eğlenceli bir

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli Katılımcı,

Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 28/01/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve soyadınız

Sara abdullateif

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

29/4/1985 - Mısır da doğudum

3. Sanat Terapisinden beklentiniz nedir?

benim becerlerimi güçlendir için

4. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak hakkında düşünceniz nedir?

bence herkes bu alanda yaratıyorlar. ve çok bilgiler biliyorlar.

5. Sanat Terapisi sonrası hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

huzur ve rahat hissediyorum

6. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

bence Eski hayat, mutlu, huzurluk, hayat anlamayı ifade ediyorum.

7. Grup çalışması yapmak size ne hissettirdi? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Samimiyet, insanlık hissediyorum

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli Katılımcı,

Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 28/01/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve soyadınız

Kahtan hamo

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

1/7/1970 Telefer

3. Sanat Terapisinden beklentiniz nedir?

4. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak hakkında düşünceniz nedir?

gurp halinde katilm çok güzel. Çünkü Hepimi daha fazla öğreniyoruz kardeş gibi.

5. Sanat Terapisi sonrası hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Kalbim açıldı mutlu oluyorum kendimden

6. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Tüm hislerimi aktarabildim, geçmişi hatırladığım için biraz sıkıntı çektim

7. Grup çalışması yapmak size ne hissettirdi? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Yeni arkadaşlar edindim, fikir alış verişlerinde bulundum

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli Katılımcı,

Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 28/01/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve soyadınız

Ezhar hamo

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

8/9/2002 / Telefer

3. Sanat Terapisinden beklentiniz nedir?

4. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak hakkında düşünceniz nedir?

İleride ki günlerde bahara çıkacağımı ve güzel günlere umudum etkirmek

5. Sanat Terapisi sonrası hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

rahatlık arkdaş edinmek

6. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Tam duygularımı aktaramadığımı düşünüyorum. umutlarımı tazeledi, besledi

7. Grup çalışması yapmak size ne hissettirdi? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Arkadaş edindim, kalabalık olarak bir şeyler yapmak iyi geldi

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli Katılımcı,

Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 28/01/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve soyadınız

Rene Homo

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

16.12.2000 Irak

3. Sanat Terapisinden beklentiniz nedir?

Benim beklentim Terapiden sonra mutlu olk.

4. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak hakkında düşünceniz nedir?

Güzle Herkes Faydalanmışlar
Sonuçta Hepimiz kardeş sayılırız
İnsan kardeşi ile güzle şeyler düşünür

5. Sanat Terapisi sonrası hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

çokgüzel di beni rahatlattı ve Huzur buldum

6. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Duygularımı tamamen olmasada aktardım
kendimi rahatlamış hissettim

7. Grup çalışması yapmak size ne hissettirdi? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Yeni insanlarla tanışma şansım oldu.
Onlarla iyi anlaştığımı düşündüm.
fikir alış verişinde bulunduk.

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli Katılımcı,

Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 28/01/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve soyadınız

Esma Acibrahim

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

28.01.2003

3. Sanat Terapisinden beklentiniz nedir?

Denemediğim için hiç bir bilgim yoktur, kendimi; danışma, resim çizme, ve eğlenme.

4. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak hakkında düşünceniz nedir?

iyi olduğunu düşünüyorum, ve rahat olacağımı düşünüyorum ve toplu şekilde katıldığım için daha güzel olduğunu düşünüyorum.

5. Sanat Terapisi sonrası hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

rahat hissettim ve eski günlerime hatırladım, çok eğlendik

6. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

güzel ve resim çizerken eğlendim içimi ferah hissettim ve geçmişimi yine aklıma canlandırdım.

7. Grup çalışması yapmak size ne hissettirdi? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

güzel bir çalışmaydı aynı şekilde tanışma nasıl olacağını araştık aynı şekilde çekilmedik birbirimizi tanıyarak olduk.

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli Katılımcı,

Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 28/01/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını ve yayınlanmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın, kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve soyadınız

Asmaa Jabbar Hadi ALjaafari

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

07/03/1988 Baghdad

3. Sanat Terapisinden beklentiniz nedir?

kesinlikle bize iyi bir faydası olucaktır.

4. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak hakkında düşünceniz nedir?

Bence herkesin fikrini almak daha iyi olurdu, ve Bizede yararı olurdu

5. Sanat Terapisi sonrası hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Çok eğlendim. Gelecek hayatımı düşündüm. İnşallah hayatımız her zaman mutlu olur. Biraz yoruldum Ama daha iyi Oldum.

6. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

Evet edebildim. Çok eğlendim

7. Grup çalışması yapmak size ne hissettirdi? (Etkinlik sonrası cevaplanacaktır)

hiç yalnız hissetmedim.

Ek 3: Uygulama 2 Danışanlarına Ait Etik İzin Formları ve Açık Uçlu Anketler

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli katılımcı,
Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 04/03/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve Soyadınız

NASİMA KAMALİ

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

3. Sanat Terapisi sonrasında hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir?

İyi hissettirdi. Memleketimi hatırladım. Fabrika, üzüntülü üzüldüm biraz.

4. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden?

Evet ifade edildi.

5. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak size ne hissettirdi?

Farklı insanları dinlemeyi sağladı. İyi oldu. Mutlu oldum

Bu içerik Google tarafından oluşturulmamış veya onaylanmamıştır.

Google Formlar

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli katılımcı,
Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 04/03/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve Soyadınız

Zeynep karabaş

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

01/12/2003 Telafer

3. Sanat Terapisi sonrasında hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir?

biraz ağlayan biraz mutlu

4. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden?

evet.

5. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak size ne hissettirdi?

mutlu, rahatlım.

Bu içerik Google tarafından oluşturulmamış veya onaylanmamıştır.

Google Formlar

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli katılımcı,
Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 04/03/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve Soyadınız

Hanna Abdulkerim kardaş

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

18 yaşında 21/11/2003

3. Sanat Terapisi sonrasında hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir?

Umidi yitirmemek,

4. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden?

biraz ifade edebildim, çok iyi yardı.

5. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak size ne hissettirdi?

çok değişik ve güzel oluyordu.

Bu içerik Google tarafından oluşturulmamış veya onaylanmamıştır.

Google Formlar

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli katılımcı,
Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 04/03/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve Soyadınız

Zera mohadi

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

22/4/1984

3. Sanat Terapisi sonrasında hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir?

iyi bir şey ve

4. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden?

tabiki iyi oldu

5. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak size ne hissettirdi?

değişik oldu

Bu içerik Google tarafından oluşturulmamış veya onaylanmamıştır.

Google Formlar

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli katılımcı,
Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 04/03/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve Soyadınız

RooDAIS DASTARKEŞAD

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

7/10/1977

3. Sanat Terapisi sonrasında hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir?

BOYDA çokmutlu güldüm çükiyaeDİ.

4. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden?

Evet çok hallet ti bana

5. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak size ne hissettirdi?

iyi hissettirdi bana

Bu içerik Google tarafından oluşturulmamış veya onaylanmamıştır.

Google Formlar

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli katılımcı,
Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 04/03/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve Soyadınız

LEYLA REŞULİ

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

39 yaşında

3. Sanat Terapisi sonrasında hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir?

İyi hissettim. Çok mutlu oldum. Memleketimi, ailemi düşündüm. Çocuklarımı düşündüm. Yaşadığımız felaketi zorluğu düşündüm.

4. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden?

Evet duygularımı hissettiklerimi ifade ettim.

5. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak size ne hissettirdi?

Grup halinde olması beni mutlu etti.

Bu içerik Google tarafından oluşturulmamış veya onaylanmamıştır.

Google Formlar

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli katılımcı,
Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 04/03/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve Soyadınız

Aya Ahmed Alrawi

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

20.04.2000 → Anbar

3. Sanat Terapisi sonrasında hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir?

Fikir paylaşmak ve [illegible] umut vermek

4. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden?

evet yapabildim

5. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak size ne hissettirdi?

fikir paylaşmak, sevdim.

Bu içerik Google tarafından oluşturulmamış veya onaylanmamıştır.

Google Formlar

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli katılımcı,
Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 04/03/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve Soyadınız

Lika Hamo

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

29/1/2010

3. Sanat Terapisi sonrasında hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir?

Bir nesne oldum bir an hareketli oldum.

4. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden?

Evet, çünkü herkes benim gibi yabancı

5. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak size ne hissettirdi?

Farklı bir şey. Kişisel benim gibi çok

Bu içerik Google tarafından oluşturulmamış veya onaylanmamıştır.

Google Formlar

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli katılımcı,
Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 04/03/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve Soyadınız

F[illegible]

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

[illegible] - Telefon

3. Sanat Terapisi sonrasında hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir?

Biraz Hafiflemiş [illegible]

4. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden?

Evet, Grantaş kendim gibi

5. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak size ne hissettirdi?

Farklı bir şey, kişisi benim gibi bir şey

Bu içerik Google tarafından oluşturulmamış veya onaylanmamıştır.

Google Formlar

Yüksek Lisans Tezi "Sanat Terapisi"

Değerli katılımcı,
Bu uygulama; Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı Yüksek Lisans Programı kapsamında, Dr. Öğretim Üyesi N. Müge Selçuk danışmanlığında, Sanat Terapisti Büşra Şahin tarafından yürütülmektedir.
Araştırmanın amacı; disiplinlerarası sanat yöntemlerinin sanat terapisindeki işleyişi ve uyumunu analiz etmektir.
Çalışma yaklaşık 2-3 saat sürecektir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmayı zorlandığınızı hissettiğiniz zaman vedalaşarak yarıda bırakabilirsiniz. Paylaştığınız bilgilere sadece araştırmacılar ulaşabilecek ve yanıtlar tez kapsamında değerlendirilecektir.
Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Sorulara vereceğiniz yanıtların gerçeği yansıtması, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir. Lütfen her soruyu dikkatle okuyunuz, cevaplarınızı sizi en iyi ifade eden şekilde ve içtenlikle yanıtlamaya çalışınız.

Katılımınız için şimdiden teşekkür ederim.

Etkinlik Zamanı: 04/03/2022
Etkinlik Yeri: Kadın Sağlığı Danışma Merkezi

Bu koşullar altında, araştırma kapsamında elde edilen şahsıma ait bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını, gizlilik kurallarına uyulmak kaydıyla sunulmasını, hiçbir baskı ve zorlama altında kalmaksızın kendi özgür irademle kabul ettiğimi beyan ederim.

1. Adınız ve Soyadınız

Ruhaya Hameed Rasheed

2. Doğum tarihiniz (gün/ay/yıl) ve doğum yeriniz nedir?

17.03.1967 - Anbar

3. Sanat Terapisi sonrasında hisleriniz ve düşünceleriniz nelerdir?

Rahatlamak fikir paylaşmak ve değişmek

4. Uygulamada duygularınızı net bir şekilde ifade edebildiniz mi? Edemediyseniz neden?

rahat oldum.

5. Sanat Terapisine grup halinde/birden fazla kişiyle katılmak size ne hissettirdi?

Sevdim ... fikir almak ve vermek .

Bu içerik Google tarafından oluşturulmamış veya onaylanmamıştır.

Google Formlar