

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI
SOSYAL HİZMET BİLİM DALI

**SANAT TERAPİSİNİN KADINLARIN ONTOLOJİK İYİ
OLUŞ VE KAYGI DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Arzu AVŞAR

İstanbul

Mayıs -2024

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI
SOSYAL HİZMET BİLİM DALI

**SANAT TERAPİSİNİN KADINLARIN ONTOLOJİK İYİ OLUŞ
VE KAYGI DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Arzu AVŞAR

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ POPLATA

İstanbul

Mayıs-2024

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Sosyal Hizmet Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ POPLATA

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Mehmet GEDİK

Üye.

Dr. Öğr. Üyesi Hacer Duygu YEŞİLKAYALI

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Sanat Terapisinin Kadınların Ontolojik İyi Oluş ve Kaygı Düzeyleri Üzerindeki Etkisi**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Arzu AVŞAR

ÖN SÖZ

Araştırmamdaki her aşamada bana yardımcı olan değerli tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Sena Öksüz Poplata'ya, tez jürimde de bulunan kıymetli hocalarım Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Gedik ve Dr. Öğr. Üyesi Hacer Duygu Yeşilkayalı'ya tezimin öznel yanını güçlendirmek ve düzenlemek adına verdikleri destek ve teşvikten dolayı çok teşekkür ederim.

Ayrıca düzeltme ve yönlendirmeleri için sosyal çalışmacı ve psikolog Nurşen Yılmaz'a, Psikolog Gülsüm Tüzün ve Psikolog Yasemin Bican ve psikolog Birol Yılmaz'a, veri analizlerini düzenlemede destek olan doktoran Behmen Çelikbaş'a, kendisi de yüksek lisans yapan kadim dostum Saide Banu Ekmen'e ve yüksek lisans eğitimim boyunca desteklerini benden esirgemeyen aileme ve teknik düzenlemeleri ile yardım eden eşim Yaşar Avşar'a teşekkürlerimi sunarım.

Arzu AVŞAR
İstanbul – 2024

ÖZET

SANAT TERAPİSİNİN KADINLARIN ONTOLOJİK İYİ OLUŞ VE KAYGI DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Arzu AVŞAR

Yüksek Lisans, Sosyal Hizmet

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Sena ÖKSÜZ POPLATA

Mayıs 2024 - 90 Sayfa

Bu araştırmanın amacı sanat terapisi uygulamalarının kadın bireyler üzerinde iyi oluş ve kaygı düzeylerine etkisinin olup olmadığının incelenmesidir. Bu amaçla 18-61 yaş aralığındaki 52 kadınla grup terapisi dinamiklerine dayanılarak 5 atölyede ortalama 3 saat benlik algısı ve korku, kaygı, sevinç-mutluluk, umut gibi temel duygu ve kavramlar üzerinden çalışma gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada nicel araştırmalardan biri olan deneysel desen kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Başakşehir bölgesinde ikamet eden 52 kadın oluşturmaktadır. Katılımcılarla sanat terapisi atölyeleri yüz yüze olarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar gönüllülük esasına göre belirlenmiş, her katılımcıdan oluşturacakları eserlerinin uygulayıcı tarafından gerekli görülecek bütün bilimsel araştırma, uygulama ve sunumlarda kullanılabilmesine imkân tanıyacak onam formu alınmıştır. Uygulamalardan önce ve sonra katılımcılara Ontolojik İyi Oluş Ölçeği ile Beck Anksiyete Ölçeği uygulanmıştır. Toplanan tüm veriler bilgisayar ortamına aktarılıp, SPSS 20.0 ile yorumlanmış ve tablolar halinde sunulmuştur. Sosyal hizmet ve sanat terapisi alanında yapılan araştırmalar sanat üretme sürecinin, müracaatçının farkındalığını ve benlik saygısını arttırmada, sosyal becerilerini ve yaratıcı düşüncesini geliştirmede, duygusal çatışmalarını çözümlemede, anksiyetesini azaltmada, problem çözme becerilerini ve baş etme mekanizmalarını geliştirmede faydası olacağını ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sanat, Sanat Terapisi, Sosyal Hizmet, Sanat ve Sosyal Hizmet

ABSTRACT

**THE EFFECT OF ART THERAPY ON WOMEN'S
ONTOLOGICAL WELL-BEING AND ANXIETY LEVELS**

Arzu AVŞAR

Master, Social Work

Thesis Advisor: Asst. Prof. Sena ÖKSÜZ POPLATA

May 2024 – 90 Pages

The aim of this research is to examine whether art therapy practices have an effect on the well-being and anxiety levels of female individuals. For this purpose, a study was carried out with 52 women between the ages of 18-61, based on group therapy dynamics, in 5 workshops for an average of 3 hours, on self-perception and basic emotions and concepts such as fear, anxiety, joy-happiness and hope. In this research, experimental design, which is one of the quantitative studies, was used. A pretest and posttest design were applied to a single group, which is among the multi-subject, weak experimental designs. The population of the research consists of 52 women residing in Başakşehir region. Art therapy workshops were held face to face with these women. Participants were determined on a voluntary basis, and a consent form was obtained from each participant, which would allow their works to be used in all scientific research, applications and presentations deemed necessary by the practitioner (while protecting their individual rights and freedoms in accordance. At the beginning and end of the workshops, the Ontological Well-Being Scale and the Beck Anxiety Scale were applied. All collected data were transferred to the computer environment, interpreted with SPSS 20.0 and presented in tables. Studies conducted in the field of social work and art therapy reveal that art and the creative process will be beneficial in resolving the client's emotional conflicts, increasing social skills, awareness, creative thinking and self-esteem, reducing anxiety, and improving coping mechanisms and problem-solving skills.

Keywords: Art, art therapy, social work, art and social work

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY FORMU	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ.....	ix
KISALTMALAR	x

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ	1
1.1 Araştırmanın Problemi.....	2
1.2 Araştırmanın Amacı.....	3
1.3 Araştırmanın Önemi	4
1.4 Araştırmanın Varsayımları	5
1.5 Araştırmanın Sınırlılıkları.....	5
1.6 Tanımlar.....	6

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE	7
2.1 Sosyal Hizmet Kuramları	7
2.1.1 Psikanalitik Kuram	8
2.1.2 Sistem Kuramı ve Ekolojik Yaklaşım	9
2.1.3 Transaksiyonel Analiz	9
2.1.4 Birey Merkezli Kuram.....	9
2.1.5 Feminist Yaklaşım.....	10

2.1.6	Gestalt Kuramı.....	10
2.1.7	Gerçeklik Terapisi	11
2.1.8	Varoluşçu Kuram.....	11
2.1.9	Bilişsel Davranışçı Kuram.....	12
2.1.10	Yapısalcı Kuram.....	12
2.1.11	Krize Müdahale	12
2.1.12	Güçlendirme Kuramı	13
2.2	Sosyal Hizmet.....	15
2.3	Sanat Nedir?.....	21
2.3.1	Sanatın İşlevi	23
2.4	Sanat Terapisi	24
2.4.1	Değişen Dünyada Dijital Sanat Terapisi	31
2.4.2	Sanatın Sosyal Hizmette Kullanımı.....	32

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM.....	35
3.1 Araştırma Modeli.....	35
3.2 Evren ve Örneklem	35
3.3 Veri Toplama Araçları.....	36
3.3.1 Sosyodemografik Veri Formu	36
3.3.2 Ontolojik İyi Oluş Ölçeği	36
3.3.3 Beck Anksiyete Ölçeği	37
3.4 Uygulama.....	37
3.4.1 Prosedür	38
3.4.1.1 Araçlar.....	38
3.4.2 Altı Haftalık Sanat Terapi Atölyeleri Uygulama Planı	38
3.4.2.1 İlk Oturum.....	38

3.4.2.2	İkinci Oturum: Duyguların Farkına Varmak, Korku Duygusu.....	39
3.4.2.3	Üçüncü Oturum: Anksiyete	40
3.4.2.4	Dördüncü Oturum: Sevinç- Mutluluk.	41
3.4.2.5	Beşinci ve Son Oturum: Umut	42
3.5	Verilerin Analizi	44

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR.....	45
4.1 Demografik Bilgiler.....	45
4.2 Anksiyete Puanı İçin Ön Test-Son Test Karşılaştırılması	47
4.3 Korelasyon Analizi Bulguları	48

BEŞİNCİ BÖLÜM

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER	50
--	-----------

KAYNAKÇA	63
-----------------------	-----------

EKLER.....	74
-------------------	-----------

Ek 1- Beck Anksiyete Ölçeği.....	74
----------------------------------	----

Ek 2- Ontolojik İyi Oluş Ölçeği	75
---------------------------------------	----

Ek 3- Sosyo-Demografik Bilgi Formu	77
--	----

Ek 4- Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur formu	78
---	----

ÖZ GEÇMİŞ.....	79
-----------------------	-----------

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 3.1: Sanat Terapi Atölyesi İlk Oturum (01. 11.2023).....	39
Tablo 3.2: Sanat Terapi Atölyesi İkinci Oturum (08. 11.2023).....	40
Tablo 3.3: Sanat Terapi Atölyesi Üçüncü Oturum (15.11.2023).....	41
Tablo 3.4: Sanat Terapi Atölyesi Dördüncü Oturum (22.11.2023)	42
Tablo 3.5: Sanat Terapi Atölyesi Beşinci Oturum (29.11.2023)	43
Tablo 4.1: Sosyo-Demografik Değişkenlerin Sayı ve Yüzde Dağılımları.....	45
Tablo 4.2: Ölçek Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları.....	46
Tablo 4.3: Ön ve Son Test Karşılaştırma Sonuçları.....	47
Tablo 4.4: Korelasyon Analizi Sonuçları.....	49

KISALTMALAR

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
Akt	: Aktaran
Ark	: Arkadaşları
IASSW	: International Association of Schools of Social Work
IFSW	: International Federation of Social Worker
KVKK	: Kişisel Verileri Koruma Kanunu
OİÖÖ	: Ontolojik İyi Oluş Ölçeği
SPSS	: Statistic Packets For Social Sciences (Sosyal Bilimler İstatistik Programı).
STK	: Sivil Toplum Kuruluşları
TDK	: Türk Dil Kurumu
TSSB	: Travma Sonrası Stres Bozukluğu

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Dışavurumcu bir terapi biçimi olarak sanatsal materyallerin kullanılması ile gerçekleştirilen sanat terapisi; kişilerin yaşadığı çatışmaları çözüme kavuşturmak, fiziksel ve ruhsal sorunlarını azaltmak, problemlerini çözümlemek ve pozitif değişime neden olmak üzere tanı ve tedaviyi sağlamak için kullanılan bir metottur (Güner, 2017).

Tarihsel başlangıcı 1940'lı yıllara dayanan sanat terapisinin terapötik müdahale olarak uygulanması 1960'lara dayanır. Terim olarak sanat terapisi kavramını ilk kez 1942 yılında Adrian Hill, tüberküloz hastalarıyla yaptığı çalışmada kullanmıştır. Hill hastaların yaptığı resimlerin sadece vakit geçirme işlevi görmediğini aynı zamanda hastaların travma ve kaygılarını ifade etmelerine de olanak sağladığını keşfetmiştir (Demir, 2017).

Sanat terapisi, sanatsal faaliyetler olarak bilinen müzik, resim, sinema, tiyatro, beden, hareket ve dans gibi çok boyutlu bir içeriğe sahiptir (Malchiodi, 2003). Birey ve gruplara yönelik değerlendirme ve müdahale aracı olarak kullanılan tüm bu faaliyetler sanat terapisi (Hasgöl, 2016).

Uygulamalı bir bilim olarak tanımlanan sosyal hizmet de tüm insanların hayat kalitesini yükseltmeyi ve genel iyi oluş halini artırmayı hedefleyen mesleklerinden bir tanesidir. Sosyal hizmet bireyi çevresi ile kurduğu sosyal ilişkileri bağlamında ele alarak, insanların sosyal işlevselliği üzerinden yakın ve uzak ilişkilerinde etkin bir iletişim kurmalarına yardımcı olmaktadır. Sosyal hizmet durağan ve sabit bir meslek olmaktan ziyade toplumsal değişimlere ayak uyduran, hareketli ve daima yeni ortaya çıkan ihtiyaçlara yönelik çözümler sunan bir meslektir. Sosyal hizmet bireylerin sorunlarını çözme ve bunlarla baş etme becerilerini geliştirmeyi, değişim ve dönüşüm kapasitelerini arttırmayı amaçlayan, müracaatçılar ile kaynakları buluşturmayı hedefleyen, insancıl ve işlevsel sistemleri daha etkin kılmaya çalışan, sosyal politikaların dönüşümüne alan açıp destek olan, birey, aile, grup ve topluluk merkezli çalışan uygulamalı bir meslektir (Duyan, 2003).

Sosyal hizmetin bu kapsayıcı ve destekleyici nitelikleri ile sanat terapisi öz de birleşmektedir (Akçin, 2021). Zira yaratıcı süreç ve sanatsal malzeme ile dışavurum bireylerin duygusal çatışmalarını çözmede, sosyal beceri ve farkındalıklarını arttırmada, sağlıklı savunma mekanizmalarını geliştirmede, benlik saygılarını yükseltmede, kaygılarını azaltmada, üretken düşüncelerini sağlamada, sorun çözme becerilerini geliştirmede büyük rol oynamaktadır (Malchiodi, 2007). Sanat terapisi uygulamalarının iyileştirici etkisini konu alan araştırmalar incelendiğinde; hasta yakınlarının, TSSB tanısı almış bireyler ve kanser hastalarının kaygı düzeylerini azalttığı, stresle başa çıkma ve iyileşmelerine olumlu katkılar sağladığı saptanmıştır (Sarandöl, 2013; Walker ve ark, 2016). Atasoy ve Akhan (2017) yaptıkları çalışmada sanatla terapinin anksiyete tedavisi için umut vadeden metot olduğunu rapor etmişlerdir. Sanat terapisinin grupla gerçekleştiği uygulamalarda müracaatçıların güvenli alanda duygularını tartışabilmesi mümkün olmaktadır. Ayrıca grup terapisinde katılımcılar birbirlerinden aldıkları geri bildirimlerle kendilerini yalıtılmış hissetmezler (Waller ve Mahony, 1999).

Sanat güzeli ve hoş a gideni arama faaliyetidir ve günümüz dünyasında güzellik anlayışı oldukça farklılaşmıştır. Bu aşamada katılımcı/müracaatçının çalışacağı konu belirlendikten sonra rahat hissetmesi ve kendi becerisi nispetince dışavurum gerçekleştirmesi çok önemlidir. Sanat terapistleri, insana yardım tekniklerini sanatın ifade ediliş biçimleri ile birleştirerek üretim odaklı bir yardım uygulaması sunmaktadır. Buradan hareketle sanat terapistinin müracaatçıya müdahalesiz şekilde bir etkinlik alanı sunması ve onun uygulamasına eşlik etmesi büyük önem taşımaktadır (Çelikbaş, 2019). Bu ve benzeri araştırmalar göstermektedir ki; sanat terapisi sosyal hizmetin kitlesi olan grupların istifade sağladığı, iyileşmesine destek olduğu, yaşam becerilerini desteklediği bir metotlar bütünüdür.

Bu bölümde; araştırmanın amacı, önemi, tanımlar, problem durumu, problem cümlesi, sınırlılıklar ve alt problemler bölümlerine yer verilmiştir.

1.1 Araştırmanın Problemi

Son yıllarda dünyada sosyal, ekonomik, teknolojik ve ekolojik alanda pek çok değişim yaşanmaktadır. Bu değişimler var olan sorunları daha da derinleştirmekte ve yeni sosyal sorunların ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Kadınların da toplumda büyük bir yer kapladığı ve aile kurumunun da temel dinamiklerinden olduğu göz önünde

bulundurulacak olursa onların ruh ve beden sağığının bulundukları noktadan daha iyi bir seviyeye getirilmesi önem arz etmektedir. Sosyal hizmetin birey, aile, grup ve toplum bazlı çalışma stratejileri ile sanat terapisinin atölye dinamiklerinde var olan destekleyici, güçlendirici, ileriye taşıyıcı ve şartsız kabul ediciliğı ortak paydada birleşmektedir. Kadınların iyi oluşu ile toplumsal değışim, ilerleme ve kalkınma da ivme kazanacaktır. Karaçam ve diğeri (2021) tarafından yapılan bir araştırmada görölmektedir ki, kadınların %50'sinden azında durumluk kaygı görölmekle birlikte %25'inden azında hafif düzeyde ve %32'sine yakınında yüksek düzeyde kaygı bulunmuştur. Katılımcılarında %25'inden azında sürekli kaygı görölürken %20'ye yakının da hafif ve %60'ına yakınında yüksek düzeyde sürekli kaygı belirtilmiştir. Katılımcıların %15'inde profesyonel desteğe ihtiyaç olduğı görölmüştür.

Saltık (2021) tarafından yapılan bir araştırmada da kadınların ontolojik iyi oluşlarının yaş düzeyinde çok büyük bir fark olmamasına karşın; bireysel maddi gelir, ailesel ekonomik durum ve eğitim durumlarına bağılı olarak ontolojik iyi oluşlarının farklılıklar gösterdiği belirlenmiştir. Bireysel geliri olmayan, eğitim düzeyi düşük olan ve ailesel ekonomik durumu aşağıda olan kadınların, eğitilmiş ve yüksek gelirli kadınlara göre ontolojik iyi oluşunun daha düşük olduğı belirlenmiştir.

1.2 Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı son yıllarda tüm dünyada, birey ve gruplara yönelik yürütölen sosyal hizmet uygulamalarında artış eğilimi gösteren sanat terapisinin sosyal hizmetin en temel amaçlarından biri olan kişilerin iyilik hallerinin artırılmasına sağladığı katkılardan yola çıkılarak, sanat terapisi uygulamalarının kadın bireyler üzerinde iyi oluş ve kaygı düzeylerine etkisinin olup olmadığının incelenmesidir. Ayrıca araştırma kapsamında aşağıdaki sorulara cevaplar aranmıştır.

- Sanat terapisi kadınların anksiyete düzeyleri üzerinde etkili midir?
- Sanat terapisi kadınların ontolojik iyi oluş açısından hiçlik boyutunda etkili midir?
- Sanat terapisi kadınların ontolojik iyi oluş açısından umut boyutunda etkili midir?
- Sanat terapisi kadınların ontolojik iyi oluş açısından pişmanlık boyutunda etkili midir?

- Sanat terapisi kadınların ontolojik iyi oluş açısından harekete geçme boyutunda etkili midir?
- Sanat terapisi kadınların ontolojik iyi oluş açısından düşmanlık boyutunda etkili midir?

1.3 Araştırmanın Önemi

Sanat terapisi; kişilerde iyi oluş halini artırma, ruhsal ve bedensel sorunları azaltma ve problem çözme becerisi geliştirme amacı ile farklı sanat dallarının sistematik bir şekilde kullanılması olarak tanımlanmaktadır (Demir, 2017). İnsanoğlu kendisini ifade edebilmek ve çevresiyle iletişim kurabilmek için sanatı çağlar boyu kullanmakta olmasına rağmen, sanat terapisi kavramı ancak 20. Yüzyılda ortaya çıkmıştır (Dryden, vd., 1992).

Tebeşir, kil hatta boya materyallerinin çağlar boyu kullanıldığı ve bireyin kendisini ifade etmek amacıyla bu araçlara başvurduğu görülmüştür. Bu üretken sürecin terapi teknikleri ve teoriler ile birleştirilmesi sonucu sanat terapisi kavramı doğmuştur. Sanatın oluşturulma sürecinde edinilen deneyimler sonucunda sanat eserinden bağımsız bir biçimde bireye iyi gelen bir yönünün olduğu savunulmuştur (Hill, 1948: akt. Kılıç, 2022).

Sanat terapisi bireylerin hem kendisindeki hem de diğerleri üzerindeki farkındalığını arttırmak için önemli bir yöntemdir. Bireylerin kişisel gelişimini teşvik eden, başa çıkma becerilerini arttıran ve bilişsel işlevleri üzerinde olumlu etkileri barındıran sanat terapisi, bir tedavi olarak kullanılabilir. Kullanılan bu yöntem kişilerin duygusal durumunu geliştirmenin yollarından biridir (Bostancıoğlu ve Kahraman, 2015). Amacı insanla çalışma olan sosyal hizmet mesleği de birey, aile, grup ve toplulukların problemlerine odaklanarak onlara değişim ve dönüşüm için yol haritası çıkarmaktadır (Şeker, 2011). Sanat terapisi çalışmalarındaki hedefin; insana hizmet, iyileşmeye destek, pozitif değişim ve farkındalık kazandırmak olduğu göz önüne alındığında, yapılacak bu araştırma daha da bir önem kazanmaktadır. Ayrıca araştırma literatürdeki veriler tarandığında Türkiye’de sosyal hizmetler ve sanat terapisini birleştiren ve uygulamalı atölyeler içeren ilk araştırma olma özelliğine sahiptir. Ulusal tez veri tabanı incelendiğinde güzel sanatlar, psikoloji, eğitim, nöroloji, hemşirelik, onkoloji ve psikiyatri alanlarında araştırmalar olmasına karşın, sosyal hizmet ve sanat

terapisinin bir arada kullanıldığı, uygulamalı bir araştırmaya rastlanmamaktadır. Bu durum araştırmayı daha özgün kılmaktadır.

1.4 Araştırmanın Varsayımları

Araştırmanın yapıldığı kadınların farklı sosyo-demografik duruma sahip olmaları sebebiyle toplumu oluşturan kadınları temsil ettikleri varsayılmıştır. Araştırma sonuçları ontolojik iyi oluş ve Beck anksiyete ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlilik boyutuyla sınırlıdır. Araştırma 2023 yılı içerisinde gerçekleştirilecektir. Araştırma ile ilgili aşağıdaki temel varsayımlar kabul edilmiştir.

- Araştırmada kullanılan yöntemlerin amaca uygun olarak belirlendiği varsayılmıştır.
- Belirlenen evrenin, örnekleme temsil edecek nitelikte olduğu varsayılmıştır.
- Gerçekleştirilecek atölyeler ile bireylerin sanat terapisi metotlarını deneyimleyerek; anksiyete ve ontolojik iyi oluşlarının değişeceği varsayılmaktadır.
- Sanat terapisinin destekleyici, sağaltıcı ve iyileştirici gücü ile bireyler duygularını kontrol edebilmelerine olanak bulacaktır. Bu vesile ile de kişisel farkındalık ve iç görü kazanmalarının mümkün olacağı varsayılmaktadır.

1.5 Araştırmanın Sınırlılıkları

Çalışma açısından sınırlılık oluşturabilecek ihtimaller mevcuttur, bunlar aşağıda ayrıca belirtilmiştir.

- Bu araştırma 2023 yılı ile sınırlıdır.
- Araştırma, araştırmanın yapıldığı zaman aralığındaki katılımcı sayısı ile sınırlıdır.
- Bu araştırmada edinilen bulgular Başakşehir İlçesinde bulunan ve sanat terapisi atölyelerine katılım sağlayan 18-61 yaş arası kadınla sınırlıdır.
- Katılımcı kadınların farklı sosyo-demografik yapıya sahip olmaları bir avantaj olarak görülse de atölyelerin farklı ilçelerde gerçekleştirilememesi araştırmayı sınırlandırmaktadır.
- Sanat terapisi atölyelerinde çalışılan yönergelerin benlik algısı ve temel duygulardan korku, kaygı, umut ve sevinç ile kısıtlı oluşu da bir başka sınırlandırıcı unsurdur.

- Çalışmadaki bireylerle ilgili bilgiler, ontolojik iyi oluş ve Beck anksiyete ölçeği ile sınırlıdır.

1.6 Tanımlar

Güçlendirme: Görece yeni olan kavram psikoloji, sosyoloji, ekonomi, sosyal bilimler ve siyaset biliminden de istifade eden unsurlara sahiptir. Güçlendirme, kuram olarak bireylerin kendi yaşamlarının idaresini kendi eline almaları ve gerekli kaynakları harekete geçirmek adına çevrelerini harekete geçirmelerini kapsamaktadır (Lee ve Hudson, 2011).

Sosyal Hizmet: Sosyal hizmet bireyin insani haklarının korunmasını, iyilik halinin sağlanmasını ve bu bağlamda müşterek sorumlulukların desteklenmesini önceleyen bir meslek dalıdır. İnsanın bulunduğu her sahada özgürleştirici, güçlendirici ve savunucu rolleri ile sosyal hizmet mesleği kendini ortaya koymaktadır (Şimşek ve Altun, 2021). Sosyal hizmet mesleği, ırk, yaş, cinsiyet, milliyet, din, siyasi görüş vb. güdülmeksizin tüm insanların sahip olduğu insanlık onurunun korunması ve geliştirilmesinin yanı sıra insanların yaşadığı psikolojik sorunların korunmasına da katkıda bulunması gereken uygulamalı bir bilimdir (Öksüz, 2018).

Sanat: Bir duygu, güzellik, tasarım vb. anlatımında ve dışavurumunda, kullanılan yöntemlerin toplamıdır. Bu yöntemlerle ortaya çıkarılan üstün yaratıcılıktır (TDK, 2015). Sanat, iletişimde güçlü bir araçtır (Malchiodi, 2003). Sanat, tüm insanlık tarihinde yaşanmışlıkları bize ileten, insanın kendini ifade etmede en çok kullandığı evrensel bir araçtır (Eren, 1998).

Sanat Terapisi: Sanatsal malzemeler olan resim, müzik, tiyatro, beden kullanımı, heykel, ritim gibi unsurların yardımı ile insanın ruh dünyasını dışarı çıkarmaya yarayan, destekleyici, deşarj, tedavi ve rehabilite edici ayrıca geliştirici bir uygulamalar bütünüdür. Burada sanatsal dışavurum için teknik bilgi aranmamaktadır. Basit boyamalardan, profesyonel yansımalara hepsi sanat terapisi uygulamalarına örnek olabilmektedir (Aydın, 2012).

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde araştırma kapsamında kuramsal çerçeveye ait ele alınacak başlıklar bulunmaktadır. Sırasıyla sosyal hizmet kuramları, güçlendirme kuramı, sosyal hizmet, sanat, sanatın işlevi, sanat terapisi, sanatın sosyal hizmette kullanımı başlıkları yer almaktadır.

2.1 Sosyal Hizmet Kuramları

Sosyal hizmet; birey, aile, grup ve toplumun yaşamını etkileyen ekonomik, psikolojik ve sosyal problemlerin tamamını incelemek üzere çalışan bir bilim ve uygulamalar bütünüdür. Sosyal hizmet bu unsurları incelerken çevresi içinde insanı da dikkate alarak uygulamalarını gerçekleştirmektedir. Sosyal çalışmacı müdahale planlamasında müracaatçının psikolojik değişimine de odaklanmaktadır. Değişen toplumda bireyin topluma ait üretken bir yapıya kanalize olabilen, katılımcı, var olduğu alanın şartlarına ayak uydurmaya elverişli olmasını sağlamayı amaçlamaktadır. Bu bağlamda sosyal hizmet mesleği; bireyin temel ve özel problemlerinin değişimi için gereken koşulların sağlanması için gereken müdahale ve yaklaşımlara sahip olmak zorundadır. Bu nedenle çok iyi hazırlanmış çerçeveye dayandırılmaktadır (Özdemir, 2000).

Sosyal hizmet, bireyler, gruplar ve toplumların sosyal gelişimlerine destek veren, sorunlarının çözümünde yardımcı unsur görevini yerine getiren bir meslek olarak, gerekli yaklaşımları geliştirme ve karar vermede etik ilkelere ve farklı perspektiften gerçekleşen kuram ve yaklaşımlara ihtiyaç duymaktadır. Sosyal hizmet, değer temeli üzerine inşa edilen ve doğru uygulamalar için yol gösteren, sosyal sorunlarla yüz yüze gelmek zorunda olan aynı zamanda etik ve hassas bir meslektir (Zubaroglu, 2020).

Sosyal hizmet de birey, grup, topluluklar ve topluma bakış yaklaşımına yön veren pratiklerin esaslı bir tamamlayıcısı olarak çalışırken kuramlardan istifade etmektedir (Kılıç, Tekin, 2021). Kuram ise belirli bir mesele hakkında düşünülen ve buna dayanarak olasılıklar hakkında yapılan tahminde bulunma işlemine verilen addır. Bir kuram sosyal çalışmacının farklı durumları, güçlükleri, davranış ve tecrübeleri anlaması ve bunlara dair yorum getirmesine fayda sağlamaktadır (Artan, 2020). Ayrıca kuramlar sosyal çalışmacıya müracaatçı tarafından gösterilen davranışlar ve durumları

tahmin etmek, açıklamak ve değerlendirme yapmada yardımcı olmaktadır. Sosyal hizmetin tarihi sürecinde birey, aile, grup ve toplum bazlı ihtiyaçlardan ötürü destekleyici ve dönüştürücü etkili kuramlar şunlardır;

- Psikanalitik kuram
- Sistem kuramı ve ekolojik yaklaşım
- Transaksiyonel analiz
- Birey merkezli kuram
- Güçlendirme yaklaşımı-Güçler perspektifi
- Feminist kuram
- Gestalt kuramı
- Gerçeklik terapisi
- Varoluşçu kuram
- Bilişsel davranışçı kuram
- Yapısalcı kuram
- Krize müdahale (Teater, 2015).

2.1.1 Psikanalitik Kuram

Freud tarafından geliştirilen kuram başlangıçta bir tedavi yöntemi olan psikanaliz olarak ortaya çıkmıştır. Freud kişiliğin ve insan davranışlarının bilinçdışı unsurlarca yönetilip, yönlendirildiğini savunmuştur. Bireylerin davranışlarında doğuştan gelen içgüdü ve dürtülerin etkili olduğunu savunmaktadır (Sağlık, 2021). Psikanaliz Freud tarafından keşfedildiği yıllardan günümüze gelene dek birçok otorite tarafından katkı sağlanarak gelişim göstermiş ve çeşitli yöntem kullanılarak daha da zenginleştirilmiştir. Kullanılan bu işlevsel yöntemlerin en etkililerinden biri olan sanat terapisinin psikanalitik çerçevede bir araç olmaktan ziyade daha çok sağaltım, iyileştirme ve yeniden yapılandırma için kullanıldığı görülmektedir. Ayrıca sanat terapisinin psikanalizdeki en önemli temel dayanak olan serbest çağrışım ile kullanılması kişilerin dışavurum sağlamasına büyük kolaylık sağlamakta, iç görü, farkındalık ve anda kalma becerilerini arttırarak kişileri bulundukları duygu durumundan daha iyi bir seviyeye taşımalarında çok etkin bir rol oynadığı görülmektedir (Okcu, 2022).

2.1.2 Sistem Kuramı ve Ekolojik Yaklaşım

Önceleri doğa bilimlerinde uygulanmaya başlayan kuram daha sonra sosyal bilimler alanında kendisine yer bulmuştur. Kuram sosyal hizmetin temel niteliği sayılan “çevresi içinde birey” yaklaşımına uygun bir temele dayanmaktadır. Bu kuram; sosyal çalışmacıların müracaatçılar ile ilgili detaylı analiz yapabilmesi ve meselelere bütüncül bir bakış açısı gerçekleştirmelerine olanak sunmaktadır (Acar, Acar. 2002). Sistem kuramı özelinde sanat terapisi uygulamalarına Türkiye’de ne yazık ki rastlanmamaktadır. Buna karşılık kuramın öznesi olan “çevresi içinde birey” kavramı üzerinden bakıldığında STK, vakıf, dernek ve özel yahut devlet hastanelerinde gerçekleştirilen uygulama atölyeleri bu kuramla eşleşebilmektedir. Çünkü sanat terapisinin psikolojik problemleri ölçme-değerlendirme, tanılama, tedavi ve rehabilite etme yönlerinden istifade etmek amacıyla yapılan atölyelerde birey, grup, aile ve topluluklarla çalışmakta ve bu sayede sistem kuramının başat ilkesine hizmet edilebilmekte, kişilerin çevreleri ile ilişkileri sanat terapi uygulamaları ile değişebilmektedir (Şahin, Yılmaz, 2017).

2.1.3 Transaksiyonel Analiz

Eric Berne tarafından geliştirilen kuram Türkçe işlemsel çözümleme anlamına gelmektedir. Kuram, sosyal davranışlar ve psişik işleyişin ego durumları olarak adlandırılan zihin dinamikleri ile gerçekleştirildiğini savunmaktadır. Transaksiyonel analiz yaşamın temel prensibinin kişiler arası etkileşim ve değiş tokuştan ileri geldiğini benimsemektedir. Ego durumları ebeveyn, çocuk ve yetişkin olarak tanımlanmakta ve kişilerin davranışlarını yetiştirme biçimlerine bağlı olarak bu 3’ünden biriyle ortaya koydukları düşünülmektedir (Bayam, 2023). Transaksiyonel analizin en belirgin noktası olan ilişkilerin değiş-tokuş prensibinden ileri gelmesi ögesi ile sanat terapisinin temel unsurlarından olan kişinin ruh halini ürettiği esere yansıtarak açığa çıkarması bağdaşmaktadır. İçinde bulunduğu ruh durumunda kişi, transaksiyonel analize göre hangi ego durumunda ise ona göre bir eser üretebilecek ve anın içinde kendisini gözlemleyebilecektir (Canoruç, Şahin, 2023). (Çobanoğlu, Talay, 2019).

2.1.4 Birey Merkezli Kuram

Birey merkezli kuram bireyin yaşamına etki eden tek unsurun kendisi olduğunu savunmaktadır. Kuram 1950’li yıllarda Carl Rogers tarafından geliştirilmiştir. Kuram ana yapı olarak kalıcı tutum ile uygulamalara karşı çıkmakta ve insanı merkeze

almaktadır. Bu yaklaşımın üç önemli ortaklığı empati, kabul ve saygıdır. Dış müdahalelerden ise bireyin kendi özgür iradesinin davranışlarında etkin olduğunu savunmaktadır (Keleşoğlu, Akyüz. 2022). Sanat terapisi ile birey merkezli kuram bir arada kullanılması uygun olan iki temel kavramdır. Sanat terapisi kişilerin iyilik halinin sağlanması ve devamı için bireysel atölye uygulamalarını da içermektedir. Birey merkezli kuram da kişilerin kendi değişimi için özne olması gerektiğini savunduğundan iş birliği içinde olmaları mümkündür. Dezavantajı kitleler ile çalışan sosyal çalışmacıların kendilerini aktarma becerilerinde sorun yaşayan müracaatçılarla çalışırken ellerini güçlendirici bir metot olan sanat terapisi, grup dinamiklerine ayak uyduramayan, konuşma ve ifade güçlüğü çeken, ağır travmatik deneyimi olan, afet, göç ya da suça sürüklenmiş kişilerle çalışırken kolaylaştırıcı olmaktadır (Bayramlı, 2023).

Güçlendirme Kuramı en sonda detaylıca işleneceği için burada yer verilmemiştir.

2.1.5 Feminist Yaklaşım

1990'lı yılların başında ortaya çıkan feminist kuram uluslararası sivil toplum kuruluşları tarafından desteklenmiş ve ontolojik farklılıklar nedeniyle ortaya çıkan mağduriyetlerin giderilmesini sağlamayı amaçlamaktadır. Feminist yaklaşım sosyal güvenlik, sosyal adalet, sosyal eşitlik, sosyal gruplara saygı gibi konuları ele alarak baştan sona bir kalkınma modeli hedeflemektedir (Özlük, 2007). Farklı kimlik ve gruplar ile çalışan ve onların varlığını güçlendirmeyi de amaçlayan sanat terapisi metotları feminist yaklaşımla yeni bir boyut kazanabilmektedir. Sosyal hizmetin de hususi çalışma kitlesi olan kadınların, bu yaklaşım ile birleştirilecek sanat terapisi uygulamaları ile farklı bir yol haritasına ulaşmaları mümkündür (Hogan, 2012).

2.1.6 Gestalt Kuramı

Zihnin algılama biçimlerini derinlemesine ele alan kuram, algılamalarımızın deneyimlerimizin bütünlüğünden ve yaşadığımız olaylara ait parçaların oluşturduğu katmanların toplamından kaynaklandığını baz almaktadır. Zihin işleyişini bir bütün ve karmaşık olarak inceleyen kuram Almanya'da Max Wertheimer tarafından geliştirilmiş ve daha sonra Wolfgang Köhler ve Kurt Koffka gibi diğer psikologların çalışmalarıyla zenginleştirilmiştir (Işık, 2023). Gestalt kuramı diğer kuram ve yaklaşımlara nazaran dünyada uygulama örneklerine sıkça rastlanan bir yöntemdir. İlişkileri ayrıntılı olarak ele alan kuramda kişinin algılama biçimini değiştirmek çok

önemlidir. Sanat terapisinin eser üretiminde aslında var olan ile algıda var olan arasındaki farkı ortaya koyması bu kuramın sanat terapisi ile kesiştiği yerdir. Kuram ve sanat terapisi bu kesişim noktalarında kişilere algının yanıltıcılığını kendi eserleri üzerinden göstermektedir. Bu sayede kişilerde farkındalık alanları artmaktadır (Serhatoğlu, Ulukaya. 2017).

2.1.7 Gerçeklik Terapisi

Gerçeklik terapisi 1960'lı yıllarda William Glasser tarafından yapılandırılmıştır. Terapinin ana teması kişinin mesuliyet almasına ve bunu yaparken diğer insanlara zarar vermemesine odaklanmasını içermektedir. Kişilere destek verilirken bireysel ihtiyaç ve gerekliliklerine uygun bir süreç sağlanması metodun prensiplerindendir (Akpınar, Öz, 2013). Gerçeklik terapisinin özü, bireylerin kendi davranışlarının sorumluluğunu kabul etmesi, böylece onların başarıya ve mutluluğa ulaşmalarına yardımcı olmaktır. Bu noktada sanat terapisinin ana amaçları ile birleşen gerçeklik terapisi sanat terapi uygulamaları ile kullanılarak kişileri şimdi ve buraya getirmede etkili olmaktadır. İki yöntem aslında özde birleşmektedir (Kim ve ark. 2001).

2.1.8 Varoluşçu Kuram

Varoluşçu kurama göre insan dünyaya geldiği haliyle kalmak zorunda olmayan yegâne canlıdır. Değişim, tercihlere bağlı kişisel gelişim ve ruhsal dönüşüm varoluşçu bakış açısının ana merkezini oluşturmaktadır. İnsanı diğer varlıklardan ayıranın bu değişim ve dönüşüm olduğuna inanan varoluşçular 20. Yüzyılda ruh sağlığı alanında daha fazla yer edinmişlerdir (İlgar, İlgar, 2018). Dünyadaki pratiğe baktığımızda sanat terapisinin daha çok varoluşçu kuram ile kullanıldığı ve "varoluşçu sanat terapisi" olarak adlandırıldığı dikkat çekmektedir. Bu yöntem ile kişilerin kendini keşfetme yolculuğuna çıkması amaçlanmış, bazen acı verici, zorlayıcı, kaygı verici durumlar ile karşılaşılmasına rağmen, nihayetinde amacın yaşamın anlamını bulmak olmasından dolayı, yolculuk ilerledikçe kişiler ile uygulayıcı arasında sağlıklı bir bağ oluştuğu ve benliğini bulmaya devam eden insanın başlangıç aşamasından daha sağlıklı bir yere geldiği gözlemlenmiştir. Bu nedenledir ki; varoluşçu kuram sosyal hizmet, psikoloji, psikiyatri gibi birbiri ile ortak alanlarda daha kolaylaştırıcı ve pratiğe katkı sağlayıcı sonuçlar elde edilmesine olanak sağlamaktadır. (Moon, 2007).

2.1.9 Bilişsel Davranışçı Kuram

Kuram güncel meseleler üzerinde çalışan sorun çözümü ve eyleme geçmeyi içeren bir tutum barındırmaktadır. İşlevsiz düşüncelerin yok edilmesi üzerine çalışan kuram aslında çok kapsamlı bir alana hizmet eden bir şemsiye terimdir. Bağımlılıklar, yeme alışkanlıkları, duygu durum bozuklukları gibi çok geniş yelpazede soruna çözümler sunmayı hedeflemektedir (Özdel, 2015). Bilişsel davranışçı yaklaşımın temel argümanlarından olan fonksiyonu olmayan düşüncelerin zihinden sağlıklı yöntemler ile uzaklaştırılması kavramı ile sanat terapisinin kişilerin yaratıcı anlatımla gereksiz duygu ve düşüncelerden kurtulmaları yaklaşımı teori ve pratikte birleşebilmektedir. Sanatsal etkinliğin kişilerin sorunlarını ortaya koymadaki hız ve kolaylığı bilişsel davranışçı kuramın bakış açısı ile birleşerek, kişilerin arzu edilen algı, kavrayış ve benlik durumuna gelmelerini kolaylaştırmaktadır (Gökkaya ve ark. 2020).

2.1.10 Yapısalcı Kuram

Yapısalcılık gerçeği tek bir nesne üzerinden değil de nesneler arasındaki ilişkiler üzerinden anlatmaya odaklanmış bir yöntemdir. Bir yapıyı oluşturan elemanların tek başına bir anlam teşkil etmesinden ziyade bir arada ve ilişki içinde olmalarının anlamlı olduğunu savunmaktadır. Zaman içerisinde başka yöntem ve kuramlarla birleşmiştir (Tüfekçi, 2003). Sanat terapisi metot ve uygulamaları yapısalcı kuram ile de bir arada çalışmaktadır. Duygusal gelişimi desteklemek, ifadeyi güçlendirmek, ilişkileri geliştirmek, eyleme geçebilmeyi teşvik gibi amaçları bulunan sanat terapisi ile bir yapıyı oluşturan unsurları tümüyle ele almayı daha doğru bulan yapısalcı yaklaşım ittifak içinde çalışabilecek iki müdahale yöntemidir (Malchioldi, 2005).

2.1.11 Krize Müdahale

Yaklaşım şimdi ve burada, kısa süreli, çözüme odaklı bir yaklaşım ve kuramdır. Eklektik bir bakış açısıyla soruna değil sorunun çözülmesine odaklanan yaklaşımda bireyin yaşam kalitesini bozan unsurları bertaraf etmek için bireyin kendi ve çevresindeki kaynakları harekete geçirmesini sağlamayı amaçlamaktadır. (Yıldırım, 2016). Şimdi ve burada kavramı sanat terapisinin de en önemli unsurlarındandır. Kişileri geçmişin yüklerinden bugünün dünyasına çağırarak, ana odaklanmalarını telkin eden, eskinin ağırlığından bugünün ve var olan zamanın değerini anlamalarını amaçlayan sanat terapisi kişiyi çözülemeyecek derecede büyük ve geçmişte kalmış sorunlardan ana ve bugüne getirmektedir. Kişinin şimdinin gücünü elde etmesine

imkân sağlayarak kişiyi içinde bulunduğu krizden çıkabilecek yollar gösteren uygulama, kişilere kriz yaşanmamasını değil, yaşanacak krizler ile baş etme yollarını gösterdiği için krize müdahale yaklaşımı ile çalışabilmektedir (Çınar, 2019).

2.1.12 Güçlendirme Kuramı

Sosyal Hizmet kuram ve yaklaşımları insanın ruhsal ve bedensel iyi oluşuna hizmet eden çok önemli yapı taşlarıdır. Ruh sağlığı alanında var olan terapi ekolleri ile de bakış açısı, metot ve uygulama noktasında teorik çerçeve ve pratikte birleşen kuramların temel hedefi insanın iyilik haline gelmesi ve bunun devamını sağlamaktır (Çamur, Küçükbükcü. 2021). Güçlendirme kuramı da bu araştırmanın ana merkezini oluşturan bir noktadadır. Artan’a göre (2020) güçlendirme kuramı veya güçler perspektifi insan davranışlarını anlamadaki temel kavramlardan biridir. İnsana yönelik hizmet eden mesleklerden biri olan sosyal hizmet ve psikolojinin geçen yüzyılda daha çok var olan sorunlar üzerinden tanımlama yaparak, yetersizliğin yok edilmesi ve müracaatçının işlevselliğinin çoğaltılmasını amaçladıkları görülmektedir.

Güçlendirme kelimesinin kökeni de güç, sözcüğü ile şekillenmektedir. Sözcüğün manası, var olan bir şey veya durumu eskisinden daha güçlü ve iyi hâle getirmektir. Güçlendirme kavramı, sosyal bilimler sahasında kavramsal bakımdan daha karmaşık olmakla beraber içeriği geniş bir hale dönüşmektedir. Güçlendirme kuramı 1960’lı yıllardan itibaren sosyal bilimler alanlarında; psikoloji, eğitim ve sosyal hizmet gibi mesleklerde kullanılmaya başlanmıştır. Kuram daha çok, sosyal hizmet alanındaki uygulamalarda var olmaktadır. Güçlendirme kuramı, temelde insanlar, aileler, gruplar, örgütler veya toplumların kendi yaşamlarına müdahale etmeleri ve kontrol yetisi geliştirmelerine odaklanmaktadır. Bir kuram ve yöntem olarak incelenen güçlendirme, kuramsal çerçevede bireylerin ihtiyaçlarını giderme ve haklarını savunmada gereken kaynaklara erişebilmeleri için kendi hayatlarına ait inisiyatif alma ve kontrolü ellerinde tutmanın sağlıklı gelişimleri açısından önemli olduğunu vurgulamaktadır (Teater, 2019).

Güçlendirme kuramı ile ilgili tavsiye edilen birinci ilkeyi “sosyal hizmet uzmanlarının programları kendi yararından çok müracaatçıların ve toplum üyelerinin ihtiyaç ve tercihleri üzerine inşa etmek ve onların işini görmesi gerekliliği üzerine biçimlendirilmesi” önermesine dayandıran Duyan güçler perspektifi olarak da dile getirilen güçlendirme kuramının temeli olarak aşağıdaki beş ilkeyi sosyal hizmet

uzmanlarının yerine getirmesi gereken görevler hem de müracaatçıların kendi becerilerini kullanabilmeleri olarak önermektedir:

- Bireylerin, grupların, ailelerin ve toplumun güçleri bulunmaktadır.
- Bireylerin yaşadıkları zorlayıcı yaşam deneyimler ve hastalıklar meydana okumadır ve birer fırsat kaynağı olarak görülebilir.
- Büyüme ve değişme kavramlarının üst sınırlarının bilinmediği varsayılmalıdır ve bireysel/toplumsal arzular dikkatli bir biçimde incelenmelidir.
- Başvuruda bulunan birey ile iş birliği yapılara en iyi hizmet sunulabilir.
- Kaynaklar tüm çevrede bulunmaktadır (Duyan, 2023).

Güçlendirme kuramı ya da diğer adıyla güçler perspektifi, sosyal hizmet mesleğinin gündemine 1970'lerin sonunda, müracaatçıyı daha pasif gören medikal modele bir tepki olarak girmiş, teknik olarak uygulanmaya ise 1990'lı yıllarda başlanmıştır. Yaklaşım felsefi olarak, her bireyin potansiyelinde bir güce sahip olduğu ve geliştirilecek metotların bu gücü ortaya çıkarması gerektiği temellerine oturtulmaktadır (Erbay, 2019). Güçlendirme kuramına göre; birey hangi hal ve durum üzere olursa olsun kendisinde (ontolojik) bir güç barındırmaktadır. Bu gücün kapasitesi bağlı bulunduğu aile, grup, topluluklara göre değişmektedir. Güçlendirme kuramı bireyi bulunduğu bu yaşam alanı içinde 3. kişi ve kurumlardan da destek alarak, kendi potansiyelinin ortaya çıkması için pozitif ve güçlü yanlarını besleyerek ileri taşımaktadır. Bu sayede birey yaratılışından getirdiği 'öz' ile buluşabilmekte ve zaman içinde ruhsal olgunlaşması gerçekleşmektedir (Merter, 2012).

Güçlendirme süreci, bireyin çevresi üzerinde hâkimiyeti, kendi kaderini belirlemede inisiyatif alması ve bireyin hayatını olumsuz etkileyen sosyal güçleri bilmesi gibi unsurları öne çıkararak, sosyal adaleti vurgulayan boyutuyla da bireyin özgürleşme aşamasında toplumun üyeleri ile birliktelik ve eşitlik kurma gayesini savunmaktadır (Tuncay, Erbay, 2006). Adams güçlendirme kuramının amacını, kendi ayakları üstünde duran, güçlü bireylerin var olmasına katkı sağlamak olarak tanımlamaktadır. Bununla birlikte sosyal hizmet uzmanlarından, sürecin güçlü yönlerini vurgulayan ve müracaatçıyı bu noktada destekleyen profesyoneller olarak bahsetmektedir (Adams, 1990; akt. Erbay, 2019). Güçlendirme kuramında, sosyal uygulama, sağlık eğitimi, toplumsal kalkınma, toplum psikolojisi gibi disiplinlerin bir arada bulunması gerekmektedir (Erbay, 2019).

Greene ve diğerlerine (2005) göre bireyler, topluluklar veya toplumda güçlendirmenin varlığı yüksek oranda benlik saygısı, yaşamsal yeterlilik, kendi kaderini tayin ve dış kontrol yerine içsel kontrol mekanizmalarının sağlıklı çalışması ile kanıtlanmaktadır. Bu nedenle güçlendirme yoksunluğu bireylerde düşük benlik saygısı, öğrenilmiş çaresizlik ve dışsal kontrol odaklarının çalışması demektir. Bu yaklaşımın temel amacı; birey, grup veya toplulukların güçsüzlüklerini değil güçlü yanlarını ortaya çıkararak güçlenmiş hissetmelerini sağlamak, bireysel, gruplar arası ve toplumsal olarak kendilerini yönetmelerini sağlamaktır (Akt.; Teatre, 2019).

Lee ve Hudson'a (2011) göre güçlendirme kuramının birbiriyle bağlantılı 3 boyutu vardır

- 1- Daha pozitif ve güçlü bir 'ben' hissinin gelişimi.
- 2- Bireyin çevresindeki toplumsal ve politik gerçekliğinin daha eleştirel bir biçimde kavranabilmesi için kapasite ve bilgisinin artırılması.
- 3- Bireysel ve kolektif toplumsal amaçların elde edilmesi veya özgürleşme için strateji, kaynaklar ve işlevsel yeterliliğin geliştirilmesi. Dolayısıyla bireyler, gruplar veya topluluklar eleştirel açıdan bilinçlenerek ve olası baskılara karşı bilgi sahibi olarak, konjonktüre, gruplara, topluma karşı etki mekanizmalarını çalıştırabileceklerdir. Bu sayede bu kişiler için güçlü, sağlıklı, kişilik gelişimini tamamlama yolunda bireyler denebilecektir

(Akt.; Teater, 2011).

2.2 Sosyal Hizmet

Sosyal hizmet; insan hakları ve sosyal adalet prensiplerini temel alan sosyal değişime destek olan, bireylerin iyilik hallerinin gelişmesi için insani ilişkilerde problem çözme, güçlendirme ve özgürleştirmeyi hedefleyen, insan davranışında, sosyal sistemlere ilişkin teorilerden istifade eden, insan ve çevresi ile etkileşim noktalarına müdahale eden bir meslektir (Duyan, 2003).

Sosyal hizmette amaç; insan hakları ve sosyal adalet ilkelerini temel alarak, bireylerin iyilik hallerini arttırmak, sosyal değişim ve kişiler arası ilişkilerde problem çözme destekleyerek, insanları özgürleştirmeyi ve güçlendirmeyi hedefleyip sosyal sistemler ve birey davranışlarına ilişkin teori ve kuramlardan faydalanarak bireylerin etkileşim noktalarına ve çevrelerine müdahale etmektir (Tan, 2019).

Sosyal hizmet; uygulama ve teori yönlerini içerisinde barındıran mikro, mezo ve makro uygulamalarında müracaatçıların ihtiyaçlarını karşılayabilecek hizmetleri üretmek, müracaatçının mesleki ve bilimsel kimliğini geliştirebilmek amacıyla bilgi üretimini sürekli hale getiren bir meslektir. Sosyal hizmet sosyal bilimler içinde disiplinler arası yaklaşım ile gelişen insana ve insan çevresine dahil olanı anlamak ve analiz etmektedir (Tekindal ve ark 2019). Bu yönüyle sosyal hizmet bir sanat olarak da görülmektedir. Şöyle ki; Sanat ile sosyal hizmetin başlangıçtan itibaren bir bağ içerisinde olduğu düşünülmektedir. Sosyal hizmet mesleği sanatın empati, eleştirel ve nesnel düşünme becerileri ile empati, farkındalık ve öze bakış gibi noktaları ile bağdaşmaktadır. Bu nedenledir ki; sosyal hizmet görev, amaç ve yöntem bazında sanat olarak nitelendirilebilecek bir meslektir. Sanatın rehabilite etme yönü ile, sanatın hayatı düzenleme yönü de sosyal hizmeti sanat olarak nitelendirmede kullanılabilecek bir tanımlamadır. Sosyal hizmet mesleği bilim, tarih ve felsefeden destekleyici envanterler toplarken sanattan da istifade etmesi gerekmektedir. Bu açıdan sanat dünya tarihine toplumsal bir bakış gerçekleştirmeye olanak sunan bir yerdedir. Dünya tarihi boyunca değişen zaman dilimlerinde sanat insanlığın duygu ve düşüncelerini ortaya koyması ve dışavurması bakımından önemli bir yere sahiptir. Bu yönüyle sanattan sosyal hizmetin istifade etmesi kaçınılmazdır (Güngör, Aslan, 2022). Sanatın çok yönlü noktası ile birleşen sosyal hizmet buluştukları bu ortak paydada bireyin farkındalık kazanması, kendini keşfi ve rahatlamasına olanak tanıma bakımından bireyler ve gruplar ile çalışmada kolaylaştırıcı sonuçlar elde etmektedir. Eklektik ve multidisipliner yönü ile sosyal hizmet müracaatçının faydasına olacak bilgi ve tecrübelerle açık bir meslek ve disiplindir. Sanatın iyileştirici gücü ile sosyal hizmetin müracaatçının problemlerini çözmek üzere kurulu sistemi birbiri ile ilişki içinde olacak iki önemli alandır (Monti ve ark 2006).

Sosyal hizmet mesleği, toplumdaki sosyal sorunların meydana gelmesini önleyici, müracaatçılara sorunların çözümünde yol gösterici, sorunlar karşısında baş etme becerisi kazandırıcı bir meslektir. Sosyal hizmetin hedefleri içerisinde toplum ve bireyin etkinliğini sağlamak, bireyin kendi hayatı içerisinde denetimi elinde bulundurmasına ve karar mekanizmasını sağlıklı kullanabilmesine olanak sağlamak, bireyin gücünü ve egemenliğini kullanmasını sağlayıp üretkenliği harekete geçirmek, katılımcı ve çoğulcu demokratik toplumla birlikte bireyin yaşama ve gelişim

koşullarını iyileştirmek, birey ve toplumun gereksinimlerini karşılama olanaklarını ve problem çözme becerilerini arttırmak, yaşam kalitesini yükseltmek yer almaktadır. Sosyal çalışmacılar; mikro, mezzo, makro düzeyde sosyal hizmet müdahalesi yapabilmek için gerekli uygulama becerilerine sahip olması gereken kişilerdir (Oral, Tuncay, 2012; Duyan, 2003).

Evrensel bir meslek olan sosyal hizmet, her meslek ve yaştan birey ve gruplar ile çalışma olanağı sağlaması açısından son derece kapsayıcı ve kuşatıcıdır. Sosyal çalışmacının birbirinden farklı kültürel topluluklardan gelen bireyler ve gruplarla çalışırken, müracaatçının geçmişini, kültürünü (değerlerini), problemlerini çözmede kullandığı araçlar ve dayanaklara dair sistemleri son derece etkin kullanması beklenir. Kültürel faktörler, müşterek kültürel çevreden gelen bireylerin olayları algılama biçimlerinde yakınlık bulunması ihtimalini ortaya çıkaracağı gibi içinde bulunulan çevreye uyum bakımından da kolaylıklar sağlayacaktır (Emiroğlu, 1986).

Doğru ve sağlıklı bir iletişimin en temel dinamiği problemlerin doğru şekilde anlaşılabilmesi, profesyonel biçimde iletişime geçilerek destek verilmesi gerekmektedir. Bu destek, yalnızca evrensel bir mesleğin (sosyal hizmet mesleği) çalışanlarınca oluşturulabilir. Sosyal hizmet; birey-toplum ve bunların problemleri üzerinde odaklanan, problemlerin çözümü açısından faaliyetlerde bulunan, disiplinler arası bir nitelik taşıması sebebiyle ehemmiyet arz etmektedir (Cılga, 1989).

Başlangıcında batıda hayırseverler ve inanç grupları tarafından oluşturulan ve bireysel ya da toplumsal sorunlara çözüm üretme amacı güden sosyal hizmetler, Osmanlı'da da vakıf ve meslek kuruluşları olarak hayata geçirilmiştir. Bunlardan en belirginleri; hasta, yaşlı ve düşkünler için kurulan külliyele, babasız çocuklar için eğitim desteği sağlayan Darüşşafaka, yoksullar için gıda bankası uygulaması, esnaflar için birlik ve düzen adına kurulan ahilik teşkilatı sayılabilir. Bu kurumlarda bireyselden özele tüm ihtiyaçların karşılanmaya çalışıldığı görülmektedir (Akyüz, 2018). Döneminin çok üstünde hukuk ve adalet sistemini uygulamış, yoksulluğun önüne geçecek sosyal yardım mekanizmasını işletmiş, ahilik teşkilatı gibi bir yapı oluşturarak esnaf ve sanatkarların iş ve yaşam olanaklarını daha adil, yaşanılabilir, ahlaki değerlere sahip bir yapıya dönüşmesini sağlamış, dezavantajlı gruplar olarak nitelendirilen toplumun ihtiyaç sahiplerini korumuş ve kollamış olan Osmanlı'da sosyal politikalara büyük önem verilmiştir. Döneminin en önde gelen sosyal devletlerinden olan Osmanlı Devleti, Tanzimat sonrası modernleşme çalışmalarıyla sosyal kimliğini daha

sistematik, kapsayıcı ve kurumsal bir şekle dönüştürmüştür. Özellikle 19. yüzyılın ortalarından itibaren sosyal güvenlik, çalışma yaşamına ilişkin ve halk sağlığına yönelik politikaları ile ön plana çıkmıştır.

Batı’da daha çok kilise ve eğitim alanlarında uygulama sahası bulan sosyal hizmet günümüze gelindiğinde en yakın tarih olan Temmuz 2014’te IFSW (Uluslararası Sosyal Çalışmacılar Federasyonu) ile IASSW (Uluslararası Sosyal Hizmet Okulları Birliği) olarak isimlendiren kuruluşlar tarafından onaylanan Sosyal Hizmet Mesleğinin evrensel tanımı şöyledir: Sosyal Hizmet insan hakları, sosyal adalet ilkeleri, çeşitliliklere saygı ve toplu sorumluluk merkezinde yer alan sosyal hizmet; sosyal bilimler, beşerî bilimler ve yerel bilgilerle desteklenerek sosyal hizmet teorileri ile güçlenen, sosyal refahı arttırmak ve yaşamsal zorlukları ele almak için insanları ve yapıları birleştirme görevinde bulunan bir meslektir (Truell, 2014). Bu iki kuruluştan IASSW (Uluslararası Sosyal Hizmet Okulları Birliği) 1928’de Fransa’da düzenlenen ilk Uluslararası Sosyal Hizmet Konferansı’nda başlatılmıştır. 42 ülkede 2400’den fazla delegenin katıldığı bu dönüm noktası niteliğindeki konferansta sosyal eşitlik, adalet ve kalkınma alanlarında büyük çaplı amaç ve ilkeler belirlenmiştir (Healy, 2024). IFSW’de (Uluslararası Sosyal Çalışmacılar Federasyonu) 1900’lerin başında kurulmuş olan ve etkinliği hala devam eden dünyanın en önemli ve saygın sosyal hizmet kuruluşlarından. İki kuruluş da sosyal hizmetlere ait etik ilkeler, çalışma koşulları ve gereklilikleri ile sosyal hizmetin temel prensipleri üzerinde çalışmalarını sürdürmektedir (Artan, 2014).

Sosyal hizmet, “bilgi” ve “eylem” gibi sosyal bilimlerin iki asıl alanını oluşturan eklektik bir yaklaşımdır. Aynı zamanda, insanı bütüncül manada holistik olarak ele almaktadır. Aynı zamanda tanımlanması, kavramsallaştırılması ve uygulanışında devam eden tartışmaların olduğu, politik varoluşa sahip bir alandır. IASSW ve IFSW olarak bilinen Uluslararası Sosyal Hizmetler Topluluğunun sosyal hizmetlere ait tanımında; Sosyal hizmet, sosyal değişme ve kalkınmaya odaklı, sosyal içerme ile insanların güçlendirilerek özgürleşmelerini amaç edinen temelinde uygulama bulunan akademik bir disiplin ve meslektir. İnsan hakları, sosyal adalet, farklılıklara saygı ve ortak sorumluluk sosyal hizmet için ana unsurdur. Sosyal hizmet mesleği, insan ve toplum bilimleri ve yerel bilgiden oluşan eklektik bilgi temelinden beslenerek insan refahını yükseltmek için bireyleri ve sistemleri bir araya getirmektedir (Gedik, 2020).

Sosyal hizmetlere dair dünyada çokça tanım olmasına rağmen Türkiye’deki en kapsamlı tanımların başında, 11-14 Aralık 1968 yılında gerçekleşen Milli Sosyal Hizmetler Konferansı’nda temel bir tanım bulunmaktadır (Çelik, 2017). Bu tanıma göre: Sosyal hizmetler; birey, grup ve toplulukların çevre ve yapısal şartlarından kaynaklanan veya bireysel irade ve denetimleri dışında oluşan adaletsizlik ve zayıflıklarını gidermek; toplumsal şartların değişmesinden kaynaklı sorunları gidermek ve insan kaynaklarını geliştirmek; birey, aile, toplumsal refahı sağlamak için gerçekleştirilen hizmet ve programları içinde bulunduran bir alandır. Bu alanda örnek olarak, ruhsal, bedensel ve duygusal engellilere yönelik hizmetler, ailelerin refahına yönelik hizmet ve yardımlar, sosyal yardım faaliyetleri, ıslah için uygun hizmetler, sosyal sigorta destekleri, sağlıkta aile planlaması, göç ve yerleşim sorunlarına destekler, toplumsal kalkınmaya yönelik faaliyet ve hizmetleri kapsamaktadır. Görüldüğü üzere sosyal hizmet birey ve grupların topluma daha iyi uyumlanması için onlara yardım etmenin sistemli bir yoludur. Sosyal hizmet uzmanı müracaatçıların içsel kaynaklarını geliştirmeleri ve bu kaynaklar ile harekete geçmeleri için müracaatçılar ile ve onlar için çalışır, gerektiğinde değişim ve gelişim için dışarıdaki kaynaklardan beslenir. Sosyal hizmet temelde toplumsal ahenge katkı sağlamaya çalışır ve bunu yaparken de diğer pek çok meslek grubunda olduğu üzere sosyal hizmet mesleğinin kendine has prensip, bilgi ve becerilerini kullanır (Truell, 2014).

Sosyal hizmet mesleği, gelişim sürecinde ilk olarak tıbbi uygulamalar ve psiko-analitik kuramdan etkilenecek bireyin geçmiş, yaşantısı ve bireyin kendisine odaklanmıştır. Zamanla ülkelerin ideolojik, sosyo-ekonomik ve kültürel sermayelerinin de değişmesiyle 50’li yılların sonlarından itibaren sosyal hizmet çevresi içinde birey algısını temel almıştır. Sosyal hizmete tarihsel bağlamda bakıldığında, bireyin refahını geliştirme odaklı bir meslek olduğu görülmektedir. Bireyin refahını belirleyenin ise sosyal refah hizmetleri olduğu görülmektedir. Bu hizmetlerin amacı ise bireysel refah ile bir arada oldukları toplumun refahı arasında bir denge kurmaktır. Sosyal hizmet özünde insanla çalışan bir meslek dalı olduğu için psikoloji, sosyal psikoloji, sosyoloji, sosyal antropoloji, tıp, biyoloji, ekonomi, yönetim ve hukuk ile ilgili bilim alanlarına büyük sıklıkla başvurmaktadır. Özünde insanı bir bütün olarak ele alan sosyal hizmet mesleğinin insanı incelemek, açıklamak ve etkilemek için çalışan bütün disiplinlerden istifade etmesi oldukça doğaldır; ayrıca sosyal hizmet mesleğinin uygulamalı bir

meslek ve disiplin olması sebebiyle uygulamadan gelecek bilgi de mesleğin bilgi temelini geliştirmek açısından temel bir bilgi kaynağıdır (Acar, Çamur-Duyan, 2003).

Sosyal hizmet bireyi kendi çevresi içinde değerlendirirken özelde de sosyal hizmet yönetimi içerisinde; bağlı bulunulan toplumdaki politika ve uygulamalar hakkında bir düşünceye sahip olmak, karşılaşılan sorunlara uygun stratejik fikirler geliştirmek, kurumsal anlamda geliştirme ve performans desteği sağlamak, değişimi yönetmek gibi görevlere de sahiptir. Aynı zamanda kurumsal iletişim, iş memnuniyeti, liderlik ve takım çalışması gibi alanları da kapsamaktadır. Aynı zamanda sosyal hizmet tüm insanların hayatlarının işlevsel hale gelmesi ile de ilgilenmektedir. Toplumda dezavantajlı ve incinebilir kesim olarak görülen yaşlı, yoksul, engelli, kadın, çocuk ve sosyal adaletsizlikten etkilenen tüm kitlelerin gereksinimlerini gidermeye ve onların yeteneklerini, performanslarını arttırmaya ve yönelmiştir (Altın, 2022).

Sosyal hizmetin bu kapsamlı muhtevası, topluma birçok daldan hizmet verildiğini göstermektedir. Sosyal hizmet, toplumsal gerekçe ve verilere bağlı kalarak, ilişkili bulunduğu alanları büyüttükçe birbirinden ayrı çalışma alanları, bölümler ve uzmanlıklar ortaya çıkmaktadır. Bu uzmanlık alanları şu başlıklarla birbiri ile bütünleşmektedir.

- Aile ve çocuklar ile sosyal hizmetler
- Gençliğe yönelik sosyal hizmetler
- Okul sosyal hizmeti
- Yaşlılık ve sosyal hizmet
- Engellilere yönelik sosyal hizmet
- Tıbbi sosyal yardım ve sosyal hizmet
- Yoksulluğa yönelik sosyal hizmet
- Göçmen, sığınmacı, mültecilere dayalı sosyal hizmetler
- Suçluluk odaklı sosyal hizmet
- Askeri alanda sosyal hizmet (Şeker, 2012).

Günümüzdeki anlamıyla sosyal hizmetin, sosyal hak ve sosyal adalet tabanında değerlendirilmesine ve mesleki müdahalelerin bu doğrultuda temellendirilmesinin önünü açan süreç Sanayi Devrimi ve kapitalizmin getirdiği zorlayıcı etkiler sonrası yeni sosyal sorunların çözümünde alışlagelmiş dini ve hayırseverlik odaklı sosyal hizmet yaklaşımlarında yetersizlik ortaya çıkmasıdır. Çünkü buhranlı yıllar geçiren

bireylerin bir noktadan sonra profesyonel destek hizmetlerine ihtiyaç duyması söz konusu olmuştur. Bu nedenlerdir ki sosyal hizmetin bugünkü vaziyetini alması, çok da uzun olmayan fakat çarpıcı bir geçmişe dayanmaktadır. Sosyal hizmetin felsefesi “yardıma ve hizmete ihtiyaç duyan insan” tasarısından ortaya çıkmaktadır. Buna göre sosyal hizmet insancıl bir yaklaşıma dayanmaktadır. Sosyal hizmetin eylemsel yönü ise planlanmış, sistemli ve kapsamlı bir hizmetler bütününe açılmaktadır (Bingöl, 2015).

İnsanların sosyal işlevselliğini büyüterek sosyal değişimi hedefleyen sosyal hizmet, insana hizmet götüren diğer disiplinler gibi insanların daimî olarak gelişen ve değişen topluma uyum sağlayabilmeleri adına iyilik hallerinin artmasını ve devamlılığını mümkün kılmak için hizmet veren bir uygulamalı bilim ve yardım mesleğidir. Açıklamada ifade edildiği üzere bilinçli değişimin temel koşulu gelişim ve sürdürülebilirliktir (Hasgöl, 2020). Sosyal hizmet uzmanının sosyal değişimin ajanı olarak sosyal hizmet müdahalesini gerçekleştirmede birtakım yeteneklere sahip olması gerekmektedir. Sorumluluk sahibi, yaratıcı fikirlere açık, farklılıklara hoşgörülü, eleştirel düşünebilen ve eleştiriye açık, sözlü ve sözsüz tüm iletişim becerilerini gözlemleyip kullanabilen, müracaatçının düşünce ve duygularını anlamaya çalışan, empati yeteneğini kullanan bir sosyal hizmet uzmanı, yardım diyalogunu başlatmış olur” (Serpen, Hasgöl, 2015).

2.3 Sanat Nedir?

Sanat; insan ile nesnel gerçeklik arasında bağ kurmaya yarayan estetik ilişkiye verilen addır. Sanatı belirleyen unsurlar olarak biçim ve öz, kültür ve ulusallık ile evrensel bağlar sayılmaktadır. Zira sanat bireyden çıkıp dünyada yankı bulabilen bir alandır. Tarihsel dönem ve koşulların yarattığı sebepler ile bireyin yaşadığı şahsi olay ve durumlar sanatı etkileyen en temel meseleler olarak sıralanmaktadır. Geçmişten günümüze sanat, dünyayı anlamak ve anlatmak isteyen bir düşünce çabası olarak tanımlanmaktadır (Soygür, 1999).

Tolstoy’a göre ise sanat, içimizde var olanın renk, çizgi, söz, ses ve hisler aracılığıyla ortaya çıkmasıdır. Sanatı doğru tanımlamak için onu haz unsuru olarak görmekten çıkmak ve onu insan hayatının koşullarından biri olarak görmek gerekmektedir. Tolstoy sanata bu şekilde bakılması sayesinde, onu insanların birbirleri ile ilişki kurmalarına vesile olan bir araç olarak görmek kolaylaşacaktır diye eklemektedir

(Tolstoy, 2007). Çelik'te (2020) sanatı, bir var olma çabası olarak tanımlamaktadır. Sanat için, gerçeğe yaklaştıran bir dil olmakla beraber, o gerçekliği ve içinde barındırdığı bilgeliği zemine ve zamana işlemenin nazik bir yoludur demektedir.

Şeriatî'ye göre de sanat, bir özlem ve keder yaşayan insanın yükselme arzusudur (Bakış, 2020). Bilindiği anlamlarının ötesinde sanatı Saadettin Ökten'de yeryüzünün var olduğu günden günümüze dek toplumların koparılmaz bir bölümü ve çok güçlü bir ifade aracı olarak tanımlamaktadır. Ökten'e göre toplum, sanatıyla kendini ortaya koymakta ve gelecek yıllarda da var olmanın ve varlığını sürdürmenin temellerini atmaktadır (Ökten, 2020). Bu tanımlara ek olarak Botton ve Armstrong'a (2014) göre sanat; birçok gelip geçici misali bulunan, muhafaza etmek için desteğe ihtiyacımız olan deneyimleri saklamanın bir yoludur.

Koç'a (2020) göre ise sanat, geniş manada ele alındığında her şeyden evvel bir olay ya da duruma ait, görme, şahitlik etme, anlama, onunla buluşma ve içselleştirme durumundan söz edilmesi gereken bir unsurdur. Ayrıca Koç sanatı tanımlarken, sanat söz konusu olduğunda ne kadar özenilse de tam manasıyla ondan söz edilemeyecek ve onu tanımlamak için kurulan cümleler işaret ve imadan öteye geçemeyecektir demektedir.

Herbert Read'ın sanat tanımında, iyi biçim yaratan bir heyecan ve tutumlu bir duygu cümleleri yer almaktadır. Tarih boyunca salt güzel, iyi, hoş, ruhu etkileyen şeyler olarak bakılan sanat tanımlarına rastlandığı gibi ruhu örseleyen, farklı duygu durumlarına iten eserlere de sanat dendiği görülmektedir. Read sanatın bir sınırlanmayla, belirsizlikten belirliliğe geçiş ile başladığını vurgulamaktadır. Gerçek dünyada da sanatın ilk hali mağara duvarlarına yapılan resimlerdeki dış sınırlama ile başlamaktadır. Sanat çoğunlukla çizgilendirme arzusundan doğmuş ve böyle başlamıştır. Görsel sanatlarda da kütleli sanatta (heykel vb.) da bu durum geçerliliğini sürdürmektedir (Read, 2014).

Sonuç olarak sanat, kendisi açık bir kavram olmakla beraber, devamlı olarak içinden yeni koşullar (örnekler) ortaya çıkan ve çıkmaya da devam edecek bir kaynaktır (Mercin, Alakuş, 2007). Bütün tanımlarda ortak nokta olarak görülmektedir ki sanat, hayatın içinde ruhsal heyecanlardan kalan öze, gündelik yaşamdaki tüm duyuların altına saklanan şeye varabilen bir nosyondur. Bu nedenle sanata zaman ve mekân içinde insanın farklı duyularını göstererek doğruca yaşama şartlarından hareketle bir

uyarı gücü elde edilmesidir denmektedir. Ayrıca sanat için çeşitli yaşamsal sinyallerin ruhta bıraktığı izleri ortaya çıkaran, lakin bunu yaparken günlük yaşamı hatırlatmayan, böylece de sınırlı ve belirli yaşamın yerine o sinyalin yankısını insana bırakan elemanlardır demek mümkündür (Oosterom, 2022).

Günümüz dünyasında sanat anlayışı da giderek değişmektedir. Var olan dijitalleşme ve küreselleşmenin etkisi ile sanat yapıtı üretmek ve sanatsal düşünce yapısı da farklılaşmaktadır. Dijital sanat 90'lı yılların sonundan itibaren dünyamıza hızlı bir giriş yapmış ve her alanda kendisine kapsamlı bir yer bulmuştur. Elektronik alanda üretilen sanat olarak tanımlanan dijital sanat çağdaş bakış, bilgi, bilinç ve teknolojiyi estetik ile birleştirerek bugüne aktarmaktadır. Normalde sanatın gelişimi yavaş ve sindirilerek olurken dijital sanatın gelişimi dünyada çok büyük bir hızda olmuş ve halen de devam etmektedir (Özel-Sağlamtimur, 2010).

2.3.1 Sanatın İşlevi

Alan yazına bakıldığında sanatın işlevselliği ile ilgili olarak birçok tanım görülmesine karşın içlerinden en dikkat çekeninin, sanatın bir yaşamsal deneyimin hatırlanması ve beraberinde çizgi, renk, hareket, ses ya da sözcüklerle ortaya konan form yolu ile bu yaşantıyı insanlara aynı şekilde aktarma işlevi olduğu görülmektedir. İnsanın yaratıcılığını ortaya koyan sanatın bireyin kendi deneyimlerini bile isteye diğer insanlara deneyime dayalı aktararak aynı duyguları ve olayı yaşamasına olanak sağladığı belirtilmiştir (Read, 2014).

Toplumsal ifade etkisiyle sanat, başka hiçbir alana benzememektedir. Bu yönüyle ele alındığında bağımsızlığı, kendine özgülüğü ve farklılığı da içinde barındırmaktadır. Bu tanımlar üzerinden bakıldığında görülmektedir ki sanat, en temel insani ihtiyaçlarımızda bizi destekleyen çok büyük bir unsur ve alandır (Eren, 1998). Buna ek olarak sanat, kendi içinde farklı uygulamalardan oluşmaktadır. Bu uygulamalar da disiplinler arası kontekste birbirlerinden beslenerek birbirlerini tamamlarlar (Çelikbaş, 2019).

Gombrich' de (2004) sanatı, atalarımızın hayatlarına dair anekdotları mağara duvarlarına işleyerek, bir nevi hayatın kırılğan izlerini resim yaparak onarmaları olarak tasvir etmektedir. Masters'ın yorumu ile de sanat, bireylerin tanınmamış ve bastırılmış duygularını yansıtan, ruhun bilinçli ve bilin dışı noktaları arasında iletişimi kolaylaştıran ve bilinçsiz materyale somutlaşmış biçimi verendir. Ayrıca iletişimin

yetersiz olduğu durumlarda sözsüz iletişim aracı olarak kullanılmış olan sanat, sahip olunması beklenen hedeflerle, gerçekleştirilen çalışmaları başarıya karşı motivasyon aracı olarak kullanmaktadır (Bostancıoğlu, Kahraman, 2017).

Sanat kavramsal olarak büyük önem taşımakla birlikte, onu gerçekleştirmenin de kendine has faydaları mevcuttur. Sutton sanat yapma eylemi sırasında içsel duyguların ifade edilebildiğini ve kendini bir değer olarak ifade etme durumunun müfredatta daha belirgin bir yer alması gerektiğini belirtmiştir. Ona göre sanat eğitimi de herkesin içsel zihnini, yaratıcı yeteneklerini ve problem çözme kapasitesini geliştirmek için değerli bir araç olabilecektir (Sutton, 2014).

Eracar (2013) sanat için, içten dışa psikolojik süreçleri etkileyen, farkındalık yaratan, cesaretlendiren, yönlendiren ve onaran bir araçtır demektedir. Sanat, karmaşayı toparlar, kısa süreliğine de olsa bir eserdeki manası en kuvvetli yanları odağımıza almamızı sağlar. İlke olarak, sanatla uğraşmanın ana maksadı daha iyi bir yaşam sürmeye yardım etmek, insanın kendini geliştirmesine olanak sağlamak olduğuna inanılmaktadır. Sanat bu gücünü psikolojik destek ile zayıflıkları düzeltebilmesi veya telafi eden bir araç olmasından almaktadır. Sanat bu zayıflıklara karşı bir araç olarak kendi amaç ve değerini bulan sanat, insanlara 7 ayrı şekilde destek olmaktadır:

- Hafıza kayıplarını giderir.
- Umut aşılır.
- Kederi yüceltme hakkı verir.
- Dengeleyici bir işlev görür.
- Kendini tanımada yol gösterir.
- Belleği genişletmede destek olur. (Botton, Armstrong, 2016)

2.4 Sanat Terapisi

Terapi kelimesi “iyileşmek” ve “iyileştirmek” anlamına gelir. Terapi asıl olarak kişinin kendi içindeki iyileşme gücünü aktifleştirebilme kabiliyetine dayanmaktadır. Terapiler toplumlara göre değişkenlik göstermektedir. Doğu toplumlarında terapi, iyi olmak ve bu iyiliği topluma da yaymak gibi bir amaç barındırmakta iken batılı toplumlarda daha bireysel ve faydacı bir nitelik taşımaktadır. Terapi sonuçta insanın insan, yaratıcı ve evrenle olan ilişkisi ile ortaya çıkmaktadır (Özgen, 2013).

Sanatın terapi olarak keşfi, aslen çok eski çağ ve kültürlerle dayanmaktadır. Mağara devrindeki duvar resimleri, Afrikalı kabilelerin dansları, Hristiyan kiliselerinin

koroları, Budist tapınaklarında yapılan mandalalar, Türklerin elişleri, halk oyunları, kilimlerde kullandıkları desenler, dervişlerin ritüelleri ve daha pek çok kültürel öge insanların sanatı iyileşme amacıyla kullanmalarına birer örnektir. Sanat terapisinin günümüzdeki misyonunu, kadim bilgeliği “modern” içeriğe entegre ederek, sanatın gücünü kişisel ve profesyonel hayatla birleştirmek olduğunu söylemek mümkündür (Güner, Genç, 2019).

Sanatın terapi biçiminde kullanılması düşüncesi ve sanatın insan psikolojisiyle ilişkisi tarihte birçok kültürde görülmektedir. Edwards sanatın insan psikolojisiyle olan ilişkisini şu şekilde açıklamaktadır: Sanatın dini ve ruhani aktivitelerde kullanılması, bilişsel süreç için insan üzerinde sanatın olumlu etkilerinin bulunduğu, psikolojik gelişim sürecinde hayal kurma, üretkenlik, rol yapma gibi aktivitelerin de pozitif anlamda etkilerinin olduğu belirlenmiştir (Mc Edwars (1989), Akt; Kılıç, 2011). Sanat terapisi; kişilerde iyi oluş halini artırma, ruhsal ve bedensel sorunları azaltma ve problem çözme becerisi geliştirme amacı ile farklı sanat dallarının sistematik bir şekilde kullanılması olarak tanımlanmaktadır (Demir, 2017).

Yüzyıllardır sanata yönelik yapılan tanımların ortak noktası incelendiğinde, sanatın özünde travmalarımızı, psikolojimizi ve içsel hallerimizi, ortaya çıkarmada eşsiz bir yöntem olduğu kanısına varılmaktadır (Çelikbaş, 2019). Sanatsal bir faaliyet yürüten herkes, bilinçli ya da bilinçsiz olarak çok güçlü bir iletişim biçimi içerisine girmektedir. Bu canlı, duyusal ve kişisel bir iletişimdir (Baciu, Muşat 2011).

Sanat terapisi modern zamanlara ait bir icat değil; temelleri antik çağa kadar uzanan bir terapi metodudur. Mağara duvarlarına çizilen resimler, mumyalanan ölümler, yapılan tören maskeleri oymacılığı, parşömenler üzerine çizilen resimler çağdaş zamanlardaki grafik çizimler, resim yapmak, çamur ve hamur maddeleri kullanarak birtakım şekiller yapmak sanat ve terapinin tarih boyunca devam etmekte olduğunu gösteren örneklerdendir (Filiz, 2016:169).

İnsanoğlu kendisini ifade edebilmek ve çevresiyle iletişim kurabilmek için sanatı çağlar boyu kullanmakta olmasına rağmen, sanat terapisi kavramı ancak 20. yüzyılda ortaya çıkmıştır (Dryden ve ark 1992). Adrian Hill’ de sanat terapisi için tebeşir, kil hatta boya materyallerinin çağlar boyu kullanıldığı ve bireyin kendisini ifade etmek amacıyla bu araçları kullandığı görülmüştür diye belirtmekte ve bu üretken sürecin terapi teknikleri ve teoriler ile birleştirilmesi sonucu sanat terapisi kavramı oluşmuştur

demektedir. Hill devamında şunları eklemektedir. Sanatın oluşturulma sürecinde edinilen deneyimler sonucunda sanat eserinden bağımsız bir biçimde bireye iyi gelen bir yönünün olduğu savunulmuştur (Akt. Kılıç, 2022). Amerikan Sanat Terapisi Derneği sanat terapisini; her yaşta bireyin duygusal, fiziksel ve zihinsel varlığını geliştirmek ve iyileştirmek amacıyla sanat üretmenin yaratıcı sürecinden faydalanan bir ruh sağlığı mesleği olarak tanımlamaktadır (Kar ve Toros, 2015).

Uluslararası Sanat Terapisi Topluluğu'na (2009) göre “Sanat terapisti sanatın duygusal öğeleri ve yaratıcılık anlayışını klasik psikoterapi kuramları ile birleştirmektedir. Sanat terapi klinik ortamda çalışılması gereken gruplar ile kullanılabildiği gibi yaratıcılığı arttırmak için çeşitli atölye çalışmalarında ve okullarda da kullanılabilir” (Akt.: Göktepe, 2014).

Dünyada sanat terapisinin gelişimi Amerika ve Avrupa'da hemen hemen aynı döneme denk gelmektedir. Adnan Hill'in savaş sonrası hastalarla yaptığı çalışmalar ABD'de ses getirirken, Krepelin ve Bruer'in akıl hastalarının yaptığı resimlerle gerçekleştirdikleri dışavurumların onlara ait ipuçlarını ortaya koyması bakımından öncülük teşkil etmektedir. Prinzhorn'un ilk basılı kaynak olarak “Ruh Hastalarının Resimleri” ile alanda büyük bir ivme kazanılmasını sağlamıştır. Süreç içerisinde Freud ve Kriss'in makale ve kitapları ile Jung'un hastaların resimlerini terapistleri ile iletişim kurma çabası olarak değerlendirmesi sanatın tedaviyi destekleyici bir araç olarak kullanılmasını güçlendirmiştir (Acar, Düzakın, 2020).

Bir psikoterapi yöntemi olarak sanatın gelişmesindeki öncülerden Margaret Naumburg, 1940'lı yıllarda dinamik sanat terapi yaklaşımına odaklanmış ve bu noktadan geliştirirken Freud'un bakış açısından faydalanmış ve sanatı bir araç olarak terapötik alanda kullanmıştır. Jung ve Sullivan'dan da ilham alan Naumburg 1950'lerde, “Psikoterapideki Anlamı Özelinde Şizofrenik Sanat-Schizophrenic Art: Its Meaning in Psychotherapy” isimli kitabında nörotik ve psikotik açıdan sanatın bileşkelerini irdeleyip, vaka örnekleri ortaya çıkarmıştır. Naumburg, dinamik oryantasyonlu sanat terapi olarak isimlendirdiği bakış açısında sanatın, “hastaların yaptığı serbest çizimlerin serbest çağrışıma neden olarak, bilinçdışı çatışmalarını bilinçli alana çekmeyi sağladıklarını ve bu sayede katartik, iletişime katkı sunan ve iyileştirici özelliklerini öne çıkarmalarını sağladığını belirtmiştir (Yorgancıoğlu, 2018).

1944 yılından itibaren Edith Kramer New York Üniversitesinde sanat terapisi lisansüstü programını kurmuş, 1973-2005 yılları arasında da programda Yardımcı Profesör olarak görev yapmıştır. Kramer’e göre iyileşme süreci sanat eserini üretmeye başlarken gerçekleşmektedir. Winnicot’da 1970’lerde sanatı bir geçiş objesi olarak görmüş ve yaratıcı süreci duygu, düşünce ve fantezilerin bir yansıması olarak değerlendirmiştir. Yine aynı yıllarda Amerikan Sanat Terapileri Derneği kurulmuş ve sanat terapisi STK sürecine geçmiştir. 1980 yılında ABD’de üniversitelerde Sanat Terapisi Lisans programlarının açılması ile günümüze dek gelen yolun önü açılmıştır. 2000’li yıllara gelindiğinde sanat terapisi sosyal hizmetlerin yaygınlaşması için iyileştirici yönleriyle yeni bir odak noktası olmaya başlamıştır (Güner, Genç, 2019).

Anadolu’da o günün şartlarından çok daha ileri seviyede gerçekleştirilen tedavi yöntemlerine yazılı kaynaklarda rastlamak mümkündür. Bergama antik kentinde tiyatro alanında gerçekleştirilen günümüz psikodramasının temelleri olan uygulamalar, aromaterapi, ses ve müzikle tedaviye ek olarak spor, güneş, çamur ve kaynak sularından destek alınarak gerçekleştirilen tedavilere rastlanmaktadır. Bergama’da kullanılan yöntemlerde o kadar ileri gidilmiştir ki; meditasyon, olumlu telkin, spa ve şifalı sulardan istifade edilmiş ve şehre “ölüm girmeyen şehir” ismi bile verilmiştir (Doğan, Sezgin, 2012).

Türkiye’de tıbbi terapilerin kökenleri sayılan bu uygulamalara ek olarak Anadolu Selçuklu Devletleri ve Osmanlı İmparatorluğu’nda da özel ve detaylı sanat terapisi metotlarına rastlanmaktadır. Avrupa’da aynı yıllarda ruh sağlığı yerinde olmayan bireylere işkenceye varan yöntemler uygulanmaktayken Anadolu topraklarında bu hastalara uygulanabilecek yöntem ve metotlara ilişkin araştırmalar yapılmakta ve bu araştırmaların olumlu sonuçları hayata geçirilmekteydi. O dönemin tıbbi müesseseleri birer sosyal yardım müessesesi işlevi de görmekteydi. Bunların başında gelen ve ilk kaynağının 1000’li yılların ortasına dayandığı şifahanelerin, Bimarhane olarak da tanımlandığı ve buralara “şifa yurdu, tedavi evi” denildiği görülmektedir (Çakmaktaş, 2016; Özkaya, 2016). Anadolu Selçuklu Devletleri zamanında varlığını sürdüren Darüşşifalarda ruh ve beden sağlığı yerinde olmayan hastalara müzik, ritim, su sesi ile tedavi gibi iyileştirici yöntemler uygulanmıştır. Ayrıca mental durumu uygun olan hastalara ödev ve sorumluluklar verilerek iyileşmelerine bireysel katkı sağlamalarına olanak kazandırıldığı da görülmektedir. Razi, Farabi, İbni Sina, Gevrekzade Hasan

Efendi gibi bilim adamlarının yaptığı araştırmalar ve bunların sonuçlarını anlatan kitaplardan istifade eden Türklerin, ilk ciddi müzikle tedavi çalışmalarını Selçuklu ve Osmanlılar döneminde uyguladıkları görölmektedir. Osmanlı toplumunda insanın, bütönlükü bir bakış açısı içinde değerlendirildiği ve şahsın bütönlük bir çevresi içinde konumlandırılarak ele alındığı kaynaklarda yer almaktadır. Bu bütönlükü yaklaşım ile insan beden ve ruhu arasındaki bağları anlamak için geniş bir felsefi, psikolojik ve teolojik alt yapıdan istifade edildiği görölmektedir (Kemaloğlu, 2014). Bu bakışla Osmanlı'da müzik terapisinden çok istifade edilmiştir. Müzikte makamların iyileştirici gücünün hastaların tedavilerinde çok büyük bir güce sahip olduğu kabul edilmiş ve uygulanabilecek alanlarda kullanılmıştır. Osmanlının önemli şifahanelerinin bulunduğu Kayseri, Sivas-Divriği, Amasya, Edirne ve İstanbul'da ruh ve beden sağlığı yerinde olmayan ya da duygu durumları tam bir denge halinde bulunmayan kişilere sanat terapisinin içinde bir bölüm olarak uygulanan müzik terapisti ile tıbbi tedavi, destek ve rehabilitasyon imkânı sunulmuştur. Öyle ki müzikle tedavide hastaların mizacından mensubu olduğu gruplara kadar ince detaylar ve rahatsızlık eşitleri önemsenerek yapılacak uygulamalar titizlikle hazırlanmıştır. Selçuklu ve Osmanlı döneminde bu tedavi yöntemine uygun olarak yaptırılan hastaneler, dünya psikiyatristi ve hastaneciliğinin gelişmesinde de öncü rol oynamışlardır. Hastalara ve rahatsızlıklarına gösterilen özen mimari yapıda bile kendini göstermektedir. Edirne'de bulunan şifahanenin ses akustiği, mimari yapısı ve iç dekorasyonu bu özen açısından dünya tarihine geçmiştir. (Erer, Atıcı, 2010).

Büyüme ve gelişimi dünya savaşlarından itibaren ruh sağlığı alanında varlık gösteren sanat terapisinin uygulama alanları oldukça geniştir. Dünyada ve Türkiye'de tıp, eğitim ve sosyal çalışma kurumlarında destekleyici, rehabilite edici, iyileştirici ve hayatı kolaylaştırıcı bir uygulama olarak kabul edilen sanat terapisti bireylere pek çok açıdan hizmet vermektedir. Eğitim alanında motive edici ve stresle baş etmeyi destekleyici amaçlı kullanılırken, sağlık alanında daha çok kişisel ve derinlemesine sorgulamaya olanak tanıyan bir tarzda uygulanmaktadır. Sanat terapisti çalışılan kitlenin özelliklerine göre aşağıdaki durumlarda kullanılmaktadır

- Stresi azaltmak
- Öfke problemlerini azaltmak
- Sosyal beceri kazandırmak
- İletişimi desteklemek

- Sosyal uyumu desteklemek
- Korku ve kaygı problemlerini çözmek
- Uyku bozukluklarını gidermek
- Davranış problemlerini çözmek
- Duygu problemlerini çözmek
- Hastanede yatan hastaların sorunlarına destek olmak
- Yas sürecine destek olmak (Halmatov, 2021).

Sanat terapisi sembolik bir iletişim aracıdır. İletişimdeki eksikleri yerine koymak için sözsüz, sessiz, eleştiriden uzak ve müdahalesiz bir alan oluşturmaktadır. Bu nedenledir ki; iletişim sorunları yaşanan noktalarda sanat terapisi nahif ve destekleyici bir müdahale alanı sunmaktadır. Depresyon veya depresif duygu durumu yaşayan kişilerde sözden öte bir diyalog sunması sebebiyle kolaylaştırıcı bir etkiye sahip olan sanat terapisi ile farkındalık daha sakin ve rahat bir geçiş alanı içinde mümkün olmaktadır (Farokhi, 2011).

Sanat terapisi sosyal hizmetin “dezavantajlı gruplar” olarak nitelendirdiği kitlelerle de çalışmaktadır. Nörolojik bozukluklar, gelişim geriliği, kişilik bozuklukları, öğrenme bozukluğu, kaygı bozuklukları, depresyon, travma sonrası stres bozukluğu gibi pek çok hastalıkta kullanılır. Hamilelikte stres azaltmada ve ağrı kontrolünde medikal sanat terapisine başvurulabilir. Ayrıca bireyler mutluluk psikolojilerini yükseltmek, yoğun iş temposundan kurtulmak ve hobi amaçlı da sanatsal etkinliklere katılabilirler. Sanat terapide ana amaç, sanatsal çalışmayla danışanın ego işlevlerini düzeltmek ile duygusal farkındalık ve spontanlık kazandırmaktır (Göktepe, 2015). Travmatik olarak zorlanmalar yaşamış bireyler, demans ve Alzheimer hastaları, iletişim güçlüğü çeken bireyler, henüz tanı almamış fakat anormallik gösteren ve teşhise elverişli olmayan kişiler ile diğer terapi metotlarından daha iyi bir görüşme ve uygulama alanı yaratan sanat terapisi yoruculuktan uzak oluşuyla da tercih unsuru olmaktadır. Bireyin konuşma ve anlatmasından öte malzeme ile aktarımına odaklanan yöntem zorlu kitleler ile olumlu geri dönüşler alınmasını sağlaması bakımından da alanda büyük yer tutmaktadır (Bayramlı, 2023).

Uygulama alanlarına bakıldığında görülmektedir ki; sanat terapisi ve sosyal hizmet kavramsal noktalarda birbirleri ile ilişki içinde, ortak noktaları olan bilimsel ve uygulamaya yönelik alanlardır. Sosyal hizmetin birey odaklı yaklaşımı ve sanat

terapisinin danışan odaklı bakış açısı kesişim noktalarını çoğaltmaktadır. Sanat terapisinin temel amaçlarından olan birleştiricilik ve kapsayıcılık sosyal hizmet alanında da mevcuttur. Sanat terapisi sosyal hizmetin etki ajanı olduğu dezavantajlı kitlelerle de çalışmaktadır. Bu bağlamda Kuzey Florida'da hapishanelerde yapılan büyük ölçekli bir araştırmada sanat terapisi uygulamalarının depresyon ve anksiyete semptomlarında azalmaya sebep olduğu görülmüştür. Benzer şekilde yaşlılarla gerçekleştirilen randomize kontrollü bir çalışmada, depresyona yardımcı bir tedavi olarak resim yapmanın depresyon ve anksiyete semptomlarını azaltabildiği gözlemlenmiştir (Hu, Zhangn, 2021).

Bojner (2003) ve arkadaşları tarafından 14 ay süreyle devam ettirilen kapsamlı araştırmada bir grup kadın fibromiyalji hastasına ağrıları ile baş edebilmeleri için yapılan sanat terapi uygulamalarının katılımcıların kortizol seviyelerinde düşüşe destek olduğu tespit edilmiştir. Sanat terapisinin bireylerin, karşılaştığı zor durumlardan olgunlaşarak çıkmalarına yardımcı olmak için başa çıkma becerilerini geliştirmelerine katkı sağladığı bilinmektedir (Adalı, Al, 2019). Ayrıca sanat terapisi bireyin eleştirel olmayan bir ortamda kendini olduğu gibi ifade edebilmesi ve duygularının farkına varabilmesini sağlamaktadır (Göktepe, 2015). Bu açılarından bakıldığında sosyal hizmetlerin güçlendirme yaklaşımı ve sanat terapisinin uygulama alanlarının ortak paydalarda birleştiği görülmektedir.

Akçin ve Zengin'in 2021 yılında yaptığı bir araştırmaya göre sanat terapinin bir modülü olan müzik terapisi uygulamaları ile sosyal hizmet bileşenleri bir araya getirildiğinde; grup içinde sosyalleşmeyi üst düzeye çıkarmak ve grupla çalışmada verimi arttırmak mümkün olmaktadır. Ailelerle ya da çiftlerle yürütülebilecek (aktif ilgilenilen) müzik terapisi uygulamalarının bireyler arası iletişimi güçlendirmekte ve şaşırtıcı düzeyde iyi geri dönüşlere neden olabilmektedir. Ayrıca bu uygulamalar genel sorunların çözülebilmesini de sağlayabilmektedir (Akçin ve Zengin, 2021).

Üsküdar Üniversitesinde yapılan bir araştırmada sanat terapisinde kullanılan kil, oyun hamuru, boya, renkli kağıtlar vb ile yapılan uygulamaların uzun süreli hafızada olumlu etkilere neden olduğu, meditatif müzik eşliğinde gerçekleştirilen uygulamalarda da gevşeme, rahatlama ve ana odaklanmanın mümkün olduğu tespit edilmiştir. Yaşlı bireylerde sanat terapisinin demans gelişmesi riskini ötelediği ve bilişsel becerileri daha aktif tuttuğu da araştırma sonucunda elde edilen bulgular arasındadır (Kör, 2023). Bu noktada göçmenler ile yapılan bir araştırmada sanat terapisinin savaş mağduru

kadın ve çocukların rehabilitasyonunda olumlu değişikliklere vesile olduğu gözlenmiştir. Uygulama atölyelerinde kullanılan kum, ergo terapi malzemeleri ve müziğin katılımcıların ruh sağlığını iyi yönde geliştirmelerine olanak tanıdığı, gerçekleşen dışavurum ile bireylerin geçmiş travmatik deneyimlerinin yarattığı negatif duygulardan uzaklaştıkları tespit edilmiştir (Ivzhenko, 2022). Ciddi psikolojik problemlerin yanı sıra kişisel gelişim için de sanat terapisi kullanılmaktadır. Stresle başa çıkma, duygularını kontrol altında tutma, duygusal çatışmalar ile baş etme, stresle başa çıkma ve sorun çözme becerilerini güçlendirmek gibi konularda da sanat terapisinden faydalanılması mümkündür. Yapılan araştırmalar yaratıcı ürün ile etkileşim sağlamanın insanın gerilim, stres, kaygı, huzursuzluk ve çatışmalarının üstesinden gelmede etkili bir metot olduğunu belirtmektedir (Khalınbaylı, 2021).

Dünyada yaygın biçimde uygulanan sanat terapisinde sanat terapistleri aşağıdaki alanlarda istihdam edilmektedir.

- Hastaneler: Yetişkin Ruh sağlığı hizmetleri, çocuk ve ergen hizmetleri,
- Ruh sağlığı sorunları olan yaşlılara ve öğrenme sorunu olan kişilere yönelik hizmetler. Özel Hastaneler, Çocuk Hastaneleri.
- Eğitim: Özel ve/veya genel okullar, yönlendirme birimleri, öğrenim desteği hizmetleri.
- Toplum temelli ortamlar: Sosyal hizmetler, gönüllü ve özel kuruluşlar,
- Toplum Ruh Sağlığı ve Öğrenme Engelliliği Ekipleri.
- Cezaevleri, Güvenlik birimleri ve gözaltı merkezleri gibi Bakanlıklara bağlı ortamlar.
- Kıdemli Sanat Terapistleri özel muayenehanede de çalışabilirler (Karkou, 2009).

2.4.1 Değişen Dünyada Dijital Sanat Terapisi

Her geçen gün değişen ve dijitalleşen dünyada hem müracaatçıların ulaşabileceği müdahale ve yöntemleri çoğaltmak hem de sosyal çalışmacıların işini kolaylaştırmak ve yüklerini hafifletmek için dijital sanat terapisi metotlarından faydalanmak dünyada giderek artan bir trenddir. Zubala ve arkadaşlarının 2021’de yaptığı dijital sanat terapisinin mevcut uygulamaları ve geleceğe dair yönelimlerinin incelendiği bir

araştırmada görülmüştür ki; sanat terapistleri dijital kaynakları daha çok kendi aralarında ve eğitim gören öğrencilerin istifadesinde kullanmaktadır. 500'ün üzerinde makale ve araştırmanın incelendiği bu araştırmada dijital alanın gizlilik, güvenlik, teknolojik sınırlamalar ve aksaklıklarına dair olumsuz etkileri sıralanırken, ulaşılabilirlik, kolaylık, ifade özgürlüğüne katkı ve hız gibi olumlu yanları da incelenmiştir. Bu aşamada her bakımdan değişip, gelişmekte olan dijital sanat terapisi var olan potansiyellerini kullanmak ve değişimine şahit olmak adına da büyük önem taşımaktadır (Zubala vd, 2021).

Snyder ve arkadaşlarının 2020 yılında pandemiye de içine alan bir zaman diliminde yaptıkları uygulamalı çalışmada online olarak uygulanan sanat terapisinin oluşturulan sihirli çember gibi yönergeleri ile bütünleştirici, birleştirici, yalnızlığı giderici etkisinin özellikle çocuklar üzerinde olumlu etkilere sebep olduğu görülmüştür.

Sanat terapisine yönelik dijital teknolojiler hâlâ başlangıç aşamasındadır ve dijital sanat terapisinin faydalarından tam anlamıyla yararlanılmasında engellere neden olabilecek çeşitli ele alınmamış zorluklarla karşı karşıyadır. Örneğin, temel genel çizim araçları (örneğin, Sketch book vb) kullanıcıların yaratıcılığını ve ifade gücünü kısıtlayabilir. Daha profesyonel araçlar dijital sanat yapma konusunda hiç deneyimi olmadığında veya çok az deneyimi olduğunda, kullanıcıların gözünü korkutur, yine kullanıcıların yeteneklerini sınırlandırır ve böyle bir terapötik sürecin etkisini engeller. Bunların incelenmesini içeren bir araştırmada yapay zeka ve sanat terapisi bir araya getirilmiş, yeni bir yapay zeka uygulamasının kullanımının nasıl bir faydası olabileceği araştırılmıştır. Bu çalışmanın uzman incelemeleri, uygulayıcılara sağladığı kolaylıklar, potansiyel alanın gelişmesi ve büyümesine katkısı gibi konularda sağladığı kolaylıklara şahitlik edilmiştir. Araştırma halen devam etmektedir (Du vd; 2024).

Dünyada da uygulamaları yeni yeni büyüyen dijital sanat terapisinin sosyal hizmetlerde ulaşılacak kitleye sağlayacağı katkılar göz önünde bulundurularak bu değişim sürecine ayak uydurulması önem arz etmektedir.

2.4.2 Sanatın Sosyal Hizmette Kullanımı

Sosyal hizmet uygulamalı bir bilim dalıdır. Bireylerin sosyal işlevsellik becerilerini arttırmak, olumlu sosyal değişimi sağlamak amacıyla bireylere hizmet vermektedir. Bireylerin dönüşen ve değişen topluma uyum sağlayabilmeleri için iyilik düzeylerinin arttırılmasını ve bu iyilik halinin devamlılığını sağlamak adına hizmet veren bir yardım

mesleğidir. Bu sosyal değişimi sağlayabilen, sorumluluk sahibi, eleştiriye açık, farklılıklara duyarlı ve saygılı, empati kurabilen, müracaatçıların duygu ve düşüncelerini anlamaya odaklı bir sosyal hizmet uzmanı, mevcut becerileri ile yardım ilişkisini sağlayabilmektedir (Serpen ve Hasgöl, 2015).

Payne (2005) sosyal hizmeti 3 farklı yaklaşımla ele almaktadır. Bireyci-yenilikçi, toplumcu-kolektivist, düşünümsel-terapi edici. Bu 3 yaklaşımda Payne, sosyal hizmetin güçlendiren, pozitif eğitimi destekleyen, müracaatçıların bireysel gelişimlerine destek olan ve uygulamayı da içinde barındıran saf ve katıksız bir bilim dalı olduğunu belirtmiştir. Sosyal refahı da önemseyen sosyal hizmet, bu bağlamda gençlik ve toplum çalışmaları, barınma, danışmanlık vb. unsurlara da sahiptir. Bireylere yönelik sosyal hizmet yaklaşımında ise toplumun geneli ile çalışmaktansa belli grup ve bireylerin refahına odaklanarak bu noktadan çalışmalar yapmaktadır. Bireyci yaklaşımda, sosyal hizmetin birey ve toplumla kesişim noktaları bulunarak yaşanan eşitsizlikler, sosyal eylem aracılığıyla değil, birey ve grupların ihtiyaçları veya sorunları üzerinde çalışılmaktadır (Thompson, 2019).

Sanat, sadece sosyal hizmet de değil, sosyal hizmet gibi insana hizmet eden tüm disiplinlerin önemle üzerinde durması gereken bir kavramdır. Çünkü Brommer ve Horn'un (1985) da belirttiği gibi hayatın her noktasında tasarım ve sanat çalışmalarını görebilmekteyiz. Sanatın etkisi günlük hayatımızda hemen her gün ulaşabileceğimiz noktalarda kendisini göstermektedir. Günlük hayatı her bakımdan etkileyen sanat, insanlar, aileler, gruplar ve nihayetinde toplumları da etkilemektedir. Sanat bu açıdan insani yardım meslekleri için önem arz etmektedir (akt.: Hasgöl, 2020). Sanat, insanlar arasındaki çatışmaları, baskıları ve farklılıkları bir yana bıraktırmakta ve onların birlikte yaşayabilme ihtimallerini denemelerine olanak vermektedir". Bu anlamda sanatın ayırım gözetmeksizin dil, renk, ırk, din farklılıklarına rağmen dünyada kabul edilen evrensel bir araç, ortak bir görsel iletişim aracının oluşmasını sağlayan bir unsurdur (Mercin ve Alakuş, 2007).

Sanat terapisi bireylerin hem kendisini hem de diğerleri üzerindeki farkındalığını arttırmak için önemli bir yöntemdir. Bireylerin kişisel gelişimini teşvik eden, başa çıkma becerilerini arttıran ve bilişsel işlevleri üzerinde olumlu etkileri barındıran sanat terapisi bir tedavi olarak kullanılabilir. Kullanılan bu yöntem kişilerin duygusal durumunu geliştirmenin yollarından biridir (Bostancıoğlu, Kahraman. 2015). Amacı insanla çalışma olan sosyal hizmet mesleği de birey, aile, grup ve toplulukların

problemlerine odaklanarak onlara değişim ve dönüşüm için yol haritası çıkarmaktadır. Sosyal hizmet uygulamasında sanat terapisinin kullanılması ile yapılan çalışmalar toplumda farklı dezavantajlı gruplar içinde yer alan kimselerin iyilik hallerinin artırılmasında önem arz etmektedir (Hasgöl, 2016).

Sanatla meşgul olmak, sanat eseriyle terbiye olmuş bir zevk, sanat eseriyle muhatap olmaktan edinilmiş (feraset) bilgi ve ruh, multidisipliner bir yapısı olan sosyal çalışma mesleğinin diğer alanlarla yaptığı bilgi alışverişini desteklemektedir. İnsanı biyo-psiko-sosyal ve tinsel bir varlık olarak tanımlayan sosyal çalışmanın, farklı sahalardan gelen bilgiyi harmanlaması gerekmektedir. Lakin sadece kendi disiplininin ya da bilim alanından gelen bilgiyle insanı tüm yönleriyle değerlendirebilmek mümkün olmamaktadır. Bu doğrultuda sanattan, sanat eserinden ve sanatsal faaliyetten süzülerek harmanlanan bilgi ile, bilimsel bilgi; sosyal çalışmacıya lazım olan bütüncül bakışı sağlayabilmektedir (Güngör ve Aslan, 2022).

Johnson’a göre sosyal hizmetin sanatsal ve bilimsel yönü karşı karşıya gelemmez. Bu yönler birbirini tamamlayıcı bir nitelik taşımaktadır. Çünkü “uygulamada kullanılan sanatsal yaklaşımlar; mekanik, mantıksal ve bilimsel yaklaşımların hudutlarını kabul etmekle beraber, yaratıcı öğelerin, öznel değerlerin, hümanistik yapının önemini de kabul ederler. Kültürel çeşitliliğe saygı, cinsiyet ayrımcılığı, sınıfsal farklılıklar, sezgisel olmayan ve sistematik kavrama gücü ve mantıksal yanı” sosyal hizmetin artistik ve bilimsel bir harmoni olarak tanımlanmasına neden olan mahiyettedir (Akt; Erol, 2017).

Sosyal hizmetin diğer yardım mesleklerinden belirli bazı özellikleri bakımından farklılaşmasını sağlayan en önemli unsurlardan biri, uygulamasının merkezine bireyin yaşam deneyimleri ve sosyal çevresiyle olan etkileşimini koymasdır. Bu bağlamda sistemsal bir yaklaşımı da barındıran sosyal hizmet uygulaması hem bireyler hem de çevreleriyle uğraş veren bir meslektir. Dolayısıyla sosyal hizmetin faaliyet alanı olabildiğince geniştir. Mikro, mezo ve makro düzeyde uygulamaları içerisinde barındıran sosyal hizmet, mikro düzeyde aile, okul akran, komşu gibi bireylerin yakın çevresine yapılan müdahaleleri barındırmaktadır. Mezzo uygulamalarında ise bireyin yakın çevresi arasındaki bağlantıları yer almaktadır (Hasgöl, 2020). Sosyal hizmet uygulamasında sanatsal duyarlılık ve üretkenlik önemli birer araçtır. Sosyal hizmet uzmanı, müracaatçıların ihtiyaçlarını giderebilmek amacıyla sanatı ve üretkenliği bir diyalog aracı olarak kullanabilmektedir (Sayar, 2005).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde sırası ile araştırma modeli, araştırmanın evreni ve örnekleme, araştırmada kullanılan ölçek bilgileri ile verileri analizi sunulmuştur.

3.1 Araştırma Modeli

Sanat Terapisi Yöntemlerinin Kadınların Ontolojik İyi Oluş ve Kaygı Düzeyleri Üzerine Etkisi adlı araştırmada; nicel araştırmalardan biri olan deneysel desen kullanılmıştır. Belirlenen tek gruba ön test son test deseni uygulanmıştır. Nicel araştırma desenlerinden biri olan deneysel desen neden sonuç ilişkisini belirlemek amacıyla araştırmacının kontrolünde, gözlenmek istenen verilerin üretildiği araştırma desenlerinden biridir (Haydarlı, vd., 2016). Nicel araştırma yöntemlerinden deneysel desen kullanılmasının sebebi, değişkenler arasındaki neden sonuç ilişkisini test edebilmek içindir. Araştırma ilişkisel tarama yoluyla gerçekleştirilecek bir uygulama çalışmasıdır. Toplanan tüm veriler SPSS.20 ile analiz edilmiştir.

3.2 Evren ve Örneklem

Bu çalışmada Başakşehir bölgesinde ikamet eden 52 kadınla sanat terapisi atölyeleri yüz yüze olarak gerçekleştirilmiştir. Kadınların yaş aralığı 18-61'dir. Katılımcılar gönüllülük esasına göre belirlenmiş, bütün katılımcıların bireysel farkındalık, testlere yanıt verme becerisi ve alanın içinde kontrollü kalabilmelerini sağlamak amacıyla yetişkin yaşa erişmiş olmalarına önem verilmiştir. Her katılımcıya sanat terapisi yöntemleri detaylı bir biçimde anlatılmış, uygulanacak yönergeler bildirilmiştir. Atölye uygulamalarında kadınlar tarafından yoğun hissedilen duygu ve kavramlar olan benlik algısı, anksiyete, korku, sevinç-mutluluk ve umut konuları işlenmiştir. Katılımcıların oluşturacakları eserlerinin (KVKK gereği bireysel hak ve özgürlükleri korunarak) uygulayıcı tarafından gerekli görülecek bütün bilimsel araştırma, uygulama ve sunumlarda kullanılabilmesine imkân tanıyacak onam formu alınmıştır. Katılımcılara sanatsal malzeme olarak kullanmaları gereken malzemeler tek tek temin edilip, sunulmuştur. Katılımcılar her atölyeye kullanılacak malzemeleri hazırlanmış şekilde katılım sağlamıştır.

3.3 Veri Toplama Araçları

Gerçekleştirilen sanat terapisi atölyeleri, 18-65 yaş arası gönüllü 52 kadının kaygı, korku, sevinç, umut ve benlik algısı konularında gerçekleştirilecek atölyelerin ontolojik iyi oluş ve kaygı düzeyleri üzerindeki etkisinin (uygulanacak ölçekler çerçevesinde) araştırılmasından oluşmaktadır. Araştırmada gerçekleştirilecek atölyeler öncesi ve sonrasında ontolojik iyi oluş ve Beck anksiyete ölçekleri ön test-son test olarak uygulanacaktır.

3.3.1 Sosyodemografik Veri Formu

Katılımcıların demografik bilgilerini ölçmek için oluşturulmuş soru formudur. Yaş, medeni durum, çocuk sayısı ve eğitim durumu sorularını içermektedir.

3.3.2 Ontolojik İyi Oluş Ölçeği

Ontolojik iyi oluş ölçeği Şimşek ve Kocayörük (2013) tarafından geliştirilmiş ve literatüre kazandırılmıştır. Bireylerin yaşamsal farkındalık seviyelerini ölçmede kullanılmaktadır. Ontolojik iyi oluş; umut, hiçlik, pişmanlık ve harekete geçme faktörlerinden oluşmaktadır. Hiçlik faktörünün; amaçsızlık ve önemsizlik gibi olumsuz durumları ifade etmesiyle birlikte bireyin kendi varoluşunu değerlendirmesiyle de ilgili olduğu belirtilmektedir. Başka bir deyişle, hiçlik faktörü düşük olan bireylerin yaşam amaçları olan kişiler oldukları ve daha az olumsuz duygu yaşadığı ve bildirilmektedir. Kişi sadece yaşamının yalnızca şimdiki zamanını kabul ederek, durumunda herhangi bir gelişme ve ilerleme olmayacağını düşünmekteyse hiçlik durumu ön plana çıkmaktadır (Kaba, 2020). Harekete geçme faktörü, kişinin yaşam projesini oluşturmadaki motivasyonu ve enerjisi olarak kabul edilmektedir. Harekete geçme, özellikle şimdiki zaman ile ilişkili bir faktördür. Kişi ilerleyebileceğini düşündüğünde harekete geçmekte ve olumlu duygular taşımaktadır. Pişmanlık faktörü ise hem geçmiş hem de gelecek zamanı temsil etmekte, olumlu ve olumsuz duygu durumla ilişkili olduğu bilinmektedir. Ölçek ile ilgili yapılan bir araştırmada pişmanlık ve hiçlik faktörlerinin depresyon ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Umut faktörü ise kısaca gelecekle ilgili ve yeniliklere açık olma ile ilgilidir (Karataşoğlu, 2019).

3.3.3 Beck Anksiyete Ölçeği

Ölçek Aaron T. Beck tarafından geliştirilmiş ve 21 sorudan oluşmaktadır. Ölçeğin uluslararası geçerliliği kanıtlanmıştır (Ulusoy, vd., 1998). Beck Anksiyete Ölçeği,

bireylerin yaşadığı anksiyete belirtilerinin sıklığını ileten bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçeğin üzerinde iki temel faktör belirlenmektedir. Birinci faktör somatik belirtileri, ikinci faktör ise öznel anksiyete ve panik belirtileri içermektedir. Yapılan uygulama ve taramalarda testin iç tutarlılık ve test-tekrar güvenirlik açısından muadillerinden daha iyi oranda sonuç verdiği tespit edilmiştir (Gümüş ve Avcı, 1995). Beck Anksiyete Ölçeği; 21 maddeden oluşan, puanlaması 0-3 arası yapılan, Likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınan puanların yüksek oluşu, bireyin yaşadığı anksiyetenin şiddetini belirtmektedir. Ölçekten alınan puanlar 0-7 puan aralığında ise anksiyete minimal düzeyde ve normal, 8-15 puan aralığında ise anksiyete hafif düzeydedir. 16-25 puan aralığında ise anksiyete orta düzeyde kabul edilmekte ve 26-63 puan aralığında ise anksiyete şiddetli olarak kaydedilmektedir. Tedavi ölçekten alınan puanla birlikte, hastanın klinik durumuna bakarak da verilmelidir (Aydoğan, 2012).

3.4 Uygulama

Atölyeler 5 haftalık sürede devam etmiştir. Gün ve saatler katılımcılar ile istişare edilerek belirlenmiştir. Nihai noktada 2 ayrı grupta, sabah ve öğleden sonra olacak şekilde 2 ayrı oturumda haftada bir gün, 120 dakikalık periyotlarda uygulama yapılmasına olanak sağlanmıştır.

Her bir grup ile katılımcıların benlik algıları, korku, anksiyete, sevinç ve umut kavramları üzerinde çalışma yapmalarına imkân tanınmıştır. Atölye süresi uzun olacağından katılımcılara kokusuz, sıvı olmayan atıştırma yiyecekler getirebilecekleri ve kendilerine sıcak içecek olarak çay ve su temini sağlanacağına dair bilgi verilmiştir. Program üç aşamadan oluşmaktadır:

- Grubun sanat malzemeleri ile üretim yapmasına olanak tanıyan kaynaşma, sohbet ve nefes egzersizi uygulaması.
- Önceden belirlenmiş konuya uygun olarak sanat malzemeleri ile bireysel farkındalık temalı çalışma.
- Grup üyeleri ile yönergeye uygun, şimdiki ya da daha önceki çağrışımlarına yönelik olarak ortaya çıkardıkları eserler üzerinde konuşma, paylaşım, aktarımlarını dinleme ve vedalaşma.

3.4.1 Prosedür

3.4.1.1 Araçlar

Yapılan çalışmada yer alan araçlar içinde A3 resim kağıtları, kalem, pastel, sulu, kuru ve akrilik boyalar, kolaj yapabilmek üzere eski dergi, gazete, kitaplar, makas, kokusuz yapıştırıcı, su kabı, çeşitli fırçalar, palet, boncuk, düğme, ipler, geri dönüşüm malzemeleri, (şişe ve gazoz kapağı, zincir, anahtarlık, cd, parça kumaş vb), renkli karton, eva, keçe, renkli el işi kâğıtları, müzik dinlemek üzere düzenek, masa, sandalye kullanılmıştır.

3.4.2 Altı Haftalık Sanat Terapi Atölyeleri Uygulama Planı

3.4.2.1 İlk Oturum

- Grup üyelerine atölyelerin amacı anlatıldı. Öncelikle katılımcıların grup çalışmasına katılım amaçlarını ifade etmeleri sonrasında ise kendilerini diğer grup üyelerine tanıtmaları istendi.
- Katılımcılara atölye kuralları anlatıldı. Gönüllü onam formu doldurmaları sağlandı.
- İlk oturumda atölyelere giriş yapılmadan ölçek ve testleri yapmaları istendi.
- Sözsüz, klasik ve enstrümantal müzikler ile atölyeye başlangıç sağlandı. Nefes egzersizi ile uygulamaya hazırlık aşaması yapıldı. Bu aşamada derin nefes alıp-vermenin gerekçeleri anlatıldı. Geri bildirimler alınarak, katılımcıların uygulamaya ait ilk kanaatleri soruldu.
- Konuya ait ilk yönerge olan benlik algısı anlatıldı. Benlik algısı, kişinin kendisini dünyada nerede gördüğü, nasıl hissettiği üzerine şahsi bakış açısını ortaya koymaktadır (Demoulin, 1998). Katılımcıların teknik soruları yanıtlandı. Serbest zaman dilimi ile uygulama alanı yaratıldı.
- İlk uygulamanın paylaşılması sağlandı. Katılımcıların sanat terapiye dair ilk deneyimlerini paylaşmalarına imkân sağlandı.
- Nefes egzersizi ile farkındalıkların konuşulmasına zemin hazırlanarak, ilk gözlemler, ilk uygulamaya dair fikir ve duyguların paylaşılmasına zaman tanındı. Kapanış konuşması yapılarak gelecek atölyede görüşülmek üzere veda edildi.

Tablo 3.1: Sanat Terapi Atölyesi İlk Oturum (01. 11.2023)

Süre	Tema	Paylaşım
20 dk	İlk tanışma, teorik ve uygulamaya dair bilgilendirme, içerik anlatımı.	Katılımcıların kendini tanıtmaları, birbirleri ile tanışması.
15 dk	Test ve ölçeklerin anlatılıp, uygulanması.	Testlere ait katılımcılar tarafından yöneltilen soruların cevaplanması.
10 dk	Müzik eşliğinde nefes egzersizi çalışması.	Hisler, tesirler, çağrışımlar, üzerine konuşmalar.
25 dk	Konuya ait yönergenin anlatılması. İlk konu benlik algısı.	Malzemeler ile uygulamaya başlama.
40 dk	Uygulamaya dair paylaşımlar.	Tartışma; duygular, farkındalıklar. Atölyeye ait ilk izlenimler, fikirler, düşüncelerin paylaşımı.
10 dk	Nefes egzersizi.	Vedalaşma.

3.4.2.2 İkinci Oturum: Duyguların Farkına Varmak, Korku Duygusu

- Grup üyelerinin ilk atölyeden sonraki süreçlerinin nasıl geçtiğine dair paylaşım yapmalarına imkân verildi. Katılımcıların geçirdikleri hafta boyunca neler yaptığı, atölyelerin onlarda nasıl bir tesir bıraktığı sorularına yer verildi.
- Katılımcılara ikinci oturum anlatıldı. Duygulara dair bir giriş konuşması yapılarak, çalışılacak ilk duygu olan korku ile ilgili fikir ve düşünceleri soruldu.
- Sözsüz klasik ve enstrümantal müzikler ile atölyeye başlangıç sağlandı. Nefes egzersizi ile uygulamaya hazırlık aşaması yapıldı.
- Konuya ait yönerge anlatılarak, yapılacak sanatsal çalışmaya dair bilgilendirme yapıldı.
- Serbest zaman dilimi ile uygulama alanı oluşturuldu.
- Katılımcıların korku duygusuna dair yansıttıkları üzerine konuşuldu. Birbirlerinin eserlerine ait fikir ve hislerinin paylaşılmasına olanak sağlandı.
- Nefes egzersizi ile farkındalıklar, beklentiler, kazanımlar üzerine görüşleri alındı. Kapanış ve veda konuşmaları yapıldı.

Tablo 3.2: Sanat Terapi Atölyesi İkinci Oturum (08. 11.2023)

Süre	Tema	Paylaşım
20 dk	İlk atölye sonrası geçirilen haftanın değerlendirilmesi.	İlk atölye sonrası fikir ve hislerinin alınması.
15 dk	Müzik eşliğinde nefes egzersizi çalışması.	Derin nefes alıp-vermenin katılımcılar üzerindeki etkisinin paylaşımı.
10 dk	Konuya ait yönergenin anlatımı. İkinci konu korku duygusu.	Tartışma, hissedilenlerin aktarımı.
25 dk	Uygulama üzerine anlatım.	Malzemeler ile uygulamaya başlama.
40 dk	Uygulamaya dair paylaşımlar.	İzlenimler, çağrışımlar farkındalıklar.
10 dk	Nefes egzersizi.	Vedalaşma.

3.4.2.3 Üçüncü Oturum: Anksiyete

- Grup üyelerinin ikinci atölyeden itibaren sürece dair paylaşım yapmalarına imkân verildi. Katılımcıların geçirdikleri hafta boyunca neler yaptığı, atölyelerin onlarda nasıl bir tesir bıraktığı sorularına yer verildi.
- Katılımcılara üçüncü oturum anlatıldı. Çalışılacak olan anksiyete ile ilgili fikir ve düşünceleri soruldu.
- Sözsüz klasik ve enstrümantal müzikler ile atölyeye başlangıç sağlandı. Nefes egzersizi ile uygulamaya hazırlık aşaması yapıldı.
- Konuya ait yönerge verildi,
- Serbest zaman dilimi ile yapılacak sanatsal çalışmaya alan açıldı.
- Katılımcıların anksiyeteye dair eserlerindeki çağrışımlar dinlendi. Karşılıklı fikir alışverişi yapılmasına zaman tanındı.
- Nefes egzersizi ile farkındalıklar, beklentiler, kazanımlar üzerine görüşleri alındı. Kapanış ve veda konuşmaları yapıldı.

Tablo 3.3: Sanat Terapi Atölyesi Üçüncü Oturum (15.11.2023)

Süre	Tema	Paylaşım
20 dk	Katılımcılar ile ikinci oturum değerlendirilmesi.	İkinci atölye sonrası fikir ve hisleri.
15 dk	Müzik eşliğinde nefes egzersizi çalışması.	Nefesin hissettirdiklerinin paylaşımı.
10 dk	Konuya ait yönergenin anlatımı. Üçüncü konu anksiyete.	Yönergeye ait bakış açıları, durum değerlendirmeleri.
25 dk	Son kaygılandıkları meseleyi çağrışım olarak alana çekme.	Malzemeler ile uygulamaya başlama.
40 dk	Uygulamaya dair paylaşımlar.	Şimdi ve burada geçmiş kaygının farkındalığının paylaşımı.
10 dk	Nefes egzersizi.	Vedalaşma.

3.4.2.4 Dördüncü Oturum: Sevinç- Mutluluk.

- Grup üyelerinin üçüncü atölyeden sonraki deneyimlerine ait paylaşım yapmalarına alan açıldı. Katılımcıların geçirdikleri hafta boyunca neler yaptığı, atölyelerin onlarda nasıl bir etkisi olduğu soruldu.
- Katılımcılara dördüncü oturuma dair bilgi verildi. Çalışılacak olan sevinç-mutluluk başlığı ile ilgili görüşleri alındı.
- Uygun müzikler ile atölyeye başlangıç sağlandı. Nefes egzersizi ile hazırlık aşaması yapıldı.
- Konu yönergesi iletildi. Uygulama alanında katılımcılar serbest bırakılarak müzik eşliğinde eser üretimleri sağlandı.
- Atölye paylaşımı yapıldı. Uygulamanın hissettirdikleri değerlendirildi. Karşılıklı etkileşim sağlanması için katılımcılara olanak verildi.

Tablo 3.4: Sanat Terapi Atölyesi Dördüncü Oturum (22.11.2023)

Süre	Tema	Paylaşım
20 dk	Selamlaşma Katılımcıların dördüncü oturuma ait görüşlerinin alınması.	Şu ana kadar atölyelere ait izlenimlerinin dinlenmesi.
15 dk	Müzik eşliğinde nefes egzersizi çalışması.	Nefesin hissettirdikleri, akışta kalmalarına etkisi.
10 dk	Konuya ait yönergenin anlatımı. Dördüncü konu sevinç-mutluluk.	Yönergenin katılımcılarda üzerindeki tesirlerini değerlendirme.
25 dk	Sevinç-mutluluk üzerine konuşmalar ile uygulamaya geçiş.	Malzemeler ile uygulama yapılması.
40 dk	Uygulamaya dair hisler, bakış açılarını içeren konuşmalar.	An içinde sevinç-mutluluğa dair hissedilenler.
10 dk	Nefes egzersizi.	Vedalaşma.

3.4.2.5 Beşinci ve Son Oturum: Umut

- Grup üyelerinin geçmiş atölyelerde deneyimlediklerinin dinlenmesi. Katılımcıların geçirdikleri 4 hafta boyunca uygulamalarına dair grup ve bireysel gözlemleri tartışıldı.
- Katılımcılara beşinci ve son oturuma dair bilgi verildi.
- Müzik ile atölyeye geçiş sağlandı. Nefes egzersizi ile katılımcıların hazırlanması desteklendi.
- Konu yönergesi iletildi. Uygulanacak olan umut kavramı ile ilgili görüşleri alındı. Umut kavramının çağrıştırdıkları soruldu. Uygulama alanında katılımcılar serbest bırakılarak müzik eşliğinde eser üretimleri sağlandı. Uygulama anına dair paylaşım yapıldı. Umut kavramı ve uygulamanın katılımcılar üzerindeki etkileri tartışıldı.
- Atölyelerin başında uygulanan test ve ölçekleri uygulama sonrası yapmaları sağlandı.

- Geleceğe dair temenniler, hedefler ve umut verici kavramlar üzerine konuşmalar gerçekleştirildi. Hedeflere uzanacak yollara dair fikir ve düşünceler tartışıldı. Katılımcıların birbirlerinde fark ettiği, gözlemlenebilir değişim ve dönüşümler konuşuldu.
- Atölyelere ait bireysel ve grup kazanımları paylaşıldı. Vedalaşma süreci için nefes egzersizi gerçekleştirildi. Vedalaşma ile kapanış sağlandı. Karşılıklı teşekkür edilerek oturumlar sonlandırıldı.

Tablo 3.5: Sanat Terapi Atölyesi Beşinci Oturum (29.11.2023)

Süre	Tema	Paylaşım
20 dk	Selamlaşma, yeni ve son atölyeye ait ihtimallerin sorulması.	Katılımcılar ile gerçekleşen bütün oturumların değerlendirilmesi.
15 dk	Müzik eşliğinde nefes egzersizi çalışması.	Nefesin katılımcılarda oluşturduğu etkiler üzerine değerlendirme.
10 dk	Konuya ait yönergenin anlatımı. Beşinci konu umut.	Konunun katılımcılarda uyandırdığı etkiler, tespitler.
15 dk	Umut üzerine konuşmalar ile uygulamaya geçiş.	Malzemeler ile uygulama yapılması.
50 dk	Katılımcıların sanat terapi atölyelerine dair hisleri ve bakış açılarını içeren paylaşımların dinlenmesi. Test ve ölçeklerin yeniden uygulanması. Katılımcılardan terapi atölyeleri boyunca kendilerinin ve grubun düşünce, duygu ve davranışlarındaki değişimler ile ilgili geri bildirimler alındıktan sonra kendilerine ve gruba ait tespitler, yeni açılımlara dair görüşler, düşünceler ve temenniler.	Uygulamada umut konusunun uyandırdığı yeni veya eski düşüncelerin paylaşımı. Geleceğe dair temenniler, umut vadeden alanların ortaya çıkarılması, olasılıkların belirlenmesi, yeni yollar, kararlar, açılımlar için niyetlerin dinlenmesi. Atölyelere ait son genel değerlendirmeler.
10 dk	Nefes egzersizi ile vedaya hazırlık yapıldı.	Vedalaşma. Sonlandırma. Teşekkür.

3.5 Verilerin Analizi

Bu araştırmada katılımcıların sosyo-demografik özelliklerin sayı ve yüzde dağılımlarını belirlemek üzere frekans analizi; ölçme araçlarının betimleyici istatistikleri ve iç tutarlılık güvenirlik katsayılarını belirlemek için ise madde analizi yapılmıştır. Bunun yanı sıra anksiyete ve ontolojik iyi oluşun yapılan müdahaleden önce ve sonra elde edilen puanlarının karşılaştırılması için bağımlı örneklem t testi kullanılmıştır. Ayrıca kullanılmış olan ölçme araçlarından elde edilen puanların normallik değerleri incelenmiş ve ölçme aracı puanlarının çarpıklık ve basıklık değerlerinin çoğunlukla -1,5 ile +1,5 arasında değiştiğı görülmüştür. Bu doğrultuda da verilerin analizinde parametrik testlerin kullanılması uygun bulunmuştur.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde sanat terapisi oturumlarının sonucunda katılımcılardan elde edilmiş olan bulguların analizleri yer almaktadır.

4.1 Demografik Bilgiler

Bu kısımda araştırma örnekleminin demografik yapısına dair bilgiler sunulacaktır.

Tablo 4.1: Sosyo-Demografik Değişkenlerin Sayı ve Yüzdelik Dağılımları

Değişken	Gruplar	n	%
Eğitim Durumu	Lise ve Altı	18	34.6
	Lisans	34	65.3
	Toplam	52	100.0
Medeni Durumu	Bekar	5	9.7
	Evli	47	90.3
	Toplam	52	100.0
Çocuk Sayısı	Bekar	5	12.7
	Çocuksuz	6	8.6
	Tek Çocuk	4	36.1
	İki Çocuk	17	42.6
	Üç Çocuk ve Üzeri	20	100.0
	Toplam	52	100.0

Bu çalışmaya 18 ile 61 yaşları arasında ($\bar{x}=35.577\pm5.090$ yıl) toplamda 52 kişi katılmıştır. Katılımcıların hepsi Başakşehir ilçesinde ikamet etmektedir. Sosyo-demografik bilgi soruları sınırlı tutulmuş olup, sorularda sadece eğitim durumları, medeni durumları ve çocukları olup olmadıkları sorulmuştur.

Katılımcılardan eğitimi lise ve altı olanlarının sayısı 18 iken, lisans ve üzeri olanlar ise 34 kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların 5'si bekar, geriye kalan 47'si ise evli olduğunu belirtmiştir. Evli katılımcılardan çocuğu olmayanların sayısı 6 kişi olarak tespit edilmişken, 2 ve üzeri çocuk sahibi olanların sayısı 17 olarak görülmüş, 3 ve üzeri çocuğu olanların sayısı ise 20 kişi olarak kaydedilmiştir.

Tablo 4.2: Ölçek Puanlarının Betimleyici İstatistik Sonuçları

Toplam Puanlar	n	Min.	Maks.	$\bar{x}$	S	Çarpıklık	Basıklık	α
Beck Anksiyete Ölçeği Ön Test	52	1.00	53.00	20.173	12.272	0.675±0.330	0.336±0.650	0.911
Beck Anksiyete Ölçeği Son Test	52	0.00	44.00	13.538	9.934	1.002±0.330	0.589±0.650	0.900
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Hiçlik Alt Boyutu Ön Test	52	6.00	28.00	12.019	5.116	0.980±0.330	0.729±0.650	0.795
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Hiçlik Alt Boyutu Son Test	52	6.00	28.00	10.634	5.125	1.481±0.330	1.951±0.650	0.761
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Umut Alt Boyutu Ön Test	52	5.00	25.00	16.288	5.678	0.065±0.330	-1.066±0.650	0.839
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Umut Alt Boyutu Son Test	52	5.00	25.00	18.826	5.483	-0.801±0.330	0.003±0.650	0.837
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Pişmanlık Alt Boyutu Ön Test	52	7.00	33.00	18.519	6.681	0.438±0.330	-0.499±0.650	0.870
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Pişmanlık Alt Boyutu Son Test	52	7.00	34.00	16.750	5.690	1.116±0.330	1.699±0.650	0.839
O.İ.O.Ö. Harekete Geçme Alt Boyutu Ön Test	52	5.00	25.00	14.173	4.647	0.114±0.330	-0.325±0.650	0.820
O.İ.O.Ö. Harekete Geçme Alt Boyutu Son Test	52	7.00	25.00	16.442	5.214	-0.296±0.330	-1.071±0.650	0.851

α : Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı

Çalışmada ayrıca hem ön test hem de son test ölçek puanlarını betimleyici istatistikleri hesaplanmıştır. Analiz sonuçlarına göre Beck Anksiyete Ölçeği ön test toplam puanı en düşük 1 ve en yüksek 53 ($\bar{x}$ =20.173±12.272) ve Beck Anksiyete Ölçeği son test toplam puanı en düşük 0 ve en yüksek 44 ($\bar{x}$ =13.538±9.934) puan alınmıştır.

Ayrıca Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Hiçlik alt boyutu ön test toplam puanı en düşük 6 ve en yüksek 28 ($\bar{x}$ =12.019±5.116) ve Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Hiçlik alt boyutu son test toplam puanı en düşük 6 ve en yüksek 28 ($\bar{x}$ =10.634±5.125); Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Umut alt boyutu ön test toplam puanı en düşük 5 ve en yüksek 25 ($\bar{x}$ =16.288±5.678) ve Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Umut alt boyutu son test toplam puanı en düşük 5 ve en yüksek 25 ($\bar{x}$ =18.826±5.483); Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Pişmanlık alt boyutu ön test toplam puanı en düşük 7 ve en yüksek 33 ($\bar{x}$ =18.519±6.681) ve Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Pişmanlık alt boyutu son test toplam puanı en düşük 7 ve en yüksek 34 ($\bar{x}$ =16.750±5.690); Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Harekete Geçme alt boyutu ön test

toplam puanı en düşük 5 ve en yüksek 25 ($\bar{x}=14.173\pm4.647$) ve Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Harekete Geçme alt boyutu son test toplam puanı en düşük 7 ve en yüksek 25 ($\bar{x}=16.442\pm5.214$) puan alınmıştır. Diğer taraftan ölçek puanlarının Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. Buna göre Beck Anksiyete Ölçeği ön test puanı için 0.911 ve son test puanı için de 0.900 düzeyinde; Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Hiçlik alt boyutu ön test puanı için 0.795 ve son test puanı için de 0.761 düzeyinde; Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Umut alt boyutu ön test puanı için 0.839 ve son test puanı için de 0.837 düzeyinde; Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Pişmanlık alt boyutu ön test puanı için 0.870 ve son test puanı için de 0.839 düzeyinde; Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Harekete Geçme alt boyutu ön test puanı için 0.820 ve son test puanı için de 0.851 düzeyinde Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır (Tablo 4.2).

4.2 Anksiyete Puanı İçin Ön Test-Son Test Karşılaştırılması

Beck Anksiyete ölçeği ön test-son test toplam puanının ve ontolojik iyi oluş ölçeği alt boyutları ön test-son test toplam puanının bağımlı örneklem t testi ile karşılaştırma sonuçlarına ait bilgiler ise aşağıda Tablo 4.3'te verildiği gibidir.

Tablo 4.3: Ön ve Son Test Karşılaştırma Sonuçları

Değişkenler ve Toplam Puanları	$\bar{x}$	Mean	S	s.d.	t	p
Beck Anksiyete Ölçeği Ön Test	52	20.173	12.272	51	5.458	0.000
Beck Anksiyete Ölçeği Son Test	52	13.538	9.934			
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Hiçlik Alt Boyutu Ön Test	52	12.019	5.116	51	1.865	0.068
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Hiçlik Alt Boyutu Son Test	52	10.634	5.125			
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Umut Alt Boyutu Ön Test	52	16.288	5.678	51	4.157	0.000
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Umut Alt Boyutu Son Test	52	18.826	5.483			
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Pişmanlık Alt Boyutu Ön Test	52	18.519	6.681	51	2.627	0.011
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Pişmanlık Alt Boyutu Son Test	52	16.750	5.690			
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Harekete Geçme Alt Boyutu Ön Test	52	14.173	4.647	51	3.750	0.000
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Harekete Geçme Alt Boyutu Son Test	52	16.442	5.214			

Çalışmada çalışmanın temel amacına uygun olarak hem anksiyete hem de ontolojik iyi oluş ön test ve son test puanları bağımlı örneklem t testi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonuçlarına göre Beck Anksiyete Ölçeği ön test ve son test toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır; $t(51)=5.458$; $p<0.001$. Bu sonuca göre Beck Anksiyete Ölçeği ön test puan ortalaması ($\bar{x}=20.173$), son test puan ortalamasından ($\bar{x}=13.538$) daha yüksektir.

Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Umut alt boyutu ön test ve son test toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır; $t(51)=4.157$; $p<0.001$. Bu sonuca göre Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Umut alt boyutu ön test puan ortalaması ($\bar{x}=16.288$). Son test puan ortalamasından ($\bar{x}=18.226$) daha düşüktür.

Bu sonuca benzer olarak Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Pişmanlık alt boyutu ön test ve son test toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır; $t(51)=2.627$; $p<0.05$.

Ayrıca Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Harekete Geçme alt boyutu ön test ve son test toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır; $t(51)=3.750$; $p<0.001$. Bu sonuca göre Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Harekete Geçme alt boyutu ön test puan ortalaması ($\bar{x}=14.173$), son test puan ortalamasından ($\bar{x}=16.442$) daha düşüktür. Ancak Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Hiçlik alt boyutu ön test ve son test toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t(51)=1.865$; $p>0.05$ (Tablo 4.3).

4.3 Korelasyon Analizi Bulguları

Aşağıda Tablo 4:4'te ise Beck Anksiyete ölçeği ön test-son test toplam puanları ve ontolojik iyi oluş ölçeği alt boyutları ile ön test-son test toplam puanları arasındaki korelasyon analizi sonuçları verilmiştir.

Tablo 4.4: Korelasyon Analizi Sonuçları

Ön-Test ve Son Test Puanları	n	r	p
Beck Anksiyete Ölçeği Ön Test & Beck Anksiyete Ölçeği Son Test	52	0.707	0.000
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Hiçlik Alt Boyutu Ön Test & Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Hiçlik Alt Boyutu Son Test	52	0.453	0.001
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Umut Alt Boyutu Ön Test & Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Umut Alt Boyutu Son Test	52	0.689	0.000
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Pişmanlık Alt Boyutu Ön Test & Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Pişmanlık Alt Boyutu Son Test	52	0.703	0.000
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Harekete Geçme Alt Boyutu Ön Test & Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Harekete Geçme Alt Boyutu Son Test	52	0.616	0.000

Çalışmada son olarak kullanılan ölçeklerin ön test ve son test puanları arasındaki korelasyon katsayıları da incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre Beck Anksiyete Ölçeği ön test ve son test toplam puanı arasında pozitif yönde ($r=0.707$; $p<0.001$), Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Hiçlik alt boyutu ön test ve son test toplam puanı arasında pozitif yönde ($r=0.453$; $p<0.01$), Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Umut alt boyutu ön test ve son test toplam puanı arasında pozitif yönde ($r=0.689$; $p<0.001$), Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Pişmanlık alt boyutu ön test ve son test toplam puanı arasında pozitif yönde ($r=0.703$; $p<0.001$) ve Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Harekete Geçme alt boyutu ön test ve son test toplam puanı arasında pozitif yönde ($r=0.616$; $p<0.001$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmiştir (Tablo 4.4).

BEŞİNCİ BÖLÜM

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Sanat terapisinde temel amaç, bireyin sanatsal çalışma ile duygusal farkındalık ve doğallık kazanarak ego işlevlerini, daha sağlıklı bir zemine oturtmasıdır. (Göktepe, 2015).

Sanatla terapi, görsel imgelemin birleştirici ve iyileştirici potansiyeline sahip olduğu fikri üzerine kurulmuştur. Sanat terapisi bireyin üretkenliğini etkileyip, harekete geçirirken bireyin hem kendi potansiyelinin farkında olma hem de başka bireylerle bir arada olma kapasitesini genişleterek, bireyler arası ilişkilerin gelişimine de katkı sağlamaktadır. Tutuklu bireylerle yapılan çalışmalar göstermektedir ki sanat terapisi uygulamaları hükümlülerin duygu durumlarını ve kontrol odaklarını pozitif açıdan etkilemekte, depresyon düzeylerini azaltmakta aynı zamanda kişilerin sosyalleşme becerisini güçlendirerek diğer bireylerle iletişimlerine olumlu katkı sunmaktadır (Gussak, 2004; 2009).

Sanat terapisinin literatüre kazandırıldığı günden bu yana Türkiye ve dünyada yapılan araştırmalarda katılımcıların öncesi ve sonrası bulgularında pozitif yönde değişim sağlayan bir uygulama olduğu görülmektedir. Yaptığımız bu çalışma da ortaya çıkan bulgulara var olan araştırmaları destekler niteliktedir. Alanyazında öğrenciler, göçmenler, sığınmacılar, sağlık çalışanları, öğretmenler ve ergen gençler ile yapılan araştırmalara rastlanırken, kadınlar ile gerçekleştirilmiş bu kapsamda bir araştırmaya rastlanmamaktadır. Gerçekleştirdiğimiz bu araştırma da Türkiye’de daha önce örneğine rastlanmamış olması nedeniyle öncü bir çalışmadır.

Daha çok sözsüz bir psikoterapi yöntemi olarak uygulanmakta olan sanat terapisi, yalnızca hastalıkların teşhisinde yardımcı bir araç olarak hizmet etmekle kalmamakta, aynı zamanda tıp uzmanlarının geleneksel testlerden elde edilmesi zor olan birçok bilgiyi elde etmesine, hastalığın ciddiyetini ve ilerleyişini değerlendirmesine de yardımcı olmaktadır. Uygulanan metotların içeriklerinden hastaların duygu, düşünce ve hayat görüşlerini öğrenerek psikolojik durumlarına dair bilgiler edinmekle beraber tedaviye yardımcı bir yöntem olan sanat terapisinin uygulanması yaş, dil, din, ırk, şehir, bölge veya çevre ile sınırlı değildir. Bireyler tarafından kolayca kabul edilebilmesi sanat terapisinin kolaylaştırıcı unsurları arasındadır. Müzik, dans ve diğer duygusal uyaranlar gibi diğer terapi biçimleriyle birleştirildiğinde daha etkili olan sanat

terapisi bireylerin kendilerini ifade edebilecekleri farklı yollar sunan bir metotlar bütünüdür. Bu çok yönlülüğü sayesinde kişiye kattığı kazanımlar da çoğalmaktadır.

Sanat terapinin hastaların uyum stratejileri üzerine etkisini incelemek amacıyla Oster ve arkadaşları (2006)'nın yaptığı bir çalışmada da sanat terapisi uygulanan meme kanserli bireylerin hastalığa ve tedaviye uyum sürecinin kontrol grubuna göre daha iyi olduğunu saptanmıştır. Literatürde ciddi hastalığı olan bireylerin sanat terapisiyle uğraşmasının uyum sürecini arttırdığı, hayatın anlamını bulmasına yardımcı olduğu, kanser ve yaşamıyla ilgili farkındalıklarının arttığı, hastalığa ve tedaviye uyumlarının daha iyi olduğu, duygusal dışavurumlarının daha etkin gerçekleştiği, spiritüel ve psikolojik iyilik halinin olumlu yönde iyileştiği belirtilmektedir (Akt; Karadağ, Uğur, 2015).

Başka bir araştırmada öğrencilerle yapılan sanat terapisi uygulamalarının öğrencilerin depresyon, kaygı ve stres düzeyleri üzerinde olumlu yönde değişime vesile olduğu görülmüştür (Demir, Yıldırım, 2017).

Uygulamaya dayalı atölyelerde rahatsızlıklar ya da sorunların sanat ile ifadesi aktarım noktasında sanat terapisinin üstlendiği köprü görevini de yerine getirdiğinin bir göstergesidir.

Günümüzde sanat terapisi cezaevleri, hastaneler, özel sağlık merkezleri ve psikiyatri kliniklerinde üniversitelerin mesleki gelişim programlarında ve çocuk gelişiminde olmak üzere birçok alanda uygulanmaktadır. Sanat terapisinin Türkiye’de kazandığı yükseliş çok önemli ve değerlidir.

Sanat terapisinin kadınların Ontolojik İyi Oluş ve kaygı düzeylerine etkisinin incelendiği bu araştırmada Başakşehir ilçesinde ikamet eden kadınlar ile yüz yüze atölyeler halinde gerçekleştirilmiştir. Kadınların sosyo-kültürel durumları birbirinden farklı olmakla birlikte, uygulanan yönergelerle karşı geri bildirimleri ve sürecin işlemesine verdikleri duyarlılık eşit olarak gözlemlenmiştir. Zaman kullanımı, süreye riayet ve atölyeleri sonlandırmada uyum sağladıkları saptanmıştır.

Çalışma ön test, son test modele dayanan deneysel desen uygulaması ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının güven analizleri incelendiğinde puanların tamamının güvenilirlik katsayı düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır. Araştırmada 2 adet ölçek kullanılmıştır. Kullanılan ölçeklerden Ontolojik İyi Oluş Ölçeğine ait alt boyutlar bulunmaktadır. Bu alt boyutlar umut,

hiçlik, pişmanlık ve harekete geçme faktörlerinden oluşmaktadır. Yapılan araştırmada gerçekleştirilen ön test, son testlerde bu alt boyutlara ait puanların anlamlı derecede değiştiği gözlenmiştir. Çalışmada yalnızca hiçlik alt boyutunda anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır. Kaygı düzeylerine dair yapılan ön test, son testlerde de olumlu yönde pozitif değişime rastlanmaktadır. Bu çalışmada öncelikle katılımcıların sanat terapi atölyelerine katılımlarından önceki ve sonraki anksiyete ve Ontolojik İyi Oluş düzeyleri ölçülmüştür. Gerçekleştirilen sanat terapi atölyeleri sonrasında katılımcıların anksiyete düzeylerinde düşüş meydana geldiği tespit edilmiştir. Araştırmamızda ortaya çıkan bulgular ile sanat terapisinin amaçlarından olan bireyin korku, anksiyete, mutsuzluk ve huzursuzluklarını ortadan kaldırmaktan ziyade, baş edilemeyen bu duyguları yaratıcı modaliteler ile kabul ve üstesinden gelinebilir hale getirmelerinin mümkün olduğunu belirten Eracar (2021) tarafından yürütülen araştırma sonuçları bağdaşmaktadır. Yine Demir ve Demir (2018) tarafından yapılan bir başka araştırmada sanat terapisi atölyelerine katılım sağlayanların sağlamayan gruba oranla anksiyete, somatizasyon, obsessif davranışlar, depresyon, stres gibi olumsuz duygu durumlarının değiştiği görülmüştür. Bu çalışma ile bizim gerçekleştirdiğimiz çalışma birbirini teyit eder niteliktedir. Sonuç olarak sanat terapisinin olumlu etkisi her iki çalışmada da ortaya konmuştur.

Çalışmamızda kullanmış olduğumuz Ontolojik İyi Oluş Ölçeğinin umut alt boyutu yeniliklere açıklık, gelecek zamana umutla bakabilme ve temelde olumlu duygular taşıyabilme basamaklarını içermektedir. Çalışmamızın temel amacına uygun olarak kullanmış olduğumuz ölçeğin umut alt boyutu, ön test son test karşılaştırmasında anlamlı pozitif değişim olduğu gözlemlenmiştir. Umut alt boyutunda kendinden emin olma, geleceğe dair heveslenebilme ve güçlü olabilme gibi pozitif değerlerin yapılan atölyeler sonucunda katılımcılar üzerinde arttığı tespit edilmiştir. Bu noktada alanyazındaki araştırmalara bakıldığında, bireylerin hayatındaki hedef ve projelerini iyi-oluş ve mutluluk yorumu olarak kabul ettikleri ve mutlak iyi olana dikkatlerini yönlendirdikleri ayrıca bireysel mutluluğun, insanın kendi varoluşunu bilişsel ve duygusal şekilde değerlendirmesi olarak benimsediği kabul edilmektedir. Bu kapsamda ve buna paralel olarak huzurevindeki yaşlılar ile yapılan bir çalışmada huzurevi sakinlerine uyumadan önce dinletilen müziğin katılımcıların uyku kalitesi üzerinde olumlu etkileri barındırdığı saptanmıştır. Dolayısıyla sanat terapisi içerisinde

bulunan müzik terapisinin de iyileştirici özellikleri yapılan çalışma ile ortaya konmuştur (Altan Sarıkaya, Oğuz, 2016).

Appleton (2001) travmatik deneyime sahip bireyler ile yaptığı çalışmada, sanatla terapi atölyelerinin travmatik olayın çözümlenmesinde faydalı olduğuna vurgu yapmaktadır. Demir (2018) tarafından adli vakalar ile gerçekleştirilen araştırmada sanat terapisti atölyelerine katılan bireylerin psikolojik belirtiler gösterme ve umutsuz hissetme oranlarında olumlu değişimler olduğu ifade edilmiştir. Söz konusu araştırmalar yapmış olduğumuz çalışmada kullanmış olduğumuz Ontolojik İyi Oluş leği pişmanlık alt boyutu ile bağdaşmaktadır. Çünkü pişmanlık alt boyutunda bireyin geçmiş ve geleceğe dair olumlu ve olumsuz duyguları yer almaktadır. Çalışmamızda pişmanlık alt boyutunda pozitif yönde gelişme kaydedilmiştir. Çiğdem Yorgancıoğlu (2018)'de yapmış olduğu Emotional Healing diye isimlendirilen ve sanat terapisinde yaygın olarak kullanılan Duygusal şıfa adı verilen atölyelerinde katılımcılardan onay kartları yapmasını istemiş, uygulamada kullanılan boş kâğıt veya dizin kartı parçalarının, her gün bağımlı bir kişinin duygusal iyileşmesini hızlandıran pozitif bir destek etkisinde olduğunu ifade etmiştir. Bu alışmada "İyiym", "Sağlıklıym", "Seviliyorum" veya "Kendime inanıyorum" gibi basit ifadelerin sanatsal malzeme ile dışavurumundan sonra kişinin olumsuz duygularının olumlu olanlar ile yer değiştirdiği görülmüştür. Çalışmada ortaya çıkan pişmanlık alt boyutu verileri ile bizim çalışmamızdaki bulgular birbirini destekler durumdadır. Tüm bu çalışmalar bize göstermektedir ki; sanat terapisti bireysel farkındalığı yükselten, an da kalma ve geleceğe dair umutları diriltmede etkin bir yöntem olarak literatürdeki yerini her gün güçlendirmektedir.

Theorell ve diğerlerinin (1998) yaptıkları araştırmada, bireylerin psikosomatik rahatsızlıklarının sanatla dışavurumu yönünde cesaretlendirilmesi ile sanatın ruhsal ve bedensel durumları arasında önemli bir köprü vazifesi gördüğü gözlenmiştir. Bu sonuçlar bizim gerçekleştirdiğimiz araştırmanın harekete geçme alt boyutuna destek olarak kabul edilebilecek araştırmalardandır. Araştırmamızda kullandığımız Ontolojik İyi Oluş leği Hiçlik alt boyutu kişinin amaçsızlık, önemsizlik ve olumsuz duyguları ile bağlantılıdır. Araştırma sonucunda elde ettiğimiz bulgularda ortaya çıkan bütün pozitif ve anlamlı değişimlere rağmen iyi oluş leği hiçlik boyutunda pozitif ve anlamlı bir değişim gözlenmemiştir. Yapılan bir araştırmada ontolojik iyi oluş ile depresyon arasında negatif yönde güçlü bir bağ olduğu saptanmıştır. Geçmiş yaşam

deneyimlerinde yoğun travmatik olaylar yaşayan bireylerin, hiçlik alt boyutunda pozitif bir değişken olmaması bu açıdan dikkat çekicidir (Karataşoğlu, 2018; Şimşek ve Kocayörük, 2013). Olumlu değişim görülmeyen bu boyutun daha fazla sayıda atölye uygulaması ile değişeceği öngörülmektedir. Bu noktada sınır kişilik bozukluğu tanısı almış 11 hasta ile uzun yıllar sürdürülmüş bir araştırmada hastaların sanat terapisi öncesi ve sonrasında bedensel ağrı, saldırganlık, öfke ve kızgınlık gibi duygularının olumlu yönde değiştiği tespit edilmiştir (Eren, Saydam. 2018). Ayrıca alanyazında var olan araştırmalar incelendiğinde sanat terapisi atölyelerinin öncesi ve sonrasında katılımcıların ruh hali skoru, ağrı skoru ve anksiyete skorunda iyileşmeler görülerek, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğu saptanmaktadır. Sanat terapisinin katılımcılar tarafından başka şekilde ifade edilemeyen duyguların ifade edilmesinde etkili bir araç olduğu ve uygulamalı atölyelerin kaygıları bastırmada etkili olduğu belirtilmektedir; bunun öncelikle olumlu aktiviteye katılım ve rahatsız edici düşünce veya duygulardan uzaklaşma yoluyla başarıldığı tespit edilmiştir. Duygusal ifade için güvenli alanlarla birleşen yaratıcılık ve sanat terapisinin öncelikle TSSB, anksiyete ve depresyon semptomlarının hafifletilmesiyle sınırlı olan farmakoterapilere kıyasla daha üstün faydalar sunduğunu görülmektedir (Karuga, 2021). Yaşlı bireyler, mahkumlar ve kanser hastalarıyla yapılan sanat terapisi çalışmalarının duygusal dışavurum sağlayarak, bireylerde öz saygıyı arttırdığı, anksiyete ve depresyon düzeyini azaltarak iyi oluşu olumlu yönde etkilediği de tespit edilmiştir (Çulhacık, 2020). Yine Khadar ve diğerlerinin (2013) yapmış olduğu çalışmada ortaya çıkan bulgulara, sanat terapisinin insanların zihinsel, duygusal ve hatta fiziksel durumlarını daha iyi hale getirmelerine yardımcı olarak, bireylerin kendi yaşamlarına olumlu müdahale edebilecekleri sonucuna ulaşılmıştır (Akt, Çakmak, vd., 2020). Sanat terapisinin katılımcıların anksiyeteye ait olumlu çıktılarının arttığının tespit edildiği araştırmamıza ait bulgular bu çalışmalarla uyumludur. Yine bu bağlamda uzun soluklu olarak gerçekleştirilen ve 55 kanser tanısı almış bireyle yapılan atölyeler sonucunda ağrı, anksiyete ve yorgunlukta belirgin azalma olduğu görülmüştür. Yine 300 katılımcı ile yapılan araştırmada şehir hayatındaki bireylerin uygulamalar sonrasında ilaç kullanımlarında azalma, daha az yorgunluk ve stres yaşadıkları görülmüştür (Akt; Demir 2017). Araştırmamızda kullanılan ölçek bulgularındaki olumlu değişimler de bu araştırmaları destekler niteliktedir.

Demir (2017) yapmış olduğu çalışmada resim, müzik, kolaj gibi pek çok sanat terapisi yöntemini kullanarak, içerisinde grup paylaşımı ve grup tartışmalarına da yer verdiği araştırmasında bu etkinliklerin atölye katılımcılarının anda kalma becerilerini geliştirdiğini, otomatik düşünceler ve fonksiyonel olmayan davranışlarının da azaldığını saptamıştır. Katılımcıların düşüncelerine ilişkin farkındalık kazanmalarına, duygularını dışa vurarak rahatlamalarına ve böylece psikolojik belirti düzeylerinin azalmasına yönelik araştırmanın sonuçları ile bizim yaptığımız araştırmanın bulguları arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Nihai noktada sanat terapisinin kadınların Ontolojik İyi Oluş ve kaygı düzeylerine etkisinin incelendiği çalışmada ortaya çıkan bulgular göstermektedir ki; sanat terapisi kadınların kaygı düzeyinin azalmasında etkili bir yöntemdir. Zira grup terapisi dinamiklerine riayet edilerek gerçekleştirilen uygulama atölyelerinde, profesyonel ortamda ve mahremiyet kurallarına uygun olarak kendilerini ifade etme fırsatı bulan kadınların, şartsız kabul, yargılamadan uzak oluş ve müdahalesiz alanda sanat üretmeleri ile anksiyete düzeylerinin azalması mümkün olmaktadır. Çalışmanın temel amacına uygun olarak kadınların geçmiş, bugün ve gelecek algılarını belirlemek adına tercih edilen ölçek sonuçlarına bakıldığında görülmektedir ki; sanat terapi atölyeleri ile kadınların genel iyilik halinde olumlu yönde gelişme kaydedilmiştir. Psikoloji literatüründe var olan şimdi ve burada kavramı ile anda kalma ve bunu gelecek algısına entegre edebilme becerilerinde pozitif bir değişim olmuştur. Uygulama atölyelerinde hedeflenen sonuçlardan sadece kadınların hiçlik boyutunda anlamlı bir değişim söz konusu olmamıştır. Bunun da kadınların depresyona yatkınlığı, geçmiş travmatik yaşam örgülerine sahip oluşları ve şimdiki zamanın olumsuz algısından hedefsizlik nedeniyle çıkamamaları olması olasıdır. Çünkü kadınlar psikolojik destek alma konusunda erkeklerden daha iyi bir orana sahip olsa da geçmişin yüklerinden kurtulmada direnç gösterdikleri yadsınamaz bir gerçektir. Ayrıca uygulanan atölyelerin sayıca azlığının da bu noktada yetersiz gelmesi durumu söz konusu olarak görülebilmektedir. Çünkü geçmişe ait olumsuz veriler uzun zamana dayalı şekilde gerçekleştiğinden, kısa süreli atölyelerin bu verileri silebilmesi olanaksız olabilmektedir. Daha genişletilmiş atölye uygulamaları ile depresif duygu durumunun değişimi mümkün olacaktır.

Mevcut çalışmada güçlendirme yaklaşımı ilkelerinden yararlanılarak, kadınların güçlü yanlarını ortaya çıkarmalarını ve olumsuz duygu durumlarını değiştirmelerini

sağlayacak konu ve yönergelere yer verilerek sosyal hizmetin kırılgan kitlesi kabul edilen kadınların kendi öz beden ve manevi güçlerine kavuşmaları ve var olan potansiyellerini açığa çıkarmalarına imkân sağlanmıştır. Ortaya çıkan bulgular da göstermektedir ki; bütün nazik, yumuşak ve kırılgan yanlarına rağmen kadınlar içlerindeki sağlıklı ve güçlü öze ulaşma ve onu gelecek yaşam kurgularında kullanmaya elverişlidir.

Güçlendirme ana tema olarak, gücün bir kişiden diğerine aktarılması ve çoğalan gücün her seferinde artarak devam etmesidir. Güçlenme sürekli devam edebilen kavramdır (Ulupınar, 2012). Güçlendirme yaklaşımı diğer kuram ve yaklaşımlara nazaran yaşanan olumsuz deneyimler, travmalar, problemler ve çıkmazları baz alarak tedavi ve rehabilite etmek yerine bunları bireyin güçlü yanlarını yeniden gün yüzüne çıkararak, hayatı hakkında mesuliyet alacak iç gücünü, itici dinamiklerini ve kendisine ivme kazandıracak pozitif yönlerini bireye fark ettirerek çözmesini sağlamakta ve bireyin sorunlara sürdürülebilir bir yaklaşımla çözümler üretmesini amaçlamaktadır. Psiko-sosyal olarak güçlenen bireyin kendi yönünü belirlemesi mümkün olmaktadır. Olumsuz manada da ruh-beden sağlığı normal olmayan bireylerin güçlerine dair de hiçbir fikirleri kalmamaktadır. Toplumsal olarak dezavantajlı durumda bulunan veya göç, afet, savaş ya da ani sebeplerle yer mevcut durumları değişen bireylerin hayat standartlarındaki bozulma, eğitim durumlarının işlevini yitirmesi, sağlık sorunları gibi olumsuzluklar ruhsal dengelerini koruyamamalarına sebep olmakta ve bu da kendi güçlerine dair içsel inançlarında bozulma yaratmaktadır. Bu nedenledir ki güçlendirme yaklaşımı içinde bulundukları duruma dair değişim vaat edilemeyecek zamanlardan geçen müracaatçılara, kendi içlerinde yatan gücü harekete geçirmelerine imkan sağlamakta ve bulundukları halin daha iyisinin mümkün olabileceğine bireyleri inandırarak değişimi güçler noktasında yapmaktadır. Araştırmada güçlendirme yaklaşımının tercih edilmesinin bir diğer sebebi de kısa süreli, yapılandırılmış olarak gerçekleştirilecek atölyelerde katılımcıların meselelerini tam olarak çözmeler de kendi iç güçlerini harekete geçirmelerini sağlayacak bir rota çizmelerine imkân sağlamaktır.

Bireyin genel iyilik halini koruması ve içinde bulunduğu olumsuz durumları değiştirmesini temel amaç edinen sosyal hizmet ve sanat terapisinin rahatlatıcı, deşarj edici, sağaltıcı ve rehabilite edici hedefi teori ve pratikte birleşmektedir. Sosyal hizmetlerin mikro, mezzo ve makro düzeydeki değişim hedefine varılması amacıyla

hayata geçirilen uygulamaların önemi gerçekleştirilen bu araştırmada da bir kez daha gözler önüne serilmiştir. Bu noktada yapılan araştırmada çalışılan kitle olan kadınların toplumsal yapıdaki varlığı bu 3 düzeyde de büyük önem arz etmektedir. Çekirdek ailesi içinde varlığını idame ettirmeye çalışan kadınlar toplumda mikro düzeyde bir yer kaplamaktayken eğitim süreçleri, kendi ailelerini kurmaları veya iş hayatına adım atmaları ile mikro alandan mezzo alana geçiş yapmaktadır. Bunların akabinde iş hayatı veya büyüyen aile döngüsü içinde hayat yolculuğuna devam eden kadınlar bulundukları küçük perspektiften ufuk çizgisinin farklı bir noktasına doğru geçiş yaparak makro düzeyde varlıklarını idame ettirmeye başlamakta ve büyük bir dönüşümün de temel dinamiklerine etki ederek toplumsal değişimde büyük rol oynamaktadırlar. Bu farklı ve bazen de çoğalarak gerçekleşen değişimlerde pozitif yönde gelişim göstermesi kadınlar için vazgeçilmez bir zorunluluktur. Yapılan araştırmalar göstermektedir ki; kadınların Türkiye’de ve dünyada hayat standartlarında karşılaştıkları birtakım güçlükler, cinsiyet faktörleri, toplumsal gerekçeler, örf, adet, ananeler ve bireysel yaşam deneyimleri nedeniyle anksiyete yaşama oranları erkeklere nazaran daha yüksektir. Bu nedenle kadınların psikolojik açıdan toplumda daha fazla desteklenmesi gerekliliği zorunlu hale gelmektedir. Tüm bu şartlar nedeniyle sosyal hizmet açısından kadınlar dezavantajlı kitleden sayılabilmektedir. Çocukluk, ilk gençlik ve yetişkinlik çağında çeşitli güçlüklerle karşılaşan kadınlar eğitim, öğretimleri ve yetiştirilme şartları nedeniyle kimi zaman bu zorluklara göğüs gerebilmekteyken, kimi zaman da bütün pozitif yaşam standartlarına rağmen sağlıklı karar verme becerilerini kullanmakta zorluk çekebilmektedir. Hormonal dengelerinin değişimleri, yaratılışlarına bağlı olarak olaylara daha duygusal bakabilmeleri ve çocukluk deneyimleri de karar verme becerilerinde etkili olabilmektedir. Bu çoklu sebepler onların toplumdaki dezavantajlı kitlede kalıcı bir şekilde hayatlarına devam etmelerine neden olabilmektedir. Diğer bir yandan da annelik içgüdüleri ile donatılmış canlılar olarak yeryüzünde var olan kadınların mücadele kabiliyeti, duygusallıklarına rağmen oldukça yüksektir. Zorluklara karşı gösterdikleri mukavemet ve vazgeçmeme davranışı kadınları erkeklerden bir adım öteye taşımaktadır.

Mevcut araştırma tarafından da desteklenmektedir ki, insanı biyo-psiko-sosyal ve maneviyata odaklı (tinsel) bir canlı olarak kabul ederek ele alan sosyal hizmetin toplumdaki yeri çok büyük olan kadınlara yönelik çalışmalarda öncü bir rol üstlenmesi

çok kıymetlidir. Türkiye’de sosyal hizmet alanında kadınlarla yapılan çalışmalar her geçen gün artmaktadır. Lakin bu sayı hala yetersizdir. Sosyal hizmetlere başvuran kadınların psikolojik, sosyo-kültürel ve eğitim durumu gibi unsurlar bu sayının azlığını belirleyici en büyük faktörlerdendir. Sosyal hizmet bağlamında gerçekleştirilecek uygulama atölyeleri ile kadınların daha bilinçli, farkındalığı yüksek, problem çözme becerisi gelişmiş, önce kendisine, sonra ailesi ve var ise çocuklarına en sonunda da topluma daha sağlıklı bir yetişkin olarak kazandırılması mümkün olacaktır.

Kadınların toplumda var olan anne, kardeş, evlat ve komşuluk gibi gelenekten de beslenen rollerine Sanayi Devrimi sonrası iş hayatının yükü de eklenmiş ve diğer bütün rollerdeki mesuliyetleri azaltılmamakla birlikte, daha da zorlayıcı görevler kendilerine yüklenmiştir. Günümüz post-modern dünyasında şehir hayatında plazalarda cam tavan, psikolojik yıldırma (mobbing) ve toplumsal cinsiyet eşitsizliklerine maruz kalan kadınlar, kırsalda da bağ-bahçe işleri, hayvan ve tarlaya ait görev ve sorumluluklarla kuşatılmış gibidir. Ayrıca konum fark etmeksizin ev işi, çocukların bakımı, alışveriş ve eş vazifelerini yerine getirmekle de mükellef görülen kadınlar günümüzde geçmişe nazaran daha büyük iş yükü altında ezilmektedir. Bu nedenle sosyal hizmetin de çalışma alanını kapsayan kadınlara yönelik yapılacak bütün uygulamalı atölyeler, kapsamlı ya da by-pass müdahaleler, kurum ve kuruluşlarca yapılacak önleyici, destekleyici, düzenleyici ve hayatı kolaylaştırıcı çalışmalar çok önemli ve kıymetlidir. Devletler ve hükümetlerce cinsiyet ayrımı yapılmaksızın geliştirilecek sosyal politikalar ile kadınların mesai saatlerinden, iş yüklerine, iş tanımlarından, dinlenme ve tatil zamanlarına kadar tüm yaşam ve çalışma koşullarının ehlileştirilmesi bireysel ve toplumsal olarak gerekliliğini gözler önüne sermektedir.

Toplumu oluşturan insanların sosyal, ekolojik, fiziksel ve psikolojik çevresi içinde bağlı olduğu aile, grup ve topluluklar ile bir bütünün parçasını oluşturdukları unutulmaması gereken bir gerçektir. Bu nedenle toplumsal iyi oluşun bireysel iyi olma hali ile eşit gittiğini de akılda tutmak gerekmektedir. Bu bağlamdan yola çıkarak sosyal çalışmacılara da bazı görevler düşmektedir. Sosyal çalışmacıların yasalar ve bilimsel bilgi ışığında belirlenmiş meslek tanımlarına vakıf olmaları ve buna uygun eğitim ve materyal desteğinden faydalanmaları zorunluluk arz etmektedir. Sosyal çalışmacıların değişen dünya dinamiklerine, yasalara ve devinimi süren hayat şartlarına odaklı, yeniliklere açık, vizyoner ve ilerici bir bakış açısına sahip olmaları zorunludur. Sosyal hizmetin gereği olan değişim, dönüşüm ve bilimsel bilgi temeline dayalı farklı

perspektiflerden istifade edilmesi kaidelerine uymak sosyal çalışmacılar için kolaylaştırıcı olacaktır. Modern tıp teknolojisinin artmasıyla, yaşam beklentisi de artış göstermektedir. Bu durum bireysel, aile, grup ve toplumda yaşanabilecek olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir. İnsanların yaşam kalitesini ve psikolojik sağlığını iyileştirmek için uygun tamamlayıcı tedavilerin bulunmasına yönelik artan taleplerle birlikte öncelikle bireysel, sonrasında da topluma yayılan destek paradigmaları artış göstermektedir. Bu nedenle sanat terapisinin iyileştirici, destekleyici, sağaltıcı, deşarj edici ve tedaviye destek verici yönleri sosyal hizmetler alanında yeni yollara olanak tanıyacaktır. Bu sebeple sosyal çalışmacıların kuramlarla desteklenen meslek eğitimlerine ek, Türkiye’de hala gelişmekte olan sanat terapisti metotlarına yönelmesi çalışma alanlarında fark yaratacaktır. Dünyada uzun yıllardır uygulanan ve rehabilitasyon merkezlerinden, hastanelere, hapishanelerden sosyal yardım kuruluşlarına her alanda yaygın olarak kullanılan sanat terapistinin Türkiye’de yaygınlaşması her bakımdan içe yarayacaktır.

Küreselleşen dünyanın şartlarına ayak uydurmak ve yakınlarda geçirdiğimiz pandemi sürecinde ortaya çıkan ve aslında uzakları yakın etmek adına hayrımıza yarayan ruh sağlığını destekleyici online unsurların sosyal çalışmacılar tarafından da takip edilerek kullanılmasının gerekliliği ne çıkmaktadır. Zira dijital dünyanın ilerleyişi sosyal çalışmacılar için vazgeçilmez bir kaynak olarak önümüzde durmaktadır. Online terapötik destek yöntemlerinin hayata geçirilmesi ile yurt içinde ve dışında ulaşılması zor olan kişi veya topluluklar ile dezavantajlı kitlelere ulaşılmak mümkün olmaktadır. Online görüşme ve uygulamalar ile sadece mikro düzeyde, birey bazında değil mezo ve makro düzeyde yapılabilecek müdahaleleri gerçekleştirme imkânı doğmaktadır. Yenilikçi, gelişime ve değişime açık olması beklenen sosyal çalışmacıların ortaya çıkan bu dijital imkanlardan faydalanması Türkiye’de de hem ulusal hem de uluslararası açıdan büyük önem arz etmektedir. Doğuş niversitesinde yapılan bir araştırmada online destek uygulamalarından faydalanan gençlerin kayıp, yas ve bunlara ait süreci yönetmede aldıkları terapi desteğinin kendilerini olumlu yönde etkilediği saptanmıştır (ubuk, 2020). Bu nedenledir ki, sosyal çalışmacıların teknolojinin nimetlerinden istifade etmeleri, online atölye, seminer, uygulamaları hayata geçirmeleri çok gereklidir.

Dijitalleşmenin her geçen gün arttığı dünyamızda sanat terapisti yöntem ve uygulamalarının bu değişime ayak uyduracak çalışmalarla Türkiye’de kullanılması,

Ülkemiz ve dünya açısından büyük önem taşıtmaktadır. Yapılandırılmış, yarı yapılandırılmış ve spontane süreçlere sahip sanat terapisinin dijital materyaller ile uygulanmasına dair örnekleri oaltarak dünyada öncülük teşkil etmek Türkiye'nin yenilikçi vizyonunda değer katacaktır. Teknolojinin sanat terapisine getirdiği potansiyel fırsatı hızlıca değerlendirerek sosyal hizmetlerin uygulama sahası ve erişilebilirliğini de genişletmek çok büyük ve kıymetli bir fırsat olacaktır.

Hastanelerde ve klinik ortamlarda tedavi ve terapiye yardımcı olmak ve hastalar ile sağlık personeli arasındaki sözlü olmayan iletişimi geliştirmek için çok yararlı olan sanat terapisti, sosyal hizmet alanında dezavantajlı kitlelerin meselelerine ulaşmada, onlara temas etmede, sorunlarını çözmelerine yardımcı olmada ve zorlayıcı adli vakaların analizinde kolaylaştırıcı, zarar verici davranıştan uzak, destekleyici ve modere edici bir güce sahip olmaktadır. Ayrıca sanat terapi ile kendi süpervizyon süreçlerinden geçen sosyal çalışmacıların çevresi içinde birey olma perspektifinden yola çıkarak; bireysel yüklerinden arınmak, güçlü yanlarını keşfetmek, kendi öz benliklerinin farkına varmak, stres, anksiyete ve olumsuz duygulardan uzaklaşmak ile bilinçli farkındalıklarını geliştirerek şimdi ve burada, anın içinde kalma yetilerini güçlendirmeleri kati suretle önce kendi saaltımları için şarttır. Sanat terapisti eğitiminin bir ayağını oluşturan bireysel terapi sürecinden geçme zorunluluğu, her birey için yaşanması gereken bir deneyimdir. Bu deneyimde danışan-müracaatçı tarafında oturacak olan uzmanların kendi yüklerinden arınmak adına gerçekleştirilecek grup terapisti atölyelerinde varlığını bile unuttukları sorunları ve geçmişe dayalı problemlerini masaya yatırma imkânı bulunmaktadır. Bu sayede kendi problemlerinden sıyrılmış bireylerin gerçekleştireceği yardım ve destek her açıdan çok farklı ve kıymetli olmaktadır. Sanat terapisti metotlarını öğrenmek sosyal çalışmacıların bireysel sorunlarından sıyrılmasını sağlayacağı gibi, müracaatçıya yaklaşımlarında da ellerini güçlendirecektir. Türkiye'de daha çok sorunlar yaşandıktan sonra müdahil olan sosyal çalışmacıların gerekli çalışma kitlesine önceden temas ederek sorunların önüne geçmesini sağlamak birey, grup, aile ve toplum refahı açısından oldukça gerekli ve zaruridir. Aynı şekilde müracaatçıların da sorun çözme becerilerini geliştirmek amacıyla bu eğitimlerden (mental ve eğitim durumlarına uygun biçimde) faydalanmaları sağlanmalıdır.

İnsana yardım eden mesleklerin başında gelen sosyal hizmetin müracaatçıların kendilerine başvurdukları sorunlarda kolaylaştırıcı vasıflarını destekleyici olarak sanat

terapisinden online ve yüz yüze olarak istifade etmeleri her açıdan işlerini de kolaylaştıracaktır. Zira müracaatçıların içinde bulundukları yaşamsal şartların değiştirilmesi mümkün olamayacağı durumlarda kaderlerine razı olup, içinde bulundukları durumda kalmaları onları her bakımdan çok daha kötü bir vaziyete itecektir. Bu nedenle sanatla terapiden destek alarak müracaatçının hayatına yeni bir pencere açmasına olanak sağlayabilir ve kolaylaştırıcılık görevlerini yerine getirebilirler.

Özellikle dünyada sanat terapisi madde bağımlılıklarından, kronik rahatsızlıklara, palyatif bakım hizmetlerinden yaşlı ve engelli bireylerin rehabilitasyonuna, cezaevinde bulunan mahkumlardan, kadın sığınma merkezleri ile çocuk evlerine kadar çok geniş bir alanda uygulanan ve faydalarından yararlanan bir yöntemdir. Türkiye’de de Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, İçişleri Bakanlığı ve Gençlik ve Spor Bakanlığının destek ve yönlendirmesi ile sanat terapisinin daha geniş bir satıhta kendine yer bulması gerekmektedir. Bireysel, grup ve topluluk uygulamalarında her açıdan olumlu değişimlere vesile olan sanat terapisinin Anadolu topraklarındaki varlığının Avrupa ve Amerika’dan bile daha öncelere dayandığı göz önünde bulundurularak Bakanlıklarca gerçekleştirilecek ortak projelerin hayata geçirilmesi toplumsal açıdan da büyük önem arz etmektedir. Zira ruh-beden sağlığı iyileşmiş bireyler toplumun temel taşıdır.

Topluma karışma sürecinde yeniden suça teşvik edilen çocuk, genç ve kadınların normal yaşam şartlarına ayak uydurmasından, toplumda kaybettikleri konum ve itibarlarını yeniden kazanmasına kadar olan süreçte sanat terapisinin iyileştirici, rahatlatıcı, motive edici ve güçlendirici yanlarından istifade edilmesi her açıdan çok önemlidir. Toplum ruh sağlığı merkezleri, kadın sığınma merkezleri, çocuk gözlem merkezleri gibi acil ve süregelen destek birimlerine basit yahut ciddi sorunlarla başvuranların problemlerinde güçlendirme yaklaşımı gibi gücü öne çıkaracak yaklaşım ve kuramlar ile müracaatçıların desteklenmesi ve normal hayata uyarlanmaları toplumsal sorunların da önüne geçecektir.

Bireylerin yaşam kalitesini ve ruh sağlığını olumlu yönde etkilediği bilinen sanat terapisinin sosyal çalışmacılar tarafından çalışma sahalarında kullanımı, işlerini büyük ölçüde kolaylaştıracak ve vakaların çözüm süreçlerini hızlandıracaktır. Bu sayede yasa koyucuların yüklerinin hafiflemesi, adli olayların çözümünün hızlanması, sosyal çalışmacıların müdahale alanlarının genişlemesi mümkün olmakla beraber, bu durum

da birey, grup ve nihai noktada toplumun birçok kazanım elde etmesine olanak sağlayacaktır.

Gelişmekte olan ülkeler pozisyonundan çıkıp gelişmiş ülkeler sıralamasında yer alma çabalarının her geçen gün arttığı Türkiye'nin geçmişten getirdiği şifahane kültürünün devamı niteliğinde de olan sanat terapisinden daha fazla faydalanmak adına belediye, vakıf, dernek ve STK' lar tarafından düzenlenecek eğitim ve atölyeleri çoğaltarak halkın istifadesine sunmasının önü açılmalıdır. Bu noktada kendi bireysel sanat terapisi deneyimini tamamlamış sosyal çalışmacıların alanda oluşturulacak eğitim, atölye ve süper vizyonlarda istihdam edilerek sosyal hizmetin temel amacı olan toplumsal değişim ve kalkınmaya yön vermelerine de imkân tanınacaktır. Bu sayede toplumsal değişim ve dönüşüm başta olmak üzere büyük ölçekte Türkiye'nin kalkınma hamlelerine katkı sağlanması mümkün olacaktır.

Dünyada ve geçmişte topraklarımızda uygulanan ve olumlu neticeleri bilinen sanat terapisinin giderek yaygınlaşması ve çoğalması için Türkiye'de yapılacak planlamalar çok önemli ve kıymetli olacaktır.

Disiplinlerarası bir yapıya sahip olan sosyal hizmetin sanat alanı ile de etkileşim içinde olması günümüz dünyasında bir gerekliliktir. Kendi disiplinininden gelen bilgi ile insanı tanımlamak artık sosyal hizmet için yeterli değildir. Amaç ve ilkelerde ortak paydada buluşan sosyal hizmet ve sanatın insana hizmet noktasında da birbiri ile alışveriş ve diyalog içinde olması gelişen dünya sistemine ayak uydurmak açısından oldukça büyük önem arz etmektedir.

KAYNAKÇA

- Acar, H., ve Duyan, G. Ç. (2003). Dünyada Sosyal Hizmet Mesleğinin Ortaya Çıkışı ve Gelişimi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 14(1), 1-19.
- Acar, Y. B., & Acar, H. (2002). Sistem Kuramı-Ekolojik Sistem Kuramı ve Sosyal Hizmet.
- Acar, S.Ş. ve Düzakın, C.S. (2017). *Sanatla Terapi ve Yaratıcılık Bir Eğitim Modeli Olabilir Mi?* (1. Baskı). Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- Akçin, M.E. ve Zengin, O. (2021). Sosyal Hizmette Sanatın Kullanımı ve Müzik Terapisi. *Karabük Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi (Unıka Toplum ve Bilim) Dergisi*, 1(1), 38-47.
- Akhan, U.L. ve Atasoy, N. (2017). Impact Of Marbling Art Therapy Activities On The Anxiety Levels Of Psychiatric Patients. *Journal Of Human Sciences*, 14(2), 2121-2128.
- Akyüz, Z. (2018). *İlköğretim Öğretmenlerinde Sosyal Hizmet Algısı ve Okul Sosyal Hizmeti* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akpınar, O. ve Öz, F. (2013). GERÇEKLİK TERAPİSİ: ÖZELLİKLER, TEMEL KAVRAMLAR, TEDAVİ, UYGULAMA VE DEĞERLENDİRME. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(43), 1-22.
- Altan, N. (2011). *Huzurevinde Kalan Yaşlılarda Pasif Müzikoterapinin Uyku Kalitesine Etkisi* (Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Altın, G. (2022). *Sosyal Hizmet Uzmanlarının Stres ile Baş Etme Becerileri ve Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Sosyal Hizmet Kapsamında İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Appleton, J., Anderson, R., & Barrie, D. (2001). *Museums For'the People': Conversations In Print*. Great Britain: Academy Of Ideas.
- Artan, İ. (2014). <https://www.ifsw.org/sosyal-hizmet-nedir/>
- Artan, T. (2020). İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi Ders Notları.

- Aslan, R. ve Bakış, A. (2020). Ali Şeriatî’de Varoluş İmkânı Olarak Din ve Sanat. *Tokat İlmiyat Dergisi*, 8(2), 835-857.
- Avcı, G.M. (1995). *Beck Anksiyete Ölçeği’nin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Aydın B. Tıbbi Sanat Terapisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. Mart 2012;4(1):69-83. doi:10.5455/cap.20120405
- Aydoğan, Ü. (2012). Hipertansiyon Hastalarında Anksiyete Bozukluğu. *Konuralp Medical Journal*, 4(2), 1-5.
- Baciu, A., & Muaşat, D. (2011). Art Therapy And Expressive Therapies, <https://Wellness-Through-Art.Org/Art-Therapy-And-Expressive-Therapies/> Erişim Kasım 2023
- Bayam, İ. (2023). Transaksiyonel Analiz. *Genç Uzmanlar*, 1-13.
- Bayramlı, E. (2023). Türkiye’de Dezavantajlı Gruplarla Çalışan Sanat Terapistlerinin Sanat Terapisi Üzerine Görüşleri ve Uygulamaları. *Toplum Ve Sosyal Hizmet*, 34(3), 553-577. <https://doi.org/10.33417/tsh.1033861>
- Bingöl, O. (2015). Genel Bağlarıyla Sosyal Hizmet ve Toplum. *Mavi Atlas*, (5), 69-77.
- Bojner, H., Theorell, T., & Anderberg, U.M. (2003). Dans/Hareket Terapisi ve Strese Bağlı Hormonlardaki Değişiklikler: Fibromiyalji Hastalarında Video Yorumlamalı Bir Çalışma. *Psikoterapide Sanat*, 30, 255-264.
- Bostancıoğlu, B. ve Kahraman, E.M. (2017). Sanat Terapisinin Sağlık-İyileştirme Gücü Üzerinde Etkisi, *Beykoz Akademi Dergisi*, 5(2), 150-162.
- Botton, A.D., & Armstrong, J. (2014). *Terapi Olarak Sanat*. İstanbul: Everest Yayınları.
- Canoruç Şahin, Z. (2023). Sanat Terapisinde Fotoğrafın İyileştirici Amaçlarla Kullanımı. *Bodrum Journal of Art and Design*, 2(1), 28-39.
- Cılga, İ. (1989). *Korunmaya Muhtaç Gençlerin Sorunları ve Yetiştirme Yurtları*. T.C. Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Gençlik Hizmetleri Daire Başkanlığı.

- Çakmak, Ö., Biçer, İ. ve Demir, H. (2020). Sağlıkta Sanat Terapisi Kullanımı: Literatür Taraması. *Sağlık ve Sosyal Refah Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 12-21.
- Çakmaktaş, F.M. (2016). *Sanatta Sağaltım ve Güncel Sanat Terapisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Çelik, C. (2020). *Düşünen Şehir Dergisi*. Kayseri: M Grup Matbaacılık.
- Çelik, Y. (2017). *İslam 'da Sosyal Hizmetler: Hz. Peygamber Dönemi*. İstanbul: Çizgi Kitabevi.
- Çelikbaş, Ö.E. (2019). Dışavurumcu Sanat Terapisi. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 20-37.
- Çınar, M. (2019). Sanat Uygulamalarına Dayalı Psiko-Eğitim Programının Psikolojik Sağlamlık Üzerine Etkisi. <https://gcris.pau.edu.tr/bitstream/11499/26889/1/Merve%20Nur%20%C3%87%C4%B1nar.pdf>
- Çobanoğlu, Talay, S. (2019). Sanat Kavramı İle Tanışma Ve Transaksiyonel Analiz. <https://dspace.trakya.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/trakya/4411/0164208.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Çubuk, B. (2020). Covid-19 İle Gelen Kayıp Nesne, Yas Ve Depresyon. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(21), 90-99.
- Çulhacık, G.D. (2020). *Engelli Çocuğa Sahip Ailelerde Sanat Etkinliklerinin Kullanıldığı Aktivite Gruplarının Psikolojik Dayanıklılık ve İlişkili Faktörler Üzerine Etkileri* (Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Demir, V. (2017). Dışavurumcu Sanat Terapisinin Psikolojik Belirtiler ile Bilişsel İşlevlere Etkisi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(13), 575-598.
- Demir, V. Yıldırım, B. (2017). Sanatla Terapi Programının Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerin Depresyon, Anksiyete ve Stres Belirti Düzeylerine Etkililiği, *Ege Eğitim Dergisi* 2017 (18) 1: 311-344
- Demir, V. Demir, A. (2018). Sanatla Terapi Programı ve Etkileşim Grubu Uygulamasının Ruhsal Belirti Düzeyleri Üzerindeki Etkisi, *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi* Cilt 1(2018), Sayı 2, 97-120

- Demoulin, D. (1998). *Giving Kids A Good Emotional Start-What Head Start Parents And Teachers Should Know To Ensure Emotionally Healthy Children*. London: Children And Families, Fall.
- Doğan, S., Sezgin, F. (2012). Bergama'nın Tıp Tarihindeki Öneminden Türkiye Ne Kadar Haberdar?. *Sosyal Ve Beşeri Bilimler Dergisi*, 4(2), 271-279.
- Du, X., An, P., Leung, J., Li, A., Chapman, LE ve Zhao, J. (2024). DeepThInk: Dijital sanat terapisinde insan-yapay zekâ ortak yaratımını tasarlamak ve araştırmak. *Uluslararası İnsan-Bilgisayar Çalışmaları Dergisi*, 181, 103139.
- Duyan, V. (2003). Aileye Yönelik Planlı Müdahale Sürecinin Aşamaları. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 14(1), 41-61.
- Duyan, V. (2023). Sosyal Hizmet Kuram ve Yaklaşımları, Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Ders Notları. <https://Acikders.Ankara.Edu.Tr/Course/View.Php?Id=1482> Erişim Kasım 2023.
- Edwards, Vill. (2019). What Is The Art Therapy? https://Wellness-Through-Art.Org/What-Is-Art-Therapy/?Gad_Source=1&Gclid=Cj0kcqia4y-Sbh6ar1sagxflg4jee7eicuxu8jklcpwmbrbm3b0no4pwqtxrbwnvy-Fthoz5z5n6aaaottealw_Wcb Erişim Kasım 2023.
- Emiroğlu, V. (1985). Kırsal Kesim Gençliğinin Gelenek ve Göreneklerden Kaynaklanan Sorunları. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksekokulu Dergisi*, 3(12), 17-32.
- Eracar Başar, N. (2013). Örgün Eğitim Kurumunda Otistik Çocuk ve Ergenlere Çok Yönlü Yaklaşım (Okul, Aile ve Çocuk İçin Analitik İletişimi Esas Alan Bir Model Önerisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(7), 35-39.
- Eracar, N. (2021). *Sözden Öte Sanatla Terapi ve Yaratıcılık*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Erbay, E. (2019). Güç ve Güçlendirme Kavramları Bağlamında Sosyal Hizmet Uygulaması, *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 19(42), 41-64.

- Eren, N. (1998). *Psikotik ve Borderline Hasta Gruplarında Sanatla Psikoterapi Sürecinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Ere, N. Saydam, B. (2018). Sınır Kişilik Bozukluğu Hastalarının Bireysel Psikodinamik Sanat Psikoterapisi Sürecindeki Değişimlerinin İncelenmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry* 2019; 20(4):350-359.
- Erer, S., & Atıcı, E. (2010). Selçuklu ve Osmanlılarda Müzikle Tedavi Yapılan Hastaneler. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 36(1), 29-32.
- Erol, H. (2016). *Bir Bilim Olarak Sosyal Hizmetin Sanatsal Yönü ve Bir Sanat Olarak Sinema ile İlişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans). Başkent Üniversitesi, Ankara.
- Farokhi, Masoumeh. (2011). Art Therapy In Humanistic Psychiatry.
https://www.researchgate.net/publication/271561514_Art_Therapy_In_Humanistic_Psychiatry
- Gedik, M. (2020). Endüstriyel Sosyal Hizmetlerin İnsan Hakları Yaklaşımı. *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(18), 1-24.
- Gombrich, E. H. (2007). *Sanatın Öyküsü* (Çev. E. Erduran ve Ö. Erduran). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gökkaya F, Zorluoğlu E, Işık İ, Önkür. B, Bozdemir T, Kızıltan R, Mıh C, Salıkyüz S, Deniz C (2020). Türkiye'de Bilişsel Davranışçı Grup Terapisi, Psikodrama ve Sanat Terapisi Kullanılarak Yapılmış Etkililik Çalışmalarının İncelenmesi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(2), 258- 273. 10.18863/pgy.569156
- Göktepe, A. K. (2015). *Sanat Terapi*. İstanbul: Nesil Basım Yayın.
- Gussak, D. (2004). Art Therapy With Prison İnmates: A Pilot Study. *The Arts İn Psychotherapy*, 31(4), 245-259.
- Gussak, D. (2009). Comparing The Effectiveness Of Art Therapy On Depression And Locus Of Control Of Male And Female İnmates. *The Arts İn Psychotherapy*, 36(4), 202-207.
- Güner, O. ve Genç, D.Ç (2019). *Sanat Terapisi Uygulayıcıları İçin Farklı Sorun Gruplarına Yönelik Çalışma Örnekleri*. İzmir: Yakın Kitabevi.

- Güner, O. (2017). Sanat Terapisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bülteni*, 4(29), 38-42.
- Güngör, F. ve Aslan, Ş. (2022). Sosyal Çalışmacı İçin Bir İmkân Olarak Sanat. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 33-50.
- Halmatov, S. (2021). *Sanat Terapisi, Resim Teknikleri ve Semboller*. İstanbul: Pegem Akademi Yayınları.
- Hasgöl, E. (2016). Sosyal Hizmet Uygulamalarında Sanatın Önemi. *International Journal Of Innovative Research In Education*, 3(2), 55-60.
- Hasgöl, E. (2020). Sosyal Hizmet Eğitiminde Sanat, Sanat Terapisi ve Sanat Eğitiminin Önemi. *Third Sector Social Economic Review*, 55(2), 1318-1329.
- Healy, L. (2024). <https://www-iassw--aiets-org.translate.goog/about-iassw/brief-history/? x tr sl=en& x tr tl=tr& x tr hl=tr& x tr pto=sc>
- Hogan, S. (Ed.). (2012). *Sanat Terapisine Feminist Yaklaşımların Yeniden Gözden Geçirilmesi*. Berghahn Kitapları.
- Hu, J., Zhang, J., Hu, L., Yu, H., & Xu, J. (2021). Art therapy: a complementary treatment for mental disorders. *Frontiers in Psychology*, 12, 3601.
- Işık, M. (2023). Gestalt Kuramı Ve Bauhaus Okulu: Modern Sanatın Yeniden Şekillenmesi. *Türk & İslam Dünyası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10 (39), 31-43.
- Ivzhenko, I., Podol's'ka, G., Demchenko, I., Dzhyhun, L., Lytvynenko, V., & Kacherova, O. (2022). Art Therapeutic Techniques to Provide Psychological Assistance. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 13(4), 68-80. <https://doi.org/10.18662/brain/13.4/376>
- İlgar M. Z, İlgar C, S. (2018). Varoluşçu Psikolojik Danışma Ve Psikoterapi: Teori Ve Pratiği, *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*-2019.
- Khalınbaylı, Kamala, (2021). https://www.researchgate.net/publication/355076978_STRESLE_BASA_CI_KMA_YOLLARI-IV_SANAT_TERAPISI Erişim tarihi Ekim 2024.

- Karaçam, Z., Dönmez, A., Üstündağ, H., & Doğan, H. (2021). Kadınların Kaygı Düzeyleri ve Stres ile Baş Etme Yöntemlerinin İncelenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1), 60-69.
- Karadağ, E. ve Uğur, Ö. (2015). Kanserli Hastalarda Çok Konuşmayan Bir Uygulama: Sanat Terapisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 8(2), 142-144. <https://doi.org/10.1155/2014/103297>.
- Karataşoğlu, Y. (2019). *Ebeveynlerden Algılanan Psikolojik Kontrol ve Depresyon İlişkisinde Ontolojik İyi Oluşun Aracı Rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Karkou, V. (2009). *Arts Therapies: Hitting The Heat Targets; A Report Of The Scottish Arts Therapies Forum (SATF)*. Chairs Of The Arts Therapies Councils And The Workforce Planning Team.
- Karuga, J. (2021). *Art Therapy*. https://www.academia.edu/62242090/Art_Therapy?email_work_card=reading-history Erişim Eylül 2023
- Keleşoğlu F, Akyüz M (2022). Sosyal Hizmet Uygulamalarında Birey Merkezli Yaklaşım: Carl Rogers ve Rogeryan Terapi. *Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi*, 57(2), 1040- 1053. 10.15659/3.sektör-sosyal-ekonomi.22.05.1804
- Kemaloğlu, M. (2014). XI.-XIII. Yüzyıl Türkiye Selçuklu Devletinde Darüşşifalar/The Cottage Houses In The Seljuk Empire Between XI.-XIII. Centuries, 5(7), 1308-6944.
- Kılıç, A.K. ve Tekin, H. H. (2021). Sosyal Hizmet Uzmanlarının Mesleki Uygulama Düzeylerinin Belirlenmesi. *Sosyal Çalışma Dergisi*, 5(2), 196-208.
- Kılıç, A. (2022). *Seramik Uygulamalar Özelinde Sanat ve Terapi* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Kim, WG ve Park, JH (2001). Gerçeklik Terapisine Dayalı Sanat Terapisi Programının Üniversite Öğrencilerinin Kilo Kontrolü, Beden İmajı ve Benlik Saygısı Üzerine Etkisi. *Kore Okul Sağlığı Derneği Dergisi*, 14 (2), 249-268.
- Koç, T. (2020). *Düşünen Şehir Dergisi*. Kayseri: M Grup Matbaacılık.

- Kör, İsa. (2023). <https://uskudar.edu.tr/tr/icerik/8472/sanat-terapisi-demans-riskini-azaltiyor>
- Lee, J., & Hudson, R. (2001). *Empowerment Based Generalist Practice: Direct Services With Individuals*. Newyork: Cummings And Hothawey.
- Malchiodi, C. (2005). *Expressive Therapies: History, Theory And Practice*. V Cathy Malchiod. London: Expressive Therapies.
- Mercin, L. ve Alakuş, A.O. (2007). Birey ve Toplum İçin Sanat Eğitiminin Gerekliliği. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, (9), 14-20.
- Merter, M. (2011). *Dokuz Yüz Katlı İnsan*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Monti D.A., Peterson C., Kunkel E.J., Hauck W.W., Peguignot, E., Rhodes, L., & Brainard, G.C. (2006). A Randomized, Controlled Trial Of Mindfulness-Based Art Therapy (MBAT) For Women With Cancer. *Psychooncology*, 15(5). 363–373.
- Moon, BL. (2007). Art Therapy: *Journal of the American Art Therapy Association*, 24(3) pp. 128-133.
- Işık, M. (2023). *Gestalt Theory and the Bauhaus School: Reshaping Modern Art*. The Journal of Turk-Islam World Social Studies
- Okcu, C. (2022). Psikodinamik Yönelimli Sanat Terapisi. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 5(10), 31-41.
- Oosterom, S. (2022). Sanatta En Büyük Devrim: Roger Fry'ın Bizansçılığını Yeniden Yorumlamak. *Sanat Tarihi Dergisi*, 5(31), 355-386.
- Öksüz, S. (2018). *Bilinçli Farkındalığın Sosyal Hizmet Uygulamasında Kullanımı: Üniversite Öğrencileri Arasında Bilinçli Farkındalık Çalışması (Yüksek Lisans Tezi)*. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ökten, S. (2015). *Gelenek Sanat ve Medeniyet*. İstanbul: Sufi.
- Özel Sağlamtimur, Z. (2010). Dijital sanat.
- Özdel, K. (2015). Düünden Bugüne Bilişsel Davranışçı Terapiler: Teori Ve Uygulama. *Turkiye Klinikleri J Psychiatry-Special Topics*, 8(2), 10-20.

- Özdemir, U. (2000). Sosyal Hizmet Uygulamasının Genel Çerçevesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 12(1), 100-110.
- Özgen, M.K. (2013). Farabi Felsefesinde Bilgi ve Terapi/Bilginin İyileştirici Gücü. *Bilimname*, 25(2), 15-29.
- Özkaya, Ş. Y. (2016). Osmanlı'nın Tıp Anlayışını ve Akıl Hastalarına Yaklaşımını Belirleyen Faktörler İle Bu Anlayışın “Mâ-Hazar” da Tezâhürü. *Bildiriler Kitabı-II*, 305.
- Özlük, E. (2007). Feminist yaklaşım. *Haydar Çakmak (der.), Uluslararası İlişkiler “Giriş, Kavram ve Teoriler”, Ankara, Platin Yayınları*, 198-204.
- Payne, M. (2020). *Modern Sosyal Hizmet Teorisi*. Bloomsbury Yayıncılık.
- Read, H. (2014). Sanatın Anlamı, Hayalperest Yayınevi. *Birinci Baskı, İstanbul*.
- Sağlık, G, N. “Psikanalitik Kuram Ve Sosyal Hizmet”. *FLSF Felsefe Ve Sosyal Bilimler Dergisi*, no. 31 (May 2021): 435-55.
- Saltık, D. (2021). *Öz-Şefkat, Bilişsel Esneklik ve İletişim Becerilerinin Çiftlerin Ontolojik İyi Oluşu Üzerine Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Sarandöl, A. (2013). Rehabilitasyonda Sanatın Kullanımı, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 8(10), 45-56.
- Sarikaya, A.N. ve Oğuz, S. (2016). Effect Of Passive Music Therapy On Sleep Quality İn Elderly Nursing Home Residents. *Journal Of Psychiatric Nursing/Psikiyatri Hemsireleri Derneği*, 7(2), 22-35.
- Sayar, Ö.Ö. (2005). Sanat ve İnsana Yardım. *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 16(2), 121-134.
- Serpen, A. ve Hasgöl, E. (2015). Sosyal Hizmet Uygulamalarında Empatinin Önemi ve Yardım İlişkisi Üzerindeki Etkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 6(35), 42-61.
- Snyder, K. (2021). Dijital Sanat Terapisi Çerçevesi: Teleterapide 'Sihirli Bir Daire' Yaratmak. *Uluslararası Sanat Terapisi Dergisi*, 26 (3), 104-110.

- Sutton, A. (2014). *Art And The Unconscious: A Semiotic Case Study Of The Painting Process*. Fi= Lapin Yliopisto| En= University Of Lapland|. <https://Lauda.Ulapland.Fi/Handle/10024/61720> Erişim Ağustos 2023.
- şahin, M. (2019). Korku, Kaygı ve Kaygı (Anksiyete) Bozuklukları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 117-135.
- Serhatoğlu, Ulukaya. S. (2017). Sanat ve Geştalt Terapi. https://www.academia.edu/34669423/Sanat_ve_Ge%C5%9Ftalt_Terapi
- şeker, A. (2011). *Sosyal Hizmetlerde Etik*. İstanbul, Sabev Yayınları.
- şeker, A. (2012). Bilim ve Meslek Olarak Sosyal alışmanın Temel Kavramları, Sosyal Hizmete Giriş. *TSA Dergisi*, 1, 9-18.
- şimşek, G. ve Altun, F. (2021). Kurumsal Sosyal Sorumluluğun İşyerinde Sosyal Hizmet Bağlamında Değerlendirilmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 32(3), 1061-1077.
- şimşek, Ö.F. ve Kocayörük, ř.E. (2013). Affective Reactions To One's Whole Life: Preliminary Development And Validation Of The Ontological Well-Being Scale. *Journal Of Happiness Studies*, 14, 309-343.
- Soyęür, H. (1999). Sanat ve "Delilik". *Klinik Psikiyatri*, 2(2), 124-133.
- Tan, D. (2019). *Tıbbi Sosyal Hizmet Eğitim Sunumu* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Tekindal, M., Ege A. ve Erim F. (2019). Sosyal Hizmet Bilgisi Üretimi: Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi İncelemesi, *Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi*, 30(3), 796-813.
- Theorell, T., Konarski, K., Westerlund, H., Burell, A. M., Engström, R., Lagercrantz, A. M., & Thulin, K. (1998). Treatment of patients with chronic somatic symptoms by means of art psychotherapy: A process description. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 67(1), 50-56.
- Thompson, N. (2019). *Kuram ve Uygulamalarla Sosyal Hizmeti Anlamak*. Ankara: Dipnot Yayınları.
- Tolstoy, L.N. (2007). *Sanat Nedir?* Ankara: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

- Toros, F., Tot, Ş. ve Düzovalı, Ö. (2002). Kronik Hastalığı Olan Çocuklar, Anne ve Babalarındaki Depresyon ve Anksiyete Düzeyleri. *Klinik Psikiyatri*, 5(4), 240-247.
- Truell, R. (2014). Ifsw, International Federation Of Social Workers, <https://www.ifsw.org/Sosyal-Hizmet-Nedir/> Erişim Ağustos 2023
- Tuncay, T. ve Erbay, E. (2006). Sosyal Hizmetin Temel Hedefi: Sosyal Adalet Güçlendirmeyle Retorikten Pratiğe. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 17(1), 53-70.
- Tüfekçi, E. M. (2003). Yapısalcı Yöntem ve Uygulama Alanları Structuralism and Its Application. *Tiyatro Araştırmaları Dergisi*, 17(17).
- Ulupınar, S. (2012) Hemşirelik Bölümü, Hemşirelik Öğretimi Ad, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, İstanbul
- Walker, M. S., Kaimal, G., Koffman, R., & DeGraba, T. J. (2016). Art therapy for PTSD and TBI: A senior active duty military service member's therapeutic journey. *The arts in Psychotherapy*, 49, 10-18.
- Waller, D., Gilroy A., & Dreyden, W. (1992). *Art Therapy: A Handbook*. Open Universty Press: Buckhingam-Philedelphia.
- Waller, D., & Mahony, J. (2002). *Treatment Of Addiction: Current Issues For Arts Therapists*. London: Routledge.
- Yıldırım, Ş. (2016). Sosyal Hizmette Krize Müdahale Yaklaşımının Kullanımı Krize Müdahale. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 3(4).
- Yılmaz, T. (2017). Klinik Psikolojide Sanat ve Sanat Uygulamaları. *Tykhe Sanat Ve Tasarım Dergisi*, 2(2), 32-43.
- Yorgancıoğlu, Ç. (2018) Bağımlılıkların Önlenmesi Aksında Sanat Terapisi, Genel Bakış ve Çerçevesi.
- Zubaroğlu Yanardağ, M. (2020). Sosyal Hizmet Mesleki Uygulamalarında Müracaatçılara Karşı Etik Sorumluluklar ve Etik Karar Verme Süreci. *Journal Of Society & Social Work*, 31(3), 1-12.
- Zubala, A., Kennell, N. ve Hackett, S. (2021). Dijital dünyada sanat terapisi: mevcut uygulamaların ve gelecekteki yönelimlerin bütünleştirici bir incelemesi. *Psikolojide Sınırlar*, 12 , 600070.

EKLER

Ek 1- Beck Anksiyete Ölçeği

Beck Anksiyete Ölçeği

Hastanın Soyadı, Adı:.....

Tarih:.....

Aşağıda insanların kaygılı ya da endişeli oldukları zamanlarda yaşadıkları bazı belirtiler verilmiştir. Lütfen her maddeyi dikkatle okuyunuz. Daha sonra, her maddedeki belirtinin BUGÜN DAHİL SON BİR (1) HAFTADIR sizi ne kadar rahatsız ettiğini yandakine uygun yere (x) işareti koyarak belirleyiniz.

	Hiç	Hafif düzeyde Beni pek et- kilemedi	Orta düzeyde Hoş değildi ama kat- lanabildim	Ciddi düzeyde Dayanmakta çok zor- landım
1. Bedeninizin herhangi bir yerinde uyuşma veya karın- calanma				
2. Sıcak/ ateş basmaları				
3. Bacaklarda halsizlik, titreme				
4. Gevşeyememe				
5. Çok kötü şeyler olacak korkusu				
6. Baş dönmesi veya sersemlik				
7. Kalp çarpıntısı				
8. Dengeyi kaybetme duygusu				
9. Dehşete kapılma				
10. Sinirlilik				
11. Boğuluyormuş gibi olma duygusu				
12. Ellerde titreme				
13. Titreklilik				
14. Kontrolü kaybetme korkusu				
15. Nefes almada güçlük				
16. Ölüm korkusu				
17. Korkuya kapılma				
18. Midede hazımsızlık ya da rahatsızlık hissi				
19. Baygınlık				
20. Yüzün kızarması				
21. Terleme (sıcaklığa bağlı olmayan)				

Toplam BECK-A skoru:.....

designed by Emrah SONGUR M.D.

Ek 2- Ontolojik İyi Oluş Ölçeği

Lütfen yaşamınızı geçmiş, bugün ve geleceğiyle kişisel bir proje olarak düşünün. Her proje gibi, yaşamınızın da tamamlanmış (GEÇMİŞ), yaşanmakta olan (ŞİMDİ) ve yaşanacak (GELECEK) parçaları söz konusudur. Sizden beklenen, bu parçaların her birine kendi içinde bir bütün olarak baktığınızda, verilen duyguları ne kadar yoğun hissettiğinizi aşağıdaki ölçeği dikkate alarak derecelendirmede uygun rakamı daire içine alarak belirtiniz.	Hiç hissetmiyorum	Biraz hissediyorum	Yoğun hissediyorum	Oldukça yoğun hissediyorum	Çok yoğun hissediyorum
--	-------------------	--------------------	--------------------	----------------------------	------------------------

YAŞAM PROJEMİN TAMAMLANMIŞ

1. Gurur duyuyorum.	1	2	3	4	5
2. Hayal kırıklığı hissediyorum.	1	2	3	4	5
3. Tatmin yaşıyorum.	1	2	3	4	5
4. Pişmanlık hissediyorum.	1	2	3	4	5
5. Üzüntü duyuyorum.	1	2	3	4	5
6. Suçluluk hissediyorum.	1	2	3	4	5
7. Yetersizlik hissediyorum.	1	2	3	4	5

YAŞAM PROJEMİN YAŞAMAKTA OLDUĞUM

8. Yorgun hissediyorum	1	2	3	4	5
9. Coşkulu hissediyorum	1	2	3	4	5
10. Amaçsız hissediyorum	1	2	3	4	5

11. Kaybolmuş hissediyorum.	1	2	3	4	5
12. Motive olmuş hissediyorum	1	2	3	4	5
13. Enerjik hissediyorum.	1	2	3	4	5
14. Heyecanlı hissediyorum.	1	2	3	4	5
15. Sorumsuz hissediyorum.	1	2	3	4	5
16. Bomboş hissediyorum.	1	2	3	4	5
17. Kaygılı hissediyorum.	1	2	3	4	5
18. Çaresiz hissediyorum	1	2	3	4	5

YAŞAM PROJEMİN GELECEĞİNİ

19. Umutlu hissediyorum.	1	2	3	4	5
20. Güçlü hissediyorum.	1	2	3	4	5
21. Kendinden emin hissediyorum.	1	2	3	4	5
22. Cesur hissediyorum.	1	2	3	4	5
23. Dört gözle beklediğimi hissediyorum.	1	2	3	4	5
24. Hevesli hissediyorum.	1	2	3	4	5

Ek 3- Sosyo-Demografik Bilgi Formu

1.Cinsiyetiniz:

Kadın () Erkek ()

2.Yaşınız

3. Medeni durumunuz

4. Çocuk sayınız



Ek 4- Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu

Sizi **Arzu Avşar** tarafından yürütülen “**Sanat Terapinin Kadınların Ontolojik İyi Oluş Ve Kaygı Düzeyleri Üzerindeki Etkisi**” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı sosyal hizmet bağlamında sanat terapisi uygulamalarının kadın bireyler üzerindeki iyi oluş ve kaygı düzeylerine etkisinin olup olmadığının araştırılmasıdır. Araştırmada sizden tahminen haftada bir gün ortalama 3 saat zaman ayırmanız istenmektedir. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz **gizli tutulacaktır**. Araştırmada Kişisel veri toplanacağından **6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu** ve ilgili mevzuat uyarınca kişisel verileri korumak amacıyla gerekli tüm tedbirler alınacaktır. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya e-posta adresi ve 05XXXXXXX numaralı telefondan ulaşabilirsiniz.

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı/araştırmacılar tarafından yapıldı. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güvence verildi.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve telkin olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının:

Adı-

Soyadı:.....

İmzası:

İletişim Bilgileri: e-posta:

Telefon:

Araştırmacının

Adı-Soyadı:..

İmzası:

ÖZ GEÇMİŞ

Arzu Avşar

2010 yılında İstanbul Kültür Üniversitesi Grafik Tasarım (burslu) Bölümünü derece ile bitirdikten sonra eğitimine 2016 yılında İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi İletişim Fakültesinde (burslu) devam etmiştir.

Sanat Terapisi eğitimini 2014-2016 yılları arasında İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniğinde tamamlamıştır. Aynı zamanda Sosyal Hizmet Ön lisansını tamamladıktan sonra, şu anda İstanbul Sebahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümünde (burslu) yüksek lisansına devam etmektedir. 2022 yılı itibari ile Başakşehir Belediyesi Kadın Etkinlik Merkezinde kadınlarla Sanat Temelli Farkındalık Atölyelerini yürütmektedir. 2022 yılında Diyanet İşleri Başkanlığının kız Kuran Kursları için gerçekleştirdiği projede Genç kızların kimlik inşası için sanat temelli farkındalık atölyeleri düzenlemiştir. Halen Kocasinan Merkez Kız Kuran Kursunda sanat terapi atölyelerini yürütmeye devam etmektedir.

2013-2019 yılları arasında Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığına bağlı bir Dernekte dezavantajlı çocuk, genç ve yetişkinlere yönelik bireysel ve grup atölyeleri düzenlemiş, seminer ve etkinlikler gerçekleştirmiştir. Aynı kurumda çocuklar ve gençler ile resim, geri ve ileri dönüşüm atölye eğitimleri düzenlemiş, 5'ten fazla sergi açmıştır.

2015-2017 Yılları arasında Bayrampaşa Belediyesi Gençlik Merkezinde çocuklar, gençler ve yetişkinlere yönelik sanat terapisi ile farkındalık ve içe bakış atölyeleri düzenlemiştir.

2014-2015 eğitim-öğretim döneminde İstanbul Bahçelievler Çok Programlı Anadolu Lisesinde Görsel Sanatlar ve Resim Öğretmenliği görevinde bulunmuştur.

- Kişisel Gelişime dayalı Psikolojik İyi Oluş, Sanatla Farkındalık ve İçe Bakış, iletişim ve Farkındalık, Ben, Kimliğim, Kişiliğim, Benlik ve Öz saygı gibi konularda bireysel ve gruplarla atölye, seminer ve etkinlikler gerçekleştirmeye devam etmektedir. Halen Evla Psikoloji ve Eğitim Danışmanlık Merkezinde Sanat Temelli farkındalık atölyeleri ile çocuk, genç ve yetişkinlerle bireysel ve grup atölyeleri (online ve yüz

yüze) düzenlemektedir. Görsel Sanatlar alanında 2007 yılından beri Belediyeler, Vakıf, Dernek ve STK’larda çocuk, genç ve yetişkinlerle Güzel Sanatlara Hazırlık, Karakalem, Akrilik ve sulu boya kursları vermektedir. Sanat psikoterapileri ve Ailemizder’ e asil üye olan Avşar, evli ve 2 çocuk annesidir. İstanbul’da yaşamaktadır.

Çalıştığı Kurum ve Kuruluşlar

- Gençlik ve Spor Bakanlığı
- Diyanet İşleri Başkanlığı
- İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Kız Öğrenci Yurdu
- Bayrampaşa Belediyesi
- Başakşehir Belediyesi
- Güngören Belediyesi
- Fatih Belediyesi
- Mutlu Yuva Derneği
- İHH İnsan Hak ve Hürriyetleri İnsani Yardım Vakfı