

## Sanat Psikoterapileri Derneği Eğitimde Sanat Terapisi Uygulamaları Eğitimi Programı

### Sanat Terapisinin Tanımı:

Sanat psikoterapileri görsel sanat, müzik, hareket/dans, drama gibi sanatın farklı alanlarının sunduğu kendini ifade olanaklarını bireylerin ve grupların duygusal, sosyal, bilişsel bütünlüğünün korunması, tedavisi ve geliştirilmesi amacı için kullanan bir psikoterapi yöntemidir. Amerika Birleşik Devletleri ve Avrupa'nın pek çok ülkesinde her tür yaş grubuyla hastane, okul, toplum merkezleri, rehabilitasyon merkezleri, psikoterapi klinikleri gibi çok çeşitli kurumlarda uygulanmaktadır. Sanat Psikoterapileri tedavi amacına yönelik olduğu gibi koruyucu ruh sağlığı hizmetleri çerçevesi içinde çeşitli projeler ve programlarda da kullanılmaktadır.

Kişinin sanatsal ifade yoluyla kendini dışavurması ve diğerini algılaması temel prensibine dayanan sanat terapilerinde sembolik ifade esastır. Sanatsal ifade sözel yollarla tam olarak ifade edilemeyen yaşantıların dile getirilmesi için zengin bir kanal sunmanın ötesinde kişinin yaratıcılık kapasitesini geliştirerek sorunlara farklı bakış açılarıyla yaklaşabilmesi ve yeni çözümler bulmasını kolaylaştırır. Ayrıca içinde barındırdığı oyunculuk ve yaratıcılık ögesi sayesinde grup dinamiklerinin geliştirilmesi, esneklik, empati ve işbirliği kapasitelerinin pekiştirilmesi için çok etkin bir araç sunar, kişiyi ruhsal olarak daha dayanıklı hale getirir.

### Okul Ortamında Sanat Terapisi Uygulamaları

Okul Ortamında Sanat Terapisi günümüzde Avrupa ve Amerika'da bir çok okulda özel olarak tasarlanmış programlar çerçevesinde yürütölmektedir. Bu tip çalışmaların çocuk ve gençlerin çevrelerine uyum sağlamalarına, problem çözme becerilerini geliştirmelerine, zorluklara karşı dayanıklılaşma ve bağımsızlaşma gibi gelişimsel süreçlerine katkıda bulunduğu görölmüştür (Freilich & Shechtman, 2010; Spier, 2010). Bunun yanısıra sanat terapisi çalışmalarının çocuklar ve gençlerde öfke, kaygı, depresyon ve şiddet eğilimi gibi psikolojik sorunlara karşı koruyucu etkisi olduğu saptanmıştır (Harvey, 1989; Bush, 1997). Ayrıca bazı sanat terapisi uygulamalarından öğrenme güçlüğü, dikkate eksikliği gibi sorunların tedavisinde de yoğun olarak faydalanılmaktadır (Pleasant-Metcalf & Rosal, 1997). Genel olarak okul ortamlarında uygulanan sanat terapisi çalışmalarının öğrencilerin kendilerini tanımalarına, yaratıcılıklarının artmasına, sağlam bir benlik algısı ve öz-güvenin gelişimine zemin sağladığı bulunmuştur (Mankauskiene & Vaitkeviciene, 2009).

Sanat Psikoterapileri Derneği tarafından tasarlanan 'Eğitimde Sanat Terapisi Uygulamaları' eğitim programı Hisar Eğitim Vakfı sanat öğretmenlerine 20 saatlik uygulamalı bir eğitim programı sunarak farklı yaş gruplarıyla yaptıkları sanat çalışmalarını sanat terapisi yöntemleriyle zenginleştirmelerine yardımcı olmak için geliştirilmiştir.





**Eğitimde Sanat Terapisi Uygulamaları** programının, hedefleri, kazanımları ve ilgili tüm detaylar aşağıda bulunmaktadır.

### **Eğitimin Hedefleri:**

1. Katılımcılara sanatsal ifade aracılığıyla öğrencilerin duygusal ve sosyal gelişimine katkıda bulunacak ve strese dayanıklılıklarını arttırabilecekleri çalışma örnekleri sunmak.
2. Katılımcıların görsel sanatların yanısıra hareket, yazı gibi farklı ifade yollarını destekleyici yöntemler kullanarak öğrencilerin ilgilerini tetikleyici, motivasyonlarını arttırıcı ve yaratıcılıklarını harekete geçirici uygulamalar yapabilir hale gelmeleri.
3. Katılımcıların öğrencilerin oluşturdukları eserler ile iç dünyaları arasındaki bağlantıları fark edebileceği ve paylaşabilecekleri süreçleri yürütebilme becerilerini kazanmaları.
4. Öğrencilerin ekip halinde çalıştıkları, liderlik ve takip eden rollerini etkin biçimde sürdürebildikleri grup çalışması uygulamalarına örnekler sunmak.
5. Katılımcı öğretmenlerin çocukluk ve ergenlikteki önemli gelişimsel dönemler ve çatışmalara dair bilgilerini tazelemek, bu dönemlerin sanatsal üretim sürecine yansımalarına dair bilgi sunmak.
6. Çalışmaya katılan öğretmenler için kendilerini ifade edebilecekleri, bir öğretmen olarak benimsedikleri tarza dair farkındalık kazanabilecekleri, tazelenebilecekleri ve işlerine dair motivasyonlarını pekiştirebilecekleri bir ortam sunmak.
7. Öğretmenlerin rutin iş ortamında gölgelenebilen kişisel yaratıcılıklarıyla tekrar bağlantıya geçmelerine ve bunu özgün uygulamalarla sınıf ortamına taşımalarına yardımcı olmak.

### **Kazanımlar:**

Bu eğitimin sonunda katılımcılar:

- 1) Sanat terapisinin tanımı ve temel işleyiş prensiplerine dair bilgi sahibi olacaklar.
- 2) Sanat terapisinin okul ortamında uygulanabilecek bazı yöntemlerini deneyimlemiş ve repertuarlarına eklemiş olacaklar.
- 3) Sanatsal ifade aracılığıyla öğrencilerin yaratıcılıklarını tetiklemek, özgüvenlerini pekiştirmek ve kişisel farkındalıklarını artırma yollarına dair giriş düzeyinde bilgi ve beceri sahibi olacaklar.
- 4) Sınıf ortamında sanat aracılığıyla yapılabilecek grup çalışmalarına dair uygulama örnekleri öğrenmiş olacaklar.
- 5) Gelişimsel süreçler, grup dinamikleri ve bunların sanat yoluyla ifadesi üzerine bilgi dağarcıklarını geliştirmiş olacaklar.
- 6) Sınıf ortamına getirecekleri, öğrencilerin sosyal ve duygusal gelişimini destekleyen özgün uygulamalarını geliştirebilir olacaklar.

### **Eğitimin Süresi:**

9 hafta boyunca 2'şer saatlik atölye çalışmaları ve eğitim dönemi bittikten 2 ay sonra 2 saatlik bir takip ve değerlendirme toplantısı gerçekleştirilecektir. Bu toplantıda öğretmenlerin sınıf ortamında yaptıkları uygulamalarla ilgili deneyimleri paylaşılıp soruları tartışılacaktır. Toplam süre 20 saattir. Çalışma günleri ve başlama tarihi katılımcılar ve eğitimcilerin uygun zamanına göre belirlenecektir.

Çalışmalar Okulunuzdaki bir sanat atölyesi veya çok amaçlı salonda, yada kurumlarımızca belirlenecek bir atölyede gerçekleştirilebilir.

**Ücret:**

2 Saat süreli Oturumlara tek kişilik katılım ücreti 45 TL olarak belirlenmiş, 9 Hafta boyunca sürecek eğitim programına katılan 10 kişiden oluşacak grup için toplam ücretin 8,000 TL olması uygun görülmüştür. Eğitim, Sanat psikoterapileri Derneği olarak yapılacağı için ödenecek ücret karşılığında dernek başış makbuzu verilecektir.

**Eğitimciler:**

Eğitim programını yürütmek üzere, derneğimiz tarafından aşağıda isimleri yazılı uzmanlar görevlendirilmiştir. Detaylı program içeriği ilk oturumda katılımcılara verilecektir.

Bihter Yasemin Kaya, MA, Dışavurumcu Sanat Terapisti  
Leyla Akça, MA, Sanat Terapisti  
Aslıhan Özcan, MA, Psikolog, Dışavurumcu Sanat Terapisti  
Seda Güney, MA, Dans/Hareket Terapisti  
Yrd. Doç. Dr. Zeynep Çatay, Klinik Psikolog, Dans/Hareket Terapisti

**Sanat Psikoterapileri Derneği Hakkında:**

Sanat Psikoterapileri Derneği, İÜ İTF Psikiyatri Anabilim Dalı'nda 2004 yılından beri "Sanat Psikoterapi Eğitim ve Atölye Çalışmaları"na katılan ve bu alandaki çalışmalarını geliştirmek isteyen gönüllü bir grubun yürüttüğü çalışmalar sonucundan 1 Ekim 2012 tarihinde kurulmuştur.

Sanat Psikoterapileri Derneği (SPD), fiziksel, ruhsal ve sosyal sağlık için güçlü bir araç olarak kabul edilen yaratıcı sanatların, ülkemizde psikoterapötik amaçlarla kullanılmasına katkı sağlamayı hedeflemektedir. Yurtdışında lisans ve yüksek lisans düzeyinde eğitimi verilen sanat psikoterapileri ülkemizde henüz gelişme aşamasındadır.

Derneğin başlıca hedefleri; sanat psikoterapilerinin ülkemizde tanıtılması, geliştirilmesi ve toplum yararına kullanılması için çalışmalarda bulunmak; terapötik sanat çalışmalarının sağlık, eğitim, endüstri, iletişim, sosyal hizmetler gibi uygulama alanlarındaki katkılarını arttırmak, meslek elemanlarının standartlarını yükseltmek ve bu konuda çalışmalar yapan kişi ve kuruluşların bilimsel standartlarda buluşmasına destek vermektir.

Tüzük ve detaylı bilgi için: [www.sanatpsikoterapileriderneği.org](http://www.sanatpsikoterapileriderneği.org)

**Kaynakça:**

Freilich, R., & Shechtman, Z. (2010). The contribution of art therapy to the social, emotional, and academic adjustment of children with learning disabilities. *The Arts in Psychotherapy*, 37(1), 8-12.

Harvey, S. (1989). Creative arts therapies in the classroom: A study of cognitive, emotional, and motivational changes. *American Journal of Dance Therapy*, 11(2), 85-100.

Mankauskiene, J., & Vaitkeviciene, A. (2009). Changes in creativity in junior high school students after applying art therapy methods. *Special Education*, 2(21), 131-137.

Pleasant-Metcalf, A. M., & Rosal, M. L. (1997). The use of art therapy to improve academic performance. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 14(1), 23 - 29.