

## Psikozların ve bipolar bozukluklar için psikososyal terapiler SANAT TERAPİSİ

Sanat terapisi veya geştalt terapisi özgün bir psikoterapi yöntemidir ve derinlik psikolojisi veya psikanaliz varsayımlarına dayanır. Bu terapidde çeşitli ifade biçimleriyle çalışılır. Bunlara çizim, resim ve modelleme yanında pantomim ve psiko drama alanındaki terapi öğeleri da dahildir. 19. yüzyıldan önce ruh hastaları kapatılır ve tecrit edilirdi, ancak bu tarihten itibaren hastaların gereksinimleri karşılanmaya başlandı. Eski sağlık kuruluşlarında hastalar yaratıcı etkinlikte bulunma fırsatı bulurlardı. Bu etkinlikler terapisel bakış açılarından gerçekleştiriliyordu.

Bir asır sonra hastaların müzikle meşgul edilmeleri tanısıl sorunların açıklığı kavuşturulmasında kullanıldı. Hastalar „resim atölyelerinde“ yaratıcı çalışma yapma (genellikle resim, form, çizim ve daha sonraları heykeltıraşlık) olanağı elde ettiler. Bu dönemde Freud psikanaliz teorilerini formüle etti. Freud’un bilinç dışı ruhsal içeriklere ilişkin düşünceleri ve serbest çağrışım yöntemi bugüne kadarki sanat terapisine damgasını vurmuştur. Yaklaşık 1940 yılından itibaren S. Freud, C.G. Jung ve A. Adler’in çalışmalarına dayanan sanat terapisi konsepti geliştirildi. Sanat terapisinin öncüleri E. Karmner ve M. Nauburg’tur. Sanat terapisinin temel varsayımı, formlar içinde (örneğin bir tablonun) bilinç dışı ruhsal süreçlerin görülebileceğidir. Bilin dışı süreçler bundan önce erişilemez durumdaydı. Kalıtsal bozuklukların ve duyguların nerede gizli olduğu, bir insanın güç ve zaaflarının nerede olduğu bundan önce açıklanamıyordu. Geřtalt etkinliğı genellikle konu verilmeden gerçekleştirilir. Neyin önemli olduğu, hastanın ifadelerine, tabloya ait çağrışımlarına, değerler sistemine, terapistin hasta ile ilgili duygularına, sanat yapıtına ve kendi idrakine bağlıdır. Sanat terapisi özellikle ruhsal problemine ulaşılması dilsel ifadelerle mümkün olmayan hastalarda yararlı olmaktadır. Çatışmaların bu güncelleştirilmesi ve anlaşılması yanında sanat terapisi, özsaygı duygusunun güçlendirilmesini, sosyal ilişkilerin teşvikini sağlamakta ve konsantrasyon ve dayanıklılık alıştırmaları işlevi görmektedir.

Uygulamada sanat terapisi sadece belirli hastalıklar için belirlenmemiştir. Geřtalt-/sanat terapisinin yatılı psikiyatrik rutinde ve psikosomatik kliniklerde önemli bir yeri vardır. Sık sık diğer tedavi yöntemleri ile birlikte uygulanmaktadır (diğer teorik arka plana sahip tedavi yöntemleri). Sanat terapisi ayakta tedavi alanında da tercih edilmektedir, bu alanda kısmen ruhsal hastalıkların haricinde kullanılmaktadır (örneğin kişilik geliştirmelerinde).

**Kaynak:** Psychiatrie-aktuell