



Edited by
David E. Gussak and Marcia L. Rosal

THE WILEY HANDBOOK OF

Art Therapy

WILEY Blackwell

Sanat Terapisinde Medya Hususları: Gelecekteki Araştırmalar için Yönlendirme

Lisa D. Hinz

Medium kelimesinin çeşitli anlamları vardır ve bunların tümü sanat terapisi ile ilgilidir. Medium şu şekilde tanımlanabilir: (1) orta konumda olan bir şey; (2) bir şeyi etkilemek veya iletmek için kullanılan bir araç: sanatsal ifade veya iletişim biçimi olarak; ve (3) bir şeyin işlev görebileceği veya gelişebileceği bir koşul veya ortam (Merriam-Webster, 2012). Sanat terapisinde medya, bu tanımın tüm yönlerinde işlev görmüştür: danışan ve terapist arasındaki ilişkinin ortasında bir nesne olarak ve danışanın içsel benliği ile dış dünya arasında bir köprü olarak (Peterson, 2010). Medya, konuşamayan veya konuşmak istemeyenler için bir ifade ve iletişim aracı olmuştur (Cruz, 2011; Rubin, 2011). Sanat medyası, danışanların gelişebileceği koşulları sağlar (Moon, 2010). Sanat terapisinde medyanın önemli rolü göz önüne alındığında, bu alanın ilerlemesi için medyanın iyileştirici özelliklerinin açıklığa kavuşturulması önemlidir. Araştırmalar, sanat terapistlerinin medya seçimlerini ve terapide farklı uygulamalarını desteklemelidir.

Sanat terapisi her zaman zararsız değildir; malzemeler ve süreçler zararlı olabilir (Springham, 2008; Vick & Sexton-Radek, 2009). Sonuç olarak, medya seçimine ve uygulamasına sürekli dikkat etmek etik bir sorumluluktur (Moon, 2006). Sanat terapistleri, danışanlarının refahını korumak ve mükemmel terapötik sonuçlar elde etmek için medya özelliklerini anlamakla yükümlüdür. Medya özelliklerini anlamak, sanat terapistlerinin her bir danışan veya durum için en uygun malzemeleri seçmelerine ve danışanların ihtiyaçlarına en uygun alternatif medyaya açık olmalarına yardımcı olacaktır. Bu bölümde, sanat terapisinde medya özellikleri, medyaya uygunluk ve geleneksel olmayan medya kullanımları ele alınmaktadır. Her konu alanında gelecekteki araştırmalar için yönlendirmeler önerilmektedir.

Medya Özellikleri

Sanat terapisinin tarihinin başlarında, medyanın algılanma ve kullanım biçimini etkileyen kendine özgü niteliklere sahip olduğu belirtilmiştir (Betensky, 1973; Kagin & Lusebrink, 1978; Robbins & Sibley, 1976). Öncü sanat terapisti Margaret Naumburg

pozitif terapötik sonuçların yalnızca pastel ve poster boyaları kullanılarak elde edilebileceğine inanıyordu (Naumburg, 1966). Öte yandan Robbins ve Sibley (1976), çok çeşitli araçlar sunmanın ve “malzemelerin psikolojisini” takdir etmenin önemini vurgulamıştır (s. 207). Yazarlar, her malzemenin bir uyarıcı potansiyeli veya kullanıcıda benzersiz bir tepkiyi harekete geçirme kapasitesi olduğunu açıklamışlardır. Sanat terapistlerinin, malzemelerin doku, renk, hareket, ritim ve sınırlar yoluyla uyarıcı potansiyelini tanımlarını önermişlerdir. Ayrıca, sanat terapistlerine malzemelerin risk alma potansiyeline, somut veya soyut potansiyellerine ve ustalık ve kontrol duygusu uyandırma yeteneklerine dikkat etmelerini tavsiye etmişlerdir. Bu temalar başkaları tarafından da ayrıntılı olarak ele alınmıştır (Hinz, 2009; Horowitz & Eksten, 2009; Kagin & Lusebrink, 1978; Lusebrink, 1990; Rubin, 2011), ancak bu tür medya özelliklerini doğrulayan çok az araştırma bulunmaktadır.

En yaygın olarak, sanat terapistleri düşünce, davranış ve duyguları uyandırabilen akışkan ve dirençli medya özelliklerinin bir sürekliliğine atıfta bulunmuşlardır (Kagin, 1969, Lusebrink, 1990'da alıntılanmıştır). Daha fazla içsel yapıya sahip medya, kolay değişikliklere direnç gösterdiğinden *dirençli olarak* adlandırılır. Sanat terapisinde dirençli malzemelerin kullanımı, düşünülmüş ve düşünceli bir deneyimi teşvik etme olasılığı yüksektir. Kolayca manipüle edilebilen ve değiştirilebilen, dolayısıyla kontrol edilmesi daha zor olan ortamlar *akıcı olarak* adlandırılır. Suluboya boyaları ve tebeşir pastel boyalar gibi akıcı ortamların kullanılması, duyguları uyandırma olasılığı yüksektir (Betensky, 1973; Horowitz & Eksten, 2009; Robbins & Sibley, 1976; Rubin, 2011). Akışkan malzemelerin, beynin sağ yarıküresi tarafından sözel öncesi düzeyde aracılık edilen bilinçdışı süreçlere eriştiği ve böylece uzun süreli hafızanın entegrasyonuna (Morley & Duncan, 2007) ve travma iyileşmesine (Gantt & Tinnin, 2009) yardımcı olduğu varsayılmaktadır. 2D malzemeler kullanıldığında, akışkan/dirençli medya özellikleri kağıt dokusuyla etkileşime girerek ifadenin duygusal/bilişsel doğasını değiştirir (Robbins & Sibley, 1976; Seiden, 2001). Akışkan/dirençli süreklilik, sanat terapisinin temelini oluşturur ve yeni ortamların daha yaygın olarak kullanılmaya başlanmasıyla birlikte, sanat terapistleri bu tanımın kapsamını genişletmek zorunda kalabilirler. Bilgisayar sanatçıları, fikirlerini bilgisayar programlarına ve sonuçta ortaya çıkan ürünlere dönüştürmeye çalışırken belirli bir tür dirençle karşılaşabilirler (Austin, 2010).

Medya özelliklerinin tartışılması, malzemelerin temel yapısını da içerecek şekilde genişletildi (Kagin & Lusebrink, 1978). Ahşap veya mozaik karolar gibi katı bir bileşime sahip medyalar, yüksek yapılı veya *sınırları belirgin medyalar olarak* adlandırılır ve güvenli, kontrollü ve tehditkar olmayan bir sanat terapisi deneyimi sağladıkları varsayılır. Suluboya boya gibi doğal sınırları olmayan malzemeler ise *miktar sınırlıdır*. Malzemenin miktarı kullanımını sınırlar ve bu nedenle, bir kişi akışkan bir malzemenin duygusal özelliklerine duyarlıysa, malzeme miktarını artırmak duygusal deneyimi artıracaktır. Ayrıca, kağıt sınır belirleme işlevi gören temel sınırlara sahiptir (Lusebrink, 1990). İfade edilen fikirleri veya duyguları sınırlamak veya kontrol altına almak için daha küçük kağıtlar sağlanabilir (Hinz, 2006). Orr (2010), ortam özellikleri tartışmasını, dijital ortam uygulamalarında özellikle önemli olan zaman, erişilebilirlik ve sosyal önemi de içerecek şekilde genişletmiştir. Ortamın doğasında var olan özelliklerin varlığını destekleyen kanıtlar sunmak, gelecekteki çalışmalar için bir yön belirlemektedir; bu boyutları anlamak, etkili tedaviyi yönlendirecektir.

Araştırmacılar, sanat terapisi müdahalelerinin kaygıyı hafifletmek ve olumsuz ruh halini azaltmak için genel etkinliğini kanıtlamışlardır (örneğin, Bell & Robbins, 2007; Curl, 2008; Curry & Kasser, 2005; Drake, Coleman & Winner, 2011; Drake & Winner, 2012; Henderson, Rosen, & Mascaro, 2007; Kersten & van der Vennet, 2010; Kimport & Robbins, 2012; Sandmire, Gorham, Rankin, & Grimm, 2012; van der Vennet & Serice, 2012; Wood, Molassiotis ve Payne, 2011). Bir çalışmada, kolaj resimleri oluşturmak olumsuz ruh halinin azalmasıyla ilişkilendirilmiş, ancak resimleri sadece görüntülemek ve sıralamakla böyle bir ilişki bulunamamıştır (Bell ve Robbins, 2007). Drake ve arkadaşları (2011), olumsuz ruh halini iyileştirmek için yazma ve çizim (her ikisi de siyah kalemle) arasında bir karşılaştırma yapmış ve çizimin yazmaya göre önemli ölçüde daha olumlu etkileri olduğunu bulmuştur. Curl (2008), olumlu veya olumsuz zihinsel çerçeveye gerçekleştirilen çizim ve kolajın etkilerini incelemiş ve her iki sanat görevinin de olumlu bilişsel odakla eşleştirildiğinde stresi azalttığını bulmuştur. Ortamın farklı bir etkisi olmaması, incelenen sanat görevlerine atfedilebilir: her ikisi de farklı duygusal (yani stresi azaltan) tepkiler uyandırması olası olmayan nispeten bilişsel görevlerdi. Başka bir çalışmada, final sınavlarını bekleyen ve 30 dakika boyunca sanat eseri yaratan öğrenciler, kontrol grubuna göre önemli ölçüde daha az kaygı göstermiştir. Öğrencilerin sanat malzemelerini (mandala boyama, resim, kolaj, kil, çizim) serbestçe seçmelerine izin verilmiş olmasına rağmen, muhtemelen her koşulda öğrenci sayısının az ve dengesiz olması nedeniyle, ortamın ana etkisi gözlemlenmemiştir (Sandmire ve ark., 2012). Medya özelliklerinin etkilerini daha iyi anlamaya çalışan Crane (2010), kalem, kil ve sulu boya ile çalışmanın stres azaltıcı etkilerini incelemiştir. Yazar, malzemelerle 20 dakika çalıştıktan sonra, tüm deneklerin kendilerini görev öncesine göre önemli ölçüde daha az endişeli olarak değerlendirdiklerini bulmuştur. En küçük etki kalem koşulunda görülmüştür ve yazar bunun dirençli doğasından kaynaklandığını varsaymıştır. Kendi değerlendirmelerine göre kaygıda en büyük azalma kil koşulunda görülmüştür ve bunun nedeni gerginliği giderici özelliklerine atfedilmiştir. Belirli medya özelliklerini anlamaya yönelik başka bir girişimde Ichiki (2012), terapiye sanat kullanan 74 Amerikalı sanat terapisti ve 106 Japon psikologu (Japonya'da sanat terapisi uzmanlığı yoktur) medya tercihleri, medya kullanımı ve medya özellikleri konusunda ankete tabi tutmuştur. Verilerin analizi, medya aracılığıyla işleyen üç farklı iyileştirici faktör olduğunu ortaya koydu: biri hareket, duyu, ritim ve oyunculuk; ikincisi bilişsel kontrol ve bilinçli düşünce; sonuncusu ise sembollerin kullanımı. Araştırma, farklı sanat medyalarının her bir faktörle ilişkili olduğunu belgeledi. Kil, hareket ve oyunculukla en yüksek düzeyde ilişkililik, kurşun kalem bilişsel kontrolle ilişkiliydi. Bu çalışmalar, sanat terapistlerinin çeşitli malzemelerin benzersiz iyileştirici etkilerine dair kanıtlar sunmaya başladığını göstermektedir. Medya ve malzemeler sanat terapisi alanında temel öneme sahip olduğundan, bu alan daha fazla araştırma yapılmasını gerektiren bir araştırma alanıdır. Medya özellikleri kurulduğunda, sanat terapistleri kanıta dayalı tedavileri doğrulamaya daha yakın olacaklardır.

Medya Uyumu

İfadeci Terapiler Sürekliliği (ETC), danışanların bilgiyi işlemek ve imgeler oluşturmak için medya ile nasıl etkileşime girdiklerini açıklayan ve reçete eden teorik bir çerçevedir (bu ciltte Vija B. Lusebrink tarafından yazılan "İfadeci Terapiler Sürekliliği" başlıklı 6. Bölüme bakınız). Bu yapı, terapistlerin danışanların hangi medyaya ilgi duyduklarını belirlemelerine yardımcı olabilir

ilgi duyduklarını ve dolayısıyla ilk sanat terapisi seanslarında en iyi sonucu verecek olanı belirlemelerine yardımcı olabilir. Medya uygunluğunda dikkate alınması gereken diğer hususlar arasında cinsiyet, kültür ve yaş sayılabilir, ancak bunlarla sınırlı değildir.

Cinsiyet Farklılıkları

Sanat imgelerinin içeriğindeki cinsiyet farklılıkları ortaya konmuştur (Silver, 1993, 2003), ancak sanat terapisinde diğer cinsiyet farklılıkları veya tercihlerine çok az dikkat edilmiştir. Sanat terapisi, erkek ve kadın mahkumların depresyonunu azaltmada etkili olduğu kanıtlanmış ve ilginç cinsiyet farklılıkları gözlemlenmiştir (Gussak, 2009). Terapötik etkiler, işbirliğine dayalı sanat terapisi *sürecinden* yararlanan kadınlarda daha güçlüydü. Buna karşın, erkekler sanat *ürünü* konusunda birbirleriyle rekabet halindeydiler ve daha az terapötik etki gördüler. Trombetta'ya (2007) göre, erkekler çizgi roman, dövme sanatı ve grafiti benzeri görüntüler yapmayı tercih ederler. Erkeklerin kil kullanmasının, depresyonla ilgili bastırılmış saldırganlığın serbest bırakılmasına ve ifade edilmesine olanak tanıdığını ve karalama çizimlerinin kaygı içerebileceği gibi, daha önce ifade edilmemiş saldırganlığın boşaltılmasına ve dönüştürülmesine yardımcı olabileceğini eklemiştir.

Erkek çocukları tedaviye nasıl dahil edebileceğimizi ele alan Cruz (2011), grafiti kullanımının özellikle etkili bir müdahale yöntemi olduğunu belirtmiştir. Yazar, erkek çocukların nesnelere nasıl çalıştığını gözlemlemeyi sevdiğini ve metal makas, matkap, testere ve çekiç gibi aletleri kullanmaktan büyük heyecan duyduklarını açıklamıştır. Cruz (2011), ahşap ve taşın, mahallelerden, şehirlerden veya doğadan buldukları nesnelere heykel ve inşaat yapmaktan hoşlanan erkek çocukları doğal olarak cezbedtiğini eklemiştir.

Terapiye el sanatlarının kullanımı, kadınlarda bu geleneksel malzemelerin ve süreçlerin iyileştirici özelliğine odaklanmıştır (Collier, 2011a, 2011b; Huss, 2010; Moxley, Feen-Calligan, Washington ve Garriott, 2011; Reynolds, 1999, 2000, 2002). Tekstil sanatlarının gevşemeyi artırdığı, korkuları yatıştırdığı, rahatsız edici düşüncelerden uzaklaştırdığı, özgüvenini geliştirdiği, algılanan kontrolü ve sosyal desteği artırdığı ve hastalık deneyimlerini dönüştürdüğü gösterilmiştir (Reynolds, 1999, 2000, 2002). Collier (2011a), kadınların olumsuz ruh halini azaltmak, dikkatlerini dağıtmak ve kendilerini yenilemek için örgü ve dokuma gibi tekstil sanatlarını spontan olarak kullandıklarını bildirmişlerdir. Tekstil sanatlarının kullanımı meditasyon, iletişim ve problem çözme becerilerini artırabilir (Huss, 2010). Sanat terapistleri, rehberli imgeleme ve ifade edici yazma tekniklerini bir arada kullanarak kadınların tekstil sanatlarını bilinçli olarak metaforik ve kişisel olarak ifade edici hale getirmelerine yardımcı olabilirler (Collier, 2011b).

Kadın ve erkeklerin medyaya farklı tepkilerine ilişkin bu kısa inceleme, medyanın çoğunluğunun tüm danışanlarla etkili bir şekilde çalıştığı şeklinde yorumlanabilir. Ancak, cinsiyetle ilgili medya tercihlerinin belirlenmesi yalnızca klinik deneyime dayandırılmamalıdır. En iyi uygulamaların nasıl oluşturulacağını belirlemek için daha fazla incelemeyi hak eden ampirik bir sorudur.

Kültürel Uygulamalar

Sanat terapistlerinin, temas kuracakları belirli kültürel gruplar ve sanat terapisinin bu gruplara nasıl benzersiz bir şekilde yardımcı olabileceği konusunda eğitilmeleri çok önemlidir. Haklarından mahrum bırakılmış danışanlar için sanat, potansiyel olarak güçlü bir ses sunabilir.

daha önce göz ardı edilmiş, yok sayılmış veya kasıtlı olarak susturulmuş (Hinz, 2006). Ayrıca, sanat terapistlerinin kültürel farklılıkların danışanların sanat medyası ile rahatlık düzeylerini nasıl etkilediğini araştırıp anlamaları ve ellerinden gelen en iyi şekilde kültürel açıdan duyarlı materyaller sağlamaları zorunludur (Moon, 2006). Buna ek olarak, sanat terapistleri danışanların kültürleşme düzeylerinin, birincil kültür kadar medya seçimlerini de etkileyebileceğinin farkında olmalıdır (Shaked, 2009). Kültürel yeterlilik, katılımcıların terapi sona erdikten sonra da sanat yapmaya devam edebilmeleri için kolayca erişilebilir ve elde edilebilir materyallerin kullanılmasını içerir (Moon, 2010). Kültürel uyum, sanat terapistinin kültürel yeterliliği ve danışanın medyadaki kültürel tercihleri, mükemmel sanat terapisi hizmetlerinin sunulmasını sağlamak için daha fazla araştırılması gereken konulardır.

Yaş Farklılıkları

Alders ve Levine-Madori (2010), çeşitli materyaller kullanarak yaşlı yetişkinlerde bilişsel işlevlerde iyileşme sağlamıştır; araştırma sürecinde mantıklı bir sonraki adım, medyanın bilişsel performans üzerindeki farklı etkilerini ayırt etmek olacaktır. Örneğin, demanslı yaşlı danışanlar, duyuşsal yoksunluğu azaltan ve hafızanın yeniden yapılandırılmasına yardımcı olan duyuşsal uyarıcı materyallere iyi yanıt vermektedir (Hinz, 2009; Lusebrink, 1990).

Çocuk ve ergen danışanlar çeşitli medya araçlarını, özellikle dijital uygulamaları severler: dijital fotoğrafçılık, video prodüksiyonu, video oyunları ve bilgisayar destekli sanat uygulamaları (Austin, 2010; Orr, 2005). Çocuklar ve ergenler, yaşam temalarıyla ilgili metaforik sanatı teşvik etmek için film kullanımına özellikle duyarlı olabilirler (Gramaglia ve ark., 2011; Marsick, 2010). Austin (2010), ergenlerle çalışan sanat terapistlerini, ergenlerle ilgili teknolojik uygulamaları benimsemeleri ve bu uygulamaların gelişiminde öncü olmaları konusunda teşvik etmektedir.

Alışılmadık Medya

Moon (2010), sanat terapisinde kullanılan araçların genellikle çizim, resim ve heykel gibi uzun zamandır yerleşik alanlarla sınırlı olduğunu belirtmiştir. Ancak, yakın zamanda yapılan bir araştırma, sanat terapistlerinin güvenli bir şekilde değişim yaratabilecek her türlü aracın kullanım için değerlendirilmesi gerektiğine inandıklarını ortaya koymuştur (Peterson, 2010). Moon (2010), geleneksel olmayan malzemelerin kullanımının, sanat malzemelerinin kolayca bulunamadığı ve çöplerde bile eski dergiler gibi kullanılabilir malzemelerin bulunmadığı ülkelerde daha sürdürülebilir olduğunu eklemiştir. Ayrıca Moon (2010), bazen geleneksel malzemeler mevcut olsa bile alternatif araçların anlamı daha iyi aktardığına dair farkındalığı artırmaya çalışmıştır. Sanat terapistleri, çeşitli malzemelerin iyileştirici özellikleri hakkında bilgi keşfetmeye, belgelemeye ve yaymaya teşvik edilmektedir.

Geleneksel olmayan medyanın belirli özellikleri, benzersiz endişeleri ve çatışmaları ifade etmek için geleneksel medyadan daha uygun hale getirebilir. Örneğin, Hunter (2012) karmaşık beden imajı çalışmalarının en iyi şekilde yürütülebileceği bazı medya araçları olarak çantalar, ayakkabılar ve Barbie bebeklerinin kullanılmasını önermiştir. Feen-Calligan, McIntyre ve Sands-Goldstein'a (2009) göre, kimlik ve beden imajı

konuları kolayca gündeme getirilebilir. Ayrıca, bebekler kadın danışanların annelik, besleme ve kadınlık konularıyla bağlantı kurmalarına yardımcı olabilir. Evsiz yetişkinlerle çalışan Davis (1997), katılımcıları yıkılmış evlerden çıkan hurda ahşapları kullanarak ev heykelleri yapmaya teşvik etti. Katılımcılar için, yıkılmış binalardan çıkan hurdalar, hayatlarında hem gerçek hem de sembolik olarak meydana gelen yıkımı güçlü bir şekilde temsil ediyordu.

Bulutnu nesnelere çağdaş ve sürdürülebilirdir. Sanatta kullanımı, sıradan olanı olağanüstü hale getirebilir ve mükemmellik baskısını azaltabilir (Seiden, 2001). Camic, Brooker ve Neal (2011) yakın zamanda yaptıkları bir incelemede, buluntu nesnelere terapötik katılımı, duygusal özdeşleşmeyi ve dönüşümü artırabileceğini bildirmiştir. Sanat terapisinde bulunan nesnelere işlevlerinin, benlik duygusunun oluşmasına yardımcı olmak, güven ve kontrolü artırmak, anıları ve duyguları uyandırmak ve iyileşmenin sembolleri olarak işlev görmek olduğunu varsayımlardır. Ayrıca, kullanılabilir nesnelere arayışında olan danışanlar, çevrede aktif olurlar ve çevre üzerinde olumlu etkiler olarak hareket ederler.

Atılmış kitaplar, resim, çizim veya kolaj yoluyla yeni bir hayata dönüştürülen bir tür buluntu nesnedir (Chilton, 2007). Deneyimi zenginleştirmek için kelimeler şiir veya düz yazı olarak vurgulanabilir (Cobb & Negash, 2010). Tarih, biyografi ve anılarla olan bağlantıları nedeniyle, kitapları medya olarak kullanmak, danışanların hayatları üzerinde düşünmelerine ve kişisel hikayelerini düzenlemelerine yardımcı olabilir (Cobb & Negash, 2010; Kohut, 2011). Kitaplar, medya olarak kullanımlarına rehberlik edebilecek doğal ve beklenen bir yapıya sahiptir ve aynı zamanda kitapları yeniden düzenlemek, geleneklere karşı güvenli bir şekilde isyan etmenin bir yolu olabilir. Yapıları, açılıp kapanmaya davet eder ve bir sınırlama hissi verebilir (Chilton, 2007).

Findlay, Latham ve Hass-Cohen (2008), sanat terapisinde tekstil ürünlerinin kullanımının bağlanma tarzlarında somutlaşan dokunsal duyu deneyimleri ortaya çıkardığını bulmuşlardır: çocuklar, güvenli bağlanmanın sıcaklığını göstermek için battaniyeler kullanırken, öngörülemeyen dokular ise güvensiz ebeveyn-çocuk bağlarının göstergesiydi. Tekstil ürünleri, bireysel terapötik uygulamalarının ötesinde, toplumsal eylem programlarında da kullanılmaktadır (Timm-Bottos, 2011).

Weiser (2004), duygusal deneyimlerin anıllığını yakalamak için sanat terapisinde fotoğrafların kullanılmasını savunmuştur. Yazara göre, fotoğraflar tüm sanatsal medya araçları arasında en çok bilinen ve duygusal olarak en güçlü olanıdır. Fotoğraflar, benliğin alternatif görünümünü sağlayabilir ve hem "gerçekçi illüzyon hem de illüzyonist gerçeklik" olarak algılanır (s. 26). Fotoğraflar terapidde oldukça uzun bir süredir kullanılsa da, kullanımlarını destekleyen çok az araştırma bulunmaktadır. Dijital fotoğrafçılık ve düzenleme yazılımlarının ortaya çıkışı, görüntülerin basit ve neredeyse anında yaratıcı bir şekilde manipüle edilmesini mümkün kılmıştır ve bu yeni uygulamalar, yeni araştırma çabalarını gerektirmektedir (Wolf, 2007).

Bilgisayarlar birçok danışan ve sanat terapistinin hayatının vazgeçilmez bir parçası olmasına rağmen, sanat terapisinde kullanımları büyük tartışmalara yol açmıştır (Orr, 2010). Bilgisayarlar, kişisel olmayan ve önemli dokunsal özelliklerden yoksun oldukları için alay konusu olurken, engelli veya izole kişiler için yaratıcı sürece erişim sağlamada yardımcı oldukları için övgüyle karşılanmıştır (Orr, 2005). Son zamanlarda yapılan iki ankette, dijital medyayı benimsemeyi düşünceleri istenen sanat terapistleri, dijital medyanın doğasından çok terapötik olanaklarına odaklanmışlardır (Mihailidis ve ark., 2010; Peterson, 2010). Geliştirilmekte olan yeni bilgisayar uygulamaları arasında parmakla boyama, kolaj ve flipbook animasyonu gibi el tipi cihazlar ve uzaktan sanat terapisti grupları bulunmaktadır (Collie &

boyama, kolaj ve flipbook animasyon özelliklerine sahip el tipi cihazlar ve uzaktan sanat terapisi grupları bulunmaktadır (Collie & Iubranić, 2002). Collie ve Iubranić, grup üyelerinin sanat eserleri yaratmaları için bilgisayar tabanlı bir resim programı kullandılar. Ses ve video bağlantıları, sanat eserlerinin işlendiği ve paylaşıldığı platformlardı. Yazarlar, bilgisayarların kişisel olmayan doğası ve yüz yüze temasın olmaması nedeniyle katılımcıların bilgisayar destekli uzaktan grup sanat terapisine katılımının azalacağını varsaymışlardı, ancak tam tersi bir sonuçla karşılaştılar. Bilgisayarların, izole ve engelli yaşlı danışanlara ulaşmak için giderek daha fazla kullanılacağı sonucuna vardılar.

Dijital katılım yoluyla dünyalarını etkilemeyi bekleyen çağdaş sanat terapisi tüketicilerinin, dijital sanat terapisi süreçlerine aktif olarak katılmaları mümkündür (Orr, 2010). Bilgi edinmek ve paylaşmak için ve sanatsal amaçlarla bilgisayarların kullanılması, eskiden evsiz olan danışanlar arasında öz saygıyı, iletişimi ve sosyal bağları artırabilir ve aynı zamanda sosyal adaletin güçlü bir kolaylaştırıcısı olarak hizmet edebilir (Stotrocki, Andrews ve Saemundsdottir, 2004). Spring ve ark. (2011), fiziksel olarak katılımında bulunamayacak duruma gelen kronik hastaları uzaktan dahil etmek için bilgisayarları başarıyla kullanmıştır.

Sanat terapisinde kullanımları tartışmalı olsa da, bilgisayarlar gelecekte daha fazla kullanılacaktır. Austin (2010), ürün ve kullanıcı arasındaki arayüzün fare veya klavyeyi içermeyen, daha geleneksel sanat medyasını taklit edeceği bir dönemi tartışmaktadır. Sanat terapistlerini bilgisayar kullanımını savunmaya ve gelişimin öncüsü olmaya çağırılmaktadır.

Sonuç

Sanat terapisi, medyanın kullanımına dayanır; ancak, malzemelerin farklı etkilerini gösteren şaşırtıcı derecede az sayıda araştırma bulunmaktadır. Yakın zamana kadar, malzeme kullanımı nispeten sabit ve sorgulanmaz bir şekilde devam etmiştir. Malzemelerin, terapide kullanımlarını belirleyen belirli özelliklere sahip olduğu varsayılmıştır (Lusebrink, 1990; Seiden, 2001). Bu alan şu anda, medyanın doğası ile ilgili klinik gözlemlere dayanarak çalışmaktadır: akışkanlık ve direnç, sınır ve miktar belirleme, geleneksel ve alternatif malzemeler; ve bu varsayımların bazıları test edilmeye başlanmıştır (örneğin, Crane, 2010; Ichiki, 2012). Disiplin olgunlaştıkça, sanat terapisi, medyanın kullanımını yönlendirmek ve desteklemek için ampirik kanıtlara ihtiyaç duymaktadır. Bu araştırmanın genişletilmesi, kanıta dayalı uygulama için gerekli temeli sağlayacaktır. Ayrıca, sanat terapisinde kullanılan materyallerin sayısı artmış ve genişlemiştir ve gelişmeye devam edecektir. Sanat terapistleri, yeni ve eski medya kullanımları için kanıt sağlama konusunda ön saflarda yer almalıdır.

paint, collage, and flipbook animation, as well as distance art therapy groups (Collie & Čubranić, 2002). Collie and Čubranić used a computer-based painting program as the medium through which group members created art. Audio and video connections were the platforms through which artwork was processed and shared. The authors assumed that the impersonal nature of computers and the lack of face-to-face contact would reduce participant engagement in computer-assisted distance group art therapy, but found the opposite. They concluded that computers increasingly will be used to reach isolated and disabled elderly clients.

It is possible that contemporary art therapy consumers, expecting to influence their world through digital participation, will actively engage in digital art therapy processes (Orr, 2010). The use of computers for gaining and sharing information, and for artistic purposes, can increase self-respect, communication, and social bonding among formerly homeless clients, and also serve as a powerful facilitator of social justice (Stotrocki, Andrews, & Saemundsdottir, 2004). Spring et al. (2011) successfully used computers to remotely include chronically ill group members when they were no longer physically able to participate.

Although their use in art therapy has been contested, computers will likely see greater use in the future. Austin (2010) discusses a time when the interface between product and user will mimic more traditional art media, not involving a mouse or keyboard. He urges art therapists to champion the use of computers and to be on the cutting edge of development.

Conclusion

Art therapy is founded upon the use of media; however, there exists surprisingly little research demonstrating the differential effects of materials. Until quite recently, material use has remained relatively constant and unquestioned. Materials were assumed to possess certain characteristics that determined their choice for use in therapy (Lusebrink, 1990; Seiden, 2001). The field currently operates on the basis of clinical observations regarding the nature of media: fluid vs. resistive, boundary vs. quantity determined, traditional vs. alternative materials; and some of these assumptions are beginning to be tested (e.g., Crane, 2010; Ichiki, 2012). As the discipline matures, art therapy is in need of empirical evidence to direct and support the use of media. Expanding this research will provide the required foundation for evidenced-based practice. In addition, the number of materials used in art therapy has increased and expanded, and will continue to evolve. Art therapists should be at the forefront of providing evidence for the uses of media—new and old.

References

- Alders, A., & Levine-Madori, L. (2010). The effect of art therapy on cognitive performance of Hispanic/Latino older adults. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 27(3), 127–135. doi:10.1080/07421656.2010.10129661
- Austin, B. (2010). Technology, art therapy, and psychodynamic theory: Computer animation with an adolescent in foster care. In C. H. Moon (Ed.), *Materials and media in art*

- therapy: Critical understandings of diverse artistic vocabularies* (pp. 199–213). New York, NY: Routledge.
- Bell, C. E., & Robbins, S. J. (2007). Effect of art production on negative mood: A randomized, controlled trial. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 24(2), 71–75. doi: 10.1080/07421656.2007.10129589
- Betensky, M. (1973). *Self-discovery through self-expression: Use of art psychotherapy with children and adolescents*. Springfield, IL: Charles C. Thomas Publisher.
- Camic, P. M., Brooker, J., & Neal, A. (2011). Found objects in clinical practice: Preliminary evidence. *The Arts in Psychotherapy*, 38, 151–159. doi: 10.1016/j.aip.2001.04.002
- Chilton, G. (2007). Altered books in art therapy with adolescents. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 24(2), 59–63. doi: 10.1080/07421656.2007.10129588
- Cobb, R. A., & Negash, S. (2010). Altered book making as a form of art therapy: A narrative approach. *Journal of Family Psychotherapy*, 21(1), 54–69. doi: 10.1080/08975351003618601
- Collie, K., & Čubranić, D. (2002). Computer-supported distance art therapy: A focus on traumatic illness. *Journal of Technology in Human Services*, 20, 155–171. doi: 10.1300/J017v20n01_12
- Collier, A. F. (2011a). The well-being of women who create with textiles: Implications for art therapy. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 28(3), 104–112. doi: 10.1080/07421656.2011.597025
- Collier, A. F. (2011b). *Using textile arts and handicrafts in therapy with women: Weaving lives back together*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Curl, K. (2008). Assessing stress reduction as a function of artistic creation and cognitive focus. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 25(4), 164–169. doi: 10.1080/07421656.2008.10129550
- Curry, N. A., & Kasser, T. (2005). Can coloring mandalas reduce anxiety? *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 22(2), 81–85. doi: 10.1080/07421656.2005.10129441
- Crane, R. (2010). *Impact of art materials on symptoms of stress*. Unpublished master's thesis, Albertus Magnus College, East Hartford, CT.
- Cruz, J. (2011). Breaking through with art: Art therapy approaches for working with at-risk boys. In C. Haen (Ed.), *Engaging boys in treatment: Creative approaches to the therapy process* (pp. 177–194). New York, NY: Routledge.
- Davis, J. (1997). Building from the scraps: Art therapy within a homeless community. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 14(3), 210–213.
- Drake, J. E., Coleman, K., & Winner, E. (2011). Short-term mood repair through art: Effects of medium and strategy. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 28(1), 26–30. doi: 10.1080/07421656.2011.557032
- Drake, J. E., & Winner, E. (2012, January, 30). Confronting sadness through art-making: Distraction is more beneficial than venting. Advance online publication. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. doi: 10.1037/a0026909
- Feen-Calligan, H., McIntyre, B., & Sands-Goldstein, M. (2009). Art therapy applications of dolls in grief recovery, identity and community service. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 26(4), 167–173. doi: 10.1080/07421656.2009.10129613
- Findlay, J. C., Latham, M. E., & Hass-Cohen, N. (2008). Circles of attachment: Art therapy albums. In N. Hass-Cohen & R. Carr (Eds.), *Art therapy and clinical neuroscience* (pp. 191–206). London: Jessica Kingsley Publishers.
- Gantt, L., & Tinnin, L. W. (2009). Support for a neurobiological view of trauma with implications for art therapy. *The Arts In Psychotherapy*, 36(3), 148–153. doi:10.1016/j.aip.2008.12.005

- Gramaglia, C., Abbate-Daga, G., Amianto, F., Brustolin, A., Campisi, S., De-Bacco, C., & Fassino, S. (2011). Cinematherapy in the day hospital treatment of patients with eating disorders. Case study and clinical considerations. *The Arts in Psychotherapy, 38*(4), 261–266. doi:10.1016/j.aip.2011.08.004
- Gussak, D. (2009). The effects of art therapy on male and female inmates: Advancing the research base. *The Arts in Psychotherapy, 36*, 5–12. doi: 10.1016/j.aip.2008.10.002
- Henderson, P., Rosen, D., & Mascaro, N. (2007). Empirical study on the healing nature of mandalas. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts, 1*(3), 148–154. doi: 10.1037/1931-3896.1.3.148
- Hinz, L. D. (2006). *Drawing from within: Using art to treat eating disorders*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Hinz, L. D. (2009). *Expressive therapies continuum: A framework for using art in therapy*. New York, NY: Routledge.
- Horowitz, E. G., & Eksten, S. L. (2009). *The art therapists' primer*. Springfield, IL: Charles C. Thomas Publisher.
- Hunter, M. R. (2012). *Reflections of body imagery in art therapy: Exploring self through metaphor and multi-media*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Huss, E. (2010). Bedouin women's embroidery as female empowerment: Crafts as culturally embedded expressions within art therapy. In C. H. Moon (Ed.), *Materials and media in art therapy: Critical understandings of diverse artistic vocabularies* (pp. 215–229). New York, NY: Routledge.
- Ichiki, Y. (2012). *The significance of art materials in psychotherapy and assessment*. Unpublished doctoral dissertation, Koshien University, Takarazuka, Hyōgo, Japan.
- Kagin, S. L. (1969). *The effects of structure on the painting of retarded youth*. Unpublished master's thesis, University of Tulsa, Tulsa, Oklahoma.
- Kagin, S. L., & Lusebrink, V. B. (1978). The expressive therapies continuum. *Art Psychotherapy, 5*(4), 171–179.
- Kersten, A., & van der Venet, R. (2010). The impact of anxious and calm emotional states on color usage in pre-drawn mandalas. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association, 27*(4), 184–189. doi: 10.1080/07421656.2010.10129387
- Kimport, E. R., & Robbins, S. J. (2012). Efficacy of creative clay work for reducing negative mood: A randomized controlled trial. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association, 29*(2), 74–79. doi: 10.1080/07421656.2012.680048
- Kohut, M. (2011). Making art from memories: Honoring deceased loved ones through a scrapbooking bereavement group. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association, 28*(3), 123–131. doi: 10.1080/07421656.2011.599731
- Lusebrink, V. B. (1990). *Imagery and visual expressions in therapy*. New York, NY: Springer.
- Marsick, E. (2010). Cinematherapy with preadolescents experiencing parental divorce: A collective case study. *The Arts in Psychotherapy, 37*(4), 311–318. doi:10.1016/j.aip.2010.05.006
- Merriam-Webster. (2012, Retrieved January 15) from <http://www.merriam-webster.com/dictionary/media>
- Mihailidis, A., Blunsden, S., Boger, S., Richards, B., Zuntis, K., Young, L., & Hoey, J. (2010). Towards the development of a technology for art therapy for dementia: Definition of needs and design constraints. *The Arts in Psychotherapy, 37*, 293–300. doi: 10.1016/j.aip.2010.05.004
- Moon, B. L. (2006). *Ethical issues in art therapy* (2nd ed.). Springfield IL: Charles C. Thomas.
- Moon, C. (2010). A history of materials and media in art therapy. In C. H. Moon (Ed.), *Materials and media in art therapy: Critical understandings of diverse artistic vocabularies* (pp. 3–47). New York, NY: Routledge.

- Morley, T., & Duncan, A. C. (2007). Recovered memories: An arts program designed for patients with dementia. In D. B. Arrington (Ed.), *Art, angst, and trauma: Right brain interventions with developmental issues* (pp. 230–243). Springfield, IL: Charles C. Thomas Publisher.
- Moxley, D. P., Feen-Calligan, H. R., Washington, O. G. M., & Garriott, L. (2011). Quilting in self-efficacy group work with older African American women leaving homelessness. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 28(3), 113–122. doi: 10.1080/07421656.2011.599729
- Naumburg, M. (1966). *Dynamically oriented art therapy: Its principles and practice*. New York, NY: Grune and Stratton.
- Orr, P. (2005). Technology media: An exploration for inherent qualities. *The Arts in Psychotherapy*, 32, 1–11. doi: 10.1016/j.aip.2004.12.003
- Orr, P. (2010). Social remixing: Art therapy media in the digital age. In C. H. Moon (Ed.), *Materials and media in art therapy: Critical understandings of diverse artistic vocabularies* (pp. 89–100). New York, NY: Routledge.
- Peterson, B. C. (2010). The media adoption stage model of technology for art therapy. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 27(1), 26–31. doi: 10.1080/07421656.2010.10129565
- Reynolds, F. (1999). Cognitive behavioral counseling of unresolved grief through the therapeutic adjunct of tapestry making. *The Arts in Psychotherapy*, 26(3), 165–171. doi: 10.1016/S0197-4556(98)00062-8
- Reynolds, F. (2000). Managing depression through needlecraft creative activities: A qualitative study. *The Arts in Psychotherapy*, 27(2), 107–114. doi: 10.1016/S0197-4556(99)00033-7
- Reynolds, F. (2002). Symbolic aspects of coping with chronic illness through textile arts. *The Arts in Psychotherapy*, 29, 99–106. doi: 10.1016/S0197-4556(01)00140-X
- Robbins, A., & Sibley, L. B. (1976). *Creative art therapy*. New York, NY: Brunner/Mazel.
- Rubin, J. A. (2011). *The art of art therapy: What every art therapist needs to know* (2nd ed.). New York, NY: Routledge.
- Sandmire, D. A., Gorham, S. R., Rankin, N. E., & Grimm, D. R. (2012). The influence of art making on anxiety: A pilot study. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 29(2), 68–73. doi: 10.1080/07421656.2012.683748
- Seiden, D. (2001). *Mind over matter: The uses of materials in art, education and therapy*. Chicago: Magnolia Street Publishers.
- Shaked, R. (2009). *The influence of culturally familiar art materials on the effectiveness of art therapy with multicultural clients*. Unpublished master's thesis, Saint Mary-of-the-Woods College, Saint Mary-of-the-Woods, IN.
- Silver, R. (1993). Age and gender differences expressed through drawings: A study of attitudes toward self and others. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 10(3), 159–168.
- Silver, R. (2003). Cultural differences and similarities in responses to the Silver Drawing Test in the USA, Brazil, Russia, Estonia, Thailand, and Australia. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 20(1), 16–20. doi: 10.1080/07421656.2003.10129638
- Spring, J. A., Baker, M., Dauya, L., Ewemade, I., Marsh, N., Patel, P., Scott, A., Stoy, N., Turner, H., Viera, M., & Will, D. (2011). Gardening with Huntington's disease clients—creating a programme of winter activities. *Disability and Rehabilitation*, 33(2): 159–164. doi: 10.3109/09638288.2010.487924
- Springham, N. (2008). Through the eyes of the law: What is it about art that can harm people? *International Journal of Art Therapy*, 13(2), 65–73.
- Stotrocki, M., Andrews, S. S., & Saemundsdottir, A. (2004). The role of art for homeless women and survivors of domestic violence. *Visual Arts Research*, 29(58), 73–82.

- Timm-Bottos, J. (2011). Endangered threads: Socially committed community arts action. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 28(2), 57–63. doi: 10.1080/07421656.2011.578234
- Trombetta, R. (2007). Art therapy, men, and the expressivity gap. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 24(1), 29–32. doi:10.1080/07421656.2007.10129362 DOI:10.1080%25252F07421656.2007.10129362
- van der Venet, R., & Serice, S. (2012). Can coloring mandalas reduce anxiety? A replication study. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 29(2), 87–92. doi: 10.1080/07421656.2012.680047
- Vick, R. M., & Sexton-Radek, K. (2009). Art and migraine: Researching the relationship between art making and pain experience. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 26(3), 114–123. doi: 10.1080/07421656.2005.10129518
- Weiser, J. (2004). Phototherapy techniques in counselling and therapy—Using ordinary snapshots and photo-interactions to help clients heal their lives. *Canadian Art Therapy Association Journal*, 17(2), 23–53.
- Wolf, R. I. (2007). Advances in phototherapy training. *The Arts in Psychotherapy*, 34(2), 124–133. doi: 10.1016/j.aip.2006.11.004
- Wood, M. M., Molassiotis, A., & Payne, S. (2011). What research evidence is there for the use of art therapy in the management of symptoms in adults with cancer? A systematic review. *Psycho-Oncology*, 20(2), 135–145. doi:10.1002/pon.1722