

# Sanat Terapisi ve Psikoterapide Kil Çalışmalarının Terapötik Özellikleri: Bir İnceleme

Michal Sholt ve Tami Gavron, Hayfa, İsrail

## Özet

*Bu makalenin amacı, çağdaş kavramsallaştırmada (bağlanma teorisi, nesne ilişkisi ve psikanalitik teori) kil çalışmasının tanısal ve terapötik özelliklerini belirlemek ve tanımlamaktır. Kil çalışmasının üç temel özelliği vurgulanmaktadır: (1) dokunma, hareket ve üç boyutlu özellik yoluyla prosedürel ifade; (2) yapım ve yıkım süreçlerinin yansımaları; ve (3) gerileme süreci. Yazarlar, literatür taramasından ortaya çıkan altı terapötik faktörü ayırt etmektedir: duyguların ifade edilmesini kolaylaştırma, katarsis, zengin ve derin ifadeler, sözel iletişim, bilinçdışı materyali ortaya çıkarma ve somutlaştırma ve sembolizasyon. Bu fikirleri açıklamak için terapötik süreçlere ilişkin kısa vaka örnekleri verilmektedir.*

## Giriş

Kil, sanat terapisi ve psikoterapide sıkça kullanılan bir malzemedir. Birçok kişi, kilin bireysel ve grup terapilerinde terapötik süreçleri ilerletmek için bir araç olarak terapötik potansiyelini savunmaktadır (örneğin Anderson, 1995; Mattes & Robbins, 1981). Diğerleri ise kil çalışmasının aile ve bireysel terapilerde tanısal niteliklere sahip olduğunu savunmaktadır (örneğin Jorstad, 1965; Kwiatkowska, 1978; Keyes, 1984). Ancak, kil çalışmasının terapötik faktörlerine ilişkin bütünlendirici bir inceleme bulunmamaktadır. Ayrıca, sanat terapisi ve psikoterapide kil kullanımına ilişkin kavramlaştırmaların özeti, terapötik özelliklerinin tanımlanması ve uygulamalı teorideki öneminin incelenmesi gerekmektedir. Bu çalışmanın amacı, katılımcıların bütünlüğünü ve iyileşmesini desteklemek için kil süreçlerini kullanma konusunda psikodinamik ve sanat terapisi yaklaşımlarının teorik ilişkisini açıklamaktır.

Bu makale öncelikle tarihsel ve gelişimsel Ardından, kil çalışmasının üç temel özelliği (prosedürel ifadeler, yapıcı ve yıkıcı süreçler ve gerileme süreci) ele alınacaktır. Son olarak, makale, literatür incelememiz boyunca ortaya çıkan kil çalışmasının terapötik faktörlerini inceleyecektir.

"Kil çalışması" ile kili işleme, şekillendirme ve heykel yapma sürecini ve bu süreçlerin ürünlerini kastediyoruz.

**Editörün notu:** Michal Sholt, MA, İsrail'in Hayfa Üniversitesi'nde klinik psikoloji alanında doktora öğrencisidir ve bu araştırmayı kayıtlı sanat terapisti Tami Gavron, MA ile birlikte yazmıştır. Bu makaleyle ilgili yazışmalarınsholtet@study.haifa.ac.il veya tamg@actcom.co.il adreslerine gönderilebilir.

Ürün ve sürecin önemi, sanat ifadesinin yalnızca nihai ürün değil, aynı zamanda ürünün geliştirildiği süreç olduğu ve hem ürün hem de sürecin önemli psikolojik süreçleri teşvik ederek yaratıcıların iç dünyası hakkında anlamlı bilgiler ortaya çıkardığı anlayışına dayanmaktadır (Betensky, 1995; Elkisch, 1947; Wadeson, 1987). Antik çağlarda kilin oynadığı rolü, bu malzemeye özgü kil işçiliğinin duyuşal özelliklerini ve kil modellemeden kaynaklanan bazı gelişimsel konuları kısaca açıklıyoruz.

## Kil işçiliği: Tarihsel ve Gelişimsel Sorunlar

Kil ürünleri, tarih öncesi çağlardan beri vazod, çömlek ve insan figürleri gibi sembolik figürler şeklinde insanlık tarihinde iyi bilinmektedir. Neumann'a (1955) göre, antik dünyada ilk kaplar topraktan elde edilen kilden yapılmıştır. İnsanlar, her şeyin kaynağı olarak toprağa önem atfetmişlerdir. İncil'deki ilk insanın adı Adem'dir ve bu isim, onun yaratıldığı malzeme olan toprağın İbranice karşılığı olan adama kelimesinden türemiştir.

İşlevsel kullanımının yanı sıra, çeşitli kaplar yaratmak için kil, tarih boyunca birçok kültür tarafından insan hayatındaki dini boyutu ifade etmek için bir araç olarak kullanılmıştır. Antropologlar, kilden şekillendirilen sembolik formların büyütlü ve ritüel anlamları olduğunu tahmin etmektedir (Raphael, 1947). Böylece, insanlık tarihinin erken dönemlerinde sembolik kil ürünleri ile insanlığın zihinsel-ruhani alemi arasında bir bağlantı olduğunu görürüz. Buna göre, topraktan yapılan kil figürler, insanın zihinsel dünyası ile maddi dünya arasındaki bağlantıyı yansıtıyor olabilir. Bu bağlantı, içsel, ruhsal dünyayı temsil etmek için sanat malzemelerini kullanan bir faaliyet olan sanat terapisinde merkezi bir öneme sahiptir.

Sanat ifadesinin gelişimi, özellikle çizim şeklinde, birçok çalışmanın odak noktası olmuştur (örneğin Kellogg, 1969; Machover, 1953). Buna karşın, kil ile çalışmak ve kil ile resim yapmak konusundaki gelişimsel sorunlara çok az dikkat edilmiştir (Golomb & McCormick, 1995; Woltmann, 1993). Bu ihmal, kurduğunda kırılabilir hale gelen plastik bir malzeme ile araştırma yapmanın teknik zorluklarından kaynaklanıyor olabilir. Kil ile çalışma üzerine araştırma yapmak, araştırmacıdan çok zaman ve çaba gerektirir. Ancak, bu alanla ilgili birkaç önemli gözlem yapılabilir.

Örneğin, kil ile üç boyutlu temsilin gelişimi ile ilgili olarak, Woltmann (1993) önemli çalışmasında kil ile modellemenin köklerini derinlemesine açıklamaktadır. Yazar, bunların insan gelişiminin ilk yıllarında, bebeklerin kendi dışıklarının plastik özelliklerini keşfettikleri dönemde ortaya çıktığını savunmaktadır. Woltmann ayrıca, plastik malzemeleri ustaca kullanmanın gelişim aşamalarını da tanımlamakta ve bunları "olgunlaşma döngüleri" olarak adlandırmaktadır. Bu gelişim sürecinde, çocuk plastik malzemelerle istem dışı faaliyetlerden, anlam ve duyuşal değerler yüklü gerçek nesnelere temsiline doğru ilerlemektedir.

Kil çalışmalarında gelişimsel konularla ilgili bir dizi önemli çalışma Golomb (1972, 1974) ve Golomb ve McCormick (1995) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu yazarlar, kilde üç boyutlu temsilin gelişimi üzerine iki alternatif hipotezi test etmişlerdir. Doğrusal-grafik hipotezi, çizim ile paralel bir sıra belirler: tek boyutlu temsilden iki boyutlu temsile, oradan da üç boyutlu temsile (Arnheim, 1974; Brown, 1975). Küresel modelleme hipotezi ise erken (ancak ilkel) bir üç boyutlu kavrayış öngörür. 109 çocuk (4 ila 13 yaş arası) ve 18 üniversite öğrencisini kapsayan Golomb ve McCormick'in çalışması, ikinci hipotezi doğrulamıştır. Özellikle, dört yaşındaki çocukların zaten bazı temel üç boyutlu kavramları sergilediklerini ve ilkel üç boyutlu figürler modellediklerini keşfetmişlerdir. Çocuklar olgunlaştıkça, kil ürünleri giderek daha rafine ve farklılaşmaktadır. Ancak sekiz ila dokuz yaş civarında, modellemedeki farklılaşma süreci genellikle düzleşir ve modellemede iki boyutlu temsil eğilimi ortaya çıkar. Golomb ve McCormick (1995), temsil etme kapasitesindeki bu görünürdeki gerilemenin, çocukların karmaşıklık açısından gerçek hayattaki modellere daha çok benzeyen figürler yaratma arzusu ile ilgili olabileceğini ve bu arzunun heykelleri dengeleme ihtiyacına ters düştüğünü öne sürmektedir. Bu nedenle çocuklar iki boyutlu çalışmalara yönelmektedir.

Özetle, kilde üç boyutlu temsil yeteneğinin gelişimi yeterince ilgi görmemiştir; bu olguyu daha iyi anlamak için daha fazla araştırma yapılması gerekmektedir. Böyle bir kavrayış, sanat terapisi ve psikoterapide kil çalışmasının süreci ve ürününün boyutlarının doğru bir fenomenolojik gözlemini teşvik edebilir ve böylece hastaların kil çalışması yoluyla kurdukları sözsüz iletişimi ve gelişimlerini anlamaya yardımcı olabilir.

## Kil Çalışmasının Temel Özellikleri ve Psikoterapideki Anlamları

Literatür incelememizde ve sanat terapistleri olarak klinik deneyimlerimizde kil çalışmasının üç önemli terapötik özelliğini vurgulamayı tercih ettik. Bu özellikler birbiriyle ilişkili olup terapötik veya tanısıl müdahalelerde genellikle birbirinden ayırmak zor olsa da, açıklık sağlamak amacıyla her birini ayrı ayrı ele alacağız. Bunlar: (a) dokunma, hareket ve kil çalışmasının üç boyutlu yönü aracılığıyla prosedürel ifadeler, (b) kil aracılığıyla yapım ve yıkım süreçleri

ve (c) Knafo'nun (2002) kavramlarına göre üç farklı türe ayırdığımız gerileme süreci.

## Dokunma, Hareket ve Kil Çalışmasının Üç Boyutlu Yönü Deneyimi Aracılığıyla Prosedürel İfadeler.

Kil çalışması, dokunma ve dokunsal katılımın yoğun ve güçlü bir dokunsal deneyimini içerir. Dokunma, insanlarda gelişen ilk duysal tepkilerden biri olarak tanımlanmıştır (Frank, 1957; Montagu, 1978). Dokunsal temas, aslında bir bebeğin öğrendiği ilk iletişim biçimidir. İnsanlar için, yaşamın ilk aşamaları bebek ve bakıcı arasındaki ağız ve cilt teması ile geçer (Hunter & Struve, 1998). Bu nedenle, kil işçiliği çok ilkel bir ifade ve iletişim biçimini içerir. Kil çalışmasında dokunma, dokunma ve modelleme için sonsuz fırsatlar sunan vücut hareketlerini de gerektirir. Böylece kil çalışması, yaratıcı için tamamen sözsüz bir dil veya iletişim olanağı sağlar ve bu sayede yaratıcının zihinsel dünyası, duygusal yaşamı ve birincil nesne ilişkileri ifade edilebilir.

### Bağlanma ve

kil çalışmalarıyla ilgili içsel süreçleri açıklamak için nesne-ilişki teorileri. Bağlanma teorisinin temel varsayımı, insanların önemli diğerleriyle yakın duygusal bağlar kurduklarıdır (Bowlby, 1969, 1973, 1979 ve 1980), bu da kendinin ve diğerlerinin zihinsel temsillerinin veya "içsel çalışma modellerinin" gelişimini kolaylaştırır (Pietromonaco & Barrett, 2000). Bağlanma teorisine göre, bağlanmanın iki ardışık çalışma modeli vardır: kişinin yaşamının ilk yıllarında geliştirdiği bilinçsiz, oldukça ilkel bir model ve daha sonra daha sofistike, dilsel ve bilinçli olan ikinci bir model. Bu iki model aynı anda işler (Bowlby, 1979): Benlik ve diğerlerine ilişkin zihinsel temsiller, sözel öncesi aşamada geliştiği için dilbilimsel kodlaması olmayan prosedürel ve duysal-motor temsillerden (Case, 1996; Crittenden, 1990) gelişir (Nelson, 1996). Bizim varsayımımız, sanat da dahil olmak üzere sözel olmayan ifade biçimlerinin, bu prosedürel temsilleri iletmenin bir yolu olarak işlev görebileceğidir. Bu, özellikle birincil iletişim ve ifade biçimlerini (örneğin dokunma yoluyla) kullanan ve bu nedenle dokunma ve hareket yoluyla kodlanan gerçek geçmiş anılar ve duygularla bağlantılı olan kil çalışmaları için geçerlidir. Bu bakımdan, kil çalışması bu bilinçdışı, sözel olmayan temsillere açılan merkezi bir pencere işlevi görebilir ve kendilerini sözel olarak ifade etmekte zorlanan veya çok savunmacı olan kişiler için özellikle yararlı olabilir. Kilin kolaylaştırdığı fiziksel-duygusal-zihinsel deneyim, prosedürel ifadelerle anlaşılabilir.

Örneğin, 14 yaşındaki bir ergen kız, akranlarıyla ilişki kurmakta zorluk çekmesi ve ebeveynlerine karşı öfke patlamaları yaşamaması nedeniyle sanat terapisi tedavisine yönlendirildi. Terapide çekingen ve mesafeli davranıyordu. Bir seansta gözleri kapalı olarak kile dokundu. Malzemeyi normalden daha uzun süre işledi, duysal bir şekilde çalışmasına daldı.

## Yapıcı ve Yıkıcı Süreçlerin Yansıması

Gözlerini açtığı anda, ortaya çıkan şekle baktı ve yarattığı şeyi tarif etti. Bir anne ve çocuğu gördü; anne ağlıyor, küçük kıza ise annesinin gözyaşlarını siliyor. Bu olay, depresif bir annenin çocuğu olma hikâyesini anlatmasının önünü açtı. Kil ile doğrudan temas kurması, onun nasıl yetiştirildiğini ve ihtiyaçlarını anlamada çok önemli bir etkisi olan gizli ve temel temaları ortaya çıkarmasına yardımcı oldu.

Kil ve kil ürünleri çok boyutlu nesnelere ve bu nedenle gerçek hayattaki nesnelere çok yakından temsil edilebilirler. Yükseklik, genişlik ve uzunluğun yanı sıra, ağırlık, derinlik ve doku özelliklerine de sahiptirler. Kil ile çalışarak gerçekçi nesnelere yapılabildiğinden, kil heykeller sembolik oyun nesnelere olarak da işlev görebilir ve böylece korkular, endişeler, dilekler vb. gibi fantezilerin ve iç dünyanın tezahürleri için çok daha geniş bir potansiyel alan sunar. Bu, çocuklarla ve yetişkinlerle yapılan psikoterapide de geçerlidir; kil ürünü terapötik konuşmada bir nesne olarak ele alındığında veya terapist-danışan ilişkisinde belirli bir konunun parçası haline geldiğinde (örneğin, danışan yokken veya yer değiştirirken terapistin kil heykeli ne kadar dikkatli tuttuğu veya koruduğu gibi).

Aşağıda başka bir örnek verilmiştir. Gelişimsel gecikme yaşayan ve görme yetisini kaybetme sürecinde olan 16 yaşındaki bir kız, ilerleyen körlüğünü kabul etmekte zorluk çekiyordu ve sanat terapisine yönlendirildi. Kil verildiğinde, onu kullanarak gözlüklü bir kız figürü yaptı. Terapinin bu aşamasında, körlüğün geri dönüşü olmayan bir durum olduğunu inkar ediyordu. İkinci heykeli, kör ve gözlüklü bir kızdı. İkinci heykel üzerinde uzun süre çalıştı ve bu süre zarfında keder ve görme kaybı duygularını ifade etti. Kil kız için bir ortam yarattı ve ona Braille alfabesiyle okumayı ve yazmayı öğretti. Muhtemelen kil çalışması, ona somut, gerçekçi bir figür oluşturma imkanı verdi ve bu figür, duygularını yansıtabileceği bir nesne haline geldi ve görme kaybını benlik imajına entegre etmek için bir iskelet görevi gördü.

Yukarıda bahsedilen kilin üç boyutlu özelliğinin bir başka sonucu da, bir heykelin çok boyutlu yönüyle görülebilen veya hissedilebilen ifade biçimidir. Bir resmin aksine, kil ürünü üç boyutlu formunun farklı yönlerinden ve açılarından bakılabilir, dokunulabilir ve incelenebilir.

Bazı danışanlar terapi sırasında bir dizi farklı özelliklere sahip şekiller yaparlar. Örneğin, bir ergen erkek çocuk her iki yüzü olan kil yaratıkları yaptı: figürün bir yüzü agresif bir ifadeye ve cinsel organlara sahipken, diğer yüzü hüzünlü bir ifadeye ve yumuşak yüz hatlarına sahipti. Kil ürünlerine bakarak, bu genç çocuk çelişkili duygularını keşfedebildi.

Benzer şekilde, birçok heykel terapide bilinçsizce yaratılan ve daha sonra terapist ile birlikte incelenebilecek birkaç farklı yönü ile yapılır. Örnek olarak, kil heykelin dışı ile içi, pürüzlü doku ile yumuşak veya pürüzsüz doku gibi özellikler verilebilir. Bunlar, danışanların hikayelerini anlamamıza yardımcı olur.

Kil, sıfırdan bir şey yaratma ve ürünü farklı biçimlere dönüştürme konusunda anlamlı bir deneyim sağlar. Danışan, kil topuna hafifçe dokunarak parmak izlerini bırakır ve böylece dönüştürme yeteneğine, varlığının ve şu anda burada bulunmasının etkisine kendini kaptırır (Heimlich & Mark, 1990). Bu izler, gerçek dünyada kişinin kişisel işaretleri olarak yorumlanabilir. Bu deneyim, kayıp ve keder duygularıyla ve çoğu durumda çaresizlik gibi duygularla terapiye gelen danışanda en belirgin şekilde görülür. Heimlich & Mark (1990) bu fenomeni şöyle tanımlar:

...bir çocuk bir parça kil alıp yuvarlamaya veya sıkmaya başlayabilir. Çocuk dokuya dokunsal olarak tepki verir ve şekillendirilebilir kil şekil değiştirir. Çocuk, kilin dokunusuna ve hislerine nasıl tepki verdiğini hemen deneyimleyebilir. Bu tür hareket deneyimleri sayesinde, çekingen bir çocuk bile kendi etkinliğini hızla fark edebilir. (s. 42)

Kişinin iç dünyasının bir sembolü ve metaforu olan kil parçasından somut bir şey yapma fırsatı, terapötik sürecin ayrılmaz bir parçasıdır. Bu, acıyı anlamlı bir ifadeye dönüştüren, simya benzeri bir süreçtir.

Şekillendirilmemiş kil parçası ve yeni kil heykel, terapötik süreç boyunca manipüle edilebilir ve değiştirilebilir. Dahası, "kil, birçok kez şekillendirilip yeniden şekillendirilebilir, bu da kil heykelin parçalanması veya yeniden yapılmasına olanak tanır" (Rubin, 1984, s. 58). Kil çalışması, danışanın psikik değişim ve kimlik oluşumu süreçlerinde veya kendisi olma sürecinde, benliğinin yapıcı ve yıkıcı yönleriyle karşılaşmasını sağlar.

Değişim, tek bir heykelin veya bir dizi heykelin yapıyla gerçekleşebilir. İkincisi, tedavileri sırasında kil ile bir dizi otoportre yaparak kimliklerini arayan birçok ergen için geçerlidir. Otoportre genellikle boş bir yüz ifadesinden daha ifade dolu bir ifadeye doğru kademeli olarak gelişir ve bir heykelden diğerine gelişme ve değişim tespit edilebilir.

Üründe anlamlı bir değişimin klinik bir örneği bu noktayı açıklayabilir. Kırklı yaşlarındaki bir danışan, çocuklarına karşı öfke patlamaları ve mesleki kimliği hakkında derin şüpheleri nedeniyle sanat terapisine geldi. 16 yaşındayken annesini kaybetmiş ve çözülmemiş yasıyla başa çıkmaya çalışıyordu. Kilden, bir bebeğin başını tutan bir anne eli yaptı ve annenin tutuşundaki şefkati yakalamak istediğini söyledi. Heykelini inceledikten sonra, aniden annenin elinin kendisine agresif ve bu nedenle korkutucu geldiğini söyledi. Ona göre ortaya çıkan sonucu, yani (agresif) bir anne ve (çaresiz) bir bebek olarak kabul edemedi. Heykelini ters çevirerek bebeğin başını avucunun altına aldı. Heykel, bağımsız bir sanatçı olma arzusunu simgeleyen "kil ile çalışan bir sanatçının eli"ne dönüştü.

Kilden heykelin son hali, ona sanat eserinin duygusal köklerini ve zihnindeki bazı önemli içerikleri ortaya çıkardı: saldırgan bir ortamda büyümüş bir çocuk; öfkesini kontrol etmekte zorlanan bir anne; ve son derece hassas bir sanatçı. Ayrıca, kendisinin yapıcı ve yıkıcı yönleri arasındaki içsel diyalogunu da ortaya çıkardı.

Kayıp ve kil çalışması arasındaki bağlantı birçok çalışmada ele alınmıştır; örneğin Henley (2002), metninde "kil ve nesne kaybı" konusunu incelemektedir. Yas tutan ve kayıp yaşayan kişiler, kil çalışmasını kullanarak kil topuna yansıtarak acı, öfke ve hayal kırıklıklarını ifade edebilirler. Kil, kaybedilen nesnenin veya kişinin imajını yeniden yaratmak için de kullanılabilir. Kaybedilen kişinin içsel imajı hayata geçirilebilir ve danışan, derin duyguları ve fantezileriyle yüzleşebilir. Kaybedilen nesnenin yeni bir imajını yaratma duygusu güçlüdür ve derin acıyla başa çıkmayı kolaylaştırdığı için iyileştirici bir etkiye sahiptir. Örneğin, annesini hastalık nedeniyle kaybeden 14 yaşındaki bir kız, derin kederinden neredeyse hiç bahsedemiyordu. Birkaç ay sonra, tutmayı çok sevdiği büyük bir kil fincan yaptı. Fincanı şekillendirmeyi bitirdiğinde, üzerine "anne" kelimesini kazıdı. Bu, annesinin dokunuşunu özlediğini konuşmasını sağladı.

Bir başka örnek ise, babası tarafından terk edilen ve annesinin hastalığı nedeniyle koruyucu bir aileye verilen yedi yaşındaki bir çocuktur. Sanat terapisinde, çocuk kilden iki büyük erkek kafası yapmıştır. Biri biyolojik babasını, diğeri ise koruyucu babasını temsil etmektedir. Çocuk onlarla konuşmayı sever ve onları birbirleriyle konuşturur. "İki baba" arasındaki diyalog, üvey babasıyla yeni kurulan bağı bütünleşmesi ve biyolojik babasının onu reddetmesini kabul etmesi için ona olanak sağladı. Bu süreçte, biyolojik babasının içsel imajını ve onunla içselleştirdiği ilişkisini yeniden yaratabildi.

Yukarıda özetlenen iki terapötik süreçte, kil çalışması, danışanların içselleştirilmiş kayıp nesnelerin temsillerini hayata geçirmelerine ve kayıplarını aşmalarına olanak tanıdı.

### Regresyon Süreci.

Kil, duysal ve birincil özellikleri sayesinde danışanı prosedürel iletişime dahil eder ve terapi için çok önemli olan regresyon süreçlerini mümkün kılar, hatta teşvik eder. Kilin farklı regresyon süreçlerinde oynadığı rolü aydınlatmak için Knafo'nun (2002) üç tür regresyon tanımını kullandık. Knafo, sanat yapma sürecini psikanalitik bir bakış açısıyla inceler.

1. *Zamansal gerileme* veya psikoseksüel gelişimin önceki aşamalarına dönüş. Kramer (1971), çocukların ve yetişkinlerin kili bir oyuncak olarak algılamalarını tanımlamıştır. Kil ile oynayarak, oral, anal ve fallik fantezilerini yeniden canlandırır (Schlossberg, 1983). Sanat terapisinde, çocukların kil kullanarak yiyecekleri temsil ettiklerini ve sembolik beslenme eylemlerinde bulduklarını sıklıkla görürüz. Bazı çocuklar, kili dışkı olarak gördüklerinde veya bulaştırma ve toplama sorunları ortaya çıktığında anal yönlerini kilde ifade ederler. Kil ile cinsel oyunlar da fantezilerin ve korkuların bir yansıması olarak çocuklar ve ergenler arasında yaygındır.

*Agresif gerileme*, öfkeli davranışların el hareketleriyle veya kil aletlerinin agresif bir şekilde kullanılmasıyla (örneğin, bıçaklama, derin kesme vb.) ifade edildiği durumlarda çocuklarda ve yetişkinlerde yaygın olarak görülür.

2. *Regresyon*, "kendilik, kimlik ve gerçekliğin sınırlarıyla oynamak" gibi *dekompansasyon riskini beraberinde getirir* (Knafo, 2002, s. 25). Terapide, danışanlar genellikle kendilerini sembolik olarak temsil eden imgeler oluştururlar. Bu imgeler, terapötik ortamın dışında korkutucu olabilecek bilinçdışı kısımlarını temsil eder. Kil çalışması, çarpık, korkutucu veya çirkin imgeleri temsil etme fırsatı sunar. Bu imgeler, benliğin farklı parçalarını veya danışanların kendilerini bir bütün olarak algılama biçimlerini temsil edebilir. Örneğin, 13 yaşındaki bir yetim sanat terapisine geldi.

uyum sorunları ve davranış bozukluğu nedeniyle. Moda tutkunu bir gencin yüzünde görülen stereotipik yüz ifadeleriyle kadın figürlerinin karikatürlerini çiziyordu. Gözleri kapalıyken kil ile bir şeyler yapması istendiğinde, "bataklıktan çıkan" üzgün yüzlü bir erkek figürü heykelini yaptı. Bu adamın kötü kokusu nedeniyle herkes tarafından reddedildiğini söyledi. Kil aracılığıyla, geçmişinden ve bugünden gelen, yani reddedilen, birincil ve acı verici yönlerini ifade etti. Terapi öncesinde, kullandığı stereotipik maskenin altında gizli kaldığı için bu yönlerine erişemiyordu.

Birçok sanat terapisti kliniğinin rafları genellikle kil canavarlarla doludur. Sanat terapistleri olarak, danışanların kil parçalarını canavarca yaratıklara ve saldırgan figürlere dönüştürdüklerine sık sık tanık oluruz. Örneğin, çevresine karşı öfke patlamaları nedeniyle sanat terapisine yönlendirilen 13 yaşındaki bir erkek çocuk, kil kullanarak bu tür saldırgan canavarlar yarattı. Onlara isimler verdi ve kendiyi özdeşleştirdiği hikayeler uydurdu. Terapötik süreç boyunca, çocuk yaratıklarının üzüntü ve yalnızlık gibi diğer yönlerini keşfedebildi. Böylece saldırgan eğilimleri ile bu kadar öfkeli olmasının nedenleri arasındaki bağlantıyı kurabildi.

3. Görsel ve birincil düşünce biçimlerine daha serbest erişim gibi *topografik ve yapısal gerileme*. Bu tür gerileme, prosedürel ifade süreciyle ve ayrıca nesne ilişkisi teorisinin kavramsallaştırılmasıyla açıklanabilir. Ogen'a (1989) göre, insan deneyiminin ilkel kenarı, duysal, özellikle dokunma ve ritmik deneyimlerin hakim olduğu otistik-bitişik deneyimde tanımlanır. Kil, bizi bu yönlerle meşgul eder ve böylece ilkel varoluş ve iletişim biçimlerimizi yansıtabilir.

Danışanların farklı türdeki gerileme ifadeleri gözlemlenerek, onların iç dünyalarını ve ihtiyaçlarını daha iyi anlamamızı sağlar.

### Psikoterapide Kil Çalışmasının Terapötik Faktörlerinin Gözden Geçirilmesi

35 klinik raporu (referans listesinde yıldız işaretiyle belirtilmiştir) incelediğimizde, sanat terapisti ve psikoterapide kil çalışmasının kullanımıyla ortaya çıkan altı ana terapötik faktör belirledik. Gerçek terapide, bu

fenomenler büyük ölçüde örtüşmektedir, bu nedenle bizim ayırımı sunumu netleştirmek amacıyla yapılmıştır.

### 1. Duyguların ifade edilmesini kolaylaştırma

Kil çalışması, kilin dokunsal özelliği nedeniyle (Bratton & Ferebee, 1999; Wadeson, 1987) duyguların oldukça hızlı bir şekilde ifade edilmesini kolaylaştırdığı ve mümkün kıldığı şeklinde tanımlanmaktadır. Bu özellik, kil çalışmasına eşlik eden dokunsal katılımı (Kagin & Lusebrink, 1971) ve ritmik hareketleri mümkün kılmaktadır. Literatürde, kil figürlerin daha önce danışanların erişemediği güçlü duyguları temsil ettiğini belirten birçok tanım bulunmaktadır (Brock, 1991; Henley, 2002; Keyes, 1984; Mattes & Robbins, 1981; Mciver, 2001; Mitchell, 1984).

Örneğin, kil ile modellemenin sunduğu birçok fırsat, öfkenin çizme, sıkma, bıçaklama, fırlatma, parçalama vb. gibi sayısız şekilde ifade edilmesini veya dışa vurulmasını sağlar. Yukarıda belirtildiği gibi, bu duygusal ifadeler en ilkel ve prosedürel iletişim biçimi olan dokunsal temas ve somatik düzeyde gerçekleştirilir. Bu nedenle, duygular açısından daha gerçekçi olma olasılıkları daha yüksektir (Horovitz-Darby, 1992). Ayrıca, kil bir malzeme olarak bu manipülasyonların bazılarını direnir ve plastik halindeki (resimden farklı olarak) kolayca kırılmaz, bozulmaz veya tahrip edilmez, bu nedenle danışan, malzemeye olumsuz sonuçlar doğuracağından korkmadan bu agresif eylemlerde bulunabilir.

### 2. Katarsisi kolaylaştırma

Jorstad (1965) ve Anderson (1995), psikoterapide kil çalışmasının katartik etkisini anlatıyor. Her iki yazar da, kil ile çalışırken danışanların duygusal bağlılıklarının yoğunluğundan bahsetmektedir. Jorstad (1965), katartik etkinin, kil gibi ilkel ve orijinal bir malzeme ile çalışmanın daha önce karşılanmamış ihtiyaçları tatmin etmesi ve bazı danışanlar için anal eğilimlere bir çıkış yolu sağlamasından kaynaklandığını öne sürmektedir. Anderson (1995) ise, kilin dokunsal özellikleri ve akışkanlığı nedeniyle ve üç boyutlu yapısı sayesinde temsil ettiği gerçek nesneye benzeyebilme potansiyeli nedeniyle, kaçınılmaz olarak anılar, düşünceler ve fanteziler gibi duygusal tepkiler uyandırdığını savunur. Henley (2002) ise kil çalışmasıyla meydana gelen regresyonun katartik salınımı nasıl kolaylaştırdığını gösterir.

### 3. Bilinçdışı materyalleri ortaya çıkarmak

Katartik etkinin bir yönü, bastırılmış fikirleri, duyguları, istekleri ve geçmişteki anıları bilince çıkarmaktır. Ancak kil çalışması, prosedürel ifade yoluyla katartik etki olmaksızın da bilinçdışı yönleri ortaya çıkarabilir (Rubin, 1984; Woltman, 1993). Örneğin Anderson (1995), kil çalışmasının, danışanın zihni tarafından kontrol edilmeyen bazı ürünler ortaya çıkarabileceğini ve danışanın zihni tarafından filtrelenmeyen doğrudan ifadeleri tetikleyebileceğini iddia eder. Buna bir örnek, danışanlar kile dokunup onu şekillendirirken fiziksel manipülasyon yoluyla tespit edilebilenlerdir (Henley, 2002). Bu gibi durumlarda, yaratıcı çalışmalardan sonra danışanla terapötik konuşma

kişinin görünür ürününde gizli olan bilinçaltı katmanlarını ortaya çıkarabilir (Betensky 1995; Kwiatkowska, 1978).

### 4. Zengin ve derin ifadeleri kolaylaştırmak

Birçok rapor, kil çalışmasının terapistek ek ifade katmanları sağladığını belirtmektedir (Elkisch, 1947; Jacobi, 1955; Kameguchi & Murphy-Shigemastu, 2001). Mattes ve Robbins (1981) şöyle yazmaktadır: "... görüntü, alanı daraltma eğiliminde olan daha geleneksel sözlü iletişimin aksine, keşif ve araştırma olanakları sunar" (s. 386-387).

Ergenlerin sözlü iletişimi ile karşılaştırıldığında kil çalışmasının özel katkısını inceleyen nitel bir çalışmada Graziano (1999), sembolik kil nesnelerin daha derin düzeylerde öznel anlamlar ifade ettiğini bulmuştur. Bu nesnelere, ergenlerin gelişimsel sorunları ve endişeleriyle bağlantılıydı: "Yapılan kil semboller, sahip olma, gizem, tuzağa düşme, mükemmellik, intikam ve aptallık gibi daha derin anlamları ifade ediyordu" (s. 5).

### 5. Sözlü iletişimi kolaylaştırma

Jorstad (1965), hastaların terapötik seanslarına kil ürünlerini getirdiklerinde, bu sembolik figürlerin varlığının genellikle hastaların sözlü çağrışımlarını kolaylaştırdığını bildirmiştir: "Böylece sözlü iletişim genellikle daha kolay hale geldi ve hastaların terapi ortamında duygusal deneyim ve içgörü kazanma olasılıkları arttı" (s. 494). Sözlü iletişimi kolaylaştırma olgusu, çeşitli yazarlar tarafından klinik örneklerle gösterilmiştir (Heimlich & Mark, 1990; Kwiatkowska, 1978; Oklander, 1978; Raginsky, 1962; Rubin, 1984).

### 6. Somutlaştırma ve sembolizasyon:

#### İçsel temsillerin görsel imgelerde somutlaşması

Birçok kişi, psikanalitik çalışmalarda ve bireysel psikoterapide kil çalışmalarıyla (Brown, 1975; Denny & Fagen, 1970; Mattes & Robbins, 1981; Simon, 1996) ve ayrıca grup terapisinde (Winship & Haigh, 1998) gözlemlenen somutlaşma olgusunu tanımlamıştır. Somutlaşma, düşüncelerin, duyguların, fantezilerin ve çatışmaların somut nesnelere vücut bulduğu süreci ve ayrıca sembolizasyonu kolaylaştırdığı için heykel yapma sürecini ve ürünü gözlemlemeyi ifade eder. Örneğin, Macks (1990) bu fenomeni, yeme bozukluğu olan danışanlarla yapılan sanat terapisinde tanımlamış ve bu tür danışanların çoğunun yuvarlak kaplar yerine kare ve köşeli kaplar yarattığını belirtmiştir. Macks bu fenomeni, kadınsılığın reddedilmesinin somutlaşması olarak yorumlamaktadır. Somutlaşmanın bir başka ifadesi Brown (1975) tarafından aktarılmıştır. Brown, kil çalışmasının danışan ve terapist arasındaki terapötik ilişkinin bazı yönlerini tasvir edebileceğini öne sürmektedir. Bu etki, kil çalışmasını, birçok aile kavramını (örneğin, yakınlık) tasvir etme potansiyeli nedeniyle, özellikle aile terapisinde plastik temsiller aracılığıyla yararlı bir tanı ve terapötik araç haline getirmektedir.

(Kameguchi & Murphy-Shigemastu, 2001; Kwiatkowska, 1978; Vandvick & Eckblad, 1993; Ventre & Keller, 1986).

## Özet

Bu amaçla, çağdaş kavramlaştırmaları kullanarak kil çalışmasının terapötik etkilerini belirlemeye ve tanımlamaya çalıştık. Açıklamalarımızı sanat terapisinin teorisi ve pratiği, bağlanma teorisi, nesne ilişkileri ve psikanalitik teori üzerine yapılan çeşitli çalışmalardan aldık.

Kil çalışması, kilin temel maddesi, insanlık tarihindeki ilk kullanımı ve yaşamımızın ilk aşamalarındaki deneyimlerimizin yankıları aracılığıyla ilkel iletişim biçimlerini birleştirir.

Kil çalışması, kil ile fiziksel çalışma yoluyla beden ifadesini ve modelleme eylemi ve ürünü gözleme yoluyla zihinsel süreçleri içerir. Böylece, farklı bilinç düzeylerinden gelen duyguların, anıların ve fantezilerin bütünleşmesini sağlar. Kil çalışmasının bilinçdışı materyalleri ortaya çıkarma ve bir sembolün kişisel anlamını güçlendirme potansiyeli (Kagin & Lusebrink, 1978), özellikle travmatik konuların tedavisinde, erken işa etmenin tehlikelerini ortaya koymaktadır. Sanat terapisi ve psikoterapide kil çalışmasının kullanımında dikkatli olunmalıdır.

Burada, terapötik süreçte kil çalışmasının bazı temel özelliklerini, yani kendinin, diğerinin ve kendinle diğer arasındaki ilişkilerin sözsüz temsiline erişimi mümkün kılan prosedürel ifadeyi vurgulamış bulunmaktayız: Kimlik gelişimi sürecinde ve kayıp ve yas temalarında olduğu gibi, danışanların dönüşüm yeteneklerini keşfetmelerini sağlayan yapıcı ve yıkıcı yönlerin yansması; ve son olarak, Knafo'nun (2002) tanımına göre regresyon süreci. Kil çalışmasının bu temel özellikleri, danışanlar ve terapistler tarafından benliğin önemli ölçüde keşfedilmesine katkıda bulunur ve benliğin ilkel deneyimlerinin ve çok yönlü doğasının tespit edilmesini ve bütünleştirilmesini sağlar. Danışanlar bu sayede içsel benliklerine erişimlerini genişletir ve böylece olma yolculuklarına devam ederler.

## Referanslar

- Schlossberg, I. A. (1983). The ego organizing qualities of various media in acute psychiatric population. *Pratt Institute Creative Arts Therapy Review*, 4, 22-28.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Vandvick, I. H., & Eckblad, G. F. (1993). FACES III and the Kvebaek Family Sculpture Technique as measures of cohesion and closeness. *Family Process*, 32, 221-233.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Ventre, M. T., & Keller, J. F. (1986). Family visualization: A new form of family psychodrama. *Family Therapy*, 13(3), 287-290.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Wadson, H. (1987). *The dynamics of art psychotherapy*. New York: Wiley.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Winship, G., & Haigh, R. (1998). The formation of objects in the group matrix: Reflections on creative therapy with clay. *Group Analysis*, 31, 71-81.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Woltmann, A. G. (1993). Mud and clay. In C. S. Schaefer & D. M. Cangelosi (Eds.). *Play therapy techniques*. (141-157). Northvale, NJ: Jason

Aronson.

- [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Simon, R. M. (1996). *Symbolic images in art as therapy*. London: Routledge.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Segal, H. (1991). *Dream, phantasy, and art*. London: Tavistock/ Routledge.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Rubin, J. A. (1984). *Child art therapy: Understanding and helping children grow through art*. (2nd edition). New York: Van Nostrand Reinhold.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Raphael, M. (1947). *Prehistoric pottery and civilization in Egypt*. New York: Pantheon/Bollingen Series.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Raginsky, B. B. (1962). Sensory hypnoplasy with case illustrations. *The International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 10(4), 205-219.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Pietromonaco, P. R., & Barrett, L. F. (2000). The internal working model concept: What do we really know about the self in relation to others? *Review of General Psychology*, 4(2), 155-175.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Oaklander, V. (1978). *Windows to our children: A gestalt therapy approach to children and adolescents*. Moab, UT: Real People.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Ogden, T. H. (1989). *The primitive edge of experience*. Northvale, NJ: Jason Aronson.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Neumann, E. (1955). *The great mother: An analysis of the archetype*. New York: Bollingen Foundation.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Nelson, K. (1996). *Language in cognitive development*. Cambridge, England: Cambridge University Press.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Montagu, A. (1971). *Touching: The human significance of the skin*. Oxford, England: Columbia University Press.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Mitchell, P. (1984). The role of regression in the treatment of depression with an intact ego. *Pratt Institute Creative Arts Therapy Review*, 5, 17-21.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Mciver, K. S. (2001). *Spirit into form: The experience of clay as a spiritual practice*. Unpublished doctoral dissertation, Columbia University, New York.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Mattes, J., & Robbins, A. (1981). Creative interventions in psychoanalytic psychotherapy. *The Psychoanalytic Review*, 68, 386-394.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Macks, R. (1990). Clay as a healing medium for anorexic and bulimic clients. *Pratt Institute Creative Arts Therapy Review*, 11, 22-29.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Machover, K. (1953). *Human Figure Drawings of children*. *Journal of Art Therapy*, 17, 53-92.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Kwiatkowska, H. Y. (1978). *Family therapy and evaluation through art*. Springfield, IL: Charles C Thomas.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Kramer, E. (1971). *Art as therapy with children*.

New York: Schocken.

- [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Knafo, D. (2002). Revisiting Ernst Kris's concept of regression in the service of the ego in art. *Psychoanalytic Psychology*, 19(1), 24-49. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Keyes, M. F. (1984). The family clay sculpture in rededication therapy. *Transactional Analysis Journal*, 14(1), 68-71. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Kellogg, R. (1969). *Analyzing children's art*. Palo Alto, CA: National Press Books. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Kameguchi, K., & Murphy-Shigematsu, S. (2001). Family psychology and family therapy in Japan. *American Psychologist*, 56(1), 65-70. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Kagin, S.L., & Lusebrink, V. B. (1978). The expressive therapies continuum. *Art Psychotherapy*, 5, 171-180. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Jorstad, J. (1965). Clay forming in psychotherapy: A possible remedy to communication and insight. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 41(4), 491-526. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Jacobi, J. (1955). Pictures from the unconscious. *Journal of Projective Techniques*, 19, 264-270. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Hunter, M., & Struve, J. (1998). *The ethical use of touch in psychotherapy*. Thousand Oaks, CA: Sage. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Horovitz-Darby, E. G. (1992). Countertransference: Implications in treatment and post treatment. *The Arts of Psychotherapy*, 19, 379-389. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Henley, D. (2002). *Clayworks in art therapy: Playing the sacred circle*. Philadelphia: Jessica Kingsley. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Heimlich, E. P., & Mark, A. J. (1990). *Paraverbal communication with children: Not through words alone*. New York: Plenum Press. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Graziano, J. E. (1999). *Narrative and clay: The storied forms of early adolescents ten to fourteen*. Unpublished doctoral dissertation, Columbia University, New York. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Golomb, C., & McCormick, M. (1995). Sculpture: The development of three dimensional representation in clay. *Visual Arts Research*, 21(1), 35-50. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Golomb, C. (1993). Art and the young child: Another look at the developmental question. *Visual Arts Research*, 19(1), 1-15. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Golomb, C. (1974). *Young children's sculpture and drawings*. Cambridge, MA: Harvard University Press. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Golomb, C. (1973). Children's representation of the human figure: The effects of models, media, and instructions. *Genetic Psychology Monographs*, 87, 197-252. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Golomb, C. (1972). Evolution of the human figure in a threedimensional medium. *Developmental Psychology*, 6(3), 385-391. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Frank, L. K. (1957). Tactile communication. *Genetic Psychology Monographs*, 56, 209-255. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Elkisch, P. (1947). Diagnostic and therapeutic value of projective techniques. *American Journal of Psychotherapy*, 1, 279-312. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Denny, J. M., & Fagen, A. C. (1970). Group art therapy with university students: A comparative case analysis. *Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, 7(3), 164-168. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Crittenden, P. M. (1990). Internal representational models of attachment relationships. *Infant Mental Health Journal*, 11, 259-277. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Case, R. (1996). The role of psychological defense in the representation and regulation of close personal relationships across the life span. In G. G. Noam & K. W. Fischer (Eds.), *Development and vulnerability in close relationships* (pp. 59-88). Mahwah, NJ: Erlbaum. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Brown, J. J. (1975). Therapeutic developments in clay and imagery with a regressed schizophrenic. *Art Psychotherapy*, 2, 1-14. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Brown, E. V. (1975). Developmental characteristics of clay figures made by children ages three through eleven years. *Studies in Art Education*, 16(3), 45-53. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Brock, M. (1991). The therapeutic use of clay. *British Journal of Occupational Therapy*, 54(1), 13-15. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Bratton, S. C., & Ferebee, K. W. (1999). The use of structured expressive art activities in group activity therapy with preadolescents. In D. S. Sweeney & L. E. Homeyer (Eds.), *The handbook of group play therapy: How to do it, how it works, whom it's best for* (pp. 192-214). San Francisco: Jossey-Bass. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss, volume 3: Loss: Sadness and depression*. London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss, volume 2: Separation: Anxiety and anger*. London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss, volume 1: Attachment*. London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Betensky, M. G. (1995). *What do you see? Phenomenology of therapeutic art expression*. Bristol, PA: Jessica Kingsley. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- Arnheim, R. (1974). *Art and visual perception*. Berkeley, CA: University of California Press. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Anderson, F. E. (1995). Catharsis and empowerment through group claywork with incest survivors. *The Arts in Psychotherapy*, 22(5), 413-427. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)
- \*Amari, D. A. (1986). The use of clay to form potential space with a bulimic patient. *Pratt Institute Creative Arts Therapy Review*, 7, 13-21. [\(Open in a new window\)Google Scholar](#)

- Note: Asterisk indicates articles included in the authors' review of clinical reports in the literature on therapeutic clay-work.  
[\(Open in a new window\)Google Scholar](#)