

# YATAN ALKOL BAĞIMLILARINDA PROJEKTİF GRUP ÇALIŞMASI

## A Projective Group Study With Alcohol Dependent In-Patients

Dr. Hatice Demirbaş<sup>1</sup>, Dr. Yıldırım B. Doğan<sup>2</sup>

### Özet

Resim terapisi, değişik klinik yaklaşımlarda kullanılan, geniş bir yelpazeyi içine alan aktiviteler için kullanılan genel bir isimdir. Bu adlandırmaya rağmen, sanatsal başarı beklentisinden oldukça uzaktır. Bu yazı, bu konuyu yatarak tedavi gören alkol bağımlısı hastalar için düzenlenen bütüncü grup modeli temelinde ele almaktadır. Bütüncü modelin bir parçası olan resim çizimi kişilerarası etkileşim sürecinin önemli bir kısmını oluşturmaktadır. Bunun aracılığı ile derlenen bilgilerin ne denli gerçekçi olduğu hakkında bir fikir vermek üzere; biri tedaviyi yarım bırakmış, diğeri tamamlamış iki olgunun resimleri değerlendirilmiştir.

**Anahtar Sözcükler:** Resim terapisi, etkileşim grubu, alkol bağımlılığı

### Summary

Art therapy is a generic name for a wide spectrum of activities used in different clinical approaches. Despite the title, an expectation of literally artistic performance is quite uncommon. This paper deals with the issue of art therapy on the basis of an integrative group model designed mainly for alcohol inpatients. As a part of this model, drawing pictures constructs a considerable component of interactional process. In order to give an idea how precise data provided by this activity the drawings of two cases, one has dropped and the other one has completed the therapy, were compared and interpreted in this paper.

**Key Words:** Art therapy, interactional group, alcohol dependency

<sup>1</sup> Dr. Psk. Ankara Üniversitesi Tıp Fak. Psikiyatri Kliniği

<sup>2</sup> Prof. Dr. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniği Öğretim Görevlisi

## GİRİŞ

Yaratıcı bir süreç olarak resim, terapötik değişimde projektif bir değerlendirme aracı olarak kullanılmaktadır. Bu değerlendirme bazen tedavi süreci hakkında niteliksel bilgiler verirken bazı hallerde de psikopatolojinin netleştirilmesinde tek başına belirleyici olabilmektedir. Ancak resim bir grup eylemi olarak düzenlendiğinde, iletişim ve etkileşim becerileri hakkında bilgi derlemek mümkün olmaktadır. Bu tür gruplarda boyutlanan psikopatolojik irdelemeler daha çok projektif planda kalmaktadır.

Resim grubu; kişilerarası ilişkilerde bireyin tutum ve davranış örüntüsüne yansıyan duygusal içeriğin araştırılması, bunlara eşlik eden bilişsel unsurların anlamlandırılması ve psikodinamik çıkarımların biçimlenmesi amacını taşımaktadır. Küçük ölçekli gruplar (8-10 kişi) amaca en uygun yapılardır. Resim grubu kimi örneklerde tek başına bir tedavi aracı olarak kullanılırken kimi örneklerde diğer grup tedavilerine eklenmektedir. Tedavi gruplarının 'düzeltici' yapı ve işlevi resim gruplarının 'yaratıcı' yapı ve işleviyle bütünleştiğinde sağlanan yarar daha kalıcı olmaktadır(1).

Resim terapisi yeni sayılabilecek bir tedavi yaklaşımıdır, çeşitli biçimlerde ve modellerde 1940'lerden itibaren uygulanmaktadır. İlk uygulama örnekleri daha çok psikoanalitik kurama odaklanmakta olup sonrasında destekleyici ve gerçekliğe yönelik yaklaşımların geliştirildiği görülmektedir (2).

Resim terapisi özünde Gestalt kuramına dayanmaktadır. Buna göre resim, duyguların başka bir deyişle iç dünyanın dışarıya yansıyan görünümüdür. Dolayısıyla resmin yapısı ile resmi yaratan bireyin aksak iletişim ve etkileşim örüntüleri arasında neden-sonuç ilişkisi olmasa da belli bir koşutluk söz konusudur. Resim terapisinin ortaya çıkmasında bu yaklaşım temel oluşturmaktadır(3). Resim ile bireyin imge ve düşünme dünyasının belirli temalar, kavramlar, konular aracılığıyla harekete geçirilmesi amaçlanmaktadır. Böylece sözcüklerle ifade bulamayan ya da sözelleşemeyen, düşüncenin doğuşundan başlayarak ifadesine dek ulaşan süreçte takılı kalmış anlamlar, yaşantılar grup ortamında bireyin yaptığı resimlere yansımaktadır. Bilinçaltı birikimlerin resimlerle anlatılmasının varolan gerilimlerin azalmasında işe yaradığı ortak bir

görüşdür (4,5). Michelangelo'nun "Yaratılış ve Ölen Tutsak" adlı eserinin içinde yer alan figürlerdeki gergin ve sert davranışlardaki devinimin, içte yaşanan kaos ve gerilimi de yansıtması örnek olarak gösterilebilir (5).

Resim, psikopatolojinin belirlenmesinde, psikiyatrik hastaların rehabilitasyonunda, terapi programlarında tek başına veya diğer tedavi modellerine ek olarak bireysel ve grup tedavisi ile kullanılmaktadır (2,6). Ayrıca resim terapisi kısa süreli tedavi olarak emosyonel bozukluklarda, kendini tanımaya çalışan normal bireylerde, psiko eğitimde, okullarda, klinik değerlendirme ve teşhis amacıyla kullanılmaktadır (2, 7, 8).

Bireyin düşlemgücü, imgelemi ve bunların aktarımı parmak izi kadar kişiye özgüdür (1). Aktarımın sanatsal bir yaratıcılığa ulaşması her zaman beklenmemektedir. Ancak sanatsal olanla olmayan arasındaki ortak nokta 'resmin' o kişiye ait olduğudur: O kişi hem anladığını hem de anlatmak istediğini ifade etmektedir.

Resim grubunda birey, kendi anlattıklarından, başkalarının dile getirdiği izlenimlerden; yaşamı ve resmi arasında koşutluklar olduğunu gözler, çağrışımlar ortaya çıkar. Sonuçta düşleme, imgelem aracılığıyla şekillenen yaşantısı, bunların kişilerarası süreçlerle bağlantısı kendiliğinden gelişen bir öğrenme ile somut düzeyde anlaşılabilirlik kazanmaktadır. Böylelikle birey kişilerarası ilişkilerde davranış belirleyen ruhsal süreçlerin, derinleşmiş yaşantıların varlığını ayırmsayarak farkındalık geliştirir (1). Johnson (9), resim terapisinin bağımlılık tedavisinde en etkin model olduğunu belirtmektedir. Yetişkin alkol bağımlılarıyla yaptığı 3 aylık resim tedavisinde; bireylerin duygularını, aile ortamını ve maddeyi kötüye kullandığı dönemdeki yaşantılarını çizdiğini vurgulamaktadır. Bu tedavinin bireylerin kendilerini anlamasında, birbirlerine geribildirim vermelerinde yardımcı olduğu belirtilmektedir. Proteck ve arkadaşları (10), yatan alkol hastalarıyla yapılan resim gruplarının hastaların kendilerinin sınırlılıklarını kabul etmelerinde, kendilerini tanımlarında etkili olduğunu ve kendilik saygısında ilerlemeler kaydedildiğini aktarmaktadırlar.

A.Ü.T.F. Psikiyatri Kliniği Bağımlılık Tedavi Biriminde ortalama 2 ay süre ile yatan alkol hastalarına kapalı gruplar

halinde “çok birimli bütünleyici grup modeli” uygulanmaktadır (1). Bu model içinde etkileşim grubu, resim grubu ile eş/ailelerle yapılan grup çalışmaları yer almaktadır. Etkileşim grubu, kişilerarası iletişim ve etkileşim örüntüleri aracılığıyla duygusal yaşantıların “şimdi ve burada” ilkesine bağlı olarak sözel ve sözel olmayan yolla aktarılmasına dayanmaktadır. Eş/ailelerle grupta ise bağımlının aile içindeki tutum ve davranış örüntüleri hakkında bilgi edinmek ve ilişki kurmanın rahatlatıcı yanını katılanlara gösterebilmek amaçlanmaktadır.

Bu modelin içinde yer alan gruplardan biri de resim grubudur. Resim uğraşını temel alan bu grup uygulamasının sanatsal bir uygulama beklentisinden uzak olduğu, ön tanıtım sırasında özellikle vurgulanır. Diledikleri gibi “çiziktirme/resmetme” özgürlüğü taşıdıkları belirtilir. İmgelem ve düşlem, uyarıcı nitelikte ifade edilen tema, kavram, konu, ikilem vb. aracılığıyla resim konusu olarak belirlenir. Resmin üretilmesinde kendine ait olanın yaşanması ve yansıtılması birinci derecede önemlidir. Resimle grup çalışması yaşantısal grup tedavisine ilave olarak yapılmakta ve çalışmayı bu birimde çalışan bir psikolog ve bu konuda eğitilmiş bir psikiyatri hemşiresi yürütmektedir. Hastalarla haftada 2 defa toplanılmaktadır. İlk toplantıda ekip tarafından belirlenen, grubun sürecine uygun konulardan biri verilerek çizimleri istenmektedir. Hastalar 45-60 dakika içinde resimlerini tamamlamakta, kısa bir ara verildikten sonra gruba anlatılmaktadırlar. Bu resimler daha sonra ekip tarafından değerlendirilmekte ve supervizyon alınmaktadır. Daha sonra hastalarla toplanıldığında çizdikleri resimler kendilerine verilmektedir. Terapistler supervizyondan aldıkları ön verilerle grubu yönlendirmekte, Yalom’un etkileşim grup teknikleri kullanılmaktadır. Resimle grup çalışması, ortalama 7 hafta sürmektedir. Hastalara çizimleri için verilen konulardan ilk 2 konu değişmemekte, diğer konular grup sürecinin kesitsel niteliğine uygun olarak belirlenmektedir.

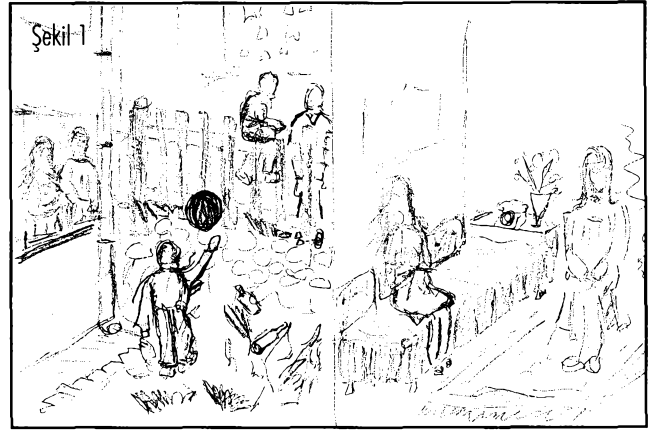
Bu maktelede, aynı dönemde yatarak tedavi gören, birisi tedaviyi bırakmış, diğeri tedaviyi tamamlamış iki olgunun bazı resimleri aktararak resim grubunun işleyişi hakkında bilgi verilecektir.

Olgu A; 40 yaşında, lise mezunu ve memur. Tedavinin bitmesine 2 hafta kala, hafta sonu izinli iken alkol almış ve

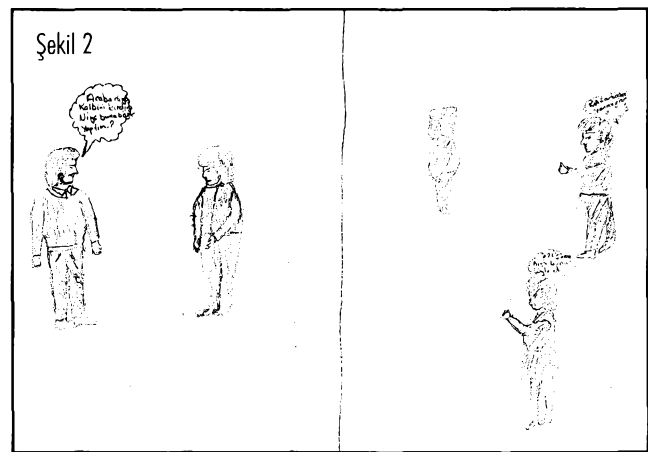
bunun üzerine ayakta tedaviye aktarılmıştır.

Olgu B; 34 yaşında, ilkököl mezunu ve işçi. Tedaviyi tamamladıktan sonra taburcu edilmiştir.

Hastalara grubun 3. haftasında kağıdı ortadan ikiye ayırarak bir bölümüne kendilerini anlattıkları, diğer kısmına da seçtikleri bir kişinin gözü ile kendilerini anlattıkları resimler çizmeleri istenmiştir.



Şekil 1’de de görüldüğü gibi olgu A, resmini “Birinci resimde kendim, kendimi anlatıyorum. Burası benim evim. Eşim ve ben pencereden bakıyoruz. Mahallenin çocukları dışarıda top oynuyorlar. Topları bahçeye kaçıyor, ben de çok sinirleniyorum. Genelde çabuk sinirlenen, gürültüye tahammülü olmayan bir kişiyim. Burada da eşim beni, bir arkadaşına; çok sinirli ve çok alkol alan bir kişi diye anlatıyor” diye tarif etti.



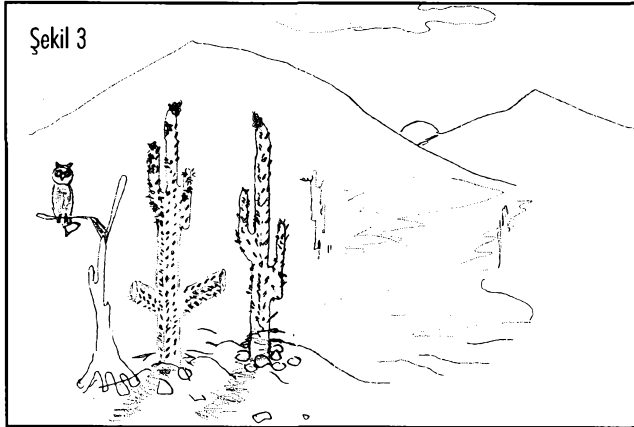
Şekil 2’de görüldüğü gibi; olgu B resmini, “Burada ailem şunu şöyle yap, bunu böyle yapma diye olumlu şeyler söylüyor. Ancak ben çok sinirleniyorum, ona karşı kırıcı oluyorum, bağırıp çağırıyorum ve sonra içimden “acaba niye kalbini kırdım, niye bunu böyle yaptım” diyorum. Öbür tarafta komşu-

lar beni anlatıyorlar. Beni görüyorlar, bana şunu böyle, bunu şöyle yap, diğeri kötü arkadaş onun yanına gitme gibi sözler söylüyorlar. Ben onlara kızıyorum ancak kırıldığımı söylemiyorum, sadece onları dinliyorum”.

Bu konu aracılığı ile kendilerini nasıl görüyorlarsa başkalarının da kendilerini aynı biçimde gördükleri (kendilik kabulü ile yansıtma çevresel kabul) konuşulmuştur.

Olgu A Şekil 1’de yansıttığı gibi stres tolerans eşiği düşük, kendini kontrol etme gücü düşük yaşayan bir kişiyi anlatmakta, başkalarından doğru anlattığı kişinin de kendisi olduğu ortaya çıkmaktadır. Olgu B’nin ise kendini kontrol etme gücü düşük biçimindeki içsel değerlendirmesinin ve kendini anlamaya yönelik içgörüsünün Şekil 2’ye yansıdığı görülmektedir.

Resim grubunun 5. haftasında hastalar içlerine bir ayna tuttuklarında o aynada kendileriyle ilgili gördüklerini resmettiler.



Şekil 3’te görüldüğü gibi olgu A resmini “Ben içimi çorak bir araziye benzettim, içimde kaktüsler var. Bu kaktüslerin üstündeki dikenler içimdeki sıkıntıları göstermekte, mesela bunlardan biri; buradan taburcu olunca acaba ne olacağım endişesi. Ayrıca bir tane baykuş var, baykuş kötülük simgesi. Baykuş uçarsa herşey iyi olacak. Kaktüslerin ucunda çiçekleri var. Bu kadar sıkıntının içinde umut, ümit de var” biçiminde anlattı.

Şekil 4’te görüldüğü gibi olgu B resmini; “Ben, her zaman şimdide dahil aynaya baktığımda karamsarlık, sıkıntı görüyorum. Bunu da uçuruma benzettim. Bunlar beni terleten durumlar” olarak tarif etti.

Resim grubunda bu konu ile, tutulan aynanın bir insandan diğerine değişebileceği, kişiyi başkalarından farklı hale



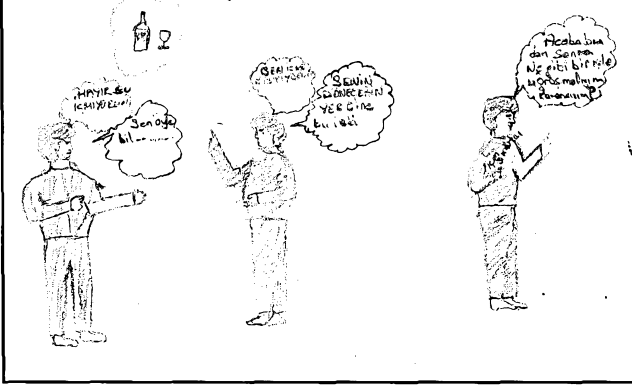
getirenin yaşantıları ve onlara kattıkları olduğu vurgulandı.. Yaşantıdaki belirsiz olanların bir başkasının tuttuğu aynanın yardımı ile (geri bildirimlerle) belirli hale getirebileceği ve grubun diğer üyelerinden yardım istenebileceği işlenmişti.

Bu konu aracılığı ile olgu A, resminde içsel dünyasını, imgelemine çorak araziye benzeterek kaktüslerin olduğunu söylemişti. Kaktüslerin sıkıntı anlamına geldiğini, taburculuk sonrası alkolle ilgili endişesini dile getirmiş ve alkolle yakın olduğunu baykuş çizerek simgelemişti. Buna göre olgu A’nın Şekil 3’te içindeki içme-içmeme karmaşasını kaktüs, çiçekler ve baykuşla yansıttığı düşünülmüştür. Kendisinin de söylediği gibi çiçekler ve baykuşun uçup gitmesi içmeme isteğini yansıtmaktadır. Hastaya yönelik yorum, yüzleştirme aracılığıyla içmeye yakın olduğu biçiminde gerçekleşmiş ancak hastanın yorumu tepkisiz kalması dikkat çekici olarak nitelendirilmiştir. Nitekim o hafta sonu izinden alkollü dönen hasta gruptan çıkarılarak ayaktan tedaviye alınmıştır.

Olgu B’nin ise Şekil 4’te anksiyetesini uçurum çizerek resmettiği düşünülmüştür. Buradan yola çıkarak hastada anksiyete yaratan durumlar konuşulmuş ve hasta ailevi karmaşaları ile ileride “ya içersem” endişelerini dile getirmiştir.

Olgu B’nin bulunduğu taburculuk öncesi 7. haftada işlenen en son konu ise; “Çözümü sizi önemli derecede rahatlatacak bir sorunun çözüme kavuştuğunu varsayın. Ardından daha büyük ve pek çok sorunla karşılaşacağınızda, yaşadıklarınızı ve durumu anlatan bir resim çiziniz” idi.

Şekil 5



Şekil 5' de görüldüğü gibi olgu B resmini; "Bu hafta sonu bir düğüne gittim.O düğünde en yakın arkadaşım alkol içme mi istedi. Ben içmiyorum dediğim halde o da bana senin döneceğin yer yine içki dedi. Ben de sen öyle bil dedim. Kendi adıma içki sorunumu biraz hallettim diye düşünüyorum. Ama biraz öteye gittiğimde acaba bundan sonra ne gibi bir işle uğraşmalıyım diye kararsızlık yaşıyorum" biçiminde betimlemişti.

Bu grupta içiyor olmanın insan zihninde ömür boyu devam eden bir sorun olduğu ve çoğu kez çevrenin algısının da bunu desteklediği, içiyor musun, içecek misin sorularının her zaman sorulabileceği, soruların sorun gibi görüldüğünde çözümsüzlüğü artırabileceği işlenmiştir. Alkolün yerini alacak yeni bir şey keşfetmek yerine; alkolün, içlerinde bu güne kadar keşfetmeye, görmeye engel olduğu durumların konuşulmasının farkedilmeyen şeylerin farkedilmesini kolaylaştıracağı gösterilmiştir.

Olgu B, grupta birlikte taburcu edildi. Tedavi sonrası ayak-tan hasta grubuna 1,5 yıl katılmıştı.

Yukarıda verilen örneklerde görüldüğü gibi sözcüklerle ifade bulamayan ya da sözelleşemeyen yaşantılar resimler aracılığıyla ortaya çıkmakta ve anlam kazanmaktadır. Resimlere; yaşantısal süreçlerin, direncin, dışa vurumun, bazı yaşantı kalıplarının yansıdığı görülmektedir. Şekil 3 ve 4'ün işlendiği resim grubunda olgu A'nın tutumunun direnç olduğu düşünülmektedir. Hastaların resimlerini açıklarken olumlu ve olumsuz duygularını, güçlü ve zayıf yönlerini, korkularını, fantazilerini keşfetmesi ve resim aracılığıyla yansıtmayı, dışa vurumu göstermektedir. Bunların yanısıra her iki olguda da engellenmeye düşük tolerans, başkalarını incitme korkusu,

pişmanlık, yaşamı yeniden düzenleme ile ilgili endişeler biçiminde yaşantı kalıplarının resimlere temsili olarak yansıdığı dikkati çekmektedir. Ayrıca resim grubu, etkileşim grubundaki emosyonel katılımı kolaylaştırmakta ve pekiştirmektedir. Bunun yanısıra resim gruplarında hastalık öyküsüne ek bilgilerde ortaya çıkmakta ve hastalık öyküsü geliştirilebilmektedir.

## KAYNAKLAR

- 1- Doğan Y.B., "Alkol Bağımlılığı Sendromunun Tedavisinde Tümlleşik Bir Grup Modeli", 3P Dergisi 1996; 4:32-36.
- 2- Green B.L., Wehling C., Talsky,G., "Group Art Therapy as an Adjunct to Treatment for Chronic Outpatients", Hosp Commun 1987;38(9): 998-991.
- 3- Cohen H.J.S., "The Diagnostic Drawing Series:A Systematic Approach to Art Therapy Evaluation and Research", Art Psych 1988 ; 15:11-21.
- 4- Güney M., "Depresyon ve Resim", III. Anadolu Psikiyatri Günleri, Karadeniz Ruh Sağlığı Derneği 1995; 409-422.
- 5- Boratav O.Ç., "Gerilimin ve Rastlantısallığın Sanata Yansıması", Mesleki Eğitim Dergisi 1999; 1(2) :67-73.
- 6- Lund C.,Ormerod, E., " Art Group Psychotherapy in a Psychiatric Day Unit", B Psychi 1986; 149: 512-515.
- 7- Lyons S.J., Tropea, E.B., "Creative Arts Therapists as Consultants: Methods and Approaches to Inservice Training in the Special Education Forum", Art Psych 1987; 14: 243-247.
- 8- Kell C.R., "Expressive Therapy Assesment", Art Psych 1988; 15: 63-70.
- 9- Johnson L., "Creative Therapies in the Treatment of Addictions:The Art of Transforming Shame", Art Psych 1990; 17: 299-308.
- 10- Protocek J. Wilder, V.N., "Art/Movement Psychotherapy in the Treatment of the Chemically Dependent Patient", Art Psych 1989; 16: 99-103.