

Sanatın YEDAM'daki Yüzü: Sanat Terapi Çalışma Grubu

YEDAM bünyesinde, Ağustos 2022 tarihinde “Sanat Terapi Çalışma Grubu” kurulmuş ve bağımlı danışanlarla sanat terapinin nasıl uygulanabileceğine dair araştırmalara başlanmıştır. Bu kapsamda çalışma grubu, bağımlılık tedavisinde sanat terapiye dair uygulama rehberi hazırlamıştır. Bu süreçte Nurhan Eren ve Bihter Yasemin Adalı danışmanlık hizmeti vermiştir. Ağustos 2023'te, Türkiye genelindeki çeşitli YEDAM'lardan 24 klinik psikolog, Yeşilay Genel Merkezi Sepetçiler Kasrı'nda hocalarımızdan “Bağımlılıkta Sanat Terapi Uygulamaları Eğitimi” almıştır. Eğitimin ardından YEDAM'larda sanat terapisi uygulamaları hayata geçirilmiş, grup oturumları ise hocalarımızın sağladığı süpervizyon desteğiyle yürütülmüştür.

Uygulama sürdüğü merkezler: Adana, Ankara - Çankaya, İstanbul-Yedikule, Antalya, Bursa, İzmir-Buca, Bahçelievler, Sakarya, İstanbul-Maltepe, İstanbul-Bağcılar.

Alkol ve madde danışanlarına yönelik hazırlanan oturumların ardından şu anda kumar danışanlarına özel oturumlar için de çalışmalar devam etmektedir.



Temmuz 2025 Verileri	Tütün	Alkol/Madde	Kumar/İnternet
Danışma Hattı'na gelen çağrı sayısı	348	868	779
İlk defa başvuran danışan sayısı	281	624	692
Takip edilen danışan sayısı	484	2.335	2.625

Temmuz ayında **115** YEDAM Danışma Hattı'na gelen **19.713 çağrı**, uzmanlar tarafından yanıtlanmıştır. Danışma Hattı kurulduğu günden bu yana toplamda **1.435.626 çağrı** sayısına ulaşmıştır. Sabah **08.30** ile gece **00.00** arasında hizmet veren danışma hattı, bağımlı bireylere, ailelerine ve bağımlılık hakkında bilgi edinmek isteyen herkese destek sunmaktadır.

81 il ve KKTC'de toplam **105** Yeşilay
Danışmanlık Merkezimiz ile mücadelemizi
sürdürmeye devam ediyoruz.



FOTOTERAPİ: GÖRMEK, HİSSETMEK, İYİLEŞMEK



Her yıl 19 Ağustos'ta kutlanan **“Dünya Fotoğraf Günü”** bir sanat formunun ötesinde ifade etmenin, hatırlamanın ve kimi zaman da iyileşmenin bir parçasıdır.

Fotoğraf, zamanı dondurmak ya da bir anı kaydetmekten fazlasını taşır. Bize bakmayı, görmeyi ve en önemlisi anlamayı öğretir. Fotoğrafta gözün gördüğünden daha fazlası vardır. Her kare, fotoğrafı çeken tarafından keşfedilmiş bir yaşam kesitidir. Akıp giden zamanın çerçevelenmesidir. Bazen bir çocuğun gözlerindeki masumiyet, bazen yılların yorgunluğunu taşıyan bir çift el, bazen de bir boşlukta yankılanan yalnızlık... Hepsi bir fotoğraf karesinde hayat bulur ve duygulara dokunur.

Fotoğraf bir terapi aracıdır. Terapi süreçlerinde fotoğrafın araç olarak kullanılmasına **“fototerapi”**, fotoğrafın psikososyal bir tedavi yöntemi olarak kullanımına ise **“terapötik fotoğraf”** adı verilmektedir. Günümüzde giderek daha fazla kabul gören fototerapi, kişinin kendi iç dünyasını fotoğrafla keşfetmesini sağlar.

Kimi zaman kişi, anlatamadığını fotoğraflayarak ifade eder. Travmalar, kayıplar, kimlik arayışları ya da mutluluk anları... Hepsi objektifin iki yönünde de dönüşür. Biri fotoğrafı çeken, diğeri kadrain içindekidir. Ama aslında her ikisi de dönüşür.

Bağımlılıkla mücadelede de fototerapi güçlü bir araç hâline gelmektedir. Bağımlı bireyler, içsel boşluklarını, kırılmalarını ve yeniden hayata başlama arzularını kendi çektikleri ya da yorumladıkları fotoğraflarla dışa vurabilir. Bu yöntem, söze dökülemeyen duyguları görünür kılmakla kılmanın yanında kişiye yeniden kontrol duygusu da kazandırır. Fotoğrafın çerçevesi, bir anlamda kişinin yaşamına yeniden sınır çizmesine, öz farkındalık kazanmasına ve iyileşme sürecine katkı sağlar.

Fototerapi, bir aynaya bakmak gibidir ama bu aynada yalnızca yüzünüz değil, geçmişiniz, korkularınız, üzüntüleriniz, sevinçleriniz, umut ettikleriniz de görünür olur. Fotoğrafla çalışan terapistler, bu görüntüler üzerinden bireyin kendisini tanımasına, içsel çatışmalarını fark etmelerine ve yeniden yapılandırmalarına rehberlik eder.

Bu nedenle fotoğraf, hem bir sanat hem de bir şifa kaynağıdır. İzleyeni dönüştürür, yaratıcısını da iyileştirir. Dünya Fotoğraf Günü vesilesiyle fotoğrafı bir **“anı durdurma”** aracı olmaktan çok bir duygu dili, bir iyileşme yolu olarak da hatırlayalım. Çektiğimiz ya da baktığımız her karede kendi iç dünyamızı da keşfettiğimizi unutmayalım.

Teslime Merve Öztürk Patur

Uzman Psikolog

KAYNAKÇA

Arslan, Ö. (2021). Terapötik Oto-Fotografi: Terapötik Fotoğrafçılık ve Benlik Kavramına İlişkin Bir Uygulama. *Kültür ve İletişim*, 24(48), 406-450.

Arslan, Ö. (2022). Terapötik Bir Araç Olarak Fotoğraf ve Fototerapi Teknikleri. *Ayna Klinik Psikoloji Dergisi*, 9(1), 56-87.

Coşkun, S. & Yıldız, Ö. (2010). Psikiyatrik Rehabilitasyonda Fotoğrafın Kullanımı: Bir Ön Proje. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 1(3), 121-127.