

# Alternatif Tedavi Yöntemleri İçerisinde Kullanılan Görsel Sanatların Kemoterapi Alan Hastaların Kaygı Düzeylerine Etkisi

Arş. Gör. Dr. Zeynep Gönülay Çalimli  
Prof. Dr. Alev Çakmakoğlu Kuru  
Prof. Dr. Bülent Salderay

Makale Geliş Tarihi: 15.01.2020  
Yayına Kabul Tarihi: 23.02.2020

## Özet

Bu araştırma, kemoterapi tedavisi alan hastalarının kaygılarının dengelemesine yardımcı olmak amacıyla yapıldı. Bu bağlamda alternatif tedavi yöntemleri arasında kullanılan görsel sanatlar terapisi uygulandı. Araştırmanın evrenini, gündüz kemoterapi ünitesinde tedavi gören kanser hastaları oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, bu hastalar içerisinde gönüllülük esasına dayalı olarak belirlenmiş 20 hasta oluşturmaktadır. Araştırma verilerinin elde edilmesinde durumluluk-süreklilik kaygı envanteri kullanıldı. Bu verilerin istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi amacıyla Wilcoxon testi kullanıldı. Analizlerin sonuçları aritmetik ortalama ( $\bar{x}$ ) ve  $p$  (anlamlılık) değerlerine dayalı olarak yorumlandı. Verilerin yorumlama aşmasında, uzman psikolog görüşünden yararlanıldı. Araştırma sonucunda; (1) uygulanan çalışma, kemoterapi alan kanser hastalarının durumluk ve süreklilik kaygısının dengelemesinde yararlı olduğu; (2) hastaların durumluk kaygı ortalamasında önemli bir azalmaya neden olurken; sürekli kaygı oranında da istatistiksel bir azalma olduğu ve bunun sebebinin sürekli kaygının dengelenmesinde psikoterapi ve bazen de ilaç tedavisine gereksinim duyulmasından kaynaklandığı; (3) durumluk ve süreklilik kaygı arasındaki ilişkiden dolayı, durumluk kaygıdaki azalma sürekli kaygıyı da etkilediği sonucuna ulaşıldı.

**Anahtar Sözcükler:** Sanat, Görsel Sanatlar Tedavi, Kanser, Kemoterapi, Kaygı (Anksiyete).

## THE EFFECTS OF VISUAL ARTS AS AN ALTERNATIVE TREATMENT METHOD ON THE REHABILITATION OF CANCER PATIENTS TREATED WITH CHEMOTHERAPY

### Abstract

This research has been conducted with the aim of rehabilitating patients. For this aim, visual art studies were applied as an alternative treatment method. The research universe consists of cancer patients being treated in morning chemotherapy unit. The research samples consist of 20 patients identified on a voluntary basis among the whole patients in this department. state-trait anxiety inventory was used to obtain the data. Wilcoxon test was used to determine whether the data shows meaningful statistical difference or not. The results obtained were analysed using arithmetic average ( $\bar{x}$ ) and  $p$  (significance level) scores, the analysis process was conducted with expert opinions. In this research it was found that; (1) this study helped cancer patients who were treated with chemotherapy to balance state-trait anxiety; (2) helped to decrease both the state-trait anxiety and continual anxiety of patients. The reason for this is the necessity of the application of medication and psychotherapy to balance continual anxiety. (3) Because of the relationship between the state-trait anxiety and continual anxiety, the decrease in the state-trait anxiety affected the continual anxiety.

**Keywords:** Art, Treatment With Visual Arts, Cancer, Chemotherapy, Anxiety.

Arş. Gör. Dr. Zeynep Gönülay Çalimli. Mustafa Kemal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü, Hatay. E-Posta: zeynepgonulaycalimli@gmail.com ORCID: 0000-0002-7203-0546  
Prof. Dr. Alev Çakmakoğlu Kuru Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü, Ankara. E-Posta: alevkuru@gazi.edu.tr ORCID: 0000-0002-0002-3160  
Prof. Dr. Bülent Salderay. Hacı Bayram Veli Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Temel Sanat Bilimleri Bölümü, Ankara. E-Posta: bsalderay@gmail.com ORCID: 0000 0002 8133 6192

## Giriş

"Görsel sanatların insan gelişimi ve sağlığı ile ilgilenen diğer alanlarla bir amaç doğrultusunda kaynaştırılması; görsel sanatların terapi boyutunu oluşturmaktadır" (Salderay, 2010:137). Görsel sanatlar ile terapi, görsel imgelemin bütünleştirici ve iyileştirici potansiyele sahip olduğu inancı üzerine kurulmuştur ve genellikle, psikolojik iç görü ve duygusal olgunlaşmanın bir aracı olarak kullanılır. Birçok sanat terapisti yaratıcı sürecin kendisinin iyileştirici gücü olduğu görüşünde uzlaşmaktadır (Naumberk'ten aktaran Ulman, 2001; Aydın, 2012).

Hastalıkların iyileştirilmesinde sanatın kullanımı her ne kadar sanatla tedavi adıyla olmasa da çok eski zamanlara dayandığından bahsedilebilir. Moreno'ya (2001: 47) göre; "Şamanizm veya ruh çağırma eski çağ dönemlerinden beri var olan geleneksel iyileştirme ayinleridir. Bu ayinlerde çoğunlukla tüm sanatlar hep birlikte kullanılır" demektedir. Bugün bahsi geçen sanat terapisi ise yirmi birinci yüzyılın başında, psikolojik ve fizyolojik hastalıklar da kullanma amacıyla alternatif tıbbın parçası olarak kurulmuştur (Pratt, 2004: 827). Amerikan sanat terapisi derneği, sanat terapisini hastalık, travma gibi zorluklar yaşayan yada kişisel gelişim arayan insanlara profesyoneller eşliğinde verilen, sanat yapmanın terapötik (tedavi edici) kullanımı olarak tanımlar (Edward, 2004: 3). Cathy Malchiodi ise: "sanat terapisi, her yaşta bireylerin fiziksel, zihinsel ve duygusal refahını artırmak ve geliştirmek için sanatta yaratıcı süreci kullanan ruh sağlığı uzmanlığıdır" tanımını yapar (Malchiodi, 2013, parag 14). Bu bağlamda sanat terapisi için, sanat materyalleri ile zihinsel, fiziksel ve duygusal varlıklarını iyileştirmek ve geliştirmek için resim, müzik, tiyatro, sinema, hareket ve dans gibi sanatın her alanındaki uygulamaları içeren alternatif tedavi yöntemlerinden biri denebilir. Görsel sanatlar terapisinin tanımı Salderay'a (2010) göre "her yaşta bireyin bedensel, zihinsel ve duygusal durumunu olumlu anlamda artırmak ve geliştirmek için yaratıcı görsel sanatlar uygulamalarını kullanan bir tür zihinsel sağlık uzmanlığıdır".

Görsel sanatlar terapisi çizim, resim, heykel ve kolaj gibi çeşitli görsel sanat formları kullanarak sağlık ve tıp arasında disiplinler arası bir uygulamadır. Yaratıcı sürecin psikolojik yönünü, özellikle farklı sanat materyallerinin duygusal özelliklerini anlama ile geleneksel psikoterapötik teori ve teknikleri birleştirir (Edward, 2004: 2-3). Görsel sanatlar terapi alanı için görsel sanatların ve psikolojinin temel taşlarını oluşturduğu inter-disipliner (disiplinlerarası) bir alan denebilir. Bu kapsamda görsel sanatlar terapisinin, psikolojik desteğe ihtiyaç duyan astım, kanser, madde bağımlılığı, travma (sarsıntı), kısmi felç ve diğer kronik hastalıkları olan hasta gruplarının tedavi

süreçlerinde olumlu etkisi olduğu dile getirilebilir.

Catherine, Cudney ve Weinert (2012) yapmış olduğu kronik hastalığa sahip olan kırsal bölgede yaşayan kadınların tamamlayıcı tedavi olarak yaratıcı sanatların kullanılması isimli çalışmasının sonucu olarak yaratıcı sanatların kullanılması ve bu sanat dallarının yapılmasını geliştirmek kronik hastalıklarla mücadelede önemli faydaları olduğuna dair bulgular ortaya koymaktadır. Salderay (2010) da araştırmanın bulgularını desteklercesine, "görsel sanatlar, hastaların (kanser hastası... vb.) içinde bulunduğu zor durumu kelimelerle ifade edemedikleri koşullarda, başka bir yolla ifade etmelerine yardımcı olur" der. Özellikle kanser tanısı almış kişilerle yapılan alternatif tedavi içerisinde sanatla tedavinin olumlu etkileri olduğu saptanmıştır (Aydın, 2012: 79). Bu bağlamda; görsel sanatlar terapisinin, kemoterapi, radyoterapi (ışın tedavisi) gibi tedavi yöntemlerinin uygulanmasının dışında kanser tanısı konmuş bireylerin kaygı ve stresle başa çıkma süreçlerinde, bu tedavilerin başarıyla sonuçlandırılmalarında önem taşıdığı söylenebilir.

Kanser hastalarında gözlenen ruhsal bozuklukların yaygınlığının göz ardı edilemeyecek kadar yüksek olduğu, yarattığı sonuçların ihmal edilemeyecek derecede olduğu belirtilmektedir. Yapılan araştırmalarda kanser hastalarının %47'sinde değişik düzeyde ruhsal bozuklukların ortaya çıktığı görülmüştür. Bu hastalıkların başında depresyon ve anksiyete (kaygı) belirtilerinin sık olarak yer aldığı uyum bozuklukları gelmektedir (Özer ve Kaya, 2009: 55). Anksiyete yaşayan birey hastalığını olduğundan daha olumsuz algılayabildiği gibi, hastalığına ilişkin bilgileri öğrenmesi de güçleşebilir. Böylece, hastalığın belirtileri daha şiddetli yaşanabilir (Alacacıoğlu, Yavuzşen, Diriöz, Yeşil, Bayrı ve Yılmaz, 2007: 15). Anksiyete (kaygı), tanım olarak kaygı, korku, sıkıntı ve üzüntü hisleridir. Kaygının yüksek olduğu durumlarda stres hormonlarının salgılanması artar. Kortizol, stres hormonu olarak da bilinir. Bu hormon, aşırı stresli ve yoğun kaygıya sahip kişilerin kanlarında yüksek konsantrasyonlarda bulunmuştur. Kortizol, kanda uzun süre yüksek konsantrasyonda kaldığında vücutta hücre hasarına yol açar (Kutlu, 2012 parag.11). Buna ek olarak psikolog Yılmaz stres hormonlarının mutluluk hormonu olan endorfinin baskılanmasına neden olduğunu belirtir (Yılmaz, 2013).

Tüm bu olumsuzlukların yanında kanser tanısı ve tedavileri, hastanın kaygı düzeyi ve psikolojik durumu ile etkinleşerek hastanın mevcut hastalığını kabullenme, hastalık ile mücadele etme, tedaviye uyum ve hastanın yaşam kalitesini olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrıca Yılmaz'ın dikkat çektiği bir diğer önemli husus psikolojide flash-back sendromu olarak adlandırılan geriye dönüşlerdir. Kemoterapi tedavisi sırasında kaygının

dengelememesi hastanın tedavi sonrasında gündelik yaşamında tedaviyi anımsatan bir koku, imge ya da durumla karşılaşması halinde tedavinin yan etkilerini tekrar yaşamasına neden olmaktadır (Yılmaz, 2013). Bu nedenle hastaların kaygıları belirlenmeli ve tedavisi geniş bir bakış açısıyla ele alınmalıdır. Bu tedavi de kaygıyı dengeleyecek destekleyici tedaviler yapılması önem kazanmaktadır (Güleç ve Büyükkınacı, 2011; Alacacioğlu ve diğerleri, 2007).

Bu sebeplerden dolayı tedavide başarıyı hedefleyen "ekibin amacı; sadece kanseri tedavi etmeye yönelik girişimleri uygulamak değil, aynı zamanda sık sık beklenmeyen sonuçlarla, devam eden zor tedavilerin uygulandığı dönemlerde de bu sağlık durumuyla baş etmede insanlara yardım etmeye yönelik alternatif bakım seçenekleri geliştirmek olmalıdır" (Lafçı, 2009: 16). Bu seçeneklerden biri de görsel sanatlar terapisi olabilir. Birgül Aydın görsel sanatlar terapisinin kanser hastalarında; hastalıkla ilgili fiziksel, duygusal, ruhsal deneyimleri birleştirdiği ve sanat ürünü aracılığıyla hastaya yeni yollar bulmasını sağlayarak hastalıkla mücadele kaynaklarının artmasını, kişisel sınırlarını fark etmelerini sağladığından bahseder (Aydın, 2012: 79).

Nains, Paice, Ratner, Wirth, Lai ve Shott (2006) yapmış olduğu "yenilikçi sanat terapisinin kullanılmasıyla kanser semptomlarındaki (belirtilerindeki) rahatlama" isimli çalışmadan çıkan sonuç ise; bir saat süren sanat terapisinin genel durum kaygısı ve belirtilerini önemli ölçüde azalttığını göstermiştir. Aynı zamanda görsel sanatlar terapisinin; hastaların streslerini azalttığına ve iyileşme süreçlerini desteklediğine, ilişkin sonuçlar da araştırmada bulgu olarak ortaya konmuştur. Yine bu konuda yapılan başka bir çalışmada sanat terapisi uygulamalarının kadınların kaygı, depresyon ve yorgunluk hissini azalttığı, stres belirtilerinde belirgin bir azalma ve sağlıklı bağlantılı yaşam kalitesinde ise belirgin artışa neden olduğu saptanmıştır (Aydın, 2012: 79). Bu bağlamda, benzer araştırmalarda, kanser hastalarına uygulanan alternatif tedavi yöntemleri içerisinde kullanılan görsel sanatlar terapisi, hastaların kaygı seviyesini dengelemek yoluyla tedavide olumlu etkilerde bulunacağı varsayılabilir.

Türkiye'de kanser hastalığı yaygın olarak görülmektedir ve bir çok hasta kemoterapi tedavisi almakta ve yan etkilerine maruz kalmaktadır. Bu yan etkilerden biri olan yüksek kaygıyı dengelemek için kanser tedavisinin geniş bir bakış açısıyla ele alınması uzmanlar tarafından önerilmektedir. Kanser tanısı ve tedavileri, hastanın anksiyete düzeyi ve psikolojik durumunu etkileyerek, yaşam kalitesi ve hastanın tedaviye uyumunda bozulmalara yol açabilir. Çözüm odaklı bu müdahalelerin hastaların yaşam kalitesini artır-

mada önemli katkıları vardır (Güleç ve Büyükkınacı, 2011:349).

Kanser hastalarında anksiyete bozukluklarının tanınması ve düzeylerinin ölçülmesi önemlidir (Alacacioğlu ve diğerleri 2007: 88). Bu önemle birlikte hastaların anksiyete düzeyi arttıkça yaşam kalitesinin düştüğü sonucuna varılabilmektedir. Bu nedenle hastaların anksiyete düzeylerinin düşürülmesine yönelik girişimlerin yapılması önerilmektedir (Toprak, Gürkan ve Yıldırım, 2012:396). Türkiye koşullarında alternatif yöntemler içerisinde kullanılan görsel sanatlar terapisi, hastaların durumluk ve süreklilik kaygı düzeylerinde anlamlı bir fark gösterip göstermeyeceği ve ne düzeyde bir katkısı olduğu konusunda bilgi edinilmesine gereksinim vardır.

Bu gereksinimden yola çıkarak hastaların tedavilerinde kaygı düzeylerinin ölçülmesi ve alternatif tedavi yöntemleri içerisinde kullanılan görsel sanatların onların kaygı düzeylerine nasıl bir etkide bulunacağını belirlemesine ihtiyaç duyulmaktadır. Bu ihtiyaçtan hareketle "alternatif tedavi yöntemleri içerisinde kullanılan görsel sanatların kemoterapi (kimyasal tedavi) alan hastaların kaygı düzeylerine etkisi nedir?" sorusu problem cümlesi olarak belirlenmiştir. Araştırma bu problem çerçevesinde, yapılandırılmış ve sonuçlandırılmaya çalışılmıştır.

### **Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı; kemoterapi tedavisi alan hastalara alternatif tedavi yöntemleri içerisinde kullanılan görsel sanatların eğitim olarak verilmesinin, kaygı düzeylerinde nasıl bir etki yarattığı sorusuna yanıt aramaktır. Bu çerçevede aynı zamanda aşağıdaki sorulara yanıt aranarak araştırmanın alt amaçlarına ulaşılmaya çalışılacaktır. Kemoterapi tedavisi alan hastalara alternatif tedavi yöntemleri içerisinde kullanılan sanatla tedavi uygulaması;

1. Hastaların durumluluk kaygı düzeyinde anlamlı bir fark oluşturmuş mudur?
2. Sürekli kaygı düzeyinde anlamlı bir fark oluşturmuş mudur?
3. Hastaların durumluluk kaygı ve sürekli kaygı değişimleri arasında nasıl bir ilişki yaratmıştır?

### **Araştırmanın Önemi**

Bu çalışma kemoterapi ünitesinde ayakta kemoterapi tedavisi alan hastaların tedavi süreçlerini alternatif tedavi yöntemleri içerisinde sayılan görsel sanatlar terapisi ile desteklenmesi yoluyla hastaların yüksek kaygı seviyesinin dengelenmesine katkı sağlaması açısından önemlidir. Bununla birlikte;

bu çalışma Türkiye’de daha önce yapılmadığı ve bu çalışma sayesinde alandaki açığın giderilebileceği düşünüldüğünde bu çalışma büyük önem arz etmektedir. Bunun yanı sıra; dış ülkelerde yapılan görsel sanatlar terapisi araştırmalarıyla bu alanla ilgili Türkiye’deki durumun karşılaştırmasına olanak sağlamasından dolayı büyük önem taşımaktadır. Diğer bir deyişle bu araştırma; uluslararası düzeydeki çalışmalarla da karşılaştırma yapma imkanı vermektedir.

### Sınırlılıklar

Araştırmanın kapsamı Ankara Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesinde kolej semt polikliniğinde Gündüz Kemoterapi Ünitesindeki Ayakta tedavi alan kanserli hastalar içerisinde psikolog gözetiminde olup çalışmaya gönüllü olarak katılan ve uygulama sürecini devam ettirebilenlerle sınırlanmıştır. Uygulama haftada iki gün 3 saatlik seanslarla sınırlandırılmıştır. Yapılandırılmış bir atölye ortamı ve kontrol grubu olmaması bu araştırmanın sınırlılıklarını oluşturmuştur.

### Yöntem

#### Araştırma Modeli

Bu çalışmada nicel araştırma yaklaşımlarından “deneysel çalışma” yönteminin tek gruplu ön test – son test zayıf deneysel deseni kullanılmıştır. Zayıf deneysel desenler, seçkisiz (yansız) atamanın olmadığı tek grup desenlerinden oluşur. Araştırma deneysel işlemlerin denek üzerinde uygulandığı aşamaları içerir (Cohen, Manion, ve Morrison, 2000: 212-213). “Deneklerin bağımlı değişkenine ilişkin ölçümleri uygulama öncesinde ön test, sonrasında son test olarak aynı denekler ve aynı ölçme araçları kullanılarak elde edilir” (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel 2011: 198).

Bu araştırmanın bağımsız değişkeni alternatif tedavi yöntemleri içerisinde kullanılan görsel sanatlar terapisi eğitiminin verilmesidir. Araştırmanın bağımlı değişkeni ise hastaların kaygı düzeyleridir. Hastaların ailevi durumları, sosyo-ekonomik düzeyleri, tedavi olmak için şehir dışından günü birlik gelmeleri, yaşı ilerlemiş hastaların da bulunması, kemoterapinin etkilerinin hastalığa ve kişiye göre farklılıklar göstermesi gibi pek çok kontrol dışı değişkenden bahsedilebilir. Bu değişkenlerin kontrol altında tutulması çok zordur. Bu nedenle çalışmada deneysel araştırma yönteminin tek gruplu ön-test son-test modelinde zayıf deneysel desen kullanılmıştır. Çalışma grubunda bir kür (özel tedavi yöntemi) kemoterapi tedavisi sürecinde hastaların istek ve beğenileri doğrultusunda çeşitli resimler yaptırıldı. Uygulama öncesi ve sonrası ölçülen durumluluk kaygı düzeyleri arasında anlamlı

bir fark olup olmadığı Wilcoxon testi ile analiz edilmiştir.

### Evren ve Örneklem

Ankara Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi kolej semt polikliniği Gündüz Kemoterapi Ünitesinde 2012 yılı şubat-mayıs aylarını da kapsayan dört aylık süreçte, psikolog gözetiminde ayakta kemoterapi tedavisi alan yetişkin kanser hastaları çalışmanın evrenini oluşturmaktadır. Örneklem ise Ankara Numune Eğitim ve Araştırma hastanesi kolej semt polikliniği Gündüz Kemoterapi Ünitesi’nde tedavi gören hastalar içerisinde gönüllülük esasına bağlı olarak katılan yaklaşık 60 kemoterapi tedavisi alan gönüllü hasta ile başlanmıştır, ancak süreci devam ettirebilen sadece 20 hasta olmuştur. Bu sebepten araştırmanın örnekleme 20 kişidir. Bunun temel nedeni kemoterapi tedavisinin hemen hemen her hastaya göre farklı sürelerde verilmesidir. Birçoğunun tedavisi uygulamanın ortasında bitmiştir ve hastalara tekrar ulaşılamamıştır, diğer bir kısmı ise uygulamanın yarısından sonra dahil olmuştur. Bundan dolayı, araştırmada araştırmaya katılma konusunda gönüllülük gösteren 20 kanser hastasının verileri değerlendirilmeye alınmıştır.

### Veri Toplama Teknikleri

Araştırmada kullanılan durumluk kaygı ölçeği (stai form tx-1) ve sürekli kaygı ölçeği (stai form tx-2) anket formu sanat eğitimi verilmeden önce ve verildikten sonra olmak üzere iki kere uygulanmıştır. Bu araştırma, hastaların kaygı düzeylerinin görsel sanatlar terapisi yapılmadan önce ve yapıldıktan sonraki durumları arasındaki farklılığı incelenmektedir. Bağımlı değişkenin yani kaygı düzeylerinin bağımsız değişken üzerindeki etkisini ölçmek amacıyla denek grubu olarak Ankara Numune Araştırma ve Uygulama Hastanesi Kolej Semt Polikliniği Gündüz Bakım Kemoterapi Ünitesi’ndeki psikolog Melek Yılmaz’ın gözetiminde ayakta kemoterapi tedavisi alan gönüllü hastalar seçilmiştir. 2012 yılı şubat-mayıs aylarını da kapsayan dört aylık süreçte yapıldı. Çalışmaya şubat ayının ilk haftası pazartesi günü başlanmıştır. Hastaların tedavi sürelerinin farklı olması bazı hastaların on beş günde bir gelmesi bazılarının ayda bir defa gelmeleri; diğer bir deyişle standart bir zaman diliminde gelen belli sayıda sabit grubun olmamasından kaynaklanan sınırlılıklar sebebiyle, ön-test ve son test uygulama tarihleri hastadan hastaya değişiklik göstermiştir. Araştırmada baz alınan, süreç devam ederken hastaların yaklaşık dört haftalık eğitime katılmış olmalarıdır. Daha açık bir ifadeyle, araştırmanın uygulama süreci içerisinde toplamda en az 8 seanslık bir eğitime tabi tutulanlar araştırma kapsamına dahil edilmiştir.

Gönüllü hastalara 12 hafta süre ile haftada 2 gün, günde 3 saat olmak üzere uzman psikolog Melek Yılmazzer gözetiminde alternatif tedavi yöntemleri içerisinde kullanılan görsel sanatlar terapisi uygulandı. Uygulama için gereken bütün malzemeler Ankara Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi tarafından tedarik edildi.

Öncelikle uygulamaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden hastalara durumluluk ve süreklilik kaygı ölçeği ön test olarak verildi yönergesine uygun işaretlenmesi istendi. Okuyamayacak durumda olanlara ve okuma yazma bilmeyenlere sorular araştırmacı tarafından sesli okundu ve cevaplar hastanın istediği şık olarak işaretlendi. Öner'e (2006: 579) göre; ölçeğin doldurulmasında bireysel sıkıntı yaşayanlar ve okum-yazma bilmeyenler için ölçekler araştırmacı tarafından okunup, verilen yanıtlar gene araştırmacı tarafından işaretlenebilir.

Kemoterapi ünitesindeki ortak salonda hastaların tedavi aldıkları koltukların önün de resim yapmaları için uygun ortam oluşturuldu. Gerekli malzemeler araştırmacı ve araştırmacıya yardımcı olan eğitimciler tarafından her hasta için özel olarak getirildi. Hastalara uygun ortam sağlandıktan sonra temel çizim teknikleri hakkında ve buna ek olarak renk ışık ve gölge hakkında temel düzeyde bilgilendirme yapıldı.

**Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği:** 1958 yılında Cattell ve Scheier kaygının tanım ve ölçülmesi konusunda yaptıkları çok yönlü analizler sonucunda durumluluk kaygı (state anxiety) ve sürekli kaygı (trait anxiety) olmak üzere iki ayrı tür kaygı saptamışlardır (Özgül, 2011: 340). Spielberg ve diğerleri tarafından 1970 yılında geliştirilen Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri'nin Türkçeye uyarlanması ve standartlaştırılması Necla Öner ve Ayhan Le Compte tarafından yapılmıştır. Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri toplam kırk maddeden oluşan iki ayrı ölçeği içermektedir. Durumluk Kaygı Ölçeği bireyin belli bir anda ve belirli koşullarda kendisini nasıl hissettiğini betimlemesini, içinde bulunduğu duruma ilişkin duygularını dikkate alarak cevaplamasını; Sürekli Kaygı Ölçeği ise, bireyin genellikle nasıl hissettiğini betimlemesini gerektirmektedir. Her iki ölçek, yirmişer maddeden oluşmuştur. "Ölçeğin uygulanması için özel bir eğitim gerekmez" (Öner, 2006: 579). Ölçeği kullanılması için alınması gereken özel bir izin yoktur.

#### Verilerin Analizi

Araştırmanın örneklem grubunun çalışmanın öncesinde ve sonrasında kendilerine uygulanan, durumluluk kaygı ölçeği, sürekli kaygı ölçeklerine verdikleri yanıtlar, yorumlanarak çalışmanın etkileri bulgulanmaya çalışılmıştır. Toplanan veriler bilgisayar ortamına aktarılmış ve verilerin çözülmesi

amacıyla ölçeklere ilişkin toplam puanlar hesaplanmıştır.

Hastaların kaygı düzeylerinde anlamlı bir fark olup olmadığına Wilcoxon testi kullanılarak bakıldı. Araştırma non-parametrik (parametrik varsayımların hepsini sağlamayan) olduğu için "t" testinin alternatifi olan "Wilcoxon" testi kullanıldı. Analizlerin sonuçları aritmetik ortalama (  $\bar{X}$  ) ve p (anlamlılık) değerlerine dayalı olarak yorumlandı. Yorumlama da uzman psikolog Melek Yılmazzer'den yardım alındı. Analizler yapılırken ölçeklerde tersine dönmüş ifadelerle dikkat edildi.

#### Bulgular ve Yorum

##### Durumluk Kaygı Ölçeği (Stai Form tx-ı) ve Sürekli Kaygı Ölçeği (Stai Form Tx-İ) Ön Test – Son Test Bulguları

Hastaların uygulama öncesi ve sonrası ölçülen durumluluk kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığı Wilcoxon testi ile analiz edilmiş ve sonuçları Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1

	Ortalama	Std. Sapma	Wilcoxon Testi	p
Durumluluk	Öntest 51,75	15,04	-3,502	0,000*
	Sontest 30,35	6,67		

\*p<0.05

Hastaların uygulama öncesi ölçülen durumluluk kaygı düzeyleri ( =51.75), uygulama sonrası ölçülen durumluluk kaygı düzeylerinden daha yüksek bulunmuştur. İstatistiksel olarak da, hastaların uygulama öncesi ve sonrası ölçülen durumluluk kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0.05).

Hastaların uygulama öncesi ve sonrası ölçülen Sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark olup olmadığı Wilcoxon testi ile analiz edilmiş ve sonuçları Tablo 2'de gösterilmiştir. Hastaların uygulama öncesi ölçülen sürekli kaygı düzeyleri ( =47.35), uygulama sonrası ölçülen durumluluk kaygı düzeylerinden daha yüksek bulunmuştur. İstatistiksel olarak da, hastaların uygulama öncesi ve sonrası ölçülen sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (p<0.05).

Tablo 2

	Ortalama	Std. Sapma	Wilcoxon Testi	P
Süreklilik	Öntest	47,35	-2,540	0,011*
	Sontest	39,55		

\*p&lt;0.05

#### Durumluk Kaygı Ölçeği (Stai Form tx-ı) ve Sürekli Kaygı Ölçeği (Stai Form tx-ıı) Ön test – Son test Değerlendirme Bulgularının Yorumlanması

Bu araştırmada 18 kadın (%90) ve 2 erkek (%20) ayakta kemoterapi (kimyasal tedavi) tedavisi alan hastayla görsel sanatlar terapisi uygulandı. Araştırma kapsamına dahil edilen hastalar görsel sanatlar uygulamasına en az 8 seans (her seansı 3 saatlik zaman dilimlerinden oluşan) katılmış gönüllü kanser tanısı almış hastaları kapsamaktadır.

Gönüllü kanser tanısı almış hastaların kemoterapi tedavisi esnasında yaşadıkları durumluk kaygı seviyesinin grup ortalaması önce (%51,75) olarak tespit edilmiştir. Ölçeğe göre yorumlandığında bu seviyenin orta seviyede bir değer olduğu görülmektedir. Görsel sanatlar terapisinden sonra ise (%30,35) olarak tespit edilmiştir. Ölçeğe göre yorumlandığında düşük seviyede bir kaygı değeri olarak görülmüştür. Elde edilen veriler doğrultusunda görsel sanatla tedavi uygulamasının durumluluk kaygıda ( $p<0.05$ ) anlamlı azalmaya denediği sonucuna ulaşılmıştır.

Sürekli kaygı da ise hastaların kemoterapi tedavisi esnasında yaşadıkları sürekli kaygı seviyesinin grup ortalamasını önce (%47,35) orta seviyede bir kaygı tespit edilmiştir. Görsel sanatlar terapisinden sonra ise (%39,55) orta seviyede bir kaygı değeri bulunmuştur. Sürekli kaygıda, uygulanan görsel sanatlar terapisi ile istatistiksel olarak bir azalma olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen veriler doğrultusunda görsel sanatlar terapisinin sürekli kaygıda ( $p<0.05$ ) anlamlı azalmaya neden olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu konuda yapılan çalışmalar incelendiğinde görsel sanatlar terapisinin, hastaların kaygısını azaltmada olumlu anlamda katkı sağladığı yönünde sonuçlar görülebilmektedir.

Görsel sanatlar terapisinin kanser hastalarının kaygısını düşürmesinde ki katkısına ilişkin olarak, Nainis ve diğerlerinin (2006) yapmış oldu araştırmalarında, 29 kadın 21 erkek kanser tanısı almış hastaya 1 saatlik seansta görsel

sanat uygulaması yaptırmıştır. Durumluk kaygı ölçeği kullanılmış, ön test ve son test sonucunda kaygı düzeyinde ( $p<0.01$ ) anlamlı azalma olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Puig ve diğerlerinin (2006) yaptıkları araştırma ise göğüs kanseri tanısı alan 39 kadın hastayla 4 hafta yaptıkları sanat terapisi uygulamasında POMS (Ruhsal durumunu gösteren halsizlik ölçeği) kullanılmış kaygı seviyesinde ( $p<0.05$ ) değerlerinde önemli derecede azalma olduğunu bulgulamıştır.

Görsel sanatlar terapisinin kanser hastalarının kaygısını düşürmesinde ki katkısına dair, Goetze, Geue, Buttstaedt, Singer ve Schward (2007) 19 kadın ve 1 erkekte oluşan farklı kanser tanıları almış hastalar üzerinde yaptığı görsel sanatlar çalışmasının ön test- son test kaygı seviyeleri karşılaştırıldığında ( $p<0,04$ ) anlamlı bir azalma saptamıştır. HADS (hastane kaygı ve depresyon ölçeği) kullanılmıştır. Aynı konuda Egberg-Thyme ve diğerlerinin (2009) göğüs kanseri tanısı almış hastalarla kontrol gruplu yaptıkları araştırmada, SASB (sosyal davranış yapısal analizi) ölçeği kullanılmış. Uygulamadan önce kontrol grubu ve çalışma grubuna uyguladıkları ön test sonucunda iki grup arasında herhangi bir psikolojik farklılık saptanmamıştır. Çalışma grubuyla görsel sanatlar terapisi yapıldıktan altı ay sonraki ölçümlerde çalışma grubunun, kaygı ( $p=0.09$ ) seviyelerinin kontrol grubuna göre daha düşük seviyede olduğunu saptamışlardır. Monti, Peterson, Kunkel, Hauck, Pequignot, Rhodes ve Brainard (2006) yaptıkları çalışmada ise kaygı düzeyinde ( $p<0.022$ ) seviyesinde önemli azalmalar bulgulamıştır.

Yukarıda bahsi geçen araştırmalar incelendiğinde de görsel sanatlar terapisinin kanser hastalarının kaygı seviyesini bariz bir şekilde düşürdüğü saptanmıştır (Geue, Goetze, Buttstaedt, Kleinert, Richter ve Singer 2010:168).Yapılan araştırmalarda çıkan veriler, bu araştırmanın verileriyle ve sonuçlarıyla uyumluluk göstermesine rağmen alanda yayınlanmış olan olumsuz bir araştırma da mevcuttur. Bar-sela ve diğerlerinin (2007) 60 kanser tanısı alan hastayla yapmış oldukları 4 haftalık araştırmada, HADS (hastane kaygı ve depresyon ölçeği) kullanılmıştır. Görsel sanatlar terapisi uygulanan grubun kaygı seviyesinde anlamlı bir değişim görülmemiştir ( $p<0.60$ ). Bu durum araştırmacılar tarafından hastaların uygulama başlangıcındaki kaygısının dengeli bir hal içinde olmasına bağlamıştır.

Belirtilenlerin ışığında bu araştırmanın verileri incelendiğinde, hastalarda durumluk kaygının dengelenmesine alternatif tedavi yöntemleri içerisinde kullanılan görsel sanatların yararlı olduğu söylenebilir. Ancak kaygı seviyesindeki azalma diğer etmenlere de bağlı olabilir bunlardan ilki Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesinin Gündüz Kemoterapi Ünitesi uygulama başlamadan yaklaşık 5 ay önce Kolejde bulunan semt polikliniğine taşınma-

sıdır. Taşınma kapsamında eski yerlerinden malzeme getirilmemiş yeniden alınmıştır. Bu bağlamda tedavi görülen ortamın nezih ve ferah olmasına özen gösterildiğini söyleyebiliriz. Bu durum hastaların kaygı seviyesindeki azalmada etkili olmuş olabilir. Bir diğer etmen de gündüz kemoterapi ünitesindeki hemşirelerin hastalarla olan ilişkisi olumlu olduğu gözlenmiştir. Birçok kaynakta sağlık personelinin hastaların kaygısını düşürmekte önemli etkileri olduğundan söz ettiğini göz önüne alırsak; sağlık personellerinin hastalarla geliştirdiği olumlu ilişkinin hastaların kaygı seviyesindeki azalmada etkili olmuş olabilir. Son olarak hastaların genel yaş ortalamaları yüksektir. Araştırmacı ve yardımcı eğitmenlerin bu hastalarla birebir ilgilenmiş olması, kısa sohbetler etmesi hastaları biraz sosyalleştirmiştir. Bu bağlamda özel oldukları hissi verilmiş olabilir ve bu nedenler kaygı seviyesindeki azalmada etkili olmuş olabilir.

Alanda yapılmış benzer araştırmalarda görsel sanatlar terapisinin kaygıyı azaltmada olumlu etkileri olduğu görülmesine rağmen sadece bu eğitimin kaygı seviyesindeki değişimin tek nedeni olduğunu söylemek doğru olmaz. Yapılan çalışmalar ve bilgiler ışığında görsel sanatlar çalışmalarının kanser hastalarında kaygının azaltılmasında etkili unsurlardan biri olduğunu söylemek daha doğru olur. Malchiodi (2003), görsel sanatların tedavide kullanılması konusunda "...herhangi bir hastalık için her derde deva olmasa da, sanat yapmanın yaratıcı süreci kanser ve onun zihin, beden, kişilerarası ilişkiler ve ruh üzerindeki zararlı algıları ve tepkileri üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu" söyler. Salderay (2010) da aynı görüşü desteklercesine "görsel sanatlar alanının bir noktada bireyin tedaviye dayalı ihtiyaçlarını gidermede bir aracı olarak kullanılabileceğini" belirtir.

Araştırmanın uygulaması sırasında gönüllü hastalardan birçok pozitif dönüt alındı. Uygulamaya katılan gönüllü hastalardan biri olan U.M. kendini şu şekilde ifade etti: "Resim yaparken çok mutlu oluyorum, özellikle doğa resimlerinde. Benim memleketim Ardahan'ın ilçesi Posof, resim yaparken kendimi orada hissediyorum, huzur doluyorum, kemoterapi tedavisi aldığımı unutuyorum. Ayrıca hastane ortamını çok seviyorum hemşirelerin içten davranması benim moralimi yükseltiyor". Hastayla yapılan kısa sohbette memleketine üç yıldır başta hastalık olmak üzere çeşitli sebeplerden dolayı gidemediği ve orayı çok özlediği anlaşılmaktadır. Burada hasta sanat terapisiyle beraber hastalığından kaynaklanan olumsuz duygularla (kaygı, endişe, stres gibi...) uğraşmak yerine kendini mutlu eden düşüncelere yoğunlaşarak hem tedavi sürecine pozitif katkı sağlamak hem de yaşama tutunmak için daha güçlü bir irade gösterdiğini söylenebilir. Salderay'ın (2010) da belirttiği gibi "gerçekleştirilen sanatsal çalışmalarla kişi, gerçeğe ilişkin yaşadığı olumsuz koşullardan ve düşüncelerden uzaklaşabilmekte

ve kendini mutlu eden bir yapılanmaya doğru yönlendirilebilmektedir".

Gönüllü hastalardan alınan diğer dönütler: N.S. "Akrabalarım resim yaptığımı anlatınca sesin ne güzel geliyor diyorlar" .O.T. " resim yapmak iyi geldi". G.Y. "Resim yapmaya başladıktan sonra evde çocuklarıma daha iyi davranmaya başladım. Daha önce kemoterapi boyunca kendimi gergin ve stresli hissediyordum yüzüm gülmüyordu. Hastalığımı ve küçük çocuklarıma düşünüyordum sinirli oluyordum. Resim yapmaya başladığımda kendimi daha iyi hissettiğimi fark ettim artık yüzüm de gülümsemeyle gidiyorum. Çocuklarıma kızmıyorum bu çok güzel bir şey benim için. Herkese tavsiye ediyorum". Bu gibi olumlu dönütlerin alınması araştırmanın güvenilirliği açısından önem teşkil etmektedir. Bu yorumlardan ve ölçeklerden elde edilen verilerle beraber uygulamanın verimli geçtiği ve varsayılan hedeflere ulaşıldığı söylenebilir. Buna ek olarak Ankara Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi Gündüz Kemoterapi Ünitesi hemşireleri sanat terapisi uygulamasının hastalarda yarattığı farklılığı şu sözlerle ifade ettiler: Hastalar kanser tanılarını aldıklarında ne yapacaklarını bilemiyorlar, buranın kasvetli bir ortam olduğunu düşünüyorlar ama burayı görünce ve resim etkinliğine katılınca üzerlerindeki şok hissi kaybolduğunu gördük. Sanat terapisi etkinliğinin hastane ortamında pozitif bir atmosfer yarattığını söyleyebiliriz. Hastalar kendi ürettikleri eserleri izlemeye doyamıyorlar. Resim yapmaya başlamadan önceki kaygılı endişeli üzüntülü halleri kayboluyor demektedirler. Salderay (2010) bu konu hakkında "gerçekleştirilen sanat uygulamaları kişinin baskıladıkları ve tuttuklarını dar bir yoldan geçirerek kendilerini çaba harcayan, seven ve nefes alan diğer kişiler gibi hissetmelerine yardımcı olmaktadır" demektir.

Ölçeklerden elde edilen verilerin anlamlı olması, hasta ve hastane personelinin olumlu dönütler alınması araştırma için önemli sonuçlardır. Araştırmanın uygulaması esnasında fark edilen diğer olumlu gelişmeler ise: Hastadan hastaya farklılık gösteren ve üç saatlik dilimi aşan tedavilerin olduğu görüldü. Bu sürenin yaratıcı bir faaliyet yaparak harcayan hastaların zamanın nasıl geçtiğini fark etmemiş olması anlamlıdır.

Araştırma sonucunda elde edilen ile yapılan diğer araştırmalardan elde edilen veriler uyumluluk içindedir. Hastalardan ve hastane personelinin alınan dönütler uygulamanın anlamlı olduğunu göstermektedir. Araştırma belli sınırlılıklar içinde olmasına rağmen kemoterapi gören kanser hastalarının kaygı seviyesinin dengelenmesine anlamlı düzeyde yardımcı olduğu söylenebilir.

## Durumluluk ve Süreklilik Kaygı Ölçeği Bulgu ve Yorumlarının Karşılaştırılması

Durumluk kaygı bireyin içinde bulunduğu stresli (baskılı) durumdan dolayı hissettiği sübjektif (öznel) korkudur. Fizyolojik olarak da otonom (vücut) sinir sisteminde meydana gelen bir uyarılma sonucu terleme, sararma, kızarma ve titreme gibi fiziksel değişimler, bireyin gerilim ve huzursuzluk duygularının göstergeleridir. Stres yoğun olduğu zamanlarda durumluk kaygı seviyesinde yükselme, stres ortadan kalkınca, düşme olur (Öner ve Lecompte, 1985:1) Psikolog Yılmaz'ın de belirttiği gibi kaygı anlık değişim gösterir. Sürekli kaygı bireyin kaygı yaşantısına olan yatkınlığıdır. Buna kişinin içinde bulunduğu durumları genellikle stresli olarak algılama ya da stresli olarak yorumlama eğilimi denebilir. Bu tür kaygı seviyesi yüksek olan bireylerin kolaylıkla incindikleri ve karamsarlığa büründükleri görülür. Bu bireyler durumluk kaygıyı da diğer bireylerden daha sık ve yoğun yaşarlar (Öner ve Lecompte, 1985:2)

Durumluluk kaygı kinetik enerjiye, süreklilik kaygı ise potansiyel enerjiye benzetilebilir. Kinetik enerji gibi durumluk kaygıda belirli zaman kesiminde ortaya çıkan bir olay ya da reaksiyondur. Sürekli kaygı ise, potansiyel enerji gibi belirli reaksiyonu gösterme yatkınlığıdır. Kaygının oluşmasında etkin olan bu gizilgüce (potansiyele)sürekli kaygı denir. Sürekli kaygının seviyesi, bireyin ilerideki tehlikeli durumlarda yaşayacağı durumluk kaygı derecesinin şiddetinin ve sıklığının belirler. Buna göre, sürekli kaygı seviyesi yüksek olan bireyin, baskı altında, sürekli kaygısı düşük olanlardan daha çabuk ve daha sık olarak durumluk kaygı reaksiyonları göstereceği beklenir (Öner ve Lecompte, 1985:2).

İki kaygı türünün arasında orta derecede önemli bir korrelatif ilişki vardır (Öner ve Lecompte, 1985: 15).Bu araştırmada da benzer bir ilişkiden bahsetmek doğru olacaktır. Durumluk ve süreklilik kaygı türünün her ikisinde görsel sanatlar uygulamasından sonra anlamlı azalma olmuştur. Uzman psikolog Yılmaz bu konuda Durumluk kaygının anlık değişebildiğini, psikolojide kaygının dengelenmesinin ana amaçlar içinde olduğunu ama sürekli kaygının dengelenmesinin de psikoterapi ve ilaç desteğinin gerekebileceğinden bahseder.

Araştırmada ön test süreklilik kaygı orta seviyedeysen son test de azalma olmakla beraber gene orta seviyede bir kaygı görülmektedir. Sürekli kaygıda ise; Durumluk kaygıdaki değişimlerin sürekli kaygıya belli bir korelasyon dahilinde etki gösterdiği bilinmektedir. Psikolog Yılmaz'ın de belirttiği gibi sürekli kaygının dengelenmesi için alternatif tedavilerin yanında psikoterapi ve bazen de ilaç destekleri gerekmektedir. Sürekli kaygı araştırmanın son test sonuçlarının da azalmakla beraber kaygı seviyesi orta

seviyede kalmıştır.

## Sonuç ve Öneriler

### Sonuç

Araştırmanın bulgularına dayalı olarak aşağıdaki sonuçlara ulaşıldı:

- 1) Alternatif tedavi yöntemleri içerisinde kullanılan görsel sanatlar terapisi, kemoterapi tedavisi alan kanser hastalarının durumluk kaygısı üzerinde anlamlı bir azalmaya neden olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca uygulama sürecinde hastalardan alınan dönütlerden resim yaparken rahatladıkları, olumsuz düşüncelerden uzaklaştıkları ve kaygılarını unuttukları sonucuna ulaşıldı.
- 2) Alternatif tedavi yöntemleri içerisinde kullanılan görsel sanatlar terapisi, kemoterapi tedavisi alan kanser hastalarının sürekli kaygısının üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir azalmaya neden olduğu sonucuna ulaşıldı.
- 3) Alternatif tedavi yöntemleri içerisinde kullanılan görsel sanatlar terapisi kemoterapi tedavisi alan kanser hastalarının durumluk kaygısındaki azalma oranının sürekli kaygıya göre daha fazla olduğuna ulaşıldı. Durumluk kaygının azalmasının sürekli kaygının azalmasında etkili olduğu sonucuna ulaşıldı. Durumluk kaygı ile sürekli kaygı arasında orta düzey önemli korrelatif ilişki olduğu sonucuna ulaşıldı.

### Öneriler

Araştırmanın bulguları doğrultusunda uygulamaya ve ileri araştırmalara yönelik bir takım önerilerde bulunulabilir,

1. Kanser tanısı almış hastalar için daha uzun takip ve kontrollü görsel sanatlar terapisi uygulaması ve sürecin nicel araştırmayla birlikte nitel bir araştırma ile de desteklenmesi önerilir.
2. Kanser hastalarına görsel sanatlar terapisi farklı sanat dallarıyla birlikte uygulanarak hastalarda ne tür yapılara etkide bulunduğu bakılabilir.
3. Kanser tanısı almış hastalara görsel sanatlar terapisi farklı yaş gruplarında denebilir.
4. Kanser tanısı almış hastalara görsel sanatlar terapisi farklı sosyo-ekonomik sınıflara ve farklı eğitim seviyesindeki kişiler üzerinde ne tür



yapılara etkide bulunduğuna bakılabilir.

5. Kanser hastaları için faydalı bir süreç olduğundan hastanelerde gör-sel sanatlar terapisi çalışması desteklenmelidir. Bu araştırmada ortaya çıkan verilerden hareketle hastane ortamına yapılandırılmış atölyeler oluşturulabilir.

## Kaynakça

Alacacıoğlu, A., Yavuzşen T., Diriöz M., Yeşil L., Bayrı D., ve Yılmaz U. (2007). "Kemoterapi Alan Kanser Hastalarında Anksiyete Düzeyinde Değişiklikler", *Uluslararası Hematoloji-Onkoloji Dergisi*, 2(17), 87-93.

Aydın, B. (2012). "Tıbbi Sanat Terapisi". *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(1), 69-83.

Bar-Sela, G., Atid, L., Danos, S., Gabay, N., & Epelbaum, R. (2007). "Art therapy improved depression and influenced fatigue levels in cancer patients on chemotherapy". *Psycho-Oncology: Journal of the Psychological, Social and Behavioral Dimensions of Cancer*, 16(11), 980-984.

Büyüköztürk, Ş., Çakmak K. E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.

Catherine, G.K., Shirley C., ve Clarann W. (2012) "Use of Creative Arts As A Complementary Therapy By Rural Women Coping With Chronic Illness" *Journal of Holistic Nursing American Holistic Nurses Association*, 30(1), 48-54.

Cohen, L., Manion L., ve Morrison K. (2000). *Research Methods in Education Simultaneously* New York: Routledge.

Demirel, U. (2012) *Diyaliz Hastalarının Tıbbi Tedavi Süreçlerine Ek Olarak Gerçekleştirilen Görsel Sanatlar Çalışmalarına İlişkin Bir Araştırma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Edward D. (2004). *Art therapy*. London: Sage.

Geue, K., Richter, R., Buttstädt, M., Brähler, E., ve Singer, S. (2013). "An art therapy intervention for cancer patients in the ambulant aftercare—results from a non-randomised controlled study", *European Journal of Cancer Care*, 22(3), 345-352.

Goetze, H., Geue K., Buttstaedt M., Singer S., ve Schwarz R. (2007). "Art therapy for cancer patients in outpatient care. Psychological distress and coping of the participants", *Forschende Komplementarmedizin*, 16(1), 28-33.

Gunter, M. (2000). "Art Therapy As An Intervention to Stabilize The defenses of Children Undergoing Bone Marrow Transplantation". *The Arts in Psychotherapy*, 27(1), 3-14.

Güleç, G ve Büyükkınacı, A. (2011). "Kanser ve Psikiyatrik Bozukluklar", *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 343-367.

Lağcı, D. (2009). *Müziğin Kanser Hastalarının Uyku Kalitesi Üzerine Etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana.

Malchiodi, C. A. (2003). *Using Art Therapy With Medical Support Groups* Malchiodi C.A (Ed.) *Handbook of Art Therapy*, Guilford Publication: New York.

Monti, A. D., Peterson C., Kunkel S. J. E., Hauck W. W., Pequignot E., Rhodes L. ve Brainard, G. C. (2006). *Randomized, Controlled Mindfulness Based Art Therapy (MBAT) For Women With Cancer*. *Psycho-Oncology*, 15, 363-373.

Moreno J. J. (2001). *İçimizdeki Müziği Eylemek Müzik Terapisi ve Psikodrama* (çev. İ. Doğaner) İzmir: Atadost.

Nainis, N., Paice J.A., Ratner J., Wirth J.H., Lai J., Shott S. (2006). "Relieving Symptoms In Cancer: Innovative Use of Art Therapy", *Journal of Pain and Symptom Management*, 31(2), 162-169.

Naumburg, M. (1955). "Art As Symbolic Speech" *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 13(4), 435-450.

Öner, N. ve Le Compte A. (1985). *Durumluluk-Süreklilik Kaygı Envanteri El Kitabı* (2.Baskı) İstanbul: İstanbul Boğaziçi Matbaası.

Öner, N. (2006) *Türkiye'de Kullanılan Psikolojik Testler* (2.baskı) İstanbul: İstanbul Boğaziçi matbaası.

Özçelik, H. ve Fadiloğlu Ç. (2009). "Kanser Hastalarının Tamamlayıcı ve Alternatif Kullanım Nedenleri" *Türk Onkoloji Dergisi*, 24 (1): 48-52.

Özer, Ş. ve Kaya B. (2009). "Kanser ve Ruhsal Bozukluklar", *Türkiye Psikiyatri Derneği Bülteni*, 12 (1), 54-58.

Özgüven, E. İ. (2011). *Psikolojik Testler*. Ankara: Pdrem Yayınları.

Pratt, R. R. (2004). "Art, Dance, And Music Therapy", *Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of Nort America*, 15, 827-841.

Puig, A., Min Lee, S., Goodwin, L., and Sherrard, P. (2006). "The Efficacy of Creative Arts Therapies to Enhance Emotional Expression, Spirituality, And Psychological Well-Being of Newly Diagnosed Stage I And Stage II Breast Cancer Patients: A Preliminary Study", *The Arts in Psychotherapy*, 33(3), 218-228.

Salderay, B. (2010). "Görsel Sanatlar ve Tedavi", *Sanat ve Tasarım Dergisi* 1(6), 133-145.

Shapiro, S. L., Bootzin, R. R., Figueredo, A. J., Lopez, A. M., ve Schwartz, G. E. (2003). "The Efficacy Of Mindfulness-Based Stress Reduction In The Treatment Of Sleep Disturbance In Women With Breast Cancer: An Exploratory Study", *Journal of Psychosomatic Research*, 54(1), 85-91.

Slayton, S.C., D'Archer J., and Kaplan F., (2010). "Outcome Studies on The Efficacy of Art Therapy: A Review of Findings" *Art therapy: Journal of the American Art Therapy Association* 27(3) 108-118.

Stuckey, H.L., and Nobel J. (2010). "The Connection Between Art, Healing, and Public Health: A Review of Current Literature", *American Journal of Public Health*, 100(2), 254-263.

Toprak, N., Gürkan A. ve Yıldırım S. (Ekim 2012). "Meme Kanserli Hastaların Anksiyete Düzeyleri İle Yaşam Kaliteleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", II. Uluslararası VI. Ulusal psikiyatri hemşireliği kongresi, Erzurum.

Wood, M. J. M., Molassiotis A., ve 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.

Yeniçeri, N., Mevsim V., Özçakar N. Güldal D., Özcan S. Başak O. (2007). "Tıp Eğitimi Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Meslek Yaşamları İle İlgili Yaşadıkları Anksiyete İle Sürekli Anksiyetelerinin Karşılaştırılması", *Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 21(1), 19-24.

Yıldırım, S., Gürkan A. (2007). "Müziğin, Kemoterapi Yan Etkilerine ve Kaygı Düzeyine Etkisi", *Anadolu Psikiyatri Dergisi* 8(1), 37.

Yılmaz, M. (2006). "İleri Evre Kanser Hastalarında Bilgilendirme Odaklı Ağrı ve Depresyon Değerlendirmesi." *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*

Yılmaz, M. (2013, 21 Aralık). *Kişisel görüşme. Ankara*

## **İnternet Kaynakları**

İnternet: Kutlu, A. (Aralık, 2012). *Stres ve Anksiyetenin Bilinmeyen Yüzü Web: <http://bilheal.bilkent.edu.tr/aykonu/ay2012/anxiete/anxiete.htm> adresinden 20 Aralık 2013'de alınmıştır.*