



## Görsel Okuryazarlık, Psikolojik Danışma Ve Fototerapi: Bir Örnek Uygulama

Makbule Kalı Soyer<sup>1</sup>

### Öz

Fototerapi, en genel anlamda görsel bir imaj olan fotoğrafın terapi/danışma sürecinde iletişim için kullanımı olarak tanımlanmaktadır. Bu çalışmanın amacı, psikolojik danışma sürecinde terapötik iletişimi artıracak bir teknik olarak fototerapi tekniğini tanıtmak ve bu tekniğin kullanılmasına yönelik eğitim amaçlı bir örnek sunmaktır.

Araştırma, nitel araştırma desenlerinden fenomenoloji deseninde düzenlenmiştir. Çalışma grubu psikolojik danışma ve rehberlik bölümü son sınıfta eğitimine devam etmekte olan dokuz lisans öğrencisinden oluşmuştur. Veriler, fotoğraf üzerinden yapılandırılmış görüşme tekniği ile toplanmıştır. Uygulama sonucunda, fotoğrafı kullanmanın grup üyeleri ile iletişimi başlatmaya ve derinleştirmeye olanak sağladığı gözlenmiştir. Seçilen fotoğrafın anlamı açısından; Araştırmaya katılan gruptaki üyelerden sekizi kendileri için olumlu, biri ise olumsuz anlamı ve anılarını taşıyan fotoğrafı gruba getirmişlerdir. Her bir katılımcının çalışma için getirdiği fotoğrafın hikâyesini ayrıntılı olarak ve net bir şekilde anımsadığı gözlenmiş ve “şu an”da da aynı duyguları yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Aynı fotoğrafa herbir üyenin farklı anlam yüklediği ve farklı hikâye oluşturduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bulgular alan yazın ışığında tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.

### Anahtar Kelimeler

Görsel okuryazarlık  
Psikolojik danışma  
Fototerapi  
Fotoğraf

### Makale Hakkında

Gönderim Tarihi: 01.07.2013  
Kabul Tarihi: 14.08.2015  
Elektronik Yayın Tarihi: 13.10.2015

DOI: 10.15390/EB.2015.2798

### Giriş

#### *Görsel okuryazarlık ve Fotoğraf*

Günümüz insanından hem kendi kendisini hem diğerlerini iyi anlaması beklenmektedir. Bu beklentiye cevap vermek bireyin çok yönlü gelişmesini ve yetkinliklerini artırmasını zorunlu kılmaktadır. Bilgi üretiminin ön planda olduğu çağımız insanlarında her türlü bilgiyi kullanabilme yeterliği istenilmektedir. Her türlü bilgiyi kullanabilme çok boyutlu okuryazarlık kavramını gündeme getirmektedir. J. Debes (1969) tarafından belirginleştirilen görsel okuryazarlık, bireyin çevresinde karşılaştığı doğal ya da insan yapımı nesnelere, sembollere görme ve diğer duyuları yoluyla ayırt edebilmesi ve yorumlayabilmesi şeklindeki yeterlikler olarak tanımlanmaktadır (Aktaran Brill, Kim ve Branch, 2007). Son yıllarda beyin ile ilgili çalışmalar görsel algı ve görme üzerine odaklanmaktadır (Halkola, 2009). Weiser (1998) okuryazarlığın temelde görsel olduğunu ve birçok duyudan temel aldığını belirtir. Martin'e (2009) göre tüm terapötik yaklaşımlar görsel dilin önemini vurgulamaktadır.

<sup>1</sup> Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, PDR Anabilim Dalı, Türkiye, [makbulesoyer@marmara.edu.tr](mailto:makbulesoyer@marmara.edu.tr)

Bu açıdan, fotoğraf bir görsel imaj olarak iletişime sağladığı katkı ile klasik danışma uygulamalarına yenilik getiren iyi bir iletişim aracıdır (Weiser, 2004; Stevensa ve Spearsa, 2009; Martin, 2009; Prins, 2013).

### *Psikolojik danışma ve Fototerapi*

İnsanlar günlük yaşamlarını sürdürürken kişiler arası ve kişisel sorunlarla karşılaşmaktadır. Bu sorunların tanımlanmasında ve çözüm sürecinde psikolojik danışma devreye girmektedir. Hackney ve Cormier'e (2008) göre psikolojik danışma, kişinin kişisel ve ilişkisel boyutta karşılaştığı normal ve gelişimsel problemlerin yanı sıra psikolojik problemlerinin de çözümünde kişiye sunulan profesyonel bir yardım sürecidir.

Weiser (2004) fototerapiyi terapi/danışma sürecinde iletişim için fotoğrafı kullanma olarak tanımlamaktadır. O'na göre fototerapi, akıl sağlığı uzmanlarının danışmanlık hizmeti verirken terapi/danışma sürecindeki tekniklere entegre ederek fotoğraf/ları ve fotoğrafla etkileşimi uluslararası çerçevedeki terapötik uygulamalarında kullanmalarıdır. Weiser'e (1984) göre insanlar, kendi kaynaklarını kullanarak sorunlarını çözemediklerinde danışmaya gelirler ve danışmada büyüme, değişme, daha iyi anlaşılma, daha iyi hissetme, kendileri hakkında güven kazanma (öz güveni yükseltme) ve diğer insanlar ile daha açık ve daha etkili iletişim kurma becerisi kazanmak isterler. Tüm bunların temelinde iletişim vardır. O'na göre fotoğrafla kurulan iletişim, söylenmiş bir sözden farklı ve çok daha fazlasıdır. Bu açıdan, bir teknik olarak fototerapide kullanılan fotoğraf, yardım sürecinde danışanı ve hayat hikâyesini anlamada (Stevensa ve Spearsa, 2009; Martin, 2009), kişiler arası ilişkilerini anlamada (Yerushalmi ve Yedidya, 2007), terapötik iletişimi sağlamada ve iyileştirmede (Weiser, 1998, 2003; Halkola, 2009; Stevensa ve Spearsa, 2009; Ginicola, Smitha ve Trzaskab, 2012; Prins, 2013) ve danışanın sorunlarına alternatif çözümler bulmasında (Ricksa, Kitchensa, Goodricha ve Hancocka, 2014) etkili bir araç olarak kullanılabilir.

Weiser'e (2004) göre fototerapi varoluşçu, fenomenolojik kuramdan temel alacak bir teknik olmakla birlikte ne bir modele özgüdür ne de kendisi bir kuramdır, sadece "İnsanlara nasıl yardım edebilirim?" deki kuramsal varsayımlarını harekete geçirmekte kullanılacak bir tekniktir. Danışma sürecinde fotoğrafın kullanımı psikolojik danışmanın kuramsal yöneliminden bağımsızdır. Martin'e (2009) göre sadece danışma ortamında değil, eğitim ve çalışma gruplarında da fotoğraf kullanılarak iletişim zenginleştirilebilir. Yapılan çalışmalarda, danışma sürecinde görsel bir imaj olarak kullanılan fotoğrafın, kişinin duygu, düşünce ve anılarının yanı sıra dünyayı nasıl algıladığı ve ne değerler yüklediğini anlamada bir kanal ve terapötik iletişimde için katalizör görevi üstlendiği vurgulanmaktadır (Weiser, 1984; Koretsky, 2001; Martin, 2009). Prins (2013) yaptığı çalışmalarda fotoğrafın danışan ve danışman arasındaki samimiyet ve içtenliği artırıp kaynaşma (rapport) ve güvenin kalitesini artırdığı üzerinde durmaktadır. Bu açıdan, danışma sürecinde fotoğrafın kullanılmasındaki terapötik başarının, geliştirilen iletişimden kaynak aldığı vurgulanmaktadır.

Fototerapi uygulamalarında bir fotoğrafın oturuma getirilmesi ilk adımdır (Weiser, 2007). İkinci adım fotoğrafın ona bakan kişide duygu ve düşünceleri oluşturmasıdır. Fototerapi oturumlarında fotoğraflar sadece düşünceyi ve görüneni pasif olarak yansıtmazlar, aynı zamanda aktif olarak hayaldekilerin veya bellektekilerin "şu anda" düşüncede, duyguda ve bedende yeniden yaşanması/görselleştirilmesi (Prins, 2013) ve yeni öykülerin anlatılması şeklinde işler (Weiser, 2002). Danışma ortamına getirilen fotoğraf/album üzerinden danışan ile fotoğrafik diyalog yoluyla bilgiler alınır ve açığa çıkanlar üzerinden yardım süreci sürdürülür (Weiser, 2002; Martin, 2009). Fototerapide danışmanın birincil rolü, danışanın kişisel olarak kendini keşfi desteklemek ve bu konuda onu cesaretlendirmektir (Weiser, 1984; Koretsky, 2001). Herhangi bir fotoğrafın gerçek anlamı onun görsel gerçeklerinden ziyade, kişide bilişsel ve duygusal olarak uyandırdıklarında yatmaktadır (Weiser, 1998, 2002, 2004; Koretsky, 2001; Prins, 2013).

Weiser'e (1998) göre, bireysel ve ya grupla psikolojik danışma sürecinde gereksinim duyulan bir aşamada ortama getirilen her bir fotoğraf, herhangi bir zamanda birey için özel olan ve kendini betimlediği bir durumu ifade eder. Fotoğraf-lar, danışmana danışanın hayatına yönelik bilgiler sunar; öncelikle kişinin fiziksel olarak nasıl olduğu ve görüldüğü konusunda görsel ibareler, buna ek olarak, bireyin duygusal görüntüsü hakkında açık ve/veya gizlenmiş belirtiler sunar (Weiser, 2004). Fotoğraflar insanların hayatlarındaki bir "an"ın dondurulmuş halidir (Prins, 2013). Danışan açısından bakıldığında fotoğraflar bellekte bir ayna rolü üstlenir. Fotoğrafı gördüğünde birey, "o an" ile ilgili olayları, anıları ve özelliği olan insanları anımsar (Koretsky, 2001; Weiser, 2004). Bütün kültürlerde ve her sosyo-ekonomik düzeydeki insanlar kendileri için değerli olan fotoğraflar çekerler ve onları saklarlar. İnsanların çoğunun kendine ait fotoğrafları vardır, hayatlarında önemli yeri olan kişiler ve öznel bir anlamı olan yerlere ait fotoğrafları vardır. Bu açıdan, fotoğrafların insanların iç dünyaları ve yaşam öykülerinin terapötik keşfi için bir araç olarak kullanılabilmesi düşünülmektedir (Weiser (1998, 2003, 2004; Martin, 2009; Seifert, 2014).

Ülkemizdeki alan yazına yönelik yapılan araştırmalarda fototerapi tekniğinin psikolojik danışma uygulamalarında kullanıldığına veya fototerapi tekniğinin tanıtımına yönelik bir yayına rastlanılmamıştır. Bu açıdan bu tekniğin tanıtımı ve bir kullanım örneği sunmak önemli görülmüştür. Alan yazında fototerapi tekniğinin terapötik bir araç olarak kullanımının yanı sıra bir eğitim aracı olarak ve çalışma gruplarında da kullanılabilmesine dönük araştırmalara rastlanmaktadır (Martin, 2009; Seifert, 2014). Bu çalışma ile psikolojik danışmanların danışma sürecinde değişimi sağlamada kullanabilecekleri bir tekniğin tanıtılmasının ve bir kullanım örneğinin sunulmasının alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmanın amacı, psikolojik danışma sürecinde terapötik iletişimi artıracak bir teknik olarak fototerapi tekniğini tanıtmak ve bu tekniğin kullanılmasına yönelik eğitim amaçlı bir örnek sunmaktır. Bu amaca ulaşmak için aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır; 1. Danışanın/ların danışma ortamına getirdiği fotoğrafa yüklediği anlam nedir? 2. Danışanın danışma ortamına getirdiği fotoğraf danışanda ne tür duygu ve anılar uyandırmaktadır? 3. Aynı fotoğrafa farklı danışanların yüklediği anlam arasında fark var mıdır?

## Yöntem

### *Araştırma Modeli*

Belirli bir durumun, onu deneyimleyen kişilerce nasıl yaşandığının ayrıntılı olarak incelenmesine olanak tanıyan bir araştırma yöntemi olması nedeniyle nitel araştırma yöntemi bu çalışmada tercih edilmiş ve bu yöntemlerden fenomenolojik yaklaşımın kullanılması uygun görülmüştür. Fenomenolojik yaklaşımın temel katkılarından biri, bireylerin deneyimlerini ve dünyayı nasıl algıladıklarını ve yorumladıklarını açığa çıkarmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2005; Kuzu, 2011). Çalışma materyali fotoğraf olduğundan, bir fotoğrafın algılanması ve yorumlanması bireylere göre değişecektir.

### *Katılımcılar*

Çalışma grubu, amaçlı örneklem yöntemlerinden ölçüt örneklem yöntemi (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2008) kullanılarak seçilmiştir. Araştırmanın yapıldığı grup üyelerinin psikolojik danışmanlık bilgi, beceri ve deneyim konusunda aynı seviyede olmaları ve eğitim grubuna katılmakta gönüllü olmaları ölçüt olarak alınmıştır. Çalışma grubu yedi kız, iki erkek olmak üzere dokuz kişilik Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü son sınıf öğrencisinden oluşmuştur.

### *Veri Toplama Araçları ve Verilerin Toplanması*

Fenomenolojik yaklaşımda veri toplamak için en sık kullanılan yöntem görüşme tekniğidir. Ancak, bireylerin yaşantılarını ifade etmeleri için pek çok yol vardır. Bu nedenle bireylerin olguları nasıl gördüklerini açıklama yolları ile ilgili olarak tüm nitel araştırmalarda geçerli olan grup görüşmeleri, gözlemler, resimler, yazılı yanıtlar ve tarihsel belgeler fenomenolojik/fenomenografik çalışmalarda da temel bilgi kaynağı olarak kullanılmaktadır (Kuzu, 2011). Bu çalışmada yarı yapılandırılmış ve yüz yüze görüşme tekniği ve danışana ait bir fotoğraf verilerin toplanmasında araçlar olarak kullanılmıştır.

Devam etmekte olan bir eğitim grubunda, katılımcılardan bir sonraki oturum için kendilerine ait istedikleri bir fotoğrafı getirmeleri istenmiştir. Martin (2009) eğitim ve çalışma gruplarında fototerapinin kullanılabilmesini ve yarı yapılandırılmış sorularla danışan/ların dünyayı nasıl algıladıklarına yönelik bilgiler alınabileceğini vurgulamaktadır. Oturum başladığında üyeler daire şeklinde oturmuş ve oturumun amacı açıklandıktan sonra uygulamaya geçilmiştir. Çalışma grubu bir eğitim grubu olduğundan, olası çekinceler göz önüne alınarak fotoğrafik diyaloga yönelik soruları içeren yarı yapılandırılmış iki form (Form 1 ve Form 2) aracılığı ile bilgiler toplanmıştır. Form 1; 1. "Neden bu fotoğrafı seçtin, Bu fotoğrafın senin için özel bir anlamı var mı?", 2. "Bu fotoğrafın hikâyesi nedir?", 3. "Bu fotoğrafa baktığında aklına neler geliyor?", 4. "Bu fotoğrafı kim çekti?", 5. "Bu fotoğrafta kimler var?" 6. Bu fotoğrafın çekilmesini sen/siz mi istedin/iz? 7. "Bu fotoğrafı nerede çekti? şeklinde soruları içermektedir. Form-1'in doldurulması ortalama 20 dakika sürmüştür, tüm grup tamamladıktan sonra, fotoğraflarının tarayıcıdan geçirilmesi konusunda izinleri istenmiş, izin veren üyelerden fotoğrafa dair yazdıklarını fotoğrafla birlikte verilen zarfa koymaları istenmiştir.

İkinci aşamada, grup içinde fotoğrafını grup üyeleri ile paylaşmak isteyen var mı? diye sorulmuş ve bir üye (Üye 9) grupta fotoğrafını paylaşmakta istekli olmuştur. Bu kez üyelere Form 2 dağıtılmış ve fotoğrafını paylaşmakta gönüllü olan üyenin fotoğrafı grubun ortasına konularak ellerindeki formu doldurmaları istenmiştir. Form 2'de sorular genellenmiş ve azaltılmış olarak aşağıdaki gibi sıralanmıştır; 1. "Bu fotoğrafa baktığında aklına ne geliyor? 2. Bu fotoğrafın hikayesi ne olabilir? 3. Bu fotoğrafta neyi değiştirmek isterdin? Bu formun doldurulması ortalama 15 dakika sürmüştür.

Veri toplamanın üçüncü aşamasında grupta gönüllü bir üye ile fotoğrafına dair terapötik iletişimin derinleştirilmesine yönelik bir uygulama yapılmıştır. Terapötik iletişime başlamadan önce gönüllü üyenin zarfından fotoğrafı ve Form 1' deki verileri gözden geçirilmiş, bu aşamadan sonra fotoğrafik diyalog başlatılmıştır. Çalışma grubu eğitim grubu olduğundan, üyenin mahremiyetini korumak amacıyla diyalog fazla derinleştirilmemiş, sadece model olarak sunulmuştur. Bu uygulamalardan sonra fototerapi ve fotoğrafın danışmada kullanımına dair teorik bilgi verilmiş, bu bilgiler yapılan uygulama ile eşleştirilerek oturum özetlenip bitirilmiştir. Tüm uygulama yaklaşık 90 dakika sürmüştür.

### *Verilerin Analizi*

Oturum tamamlandıktan sonra grup üyelerine ait fotoğraflarla birlikte Form 1'de kendi fotoğrafları hakkında yazılanlar tek tek okunmuştur. Özellikle formdaki ilk üç soru "neden?"e yönelik, duyguları açığa çıkarıcı ve daha fazla terapötik nitelik taşıdığından bu sorulara verilen yanıtlar üzerinde çalışılmıştır. Öncelikle, "Neden bu fotoğrafı seçtin, Bu fotoğrafın senin için özel bir anlamı var mı?" sorusuna verilen yanıtlar iki ana tema (olumlu duygu ve anılara yönelik fotoğraflar ve olumsuz duygu ve anılara yönelik fotoğraflar) göz önüne alınarak incelenmiş ve kodlanmıştır. Sonra, "Bu fotoğrafın hikâyesi nedir?", ve "Bu fotoğrafa baktığında aklına neler geliyor?" sorularına yönelik her bir üyenin ifadeleri incelenerek vurgulan duygular temalar halinde kodlanmış ve sıklığı belirlenmiştir.

Form 2 üzerindeki çalışmalar sekiz üye üzerinde gerçekleştirilmiştir. Fotoğrafını grup ile paylaşmakta gönüllü olan üyenin (Üye 9) Form 1'deki sorulara verdiği yanıtlar, diğer sekiz üyenin Form 2'de verdikleri yanıtlarla bir araya getirilerek birlikte değerlendirilmiştir. Dolayısıyla, Form 2'deki "Bu fotoğrafa baktığında aklına ne geliyor? Bu fotoğrafın hikâyesi ne olabilir? Bu fotoğrafta neyi değiştirmek isterdin? Sorularına fotoğrafın gerçek sahibi olan üye dışındaki üyelerin cevapları incelenmiş ve her bir üyenin fotoğrafa yönelik sorulara verdiği cevaplar ve anlamlar ile fotoğrafını paylaşan üyenin kendi fotoğrafına dair verdiği anlam karşılaştırılmıştır.

## Bulgular

Bulgular araştırma sorularındaki sıralamaya göre sunulmuştur: İlk olarak her bir üyenin getirdiği fotoğrafa dair bulgular ele alınmış, ikinci olarak fotoğrafını paylaşan üyenin (PÜ) fotoğrafına grup üyelerinin ve kendisinin yüklediği anlamlar ele alınmıştır:

1. Üyelerin Gruba Getirdikleri Fotoğrafa Yükladıkları Anlama Yönelik Bulgular (Form 1)  
“Neden bu fotoğrafı seçtin, Bu fotoğrafın senin için özel bir anlamı var mı?” Sorusuna yönelik grup üyelerinin verdikleri yanıtlar örnek ifadeler şeklinde sunulmuştur.

Ü1’in fotoğrafı: (Karla kaplı, ormanlık bir alanda, kardan adam yapılmış, yanında üye ve annesi ayakta, iki küçük kız çocuğu kardan adamın yanında ellerinde kartopu olmak üzere poz vermişler.).

*Fotoğrafta annem, kardeşlerim ve ben varız....Bu fotoğrafa her baktığımda mutlu olurum, zamanın akışının ne kadar hızlı olduğunu düşünürüm, kardeşlerimin çocukluğunu ve heyecanını yaşarım, ...,annemi özlerim. ... bu fotoğrafa ne zaman baksam bir gülümseme belirir yüzümdede.”*

Ü6’nın fotoğrafı: (Ablası ile birlikte çekilmiş çocukluğuna dair bir fotoğraf).

*“Bu fotoğrafı çok seviyorum, bu fotoğrafta çok mutluyum ve ne kadar da sağlıklı görünüyorum. Yanaklarıma bakıyorum, tombul ve kıpkırmızı, canlı, şöyle yanaklarımı sıkasım geliyor, ablam da mutlu, onunla çocukluğumuzda geçirdiğim mutlu günleri hatırlatıyor. Ben çocukken çok mutluydum, Çocuk olmak istiyorum, o zaman mutlu idim, şimdi çok yorgunum, bu nedenle bu fotoğraf benim için önemli.”*

Grup üyelerinin bu soruya verdikleri cevaplar incelendiğinde, sekiz üye oturuma getirdikleri fotoğrafın kendileri için anlamını ifade ederken olumlu anıları olduğunu ve ne zaman o fotoğrafa baksalar kendilerini mutlu hissettiklerini ifade etmişlerdir. Sadece bir üye (Ü8) olumsuz anıları hatırlattığını söylediği bir fotoğrafını ortama getirmiştir. Tablo 1’de grup üyelerinin getirdikleri fotoğrafa verdikleri anlam, ana tema olarak sunulmuştur.

**Tablo 1.** Grup üyelerinin “Neden bu fotoğrafı seçtin, Bu fotoğrafın senin için özel bir anlamı var mı?” sorusuna verdikleri yanıtların ana teması

Üyeler	“Bu fotoğrafın senin için özel bir anlamı var mı?”
Ü1 *	Benim için özel bir gün ve sevdiklerimi anımsatıyor
Ü2	Bu fotoğraftaki gülüşümü seviyorum, çünkü artık gülümseyemiyorum, gülüşümü hatırlatıyor
Ü3	Bu fotoğrafta bir enerji var, yaşam enerjisi
Ü4	Hayatımın gerçek olduğunu bu fotoğrafta görüyorum
Ü5	Dostluğun simgesi olduğu için seçtim
Ü6	Çocuk olmak istiyorum, bana mutluluğumu hatırlatıyor
Ü7	Bu fotoğraf bana siyah saçlarımı hatırlatıyor, o halimi özledim
Ü8	Nedendir bilmiyorum ama bu fotoğraf bende pişmanlık duygusu uyandırıyor ve hatalarımı hatırlatıyor
Ü9	Dostluğumuzun bir göstergesi olduğu için seçtim

\*Ü1: Üye 1, Ü2: Üye 2, ..., Ü9: Üye 9



2. Üyelerin Gruba Getirdikleri Fotoğrafın Kendilerinde Ne Tür Duygu Ve Düşünceler Uyandırdığına Yönelik Bulgular (Form 1): “Bu fotoğrafın hikâyesi nedir?” sorusuna yönelik Grup üyelerinin fotoğrafın hikâyesine dair ayrıntılı bilgi verdikleri gözlenmiş ve aşağıda üyelerin ifadelerinden örnekler sunulmuştur.

Ü1: “2004 yılı Ocak ayı, Adana Karaisali’de amcamları ziyarete gitmiştik. Çok heyecanlıydım, farklı bir kasaba ve yeni insanlar tanıyacaktım. Amcam kartopu oynamamız için bizi dağa çıkardı. İlk defa kar görecektim. .... O an babamın da orada olmasını istedim, bunu hala çok iyi hatırlıyorum. ... . Karın üzerinde bata çıka yürüdüm, bembeyaz bir gündü. Yorulduğumda karların üzerine uzandım, çok farklı bir duyguydu, bütün ağırlığımı yere vermek oldukça rahatlatıcıydı. O an bütün olup bitenden uzaklaştığımı hissettim. Sadece ben varmışım gibi. Daha sonra kardeşlerim, annem, amcam ve yengem kartopu oynamaya devam ettik. Güneşin yansımından başımın ağrıdığını hatırlıyorum. Yine de o “an”ı kaçırmamak için kardan adam yapan kardeşlerime ve anneme katıldım”

Üyelerin ifadeleri incelendiğinde, her birinin özellikle o günün anlamını, neler yaşadığını, ne tür duygu ve düşünce içinde olduğunu ve ne yaptığını ayrıntılı olarak hatırladığı görülmektedir. Ayrıca, genel olarak havanın nasıl olduğu, hava durumunun onlar üzerindeki etkisinin ne olduğunun da net olarak hatırladığı görülmüştür. Bazı üyelerin ise, o günün tarihini net olarak hatırlayıp belirttikleri görülmüştür.

“Bu fotoğrafa baktığımda aklına neler geliyor?” sorusuna yönelik üyelerin yanıtlarından örnekler sunulmuştur.

Ü1: “Bu fotoğrafa her baktığımda mutlu olurum, babamın yokluğu aklıma gelir ama hemen arkasında babam dâhil hepimizin birlikte olduğu başka bir fotoğraf aklıma gelir.”

Ü2: “Bu fotoğraf bana hep gülüşümü ve güldüğüm zamanlar ne kadar mutlu olduğumu hatırlatır ve her baktığımda mutlu olurum. Bir de sevdiğim arkadaşımı ve onunla aramdaki sıcak bağın mutluluğunu yaşarım.”

Ü3: “Bu fotoğrafa baktığımda her zaman mutlu olurum. arkadaşlığın ne kadar önemli ve güzel olduğunu düşünürüm. Arkadaşlarım aklıma gelir ve Çanakkale’ye her gittiğimde de arkadaşlarımla buluşuruz.”

Örnek ifadede ve diğer ifadelerden de görüldüğü gibi, grup üyelerinin seçtikleri fotoğrafın kendilerinde uyandırdığı duyguya vurgu yaptıkları gözlenmiştir. Fotoğrafın çekildiği gün hissettikleri olumlu ve ya olumsuz duyguları fotoğrafa baktıklarında bu gün de hissettiklerini ifade etmişlerdir.

**Tablo 2.** “Bu fotoğrafa baktığımda neler aklına geliyor?” sorusuna yönelik üyelerin ifadelerinden oluşturulan duygu temaları ve sıklığı

Temalar	Sıklık	%
Dostluk, sıcaklık, samimiyet	/	4.8
Arkadaşlık	////	18.7
Mutluluk, heyecan	///	14.3
Ayrılık, özlem	/	4.8
Birlikte olmanın mutluluğu	//	9.6
Dayanışma	///	14.3
Özlem	//	9.6
Sevdikleri ile birlikte olma arzusu	///	14.3
Yeni arkadaş kazanmanın mutluluğu	/	4.8
Pişmanlık, suçluluk	/	4.8

Tablo 2 incelendiğinde, seçtikleri fotoğrafın kendilerinde uyandırdığı duygu listesi görülmektedir. Üyeler, kendilerinde özellikle olumlu duygular uyandıran fotoğrafları seçmişlerdir. Sadece bir üye olumsuz duygu (pişmanlık) uyandıran bir fotoğrafı gruba getirmiştir.

3. Aynı Fotoğrafa Farklı Üyelerin Yüklemediği Anlama Yönelik Bulgular (Form 2): “*Bu fotoğrafın hikâyesi ne olabilir?*” sorusuna üyelerin verdiği cevaplara yönelik bulgular: Grup içinde paylaşılan fotoğrafın hikâyesini fotoğrafını paylaşan üye aşağıdaki şekilde ele almıştır;

**Ü9:** “*O gün-geçen yıl- arkadaşlarımla beraber bir gezinti yapmıştık. Hep beraber bir şeyler yapma isteği gelmişti. Aynı okulda sınıf arkadaşları ile birlikte olma arzusu, .... O günkü Kadıköy, Kadıköy’ün havası, kalabalıklığı canlanıyor gözümün önünde....*”

Aynı fotoğrafa Ü1: Okuldan kaçmış bir grup arkadaş, Ü2: Felekten bir gün çalmış kafadarlar, Ü3: İstanbul’u fethetmeye gelmiş bir grup, Ü4: Bu grup dağılacak, birbirinden ayrılacak son bir kez buluşmuşlar, Ü5: Birlikte dolaşmaya çıkmış samimi sekiz arkadaş, bu günü ölümsüzleştirmek istemişler, Ü6: Kızlardan hoşlanmayan, birbirine bağlı samimi bir grup, Ü7: Samimi bir grubun birlikteliğinin ölümsüzleştirilmesi, Ü8: Güzel bir günde samimi arkadaşların birlikteliği, PÜ9: Herkesin hep birlikte olma arzusu, birlikte bir şey yapma, zaman geçirme isteği şeklinde hikâyeyi özetlemişlerdir.

Aynı fotoğrafa dair, grup üyelerinden Ü5, Ü7 ve Ü8’in fotoğrafını paylaşan üyenin hikâyesine benzer bir şekilde hikâye oluşturmuşlardır. Diğer üyeler farklı hikâye oluşturmuşlardır. Ayrıca, Ü3, Ü4 ve Ü6 her biri farklı bir hikâye oluşturmakla beraber ek olarak bu öyküye olumsuzluk da katmışlardır.

*Bu fotoğrafa baktığımda aklıma neler geliyor?*” sorusuna yönelik bulgular: Fotoğrafını grupta paylaşmakta gönüllü olan üyenin (Üye 9) fotoğrafı ve diğer üyelerin bu fotoğrafa dair ifadeleri aşağıda sunulmuştur. Üye 9’un Form 1 ‘deki aynı soruya dair ifadeleri:

**Ü9:** “*Berber olmak güzel bir duyguydu. Bu fotoğrafa baktığımda her bir arkadaşım ile ilgili farklı farklı özellikler, durumlar aklıma geliyor. Farklı insanlarla, farklı düşüncelerle birlikte olmak mutluluk verici bir durum.... Bu fotoğrafa baktığımda her biriyle ayrı ayrı olan anılarım aklıma geliyor.*”

Aynı fotoğrafa dair üyeler, Ü1: Birbirini seven ve birlikte olan insanlar, benim ailem gibi, samimiyet, Ü2: Arkadaşlık ve birlikte zaman geçirme, Ü3: Birbiri ile samimi insanlar var ama onlarla zoraki birlikte olan kişiler de var, ve ya orada olduğundan dolayı mutsuz kişiler de var, Ü4: Son birliktelik ve ayrılık, özlem, hasret, Ü5: Arkadaşlık ve dayanışma, Ü6: Birlikten kuvvet doğar, biz buradayız ve bir bütünü, güç gösterisi, Ü7: Samimi ilişkiler içinde olan güvenli bir arkadaşlık, Ü8: Dostluk ve dostun az bulunurluğu, değer verme, şeklinde ifadelerde bulunmuşlardır. Üyelerin ifadeleri incelendiğinde, paylaşılan fotoğrafın diğer üyelerin aklına getirdikleri konusunda altı üyenin farklı ifadelerle olumlu duyguları hatırlatan benzer temaları ifade ettikleri, Ü3 ve Ü4’ün ise bu fotoğrafın kendilerinde olumsuz duygu ve durumları akıllarına getirdiğini ifade etmişlerdir.

### Tartışma ve Sonuç

**Uygulama sonucunda, fotoğrafı kullanmanın grup üyeleri ile iletişimi başlatma ve derinleştirmeye olanak sağladığı gözlenmiştir.** Alan yazında danışma ortamında fotoğrafın kullanımının danışanla iletişimi başlatmada ve onun dünyasını anlamada etkili olduğuna gösteren çeşitli araştırma bulguları mevcuttur (Hunsberger, 1984; Koretsky, 2001; Weiser, 2004; Martin, 2009; Seifert, 2014). Yapılan çalışmalarda fotoğrafın, sözel iletişim engeli olan (Hunsberger, 1984), dirençli danışanlar ve görsel araçlarla daha iyi iletişim kurmaya yatkın danışanlarla (Stevensa ve Spearsa, 2009) kurulacak terapötik iletişim için kendine has, eş benzeri bulunmaz bir potansiyele sahip olduğu vurgulanmaktadır. Weiser (2004), fotoğrafın danışmada kullanılmasının sıcak ve samimi bir ortam yarattığını, Prins (2013) ise bir sosyal etkileşim gibi doğal olarak kurulan iletişimin ve ilişkinin kalitesini artırdığı sonucuna ulaşmıştır.

**Grup üyelerine danışma ortamına getirmek için neden bu fotoğrafı seçtikleri ve bu fotoğrafın kendileri için özel bir anlamı olup olmadığı sorulmuştur. Araştırmaya katılan gruptaki üyelerden sekizi kendileri için olumlu, biri ise olumsuz anılarını taşıyan fotoğrafı gruba getirmiştir.** Benzer bir şekilde bu konuda uzun yıllar uygulama yapan Weiser (1998), danışma deneyimlerinde insanların kendileri için acılı ve acı çektikleri zamanı gösteren fotoğrafları nadiren seçtiklerini ifade etmektedir. Buna ek olarak, insanların sadece fotoğraf çektirirken değil aynı zamanda, fotoğraf çekerken de benzer bir şekilde kendileri için anlamlı ve daha sonra “favorim” diyecekleri güzel ve mutlu anları tercih ettiklerine yönelik çalışmalar da mevcuttur (Wheeler, 2009). Wheeler (2009), fotoğrafa bakmayı danışanı daha iyi anlamak, onun kişisel hikâyesini öğrenmek için bir başlangıç olarak görmektedir. Bu çalışmada da tek oturumluk bir uygulamada danışana dair çok özel bilgiler edinildiği söylenebilir.

**Grup üyelerine seçtikleri fotoğrafın hikâyesi ve fotoğrafın kendilerine neler hatırlattığı sorulmuştur. Tüm üyeler öncelikle fotoğrafa her baktıklarında aynı duyguları hissettiklerini ve o “an” a dair anıları ayrıntılı bir şekilde hatırladıklarını yazılı olarak ifade etmişlerdir. Bu yolla daha ilk oturum ve ilk terpötik diyalog yoluyla danışanın hayatına yönelik bilgiler alınabileceği gözlemlenmiştir.** Danışanın iç dünyasına girme (Prins, 2013), yaşam hikâyesini anlama (Seifert, 2014) ve onun için nelerin önemli olduğunu fark etmede (Martin, 2009) fotoğrafın kullanıldığına dair birçok araştırma bulgusu mevcuttur. Cormier ve Hackney’e (2013, 131-134) göre danışanlar öykülerini anlatırken öyküye eşlik eden duyguları çok önemlidir ve mesajı zenginleştirir. Danışanlar kendileri için önemli olan fotoğrafları getirmeyi tercih ettikleri gibi, fotoğraftaki “o an” ı danışma sürecinde veya eğitim ortamında “şu an” içinde detaylı olarak anımsadıkları, aynı duyguları, düşünceleri yaşadıkları hatta bedensel belirtilerin de yaşandığına yönelik araştırma bulguları mevcuttur (Martin, 2009; Prins, 2013). Bu açıdan danışmaya bir fotoğrafla veya fotoğraf albümü ile başlanabilir. Bu yolla danışana ve danışanın hayatına yönelik birçok bilgiye ulaşılabilir.

**Fotoğrafını grupta paylaşan üyenin fotoğrafına yönelik diğer üyelerin algı ve yükledikleri anlam araştırılmıştır. Fotoğrafını paylaşan üyenin fotoğrafına her bir üyenin farklı anlam yüklediği ve farklı hikâye oluşturduğu bulgusuna ulaşılmıştır.** Kişisel algılama değişeceğinden, bir görsel imaj olarak herhangi bir fotoğrafın, farklı kişiler tarafından okunması ve anlamlandırılmasının yani, aynı imajın görsel olarak farklı okunacağı açıktır. Bu sonucun fenomenolojik kuramların varsayımından kaynaklandığı söylenebilir (Weiser, 2004). Uygulama bulgusuna paralel olarak fotoğrafla yapılan çalışmalarda, bir fotoğrafın görsel imaj olarak gerçek anlamının, görüntü ve uyandırdığı duyguların, o fotoğrafa bakan başkalarında oluşmadığını ve aynı fotoğrafa bakan herbir kişide farklı anlamlar oluştuğu vurgulamaktadır (Weiser, 1998; Koretsky, 2001; Prins, 2013). Bu farklılığın, herbir görüntünün herbir kişide farklı algılara neden olduğu ve görsel imajın farklı şekilde okunmasından kaynaklandığı söylenebilir. Finson ve Pederson (2011) ve Wheeler (2009) aynı nesne veya olaya bakan iki insanın onu farklı şeyler olarak gördüğünü belirtmektedir. Her iki insanın bir fotoğrafta gördüğü bu farklılığın doğru olduğunu (Weiser, 1984, 2002, 2004) ve basit bir imajdaki bu anlam farklılığının, her bir kişiye ait özelliklerden kaynaklandığı düşüncesi sözkonusudur (Stevensa ve Spearsa, 2009; Martin, 2009). Bu koşullarda, gruptaki her bir üyenin, fotoğrafını paylaşan üyenin fotoğrafına yüklediği anlamın farklı ve kendine has oluşunun doğal olduğu söylenebilir.

Bu araştırma, eğitim amaçlı olarak bir uygulama örneği sunmak amacıyla gerçekleştirilmiştir, bu nedenle araştırma bulguları psikolojik danışma eğitimi almakta olan bireyler üzerinde gerçekleştirilmiş bir uygulama örneği oluşu ile sınırlıdır. Bu açıdan, fototerapi tekniğinin etkililiğinin normal danışma sürecinde gerçek danışanlar üzerinde sınanmasına ihtiyaç vardır. Ayrıca, danışma sürecine görsel materyaller ekleyerek yapılan psikolojik danışma uygulamaları ile psikolojik danışmanların görsel okuryazarlık becerilerinin geliştirilmesi yararlı olabilir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda fotoğrafın kullanıldığı danışma uygulamalarının etkililiği sınanabilir.



## Kaynakça

- Brill, J. M., Kim, D. ve Branch, R. M. (2007). Visual literacy defined the result of a delphi study: can İVLA (Operationally) define visual literacy? *Journal of Visual Literacy*, 27(1), 47-60.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi yayınları.
- Cormier, S. ve Hackney, H. (2013). *Psikolojik danışma: stratejiler ve müdahaleler*. (S. Doğan ve B. Yaka, çev.). Ankara: Pegem yayınevi.
- Debes, J. L. (1969). The loom of visual literacy: an overview. *Audiovisual Instruction*, 14(8), 25-27. <https://ivlo.org/organization/whatis.htm> adresinden erişildi.
- Finson, K. ve Pederson, J. (2011). What are Visual data and what utility do they have in science education. *Journal of Visual Literacy*, 30(1), 66-85. <http://www.researchgate.net/publication/265812792.pdf> adresinden erişildi.
- Ginicoloa, M. M., Smitha, C. ve Trzaskab, J. (2012). Counseling through images: using photography to guide the counseling process and achieve treatment goals. *Journal of Creativity in Mental Health*, 7(4), 310-329. doi:10.1080/15401383.2012.739955
- Hackney, H. ve Cormier, S. (2008). *Psikolojik danışma ilke ve teknikleri: psikolojik yardım süreci el kitabı* (T. Ergene ve S. A. Sevim, çev.). Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Halkola, U. (2009). A photograph as a therapeutic experience, special issue: phototherapy and therapeutic photography. *European journal of psychotherapy & counselling*, 11(1), 21-33. <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/13642530902723074#.VHEEdYusVqU> adresinden erişildi.
- Hunsberger, P. (1984). Uses of instant print photography in psychotherapy. *Professional Psychology: Research and Practice*, 15(6), 884-890.
- Koretsky, P. (2001). Using photography in a therapeutic setting with seniors. *Afterimage, The Journal of Media Arts and Cultural Criticism*, 29(3), 8.
- Kuzu, A. (2011). Araştırmaların Planlanması. A. A. Kurt, (Ed.). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* e kitap içinde (s. 20-46). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları. <http://eogrenme.anadolu.edu.tr/eKitap/ARY402U.pdf>, adresinden erişildi.
- Martin, R. (2009). Inhabiting the image: photography, therapy and re-enactment phototherapy, special issue: phototherapy and therapeutic photography. *European Journal of Psychotherapy and Counselling*, 11(1), 35-49.
- Prins, L. (2013, Mart). The photograph can be a powerful therapeutic tool that can open a window. *Therapy today*. 28-31.
- Ricksa, L., Kitchensa, S., Goodricha, T. ve Hancocka, E. (2014). My story: the use of narrative therapy in individual and group counseling. *Journal of Creativity in Mental Health*, 9(1), 99-110. doi:10.1080/15401383.2013.870947.
- Seifert, K. (2014). The effect of photo-therapy in the treatment of depression in an inpatient setting. *ATOL: Art Therapy OnLine*, 5(1), 1-14. [http://journals.gold.ac.uk/542/1/11.Kathrin\\_Seifert\\_formatted.pdf](http://journals.gold.ac.uk/542/1/11.Kathrin_Seifert_formatted.pdf) adresinden erişildi.
- Stevensa, R. ve Spearsa, E. H. (2009). Incorporating photography as a therapeutic tool in counseling. *Journal of Creativity in Mental Health*, 4(1), 3-16. [http://www.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=y6PY4hv47I0C&oi=fnd&pg=PR3&dq=PHOTOTHERAPY+AS+AN+TOOL+%C4%B0N+PSYCHOTHERAPY&ots=odr7EQrs&sig=g7P\\_Qy9hKchwqTQoHE1sqMa9do&redir\\_esc=y#v=onepage&q=PHOTOTHERAPY%20AS%20AN%20TOOL%20%C4%B0N%20PSYCHOTHERAPY&f=false](http://www.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=y6PY4hv47I0C&oi=fnd&pg=PR3&dq=PHOTOTHERAPY+AS+AN+TOOL+%C4%B0N+PSYCHOTHERAPY&ots=odr7EQrs&sig=g7P_Qy9hKchwqTQoHE1sqMa9do&redir_esc=y#v=onepage&q=PHOTOTHERAPY%20AS%20AN%20TOOL%20%C4%B0N%20PSYCHOTHERAPY&f=false) adresinden erişildi.

- Weiser, J. (1984). Photo therapy: becoming visually literate about oneself and one's family or: photo therapy? what's photo therapy? *Phototherapy Journal*, 4(2), 2-9. <http://phototherapycentre.com/therapeutic-photography/> adresinden erişildi.
- Weiser, J. (1998). See what i mean?" photography as nonverbal communication in cross-cultural psychology. F. Payatos (Ed.). *Cross-cultural Perspectives in nonverbal communication* içinde (s. 245-290). Toronto: C. J. Hogrefe.
- Weiser, J. (2002). Photo Therapy techniques-exploring the secrets of personal snapshots and family albums'. *Journal of Child and Family*, 16-25.
- Weiser, J. (2003). A Picture is worth a thousand word: using photo therapy techniques in counseling practices. *Bulletin of the Private Practitioners (Canadian Counseling Association) Newsletter*, 3(2), 3-4. <http://phototherapy-centre.com/about-judy-weiser/bio&publications> adresinden erişildi.
- Weiser, J. (2004). Photo therapy techniques in counseling and therapy: using ordinary snopshots and photo interactions to help clients heal their lives. *The Canadian Art Therapy Association Journal*, 17(2), 23-53.
- Weiser, J. (2007). Using photo therapy techniques in art therapy and other counseling practices. *Canadian Art Therapy Association Newsletter*, 6(4), 4-7.
- Wheeler, M. (2009). Photo-psycho-praxis, special issue: phototherapy and therapeutic photography. *European Journal of Psychotherapy and Counselling*, 11(1), 63-76.
- Wheeler, M. (1992, 2009). *Phototherapy: a first attemp to consider the use of photographs*. Postgradated diploma in art therapy dissertation, University of Sheffield 1992, (revised 2009). <http://phototherapy.org.uk/pdf/92phototherapy2009derby.pdf> adresinden erişildi.
- Yerushalmi, H. ve Yedidya, T. (1997). The family albüm. *The American Journal of Family Therapy*, 25(3), 261-269. doi:10.1080/01926189708251071
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2005). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (Güncelleştirilmiş ve Genişletilmiş 5. baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.