



T.C.
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
GÜZEL SANATLAR ENSTİTÜSÜ
Piyano Anasanat Dalı

**TÜRKİYE’DE GÜZEL SANATLAR VE SPOR LİSELERİ ŞAN DERSİ, ŞARKI
DAĞARCIGININ MUTASYON DÖNEMİNDEKİ ÇOCUKLARIN SES SAĞLIĞINA
OLAN ETKİLERİ
(Orta Karadeniz Bölgesi Örneği)**

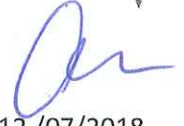
Hazırlayan
Cemre ALPTEKİN

Danışman
Doç. Dr. Serhat YENER

Yüksek Lisans Tezi
SAMSUN, 2018

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Hazırladığım **Yüksek Lisans** çalışmasında, proje aşamasından sonuçlanmasına kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet ettiğimi, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu taahhüt ederim.



12 /07/2018

Cemre ALPTEKİN

KABUL VE ONAY

Cemre ALPTEKİN tarafından hazırlanan "TÜRKİYE'DE GÜZEL SANATLAR ve SPOR LİSELERİ ŞAN DERSİ, ŞARKI DAĞARCIĞININ MUTASYON DÖNEMİNDEKİ ÇOCUKLARIN SES SAĞLIĞINA OLAN ETKİLERİ (Orta Karadeniz Bölgesi Örneği)" başlıklı bu çalışma, 12.07.2018 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oy çokluğuyla başarılı bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans** tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan: Doç. Dr. Ahmet FEYZİ

Danışman : Doç. Dr. Serhat YENER

Üye : Doç. Dr. Fatih AKBULUT



Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylım.



12 /07 /2018

Prof. Dr. Ali TOMAK
Güzel Sanatlar Enstitüsü Müdürü
(İmza ve Mühür)

İÇİNDEKİLER

ÖZET	III
ABSTRACT.....	IV
TEŞEKKÜR.....	V
TABLO ve ŞEKİLLER CETVELİ.....	VI

GİRİŞ

1. Problem Durumu.....	1
2. Araştırmanın Amacı.....	2
3. Araştırmanın Önemi	2
4. Evren ve Örneklem	2
5. Sayıtlar	3
6. Sınırlılıklar	3
Yöntem	3
Araştırmanın Yöntemi	3
Araştırmanın Modeli	4
Veri Toplama Araçları	5
Verilerin Çözümlemesi ve Yorumlanması	5
Tanımlar ve Kısaltmalar Dizini.....	6

BİRİNCİ BÖLÜM

1. Kuramsal Çerçeve	8
1.1.Ses Eğitimi Türleri.....	11
1.1.1.Bireysel Ses Eğitimi:	12
1.1.2. Birlikte (Kümesel) Ses Eğitimi:	13
1.1.3. Koroda Ses Eğitimi:	13

İKİNCİ BÖLÜM

2. Ses ve Oluşumu.....	16
2.1. İnsan Sesinin Oluşumu	16
2.2. Ses eğitimi süreci içerisinde kullanılan öğeler:.....	16
2.3. Ses Sağlığını Koruma Becerisi	21
2.4. Ses ve Sesin özellikleri	22
2.5. Sesin Oluşumu ve Fizyolojisi	23
2.5.1. Hava moleküllerinin hareketini sağlayan akciğer sistemi.....	24
2.5.2. Rezonatör sistem.....	25

2.5.3. Ses Kullanımı.....	26
2.6. Ses Sorunları ve Nedenleri.....	28
2.6.1. Ses Kısıklığı.....	28
2.6.2.Ses Kısıklığının Nedenleri	28
2.6.3. Gırtlak muayenesi.....	30
2.6.4. Kanamalar	31
2.6.5. Polip.....	31
2.6.6. Nodül	32
2.6.7. Kist	32
2.6.8.Reinke ödemi	33
2.6.9.Reflu	33
2.6.10. Papillom	34
2.6.11. Veb.....	34
2.6.12.Sulkus Vokalis	34
2.6.13.Larengosel.....	35
2.6.14. Larenjit	35
2.6.15. Aritenoid Sublüksasyonu	35
2.6.16. Ses teli felci.....	36
2.6.17. Kanser	37
2.7. Sesimizi Koruma Yolları	37
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	
3. BULGULAR ve YORUM.....	40
3.1. Birinci Alt probleme ilişkin Bulgu ve Yorumlar	40
3.1.1. Ses Sağlığı ve Korunmasına yönelik Mutasyon dönemindeki Öğrencilere uygulanan Anket Sorularına Verilen Cevaplara İlişkin Bulgular ve Yorumlar	40
3.2. İkinci Alt Problemlere İlişkin Bulgular ve Yorum	57
3.2.1. Bireysel Ses Eğitimi Dersi Dağarcığı mutasyon dönemindeki çocukların ses özelliklerine ne kadar uygundur? Sorusuna ilişkin Bulgu ve Yorumlar	57
SONUÇ ve ÖNERİLER	
KAYNAKÇA.....	76
EKLER.....	80
ÖZGEÇMİŞ	86

ÖZET

TÜRKİYE’DE GÜZEL SANATLAR ve SPOR LİSELERİ ŞAN DERSİ ŞARKI DAĞARCIĞININ MUTASYON DÖNEMİNDEKİ ÇOCUKLARIN SES SAĞLIĞINA OLAN ETKİLERİ

(Orta Karadeniz Bölgesi Örneği)

Cemre ALPTEKİN

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Güzel Sanatlar Enstitüsü

Piyano Anasanat Dalı Müzikte Yorumculuk, Yüksek Lisans Temmuz / 2018

Danışman: Doç. Dr. Serhat YENER

Bu çalışma Orta Karadeniz Bölgesi Güzel Sanatlar ve Spor Liseleri’nde “Bireysel Ses Eğitimi” derslerinde işlenen şarkı dağarcığını saptamak ve bu şarkı dağarcığının mutasyon dönemindeki çocukların ses sağlığına olan olası olumsuz etkilerini ve bu etkiden kaynaklı ses sağlığı sorunları gidermeye yönelik çözüm önerileri geliştirmek amacıyla yapılmıştır.

Bu çalışmada, Türkiye’de Güzel Sanatlar Liseleri müzik bölümlerindeki bireysel ses eğitimi derslerinde, mutasyon döneminde olan öğrencilere hangi şarkı dağarcığının öğretildiğini; bireysel ses eğitimi dersi için seçilen repertuarın henüz sesini kullanma bilinci yerleşmemiş öğrencilerin yaşına ve seviyesine uygun olmasının, bunun bir sonucu olarak sesin oluşumunu sağlayan organların, eşzamanlı ve uyumlu kullanılmasının, doğru soluk alarak konuşma ve şarkı söylemede sesini güzel ve etkili kullanmanın, ses sağlığını korumanın nasıl yapılacağı sorularına açıklık getirilmiştir.

Orta Karadeniz bölgesindeki Ordu Samsun Çorum Amasya ve Tokat Güzel Sanatlar Liseleri 10. Ve 12. sınıf bireysel ses eğitimi dersini alan öğrencilerin görüşleri ile şekillenmiştir.

Bu araştırma sistematik veri toplama ve analiz etmeye yönelik olarak yapılmıştır. Betimsel ve tarihsel modeller işlenerek istatistiklere niceliksel (amprik) olarak yaklaşmıştır.

Anahtar Kelimeler: Mutasyon, Müzik, Güzel Sanatlar Liseleri, Çocukların Ses sağlığı

ABSTRACT

MUSIC DEPARTMENT OF FINE ARTS IN HIGH SCHOOLS OF TURKEY
SINGING PERFORMED BY THE CHILDREN IN THE INDIVIDUAL VOICE
TRAINING COURSES IN THE FINE ARTS AND SPORTS HIGH SCHOOLS
EFFECTS OF THESE SINGING ON THE SOUND HEALTH OF THE
CHILDREN
LOCATED IN THE MIDDLE BLACK SEA REGION

Cemre ALPTEKİN

Ondokuz Mayıs University, Institute of Fine Arts

Piano Artmajör Department, Interpretation in Music, M.A. July /2018

Danışman: Assoc.Prof. Phd. Serhat YENER

This study was made to define the singing performed by the children in the individual voice training courses in the fine arts and sports high schools located in the middle Black Sea region and to develop possible solutions for the negative effects of these singing on the sound health of the children in the mutation period and the problems of sound health caused by this effect.

The study gives us information about the individual voice training on students in their voice mutation period and the song repertoire of the songs taught by the music department of fine arts in High Schools of Turkey. The next questions have been clarified about, whether if the repertoire selected for the individual voice training course is in accordance with the age and level of untrained students, which organ provides the voice formation by synchronous and compatible use, how to use the voice beautifully and effectively in speaking and singing by breath in right to protect the sound health.

This study is shaped by the opinions of 10th and 12th grade individual voice education course students from The Middle Black Sea Region locations like: Ordu Samsun Çorum Amasya and Tokat.

This research was conducted to collect and analyze systematic data. Descriptive and historical models were processed and quantitative (empirical) approaches to statistics.

Key Words: Mutation, Music, Fine Arts in High School, The Sound Health of the Children

TEŞEKKÜR

Çalıőmalarım boyunca bilimsel geleceğime yön veren ve büyük bir maneviyatla bilimsel heyecanlara ulaşmamda yardımlarını ve katkılarını esirgemeyen değerli hocam tez danışmanım Doç. Dr. Serhat YENER' e, akademik anlamda yardımlarını esirgemeyen kıymetli tecrübelerinden faydalandığım hocalarıma, eğitim hayatım boyunca maddi, manevi yardımlarını ve desteğini esirgemeyen hoşgörüde ve sevgide sınır tanımayan, beni her zaman destekleyen Annem, Babam ve kıymetli eşime en derin teşekkürlerimi borç bilirim.

TABLO ve ŞEKİLLER CETVELİ

Tablo 1: Araştırmanın Örnekleminde Yer Alan Orta Karadeniz Bölgesinde Bulunan GSL'nden Anket sorularına Cevap Veren Öğrencilerin İllere Göre Yüzdelerle Dağılımını Gösteren Tablo	41
Tablo 2: Araştırmanın Örnekleminde Yer Alan GSL öğrencilerinin cinsiyet Dağılım Tablosu.....	42
Tablo 3: Araştırmanın Örnekleminde Yer Alan GSL Öğrencilerinin Yaş Dağılım Tablosu	43
Tablo 4: Ses sağlığı ve ses koruma bilinci konusunda dersten önce bilgilendirme yapılmakta mıdır? Sorusuna Verilen Cevapların Frekans ve Yüzdelerle oranlarını Gösteren Tablo.....	44
Tablo 5: Ses eğitimi sürecinde, mutasyon dönemi ile ilgili dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmakta mıdır? Sorusuna verilen Frekans ve Yüzdelerle oranlarını gösteren tablo	45
Tablo 6: Kendi ses genişliğinizi (ses sınırlarınızı) kullanım derecelerini biliyor musunuz? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzdelerle oranlarını gösteren tablo	47
Tablo 7: Bireysel ses eğitimi dersinde şarkı çalışmasına geçmeden önce nefes ve ses açma egzersizlerine ne kadar zaman ayrılmaktadır? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzdelerle oranlarını gösteren tablo	48
Tablo 8: Bireysel Ses Eğitimi dersinde seslendiremediğiniz şarkılar oluyor mu? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzdelerle oranlarını gösteren tablo	49
Tablo 9: Bireysel Ses Eğitimi dersi sonrasında sesinizi nasıl koruyacağınız ve ses sağlığı ile ilgili bilgiler verilmekte midir? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzdelerle oranlarını gösteren tablo	50
Tablo 10: Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize ince (tiz) geliyor mu? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzdelerle oranlarını gösteren tablo	51
Tablo 11: Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize kalın (pes) geliyor mu? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzdelerle oranlarını gösteren tablo	52
Tablo 12: Bireysel Ses Eğitimi dersinden sonra boğazınızda acı, yanma veya çatallaşma hisseder misiniz? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzdelerle oranlarını gösteren tablo	53
Tablo 13: Bireysel Ses Eğitimi ders kitabı dışında aşağıdaki kaynaklardan hangi veya hangilerini kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzdelerle oranlarını gösteren tablo	55
Grafik 1: Araştırmanın Örnekleminde Yer Alan Orta Karadeniz Bölgesinde Bulunan GSL'nden Anket sorularına Cevap Veren Öğrencilerin İllere Göre Yüzdelerle Dağılımını Gösteren Grafik	41
Grafik 2: Araştırmanın Örnekleminde Yer Alan GSL öğrencilerinin cinsiyet Dağılım Grafiği	42

Grafik 3: Araştırmanın Örneklemine Yer Alan GSL Öğrencilerinin Yaş Dağılım Grafiği	43
Grafik 4: Ses sağlığı ve ses koruma bilinci konusunda dersten önce bilgilendirme yapılmakta mıdır? Sorusuna Verilen Cevapların Yüzdeler Oranlarını Gösteren Grafik	45
Grafik 5: Ses eğitimi sürecinde, mutasyon dönemi ile ilgili dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmakta mıdır? Sorusuna verilen cevapların Yüzdeler Oranlarını Gösteren Grafik	46
Grafik 6: Kendi ses genişliğinizi (ses sınırlarınızı) kullanım derecelerini biliyor musunuz? Sorusuna verilen cevapların Yüzdeler Oranlarını Gösteren Grafik	47
Grafik 7: Bireysel ses eğitimi dersinde şarkı çalışmasına geçmeden önce nefes ve ses açma egzersizlerine ne kadar zaman ayrılmaktadır? Sorusuna verilen cevapların Yüzdeler Oranlarını Gösteren Grafik	49
Grafik 8: Bireysel Ses Eğitimi dersinde seslendiremediğiniz şarkılar oluyor mu? Sorusuna verilen cevapların Yüzdeler Oranlarını Gösteren Grafik	50
Grafik 9: Bireysel Ses Eğitimi dersi sonrasında sesinizi nasıl koruyacağınız ve ses sağlığı ile ilgili bilgiler verilmekte midir? Sorusuna verilen cevapların Yüzdeler Oranlarını Gösteren Grafik	51
Grafik 10: Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize ince (tiz) geliyor mu? Sorusuna verilen cevapların Yüzdeler Oranlarını Gösteren Grafik	52
Grafik 11: Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize kalın (pes) geliyor mu? Sorusuna verilen cevapların Yüzdeler Oranlarını Gösteren Grafik	53
Grafik 12: Bireysel Ses Eğitimi dersinden sonra boğazınızda acı, yanma veya çatallaşma hisseder misiniz? Sorusuna verilen cevapların Yüzdeler Oranlarını Gösteren Grafik	54
Grafik 13: Bireysel Ses Eğitimi ders kitabı dışında aşağıdaki kaynaklardan hangi veya hangilerini kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların Yüzdeler Oranlarını Gösteren Grafik	56

Şekil 1: Soluk Alıp Verirken Diyaframın Görünümü	22
Şekil 2: Sesin Oluşumu	24
Şekil 3: Akciğer ve Yapısı	25
Şekil 4: Rezonatör Sistem	26
Şekil 5: Gırtlak ve Ses Tellerinin Önden Görünümü	30
Şekil 6: Gırtlak	30
Şekil 7: Polip	31
Şekil 8: Ses Telinin Normal Görünümü ve Ses Teli Nodülü	32
Şekil 9: Ses Tellerine Solunum Yolu Tıkama Durumu	33
Şekil 10: Mide Fıtığı	33
Şekil 11: Papillom	34
Şekil 12: Sulkus Vokalis	34
Şekil 13: Larenjit	35
Şekil 14: Aritenoid Sublikasyonu	36
Şekil 15: Sağlıklı Ses ve Ses Teli Felci	36
Şekil 16: Ses Teli Hastalıkları - Kanser	37

Şekil 17: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Ah Bir Ateş Ver" isimli şarkıda görülen Mutasyon	57
Şekil 18: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Aman Avcı" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil	58
Şekil 19: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Karadır Kaşların" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Mi sesini gösteren şekil	59
Şekil 20: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Yalgızam" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil	59
Şekil 21: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Bana Bir Aşk Masalından" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Mi Fa Sol La Si seslerini gösteren şekil	60
Şekil 22: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "İzindeyiz Marşı" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil	61
Şekil 23: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "İzmir Marşı" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil	62
Şekil 24: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "O Sole Mio" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil	63
Şekil 25: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Nel Cor Piu Non Mi Cento" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil	63
Şekil 26: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Omra Mai Fu" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil	64
Şekil 27: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Omra Mai Fu" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil	64
Şekil 28: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Torna A Sorriente" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil	65
Şekil 29: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Torna A Sorriente" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil	65
Şekil 30: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Ninni (Wiegenlied)" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil	66
Şekil 31: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Ninni (Wiegenlied)" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil	66

Şekil 32: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Serenade - Le ChantDuCygne " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil.....	67
Şekil 33: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Serenade - Le ChantDuCygne " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil.....	67
Şekil 34: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Serenade - Le ChantDuCygne " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa - Mi seslerini gösteren şekil	68
Şekil 35: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Serenade - Le ChantDuCygne " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Sol sesini gösteren şekil.....	68
Şekil 36: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Serenade - Le ChantDuCygne " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa Diyez sesini gösteren şekil	68
Şekil 37: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Serenade - Le ChantDuCygne " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Mi - Sol seslerini gösteren şekil	69

GİRİŞ

Bu bölümde, araştırmanın problem durumu, problem cümlesi, amacı, önemi, sayıtları ve sınırlılıkları, yöntemi yer almaktadır.

1. Problem Durumu

Türkiye’de güzel sanatlar liseleri bireysel ses eğitimi dersi şarkı dağarcığının mutasyon dönemindeki çocukların ses sağlığına ne oranda etki etmektedir?

“Müzik öğretmenliği eğitiminde ses eğitiminin temel amacı, müzik öğretmeni adayına kendi sesini doğru, güzel ve etkili kullanma ve korumaya ilişkin davranışlar kazandırmakla birlikte, müzik eğitimi vereceği öğrencilerinin seslerini eğitime yöntemlerini de öğretmektir. Bir başka deyişle, ses eğitimi derslerinde, öğretmen adayına sesini doğru kullanmaya yönelik temel davranışları kazandırırken, bu davranışları öğrencilerine nasıl öğreteceğini öğretmek amaçlanmaktadır. O halde, müzik öğretmenliği programlarında ses eğitimi, müzik öğretmenin hem kendi ses sağlığını, hem de öğrencilerinin ses sağlığını korumaları bakımından önem taşımaktadır” (Töreyn, 2002: 4).

“Hem konuşma hem de şarkı söyleme için sesini kullanan müzik öğretmenlerinin çalışma koşulları (haftalık ders saati yükü, iklim ve çevre koşulları, fiziki ortam yetersizliği vb.) dikkate alınacak olunursa ses kapasite ve sağlığı konusunun ne kadar önemli olduğu açıktır. Sesi iyi olan ve sesini iyi kullanabilen bir müzik öğretmeni mesleğinde daha bilinçli ve başarılı adımlarla yol alacaktır. Ses problemi olan bir müzik öğretmenin ise işinde sıkıntı yaşama riskinin yüksek olduğu unutulmamalıdır. Bu yüzden; müzik öğretmeni kendi sesini, öğreteceği şarkılarda etkin bir araç olarak kullanabilmeli, öğrencilerin sesini geliştirebilmek için hem iyi bir örnek olmalı, hem de uygulatıcı olarak donanımlı olmalıdır” (Yükrük, 2002: 2).

Problem Cümlesi

Bu araştırmanın problem cümlesi şu şekilde oluşturulmuştur:

“Bireysel ses eğitimi şarkı dağarcığının mutasyon dönemindeki çocukların seslerine olumlu ve ya olumsuz olarak ne ölçüde yansımaktadır?”

Alt Problemler

- 1. Alt Problem:** Mutasyon dönemindeki öğrencilere ses sağlığı ve korunmasına yönelik öğrenci anketi sonuçları nelerdir?
- 2. Alt Problem:** Bireysel Ses Eğitimi Dersi Dağırcığı mutasyon dönemindeki çocukların ses özelliklerine ne kadar uygundur?

2. Araştırmanın Amacı

Bu tez çalışmasında; Güzel Sanatlar ve Spor Liselerinde bireysel ses eğitimi dersinde ses eğitimi ile ilgili dağırcığın, mutasyon dönemindeki çocukların ses sağlığına olumlu veya olumsuz ne ölçüde etki ettiğini incelemek ve bunun sonucunda, olası ses hastalıklarından nasıl korunacakları amaçlanmaktadır.

3. Araştırmanın Önemi

Türkiye'deki Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi dersi için yazılan ve uygulanan dağırcığın mutasyon dönemindeki çocukların ses özelliklerini ne oranda yansıttığının araştırılması ve ortaya konulması açısından önemlidir. Ayrıca öğrencilerin seslerini doğru ve etkin kullanması ve koruması yönünde uygun yaklaşımlar geliştirilmesine olanak sağlaması açısından da önemlidir.

4. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreninin Türkiye' deki Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Dersini alan mutasyon dönemindeki öğrenciler, örneklemini ise Orta Karadeniz bölgesinde bulunan ve aktif olarak bireysel ses eğitimi dersi yürütülen Samsun, Ordu, Amasya, Çorum, Tokat illerindeki Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi dersi dağırcığı ve bu dersi alan mutasyon dönemindeki öğrenciler oluşturmaktadır.

5. Sayıtlar

Bu araştırmada;

1. Kullanılan veri toplama araçlarının, araştırma için geçerli ve güvenilir olduğu,
2. Araştırma için bilgilerine başvurulan ilgililerin verdikleri yanıtların gerçek durumu yansıttığı,
3. Seçilen örneklemin evreni temsil ettiği temel sayıtlarından hareket edilmiştir.

6. Sınırlılıklar

Bu araştırma;

1. Orta Karadeniz Bölgesinde bulunan Güzel sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi dersinde kullanılan dağarcık ile,
2. Güzel sanatlar Liselerinde Bireysel Ses Eğitimi dersi alan 10. ve 12. Sınıf ğrenciler ile,
3. Yüksek ğretim Kurulu Tarafından belirlenen tezin resmi süresi ile sınırlıdır.

Güzel Sanatlar Liseleri 2017 – 2018 eğitim-ğretim yılı, 10. ve 12. sınıf bireysel ses eğitimi dersine giren öğrencilerle sınırlandırılmıştır.

Araştırma, konuyla ilgili kaynak tarama, uygulanan anket ve bireysel ses eğitimi dersinde öğretilen eserler ile sınırlıdır.

Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama aracı, verilerin toplanması ve yorumlanması konularına yer verilmiştir.

Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma sistematik veri toplama ve analiz etmeye yönelik olarak yapılmıştır. Betimsel ve tarihsel modeller işlenerek istatistiklere niceliksel (amprik) olarak yaklaşılmıştır. İnsanların algıladıkları olgular hakkında sahip oldukları bilgilerini artırmak ve yaşamsal kalitelerini yükseltmek için gerekli olan süreç ve teknolojileri geliştirebilmek için gerçekleştirdiği bilgi üretim etkinliklerine Betimsel

araştırma yöntemi denilmektedir. Bu araştırma aynı zamanda Niteliksel Araştırma (Qualitative Research) olarak da özellik de gösterilmektedir. Nitel araştırmalar sosyal yönden şu sorulara cevap ararlar; Kültürler niçin ve nasıl gelişir? Sosyal gruplar arasındaki farklar nelerdir? Gibi konuları temel olarak incelerken Niçin? Nasıl? Ne Şekilde? Sorularına yanıt arar ve sosyal bir ortamı tasvir eder.

(<http://tr.wikipedia.org/BilimselAraştırma>)

Araştırma, saptanan problemlere güvenilir çözümler aramak amacı ile planlı ve sistemli olarak verilerin toplanması, çözümlenmesi, yorumlanarak değerlendirilmesi ve rapor edilme sürecidir. Araştırma bir arama, öğrenme, bilinmeyeni bilinir hale getirilme çabasıdır (Karasar, 2000, s. 22).

Nitel araştırmaların eğitim olgularını ve olaylarını açıklamadaki yetersizlikler ve bu araştırmaların sonuçlarının eğitim alanında yeterince yönlendirici olmaması gibi sınırlılıklar nitel araştırma yöntemlerinin eğitim alanında kullanılmasına neden oluşturmuştur. İnsan davranışı esnek ve bütüncül bir yaklaşımla araştırılabilir ve bu yaklaşımla araştırmaya dahil olan bireylerin görüşleri ve deneyimleri büyük önem taşır (Yıldırım ve Şimşek, 2000, s.14).

Psikoloji, sosyoloji, antropoloji, eğitim gibi sosyal bilim alanlarında insan ve toplum davranışları incelenmektedir. Bu davranışları sayılarla açıklamak zordur. Ölçümler bize kaç kişinin nasıl davrandığını gösterir, ama “niçin?” sorusuna cevap veremez. İnsan ve grup davranışlarının “niçin” ini anlamaya yönelik araştırmalara niteliksel (“qualitative”) araştırma denir (Ergün, 2005).

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmanın yürütülmesinde genel tarama modeli kullanılmıştır. Bu çalışma; Orta Karadeniz Bölgesinde yer alan Samsun, Ordu, Amasya, Çorum, Tokat illerindeki Güzel Sanatlar ve Spor Liselerindeki Bireysel Ses Eğitimi dersini alan öğrencilere uygulanan anketlerden elde edilen soyut verilerin, istatistiksel programlar yardımıyla somut hale getirilmesiyle açısından yorumlanmıştır.

Betimsel yöntemler, ilgilenilen ve araştırılmak istenen problemin mevcut varolan durumunu ortaya koymaya yöneliktir. Bu yöntemlerin en temel özelliği, mevcut hâlihazır durumu kendi koşulları içerisinde ve olduğu gibi çalışmaktır. Betimsel araştırma, çalışılan konunun mevcut durumuna ilişkin hipotezler test etmek için veya sorulara cevap bulmak için veriler toplamayı gerektirir. Betimsel yöntemler, aynı zamanda çeşitli bilgi toplama yolları olup, insan gelişimi ve öğrenmesine ilişkin mevcut var olan durumu betimlemeye yönelik araştırmalarda kullanılmaktadır.(<http://notoku.com/betimsel-yontemler/>)

Veri Toplama Araçları

Bilgi toplama aşamasında internet araştırması yapıldıktan sonra, geniş kapsamlı olarak yazılı sözlü literatür taranmıştır. İlk olarak GSL Bireysel Ses Eğitimi Dersi ile ilgili kaynaklara ulaşılmaya çalışılmış, konu ile ilgili elektronik ortamda uzmanlarla görüşmeler yapılmıştır. Veri toplama sürecinde belgesel tarama teknikleri kullanılmış, uzman görüşleri için hem sözlü (Mülakat) hem de yazılı görüşmeler yapılmıştır. Veri toplama aşamasında geniş kapsamlı kaynak taramasına girilmiş, ayrıca internet araştırmalarıyla konu detaylı olarak incelenmiş olup Ses sağlığı ve korunma yöntemleri ile ilgili yazılı ve görsel kaynaklara ulaşılmıştır.

SPPS programı aracılığı ile güvenilirlik analizi yapıldığında % 82,3 oranında tamamen güvenilir olduğu tespit edilmiştir.

Verilerin Çözümlemesi ve Yorumlanması

Araştırmanın bu aşamasında, GSL Bireysel Ses Eğitimi Dersi ile ilgili veriler elde edildikten sonra, konunun örneklemini oluşturan Orta Karadeniz Bölgesinde bulunan GSL Bireysel Ses Eğitimi Dersi ile ilgili olarak, tek tek öğrencilere, anket uygulaması yapıldıktan sonra, elde edilen veriler bilgisayar ortamında SPPS ve EXCEL programları yardımı ile soyut durumdan, nicel olarak somut hale getirilmiştir.

Verilerin Çözümlemesi ve yorumlanması aşamasında, konu ile ilgili literatür taranarak konu ile ilgili verilere ulaşılmış ve elde edilen veriler doğrultusunda ses

hastalıklarının performansı ne yönde etkilediği, ayrıca ses hastalıklarından hangi yöntemlerle korunulması gerektiği de ortaya konmuştur.

Tanımlar ve Kısaltmalar Dizini

Ses Eğitimi: “Genel anlamda ses eğitimi bireyin anatomik ve fizyolojik yapı özelliklerine uygun olarak, sesini eğitsel ve / veya sanatsal amaçlar doğrultusunda belirli bir teknik ve müziksel duyarlılıkla doğru, güzel ve etkili kullanabilmesi için gerekli davranışları kazandırma sürecidir.” (Çevik, 2013, s. 53).

Entonasyon (İntonation): “Ses yüksekliğinin, derecelerinin uyumlu kontrolüyle tam sesi verebilmek.” (Aktüze, 2004, s. 258).

“Ses yüksekliğinin doğru olması. Bir eserin seslendirilmesinde perdeleri şaşmaz bir kesinlikle verebilmek; sesleri doğru çıkarmak.” (Say, 2005, s. 180).

Mutasyon (Mutation): “Ses değişimi. Çocukların ergenlik çağına girdiklerinde seslerinin değişmesi, kalınlaşıp çatallanması durumu olarak ifade edilir. Erkeklerde bir oktav, kızlarda bir üçlüye kadar değişen ve özellikle çocuk korolarında güçlükler yaratan durum.” (Aktüze, 2004, s. 377).

Repertuvar (Repertoire): “Dağarcık. Bir seslendiricinin ya da seslendirme topluluğunun, konser programına girmek üzere yorumlama çalışmaları önceden yapılmış olan ve konser için hazır bulunan eserler toplamı.” (Say, 2005, s. 448).

Vibrato: “Titreşim salınım. Daha duygulu ve güzel anlatım amacıyla, sesin çok hafif ancak düzenli, çok sık ve hızlı salınımıyla, titretilmesiyle oluşan çok az frekans farklılıkları nedeniyle çıkan ses.” (Aktüze, 2004, s. 640). “Vibrato, şarkı söyleme enstrümanı (ses) için içgüdüsel bir şeydir ve şarkıya doğal bir his vermelidir. Sesin daha iyi bir kalitede hissedilmesi olarak algılanan yoğunluk ve vuruşunun dalgalanması olarak da tanımlanabilir.” (Chapman, 2006, s. 63).

Kafa Sesi: “Ses sanatında kullanılan bir terim: Ses tellerinin kasılması yoluyla gerginliklerinin arttırılması ve özellikle kafa bölgesindeki yansıtıcılardan

yararlanarak üretilen ses. İtalyanca falsetto, Fransızca fausset, Almanca Kopfstimme.” (Say, 2005, s. 282).

Artükülasyon (Articolato) :(1) Anlatım, ifadelendirme. (2) Sözlü müzik eserlerinde doğru, açık, anlaşılır söyleyiş (Say, 2002:42).

Register (Rejistr) : “Ses alanı. Aynı ses rengi koşullarında bulunan perdeler grubu. Kalından inceye doğru belli aralıktaki sesleri kapsayan ses bölgesidir. Müzikteki kullanım alanı genellikle sekiz oktav dolayında olan ses genişliği, üç ses bölgesi içinde değerlendirilir: Kalın, orta, ince.” (Say, 2005, s. 447).

“Bilim bizlere, seste iki temel fizyolojik kayıt olduğunu ve burada ses mekanizmasının nasıl çalıştığı hususunda net ve gözle görülür bir farklılık olduğunu söylemektedir.” (Chapman, 2006, s. 65).

Bu farklılık register olarak adlandırılmaktadır.

Tonlama (Ton) : “Yunanca tonos : ‘telin gerilimi’ ’sözcüğünden kaynaklanan bu terim, Batı dillerinde ve dilimizde, çeşitli anlamlarda kullanılır. Müzikal ses anlamında ton: Müzikte kullanılan seslerin tümüdür. Bu yönüyle “Ton terimi” *Perde (ses perdesi) anlamındadır. Örneğin pentaton “beş perdeli ” demektir.” (Say, 2005, s. 521,522).

Vurgulama (Vurgu) : “Aksan. Bir sesin ya da bir akorun vurgulanması. Latince accentus, Fransızca accent, Almanca Akzent ya da Betonung.” (Say, 2005, s. 571).

Diyafram: Solunum organlarından. Akciğerlerin altında bulunan kubbe şeklindeki kas. (<http://www.tipterimleri.com/search.asp>).

GSL: Güzel Sanatlar Lisesi

BİRİNCİ BÖLÜM

1. Kuramsal Çerçeve

İnsan yaşadığı süre boyunca çeşitli seslerle sürekli iletişim içindedir. İnsanoğlunun bilinçli olarak kullandığı en eski ve etkileyici ses kaynağı kendisine ait olan insan sesidir. “İnsanın içinde doğup yaşadığı çevrede yer alan doğal, toplumsal ve kültürel öğeler arasında “ses” çok önemli bir yer tutar. Sesin olmadığı durumlarda iletişim, anlaşım ve etkileşim zor olur. İnsanın çevresi, bir bakıma sanki ‘seslerden örülmüş bir ağ’ gibidir. İnsan, kaynağı türü ve işlevi çok değişik olan bu sesleri algılar, çözümler, yorumlar ve giderek onları değişik anlatım biçimlerine dönüştürür. Bu süreç insan yaşamının ayrılmaz bir parçasını oluşturur” (Uçan, 1994: 9).

Türkiye’deki ilk ses eğitimi dersleri 1916 yılında Darülehan’da “ses bilgisi”, 1923 yılında “musiki kıraatı” adıyla okutulmuştur. Cumhuriyetin kurulduğu yıllarda Atatürk’ün önderliğinde müzik eğitimi alanında yeni atılımlar yapılmış ve 1924 yılında açılan Musiki Muallim Mektebinde “musiki kıraatı” ve “vokal¹” adlı dersler ile 1927 yılında İstanbul Konservatuarında “teganni²” ve “koro” adlı derslerin okutulmasıyla “ses eğitimi alan derslerine” ilişkin bazı eğitimlerin verilmesi ve yaygınlaştırılması sağlanmıştır.

1936 yılında Ankara Devlet Konservatuarında “ana dal ses” , Gazi eğitim enstitüsünde, 1941-1969 tarihleri arasındaki programda “Şan” ,“koro ve koro idaresi”, 1969-1979 tarihleri arasındaki programda ise “ses eğitimi (Şan)” ve “koro” dersleri ile ses eğitimi alan dersleri okutulmuştur. Ankara Devlet Konservatuarında, 1985-1995 tarihleri arasında lisans programında esas meslek dersi “ses eğitimi (Şan)” ve ikinci yılından başlamak üzere yardımcı meslek dersi olarak “diksiyon”, “Türkçe metinli müzikli diksiyon” dersleri ve 1995 yılından günümüze kadar esas meslek dersi “Şan”, “piyano eşlikli Şan” yardımcı meslek dersi olarak “müzikli diksiyon” ve “diksiyon fonetik” dersleri okutulmuştur.

¹ Vokal: Ses için (İnsan).

² Teganni: Şarkı söyleme.

1982-1983 eğitim -öğretim yılında yapılan köklü değişikliklerle üniversitelere bağlanan yukarıda adı geçen eğitim kurumları üniversitelerin bilimsel özerkliklerine bağlı olarak her bölüm belirlenen çerçeve program kapsamında kendi programını hazırlayıp uygulamaktayken, 1997-1998 eğitim-öğretim yılında, Yüksek Öğretim Kurulu tarafından hazırlattırılarak eğitim fakültelerinin müzik öğretmenliği anabilim dallarında lisans süresi içerisinde belirlenen dönemlerde ortak olarak uygulanan “bireysel ses eğitimi”, “toplu söyleme”, “koro”, “koro ve yönetimi” ve ses yeteneği ve teknik düzeyi yeterli olan öğrencilere “bireysel çalgı Şan” dersleri okutulmaktadır.

2006 -2007 eğitim öğretim yılından günümüze kadar ise lisans süresi içerisinde belirlenen dönemlerde ilk dört dönem “ bireysel ses eğitimi”, 2.-7. dönem arasında “koro” , 8.dönem “koro ve yönetimi” ve ses yeteneği ve teknik düzeyi yeterli olan öğrencilere 3. dönemden başlayarak “bireysel çalgı şan” dersleri okutulmaktadır. (Töreyin,2008)

Ortaöğretim düzeyinde ise eksikliği duyulan sanat eğitimine yönelik olarak ilki 1989 yılında açılan Güzel sanatlar liselerinde “bireysel ses eğitimi” dersi ilk olarak 2006 - 2007 eğitim-öğretim yılında 12. sınıflara okutulmaya başlanmıştır. (www.meb.gov.tr).

33. Madde: “Güzel sanatlar alanlarında özel istidat ve kabiliyetleri beliren çocukları küçük yaşlardan itibaren yetiştirmek üzere ilköğretim ve ortaöğretim seviyesinde ayrı okullar açılabilir veya ayrı yetiştirme tedbirleri alınabilir. Özellikleri dolayısıyla bunların kuruluş, işleyiş ve yetiştirme ile ilgili esasları ayrı bir yönetmelikle düzenlenir.”

Aşağıda belirtilen AGSL’ lerinin genel amacı ile ilgili bilgiler Güz 2005 tarih ve 168 sayılı, Milli Eğitim Üç aylık Eğitim ve Sosyal Bilimler Dergisi’nden doğrudan alınmıştır:

Güzel Sanatlar Lise' lerinin genel amacı:

1. Güzel sanatlar alanında yetenekli öğrencilerin yaratıcı yapısı ve yorumcu yeteneklerini geliştirmek amacıyla, öğrencileri araştırmacı

ve geliştirici çalışmalara yönelterek, uygulamalar yapabilecek kişiler olarak yetiştirmek,

2. Öğrencilerin ulusal ve evrensel, tarihî ve çağdaş sanat eserlerini tanımaları ve anlamalarına yardımcı olmaktır. AGSL öncelikle güzel sanatlarla ilgili yüksek öğretim kurumlarının bulunduğu yerlerde açılır. Bu okullar, ilköğretim üzerine bir yıl hazırlık sınıfı ve en az üç yıl öğretim süresi olan yatılı, gündüzlü ve karma eğitim yapan okullardır. Okulların resim ve müzik alanlarının her birine bir öğretim yılında alınacak öğrenci sayısı 24'ü geçemez. Okulun amacı öğrencilerin; güzel sanatlar alanında ilgi ve yetenekleri doğrultusunda eğitim ve öğretim görmelerini, özel yetenek gerektiren yüksek öğretim programlarına hazırlanmalarını, yabancı dil öğrenmelerini, alanlarında araştırmacılığa yönelmelerini, yetenekleri doğrultusunda yorum ve uygulamalar yapabilen, yaratıcı ve üretken kişiler olarak yetişmelerini, millî ve milletlerarası sanat eserlerini tanımalarını ve yorumlamalarını sağlamaktır. ”

3. Aşağıdaki veriler Milli Eğitim Bakanlığı'nın 04.12.2008 tarih ve 1608 sayılı Ortaöğretimde Okul Çeşitliliğın Azaltılması Genelgesi'nden doğrudan alınmıştır: Milli Eğitim Bakanlığının 04.12.2008 tarih ve 1608 sayılı Ortaöğretimde Okul Çeşitliliğın Azaltılması Genelgesi'nin 1. Maddesinin a bendi gereğince Anadolu Güzel Sanatlar Liseleri amaçlarında, öğretim sürelerinde ve öğretim programlarında herhangi bir değişiklik yapılmaksızın Spor Liseleri ile birleştirilmiş ve ismi Güzel Sanatlar ve Spor Lisesi Olarak değiştirilmiştir. Milli Eğitim Bakanlığının 04.12.2008 tarih ve 1608 sayılı Ortaöğretimde Okul Çeşitliliğın Azaltılması Genelgesi ile Güzel Sanatlar Liseleri ile Spor Liselerinin birleştirilmesinin ardından resmi gazetede yayınlanan 16.06.2009 tarih ve 27260 sayılı Milli Eğitim Bakanlığı Güzel Sanatlar ve Spor Liseleri Yönetmeliğinde okulun kuruluş ve amacı şöyle belirtilmiştir:

MADDE 5 – (1) Güzel sanatlar ve spor liseleri, Anadolu lisesi statüsünde olup güzel sanatlar ve spor eğitimi alanında yatılı, gündüzlü ve karma olarak ilköğretim üzerine 4 yıl eğitim ve öğretim yapılan okullardır. Bu okullar, öncelikle güzel sanatlar ve sporla ilgili yükseköğretim kurumlarının bulunduğu yerlerde açılır.

Okulun amacı:

MADDE 6 – (1) Öğrencilerin Türk Millî Eğitimnin genel ve özel amaçları yanı sıra güzel sanatlar ve spor alanlarında;

a) İlgi, istek ve yetenekleri doğrultusunda güzel sanatlar ve spor eğitimi ile ilgili temel bilgi ve beceriler kazanmalarına yönelik eğitim-öğretim görmelerini ve alanlarında başarılı bireyler olarak yetişmelerini,

b) Güzel sanatlar ve sporla ilgili yükseköğretim programlarına hazırlanmalarını,

c) Türk sanat, kültür ve sporuna katkıda bulunan ve başarıyla temsil eden bireyler olarak yetişmelerini,

ç) İş birliği içinde çalışma ve dayanışma alışkanlığı kazanarak takım ruhu ile hareket etmelerini,

d) Alanlarıyla ilgili araştırma yaparak yorum ve uygulama yetkinliğine ulaşabilmelerini,

e) Millî ve milletlerarası sanatsal ve sportif faaliyetleri takip ederek bilgi ve kültürlerini geliştirmelerini,

f) Spor disiplini ve centilmenliği ile sanatçı duyarlılığını benimseyen bireyler olarak yetişmelerini sağlamaktır.

1.1.Ses Eğitimi Türleri

Kapsamlı bir anlam içeren ses eğitimi 3 alt türe ayrılmaktadır.

1.1.1.Bireysel Ses Eğitimi:

Bireysel ses eğitimi ise kendi içerisinde ‘‘Temel Ses Eğitimi’’ ve ‘‘İleri Ses Eğitimi’’ olmak üzere iki ana başlık altında ele alınmaktadır.

Temel Ses Eğitimi: ‘‘Temel ses eğitimi; her yaş ve her nitelikteki sesler için öncelikle eğitsel amaçlar doğrultusunda, konuşma ve şarkı söylemede sesin doğru, güzel ve etkili kullanımına yönelik temel davranışları kazandırma sürecidir.’’ (Çevik, 2013, s. 55).

Temel ses eğitimi programlarının hedefleri;

- *Sesin kullanımı için uygun ve doğru bir bedensel duruşu alabilme, zihinsel olarak hazırlanmış durumda doğru solunum yapabilme.*
- *Ses üretme (fonasyon) ve üretilen sesin frekansına uygun rezonans³ bölgelerini kullanarak sesi doğru bir entonasyonla⁴ ve doğru yere yerleştirebilme, büyütüp zenginleştirebilme, doğal ve abartısız bir söyleyişi gerçekleştirebilme.*
- *Konuşma ve şarkı söylemede dilin anlaşılır olması için, dildeki sesli ve sessizleri iyi artiküle⁵ etme, doğru tonlama ve vurgularla kullanabilme.*
- *Temel düzeyde kazandırılan davranışlara dayalı olarak sesin kullanımında müziksel duyarlılığı geliştirebilme.*
- *Ses üretiminde işlevsel olan organları, bu organlar arasında gerçekleştirilen eşgüdümü kavrayabilme ve ses sağlığını koruyabilme.*
- *Temel düzeyde kazandırılan davranışlar doğrultusunda küçük ölçekli eğitim materyalleriyle bir dağar oluşturabilme. (Çevik, 2013 s. 56).*

İleri Ses Eğitimi (Şan)

‘‘İleri Ses Eğitimi, mutasyon dönemini tamamlamış, uygun bir anatomik-fizyolojik yapıya, gürlük, genişlik ve tını özellikleriyle gelişmeye elverişli, dayanıklı bir ses materyaline sahip bireylerin, seslerini ileri teknikle ve sanatsal amaçlar doğrultusunda kullanabilmeleri için kişiye özgü planlanan bir ses eğitimi türüdür.’’ (Çevik, 2013, s. 57).

³ Rezonans: Titreşim.

⁴ Entonasyon: Ses tutarlığı.

⁵ Artiküle – artikülasyon: Tane tane belirterek.

İleri Ses Eğitimi Programının Hedefleri

• Uygun ve doğru bir bedensel duruşu almış ve zihinsel olarak hazırlanmış durumda, konuşma ve şarkı söylemede solunumu farklı dinamiklerde, tempolarda ve uzun süreli cümlelemelerde denetleyebilme, tüm kasları gerilimden uzak, esnek ve işlevsel olarak kullanma becerisini geliştirebilme.

• Doğru ataklarla sesi üreterek, doğru yere yerleştirebilme, farklı ses bölgelerinde (register) nitelikli ses elde edebilme.

• Konuşma ve şarkı söylemede kullanılan dili, açık ve anlaşılır biçimde, sesli ve sessizleri doğru eklemleyerek, doğru bir söyleyiş (telaffuz), anlamına uygun olarak doğru tonlama ve vurgulamalarla (diksiyon) kullanma bilgi ve becerisini kazanabilme.

• Sesin teknik gelişimine dayalı olarak müziksel duyarlılığı üst düzeyde geliştirebilme, etkili bir seslendirme-yorumlama becerisi kazanabilme.

• Ses üretiminde işlevsel olan organları tanıyabilme bu organlar arasında gerçekleştirilen eşgüdümü kavrayabilme ve ses sağlığını koruyabilme.

• Farklı müzik türlerini, kültürlerini, tarihsel dönemleri yansıtan eğitsel ve sanatsal nitelikli, orta ve büyük ölçekli yapıtlardan oluşan geniş bir şarkı dağarı oluşturmaya yönelik gerekli bilgi ve beceriyi kazanabilme. (Çevik, 2013, s. 60).

1.1.2. Birlikte (Kümesel) Ses Eğitimi:

“Koro eğitimi sürecinde bazen kümesel ses eğitimi uygulamalarına başvurulabilir. Koroda küçük gruplarla yapılan ses eğitimi çalışmaları, her bireye özgü teknik sorunların çözümünü kolaylaştırmakta, öğrencileri daha yakından tanıma fırsatı vermektedir.” (Çevik, 2013, s. 61).

1.1.3. Koroda Ses Eğitimi:

“Koro üyelerine, ortak deneyimleri yoluyla, seslerini koroyla bütünleştirerek, eğitsel ve sanatsal amaçlar doğrultusunda, doğru, güzel ve etkili kullanabilmeleri için, gerekli müziksel davranışları kazandırma sürecidir.”(Çevik, 2013, s. 61).

Koroda ses eğitiminde vokal pedagojik yaklaşımlardan birisi de ısınma işlemleri, prova teknikleri ve soğuma egzersizlerini kapsayan, sistematik bir eğitim

programı olan, korolar için ses eğitimi olarak bilinen bir yaklaşımdır. Sağlıklı şarkı söyleme seslerinin üretimine uygulanan, hayatın vokal deneyimlerine (iç çekme, hapşurma, seslenme, inleme) dayanan bir metottur. Koro şarkıcılarına, desteklenen rezonans vokal sesleri üretmeyi ve sağlıklı şarkı söyleme kavramlarını içeren basit görevler vererek, onlara solo şarkı söyleme bağlamında öğretilen teknik kavramlarla çatışmaya girmeden bunları öğrenmeleri sağlanabilir. Pedagojik olarak bu metot koro şarkıcılarına koro repertuarlarında bulunan (legato, staccato, martellato, messadivoce, dinamik) şarkı söyleme görevlerini fethetmek için bir dizi vokal araç sağlar. Bu işlem, koro şarkıcısında özgüven ve kendine saygı yaratırken aynı zamanda vokal enstrümanı oluşturur. (Smith, Sataloff, 2000, s.106).

Koroda ses eğitiminin ilkeleri ve ses eğitimi programının hedefleri ise şu şekilde açıklanmaktadır.

Koroda Ses Eğitiminin İlkeleri;

- Koroda ses eğitimi, abartıdan uzak, doğal konumları yerleştirmeyi ve dilde anlaşılır olmayı sağlamalıdır.
- Fonasyon⁶, ses gürlüğü, genişliği, tınısı, ses atakları, register geçişleri ve vibrato⁷, koro türlerine, amaçlarına, düzeyine ve partilerin özelliğine göre dengelenmelidir.
- Üretilen seslerin, toplulukla uyum içinde bütünleşmesine, kaynaşmasına ve bağdaşıklık kazanmasına çalışılmalıdır. (Çevik, 2013, s. 62).

Koroda Ses Eğitimi Programının Hedefleri;

- *Koro içinde sesin kullanımı için uygun ve doğru bir bedensel duruşla, zihinsel olarak hazır durumda doğru solunum yapabilme. Bu temel davranışlara dayalı olarak konuşma ve şarkı söylemede solunumu farkı dinamiklerde, tempolarda ve uzun süreli cümlemelerde denetleyebilme, tüm kasları gerilimden uzak, esnek ve işlevsel olarak kullanabilme.*

⁶ Fonasyon: İşitilebilen seslerin çıkarılması.

⁷ Vibrato: Titreşim.

- *Doğru ses üretme ve üretilen sesin frekansıyla uyumlu rezonans bölgelerini kullanarak, sınırlı bir vibrato ve doğru bir entonasyonla, doğru yere yerleştirebilme, ses bölgeleri (register) arasında bağlantı kurarak gürlük, genişlik ve tınıyı geliştirebilme, pürüzsüz, kaliteli, estetik niteliği yüksek bir sesle, doğal ve abartısız bir söyleyişi ve koroya uyumu gerçekleştirebilme.*
- *Koro ile birlikte konuşma ve şarkı söylemede, sesli ve sessizleri iyi eklemleyerek, dili, doğru bir söyleyişle (telaffuz), anlamına uygun olarak doğru tonlama ve vurgulamalarla açık ve anlaşılır kullanabilme.*
- *Müziksel duyarlılığı geliştirebilme, etkili bir seslendirme -yorumlama becerisi kazanabilme.*
- *Ses üretiminde işlevsel olan organları tanıyarak, bu organlar arasında gerçekleştirilen eşgüdümü kavrayabilme ve ses sağlığını koruyabilme.*
- *Küçük ölçekli eğitim materyallerinden ve kendi müzik kaynaklarımızdan başlayarak, farklı müzik türlerini, kültürlerini, tarihsel dönemleri yansıtan, orta ve büyük ölçekli yapıtlardan oluşan geniş bir koro müziği dağarına sahip olabilme. (Çevik, 2013, s. 62,63).*

Koroda ses eğitimi yöntemi çalışılan grubun yaş, cinsiyet ya da fiziksel özelliklerine değişiklik göstermektedir. Koro eğitimcisi korosunun tını, gürlük, genişlik özelliklerine göre ses egzersizleri yaptırmalı ve mümkün olduğunca homojen bir tını elde etmeye çalışmalıdır. Bunlara ek olarak koro şefi, koro üyelerinin seslerini tanımalı, koristlerinin⁸ seslerindeki bireysel gelişim ve değişimleri gözlemleyebilmelidir. Koro eğitimcisinin amacı, öncelikle koristlerinin ses özelliklerini tanıyarak onların ses sağlıklarını gözetmek ve bu çerçevede ses gelişimlerini sağlamak olmalıdır. Çünkü sadece sağlıklı ses gelişimi sağlanmış olan bir koro ile homojen tını elde edilebilir.

⁸ Korist: Koroda şarkı söyleyen kişi.

İKİNCİ BÖLÜM

2. Ses ve Oluşumu

2.1. İnsan Sesinin Oluşumu

Ses bir üründür. “ İnsan sesini oluşturan en önemli organlar ses telleri ve onların bağlı bulunduğu kaslardır” (Gürzap, 1999: 89).

“İnsanın ses oluşturma sisteminin üç ana parçası vardır. Birinci kısım akciğerlerdir. Akciğerlerden gönderilen hava, sistemin öbür iki parçasından geçerek dışarı atılırken, ses oluşturma mekanizmasını uyarır. İkinci parça gırtlaktır. Gırtlığın dip tarafında ses telleri de denen, ama telle benzerliği olmayan ses kıvrımları vardır. Bunlar mukozadan⁹ oluşmuş, çatı biçimini andıran iki çıkıntıdır. Bu çıkıntıların boyu erkeklerde 2 cm, kadınlarda ise 1,3 cm kadardır” (Zeren,1995: 240,241).

Ses; karın, kaburga ve diyafram kaslarının denetimi ve desteğinde, gırtlaktaki ses tellerinin (vocalfolds) akciğerlerden gelen havayı titreştirerek ses 6 dalgalarına dönüştürmesi ve bu ses dalgalarının, göğüs, gırtlak, ağız, geniz ve yüzdeki (frontal ve nazal) sinüs boşluklarında tınlatılması ile oluşur.

Bir başka anlatımla, kasıklardan dudakların ucuna kadar olan bölgedeki hemen hemen tüm organların, sesi oluşturmak için, birbirlerini destekleyerek uyum içinde çalışmaları demektir” (Yurdakul, 2000: 1)

2.2. Ses eğitimi süreci içerisinde kullanılan öğeler:

2.2.1. Solunum

Soluk alma ve soluk verme işlemi solunum olarak adlandırılmaktadır.

Ses sistemi üflelemeli bir çalgıya benzetilebilir. Çalışabilmesi için de soluk gereklidir. Konuşma ve şarkı söylemede iyi bir soluk kapasitesi; renkli, tınlı, esnek, vibratolu uzun cümleler oluşturmayı sağlarken ayrıca sorunsuz rejistr geçişleri ve yüksek tonlarda ses kontrolü için oldukça önemlidir (Howerd ve Austin, 1989).

2.2.2. Duruş (Postür): Ses eğitimi için kullanılan solunumun alınması sırasında vücudun bulunduğu pozisyon “duruş (postür)” olarak ifade edilir.

⁹ Mukoza: Organı kaplayan koruyucu doku, sümükdoku.

Ayakta veya oturur durumda; omurganın dik olarak başı taşıdığı ve boyun kaslarının yumuşak olduğu, göğüs kafesinin kasılmadığı, karın ve bel bölgelerinde herhangi bir zorlamanın olmadığı, ayakların en fazla omuz hizasında açılarak yere sağlam bastığı, çene kemiği ve yüz kaslarının rahat bir durumda olduğu sağlam dengeli - güvenli - enerjik bir duruş şekli solunum ve ses sistemini kontrollü ve denetimli kullanmaya imkân sağlamaktadır (Töreyin, 2008: 117).

Uygun duruşun (postür) üç ana faydası vardır:

1. Nefes almayı kolaylaştırır.
2. Gerilimi azaltır.
3. Şarkı söylemek daha az yorar. (Davids ve LaTour: 2012)

Bütün ses eğitimi hocalarının söylediği gibi iyi şarkı söylemek iyi nefes almakla alakalıdır. Nefes almak sadece havayı içinizde daha uzun süre tutmak değildir. Çünkü nasıl nefes aldığınız sesin tonunu gücünü ve genişliğini - yüksekliğini etkiler. Eğer nefes- ses bağlantısı kurulamadıysa, ses nefesin üzerinde değilse işte o zaman vücudunuz bunu telafi etmek için başka bir aracı kullanmaya başlayacaktır ve muhtemelen bu araç gereksiz bir noktada gerilim gerektiren bir durum ortaya çıkacak vücut gerginleşecektir. Bu son derece sağlıksız bir durumdur. Vücudu düzgün pozisyonda tutmalı, mekanik avantaj sağlanmalı, vücuda gereksiz baskı uygulanmamalı ve vücut mümkün olabilen en iyi pozisyonda kullanılmalıdır. (Calilhanna vd., 2012).

2.2.3.Fonasyon

Bütün müzik enstrümanlarında olduğu gibi sesin kaynağı titreşimlerdir. Titreşimi sağlayan ses telleri larenks¹⁰ içinde yer alır. Bu vokal kıvrımlar birbirine yakın duran iki minik kas gibidir. Bu kaslar sesi oluşturmak için birleşirler ve nefes alma anında açılırlar. Saf ses vokal kıvrımlar düzeyinde üretilen bir vızıltı gibidir. (Chapmen, 2006).

Ses oluşması sırasında oluşan bu olay fonasyon olarak adlandırılır.

¹⁰ Larenks: (gırtlak), Boğazın hemen altında ve farenksin (yutak) önünde, ses tellerinin bulunduğu bir organdır.

“Fonasyon (seslendirme) larenkste ses tellerinin titreşmesi ile gerçekleşir. Ekspirasyon¹¹ havasının, kapanmış olan rimaglottidisin¹² çevresindeki ses tellerini horizontal¹³ olarak titreştirmesiyle gerçekleşmektedir” (Dere, 1990: 495).

2.2.4. Rezonans

Ses yolu boyunca (ses kıvrımlarının üzerinde, ağız ve burun boşluklarını kapsayacak şekilde) ses kıvrımları tarafından meydana getirilen sesin bazı bileşenlerinin yükseltilmesidir. İnsan sesinin rezonansı anatomik yapılar ve konuşma veya şarkı söyleme sırasındaki anatomik durumundaki değişikliklerle belirlenir (Murry ve Benninger, 2006).

Ses eğitiminde rezonans; ses tellerinin titreşmeye başlamasıyla, rezonatörlerin de titreşmesi ve böylece sesin doğuşkanlarının artması, tınısının zenginleşmesi ve kişiye özgü ses karakterinin oluşması şeklinde açıklanabilir (Töreyin, 2008: 140).

2.2.5. Artikülasyon

Konuşma organlarının boğazdan çıkan sese biçim vermek için topluca çalışması olarak tanımlanabilir. Ses eğitiminde artikülasyon, konuşma organlarının bazen kendi başlarına, bazen de birlikte hareket ederek dilin seslerini meydana getirmesine denir (Töreyin,2008:35).

Sesin en önemli aşaması artikülasyondur. Yapılan yanlış artikülasyon bazen kelimeleri tamamen tanınmaz hale getirebilir. Bu sebeple ses eğitiminde artikülasyon konusunda çeşitli alıştırmalar yapmak yararlı olacaktır. Artikülasyonun yardımıyla ses iyi bir anlaşılma niteliği kazanabilir (Yaman, 2001).

¹¹ Ekspirasyon: Soluk verme.

¹² Rima glottidis: Larenks'te sağ ve sol teli (plica vocalis) arasında kalan aralık; glottis aralığı.

¹³ Horizontal: Yatay.

2.2.6. Mutasyon

Değişmek anlamına gelmektedir. Mutasyon ses değişimi demektir. Kız ya da erkek çocuk sesinin fiziksel olgunlaşma sırasında cinsiyet hormonlarının etkisiyle değişime uğramasıdır. Bu geçici dönemde larinksin boyutları büyür, sesin frekansı düşer. Erkek çocuklarının sesi 1 oktav kız çocuklarının sesi bir üçlü kadar kalınlaşır (Say, 2002: 357).

Mutasyon dönemi öncesinde kız ve erkeklerin seslerinde farklılık yoktur. Ergenlik dönemi sırasında cinsiyet hormonlarının faaliyete geçmesi ile kız ve erkek çocuk sesleri değişime uğrar. Bu durumdan en çok etkilenen organ larinkstir. Bu etkilenme sonucu larinksin boyutları büyür. Ses telleri erkek çocuklarında neredeyse 1cm'ye kadar uzayarak sesleri 1 oktav kadar kalınlaşır. Kız çocuklarında ise ses telleri 3-4 mm'ye kadar uzayarak sesleri 1/3 oktav kadar kalınlaşır. Erkek çocuklarındaki ses değişiminin daha belirgin olmasının sebebi de budur. Bu dönemde ses genellikle kısık ve güçsüzdür. Mutasyonun konuşmada tamamlanması 3-6 da olurken şarkı söylemede tamamlanması kişisel farklılıklarla birlikte 2-3 yılı bulabilir. Mutasyonun tamamlanması genelde kızlarda 17, erkeklerde 19 yaşına kadar sürebilir (Kızıldeli, 2001).

Mutasyon dönemi üç evreden oluşur:

1. Premutasyon (ergenlik başlangıcında): 9-12 yaş
2. Mutasyon (ergenlik): 12-15 yaş
3. Postmutasyon (ergenlik bitişi): 14-18 yaş

Mutasyon döneminin başlayışı, akışı ve bitişi iklim, beslenme ve kalımsal özelliklere bağlı olarak değişiklik göstermektedir. (Kızıldeli,2001).

Bu dönemde, fonasyon sırasında ses tellerinin arka kısmında mutasyon üçgeni diye bilinen bir glottis¹⁴ açıklığı olabilmektedir. (Cevanşir-Gürel,1982).

¹⁴ Glottis: Ses tellerinin bulunduğu gırtlak bölgesi.

Yapılan laringoskopiler¹⁵ sonucu elde edilen bulgular, ses tellerinin kırmızı bir renkte ve hatta zaman zaman kanlı bir görünümde olduğudur. (Yavuzer vd., 2000).

Ses akustik olarak incelendiğinde seste, kafa ve göğüs sesleri arasında gidip geldiği, kırılma, ton tutma güçlüğü gibi durumlar olduğu belirlenmiştir. (Cevanşir-Gürel, 1982).

Bu dönemde olan değişimlere bağlı olarak; larinks kasılmaları, seste zaman zaman kısılmalar, kabalaşmalar, zaman zaman ses genliğinde yükseliş ve inişler olmaktadır. Bunun sonucunda da mutasyon döneminde olan erkek ve kızlar alışık olmadıkları bu sesin şaşkınlığı ve hatta utancı içinde bulunmaktadırlar. Aynı zamanda, ergenlik döneminde olan vücut görüntüsündeki ve fizyolojisindeki çok hızlı olan bu değişimlere ayak uydurmak ve baş etmek durumundadırlar. (Senemoğlu, 2013).

Çocukluk ve ergenlikte fonksiyonel ses bozukluklarının oluşmaması müzik eğitimi kapsamında yapılan uygun ve doğru ses eğitimi çalışmaları ile sağlanır. (Töreyin, 2008: 130).

Frank-Sparber ikilisinin yaptıkları çalışmalarında “mutasyon sırasında hiç ses eğitimi yapmamanın, bu süre içinde sesi kötü kullanmak kadar zararlı olduğunu saptadıklarını” ifade etmiştir. Özellikle GSL’deki ses eğitimi alan derslerinde gençlere seslerini koruyarak şarkı söylemelerini öğretmek başlı başına bir uzmanlık alanıdır. (Okatan,1996: 178).

Bu dersleri veren öğretmenlerin çocuk ve mutasyon döneminin ses özelliklerini bilmek ve buna uygun ses eğitimi tür ve yöntemlerini doğru saptayarak, rejistır geçişlerine ilişkin doğru davranışlar kazandırmaları gereklidir. (Töreyin, 2008:131).

¹⁵ Laringoskopi: Lareks (gırtlak) muayene metodu.

Ses eğitimcilerinin mutasyon döneminde yapacak oldukları uygulamalarını büyük bir dikkat ve özenle seçmeleri ve bu dönem içerisinde bulunan öğrencilerini dikkatle izlemeleri gerekmektedir. Bu dönemin seste kalıcı hasarlar olmaksızın atlatılması eğitimcilerin bilinçli yaklaşım ve bilgi birikimleri ile sağlanabilir. Bu değişim çocuklara en iyi şekilde açıklanmalı, konuşma ve şarkı söylemede ses zorlanıp bastırılmadan kullanılmalı, yaşanan sorunların geçici olduğu belirtilmeli ve mutasyon sonuna kadar sabırla beklenmesi gerektiği vurgulanmalıdır. Ancak bu, dönem asla ses eğitimi yapılmayan ve şarkı söylenmeyen bir dönem olarak algılanmamalıdır. Sesin bu dönemde içinde bulunduğu ses sınırları aşılmaksızın alıştırmalar yapıp şarkılar söylenebilir. Bu konuda genellikle eğitimcilerin ortak eğilimi, ses eğitimine bilinçli bir şekilde devam edilmesi yönündedir. (Kenneth,1992)

Bu dönemde:

1. Normal ses sınırlarını aşma,
2. Solunumu iterek kullanma,
3. Uzun süreli ses çalışmaları,
4. Ses türünün yanlış belirlenmesi,
5. Bağırarak konuşma ve şarkı söyleme,
6. İyi telaffuz etmeme gibi yanlış davranışlarda bulunulmamalıdır. (Cevanşir ve Gürel, 1982).

İnsan sesinin oluşumunda üç sistem rol oynamaktadır. Sesi meydana getiren ve sesi en etkileyici biçimde karşıdaki varlığa iletmeye yarayan organlar 3 sistemde toplanır.

Bunlar Respiratör (Solunum) Sistem, Vibratuvar sistem, Rezonatör sistem'dir.

2.3. Ses Sağlığını Koruma Becerisi

Ses eğitiminde bilinçli bir şekilde ses oluşturulması ve kullanılması, insanda ses sistem ve mekanizmasının tanınarak algılanması ile mümkündür. İletişim ve etkileşim aracı olarak yaşamın her alanında insanın sesini sürekli kullanma zorunluluğu vardır. Ses eğitiminin genel amacı bireyin ses sağlığını koruyarak sesini kullanmayı öğretmektir. Bu bağlamda GSL bireysel ses eğitimi öğretim sürecinde

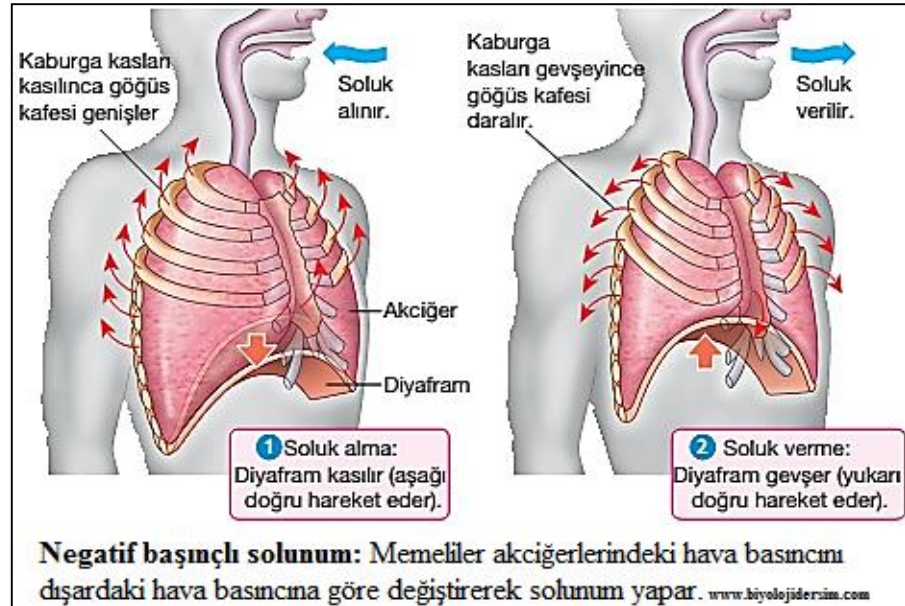
öğrencilere, seslerine olumsuz etki yapan ortam ve durumlardan korunma ve bunu yaşamlarının her anında uygulama becerisi kazandırılması amaçlanmaktadır. Bu beceri ile öğrencilerde, ses bozukluğuna sebep olan etkenleri tanıyabilme ve bu etkenlerden kaçınma bilinci geliştirilir. Bu beceri, sesini kullanırken sağlığını koruma (doğru ses üretilip kullanarak) ve sesine doğrudan doğruya zarar vermesi olası durum ve ortamlardan korunma becerisi olarak iki alt beceriyi içerir.

2.4. Ses ve Sesin özellikleri

Esnek cisimlerin titreşmesi ile oluşan ve dalgalar halinde yayılan enerji çeşidine ses denir.

Ses veren her madde veya cisim bir ses kaynağıdır. Ses kaynakları titreşerek ses meydana getirir. Titreşim bir cismin ileri geri gidip gelme hareketidir. Ses veren her şey titreşir.

Ses veren bir kaynağın ses çıkarırken titreştiğini diyapozonda¹⁶ görebiliriz. Gırtlığımızda ses telleri bulunmaktadır. Bu ses telleri akciğerlerimizden gelen hava ile titreşir. Titreşimle meydana gelen ses, dil ve dişlerin yardımıyla sözcük olur.



Şekil 1: Soluk Alıp Verirken Diyaframın Görünümü

¹⁶ Diyapozon: La sesini vererek çalgıların uyumlanmasına yarayan çatal.

Ses madde bulunan her ortamda yayılır. Boşlukta madde olmadığı için yayılmaz. Sesin hızı, ışık hızına göre çok azdır. Ses saniyede 340 m yol almaktadır. Sesin yayılma hızı ortamın sıcaklığına bağlıdır. Sıcaklık arttıkça yayılma hızı artar. Sesin yayılma hızı ortamına da bağlıdır. Ses en hızlı katı maddelerde yayılır.

Bir ses kaynağından çevreye yayılan ses dalgaları, sert bir yüzeye çarptıklarında doğrultularını değiştirerek yansımaya uğrar. Çevremizdeki seslerin bir kısmını yansıma sonucunda duyabilmekteyiz.

Sesin Özellikleri

Bir sesi başka bir sestem, aşağıdaki üç özelliğinden yararlanarak ayırabiliriz.

a. Sesin Şiddeti

Sesin kuvvetli ya da zayıf olmasıdır.

b. Sesin Yüksekliği

İnce sesi, kalın sestem ayıran özelliğe denir. Sesin yüksekliğini, saniyedeki titreşim sayısı (frekansı) belirler. Saniyede 300 kez titreşen telin çıkardığı ses, 200 kez titreşen telin çıkardığı sestem daha incedir.

c. Sesin Tınısı

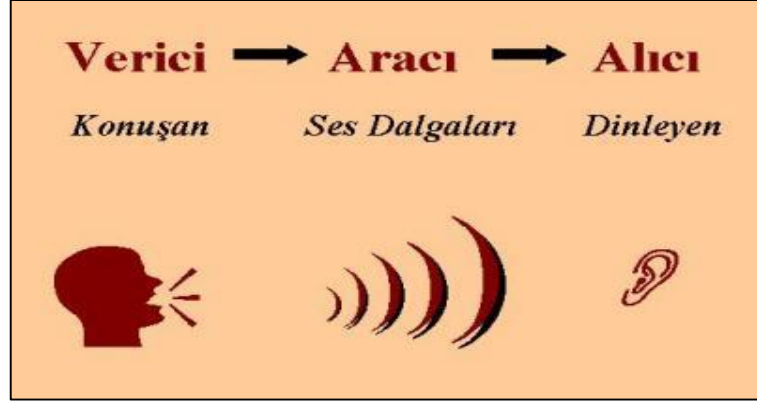
Ses kaynağının cinsini belirlemeye yarayan özelliğidir. Keman sesini mandolinden, kaval sesini flütten ayıran özelliktir. Aynı yükseklikte ve aynı şiddete başka başka müzik aletlerine ait sesleri kulağımızın ayırt etme özelliğidir.

Bir ses kaynağından yayılan ses dalgaları, çevredeki bazı ses kaynaklarını titreştirebilir. Frekansları aynı olan kaynaklardan biri titreştirildiğinde diğer ses kaynağının etki ile titreşmesine rezonans (tınlaşım) denir. (<http://www.mailce.com/ses-nedir-sesin-ozellikleri-nelerdir.html>)

2.5. Sesin Oluşumu ve Fizyolojisi

Ses, işitme yoluyla algılanabilen molekül hareketlerini tanımlar. İşitme sistemimizi harekete geçiren her hareket “ses” tir. Hava ve suda yaşayan tüm canlılar bulunduğu ortamdaki molekül hareketlerini algılayarak hem besinlerini bulur hem de

hareket yönlerini belirler. İlkel canlılarda vücut yüzeyleri bu işlevi görürken, gelişmiş canlılarda kulak sistemi bu fonksiyonu sağlar.



Şekil 2: Sesin Oluşumu

Ses en iyi sıvı ortamda iletilebilmektedir; çünkü su sıkıştırılmaz, bu nedenle ses çok uzak mesafelere ulaşabilir. Bu nedenle iç kulağımız su ile doludur. Denizlerde yaşayan canlılar sesi uzak mesafelerden algılamakta güçlük çekmezler. Su altı araştırmalarında okyanus derinlerindeki balina sesleri binlerce kilometre uzaklıktan algılanıp takip edilebilmektedir. Karada yaşayan canlılar sıvı ortamdakiler kadar şanslı değildir. Hava molekülleri seyrek ve sıkıştırılabilir. Mesafe arttıkça ses enerjisini kaybeder. Bu nedenle kulakta hava ortamın sıvı ortama dönüştürülmesi gerekir. Dönüşüm kulak zarı ve orta kulakta birbirlerine bağlı kemikçiklerle sağlanmaktadır. Bunlar “örs”, “çekiç” ve “üzengi” kemikleridir.

Neden konuşma ve sestten bahsederken kulakla başladık? Neden gayet basit; tüm konuşma organları, ses tellerimiz, akciğerimiz ve hava boşluklarımız bir arada çalışarak kulak denenen organı tatmin etmek için çalışmaktadır.

Karada yaşayan tüm canlılarda ve insanda ses 3 farklı sistemin bir arada çalışması ile oluşmaktadır.

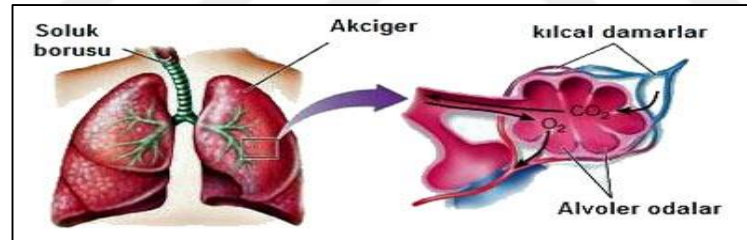
2.5.1. Hava moleküllerinin hareketini sağlayan akciğer sistemi

Akciğerlerimiz hava moleküllerini alma, hapsedme ve verme özelliğine sahiptir. Alıp hapsedebileceği hacim yaş, kilo ve cinsiyete göre değişmekle birlikte 80 ml/kg' dır. Dolayısıyla 75 kg lık bir erişkin erkeğin maksimum hava tutma hacmi 6 lt civarındadır. Bu havanın 15ml/kg' lık kısmı yani yaklaşık 1-1,5 lt si trakea ve

bronşları yani hava yolunu doldurmaktadır. Bu “rezidü” , “artık” hacim olarak tanımlanmaktadır. Bu hacim sabittir. Ancak astı veya benzeri tıkaçıcı patolojilerde değişmektedir. Kalan 4,5 - 5 lt’ lik hacim ise kullanılabilir. Bu hacmin tamamı “vital”- “yaşam” kapasitesi olarak isimlendirilmektedir. Kişi en fazla vital kapasitesi kadar soluk alıp verebilir. Alınan hava yaşamsal olduğu için “vital” kapasite terimi doğrudur. Ancak ses üretilirken bu hacim atılırken ses tellerinin titreşiminde kullanılır dolayısıyla bu durum “fonasyon” kapasitesi olarak isimlendirilmektedir. Sesi uzatma süremiz akciğerimizin fonasyon - vital kapasitesi ile doğru orantılıdır.

Akciğerlerimiz hacmin tamamını günlük hayatta kullanmaz. Yaklaşık 7 ml/kg yani 0,5 lt kısmını rahat nefes alma sırasında kullanılır. Buna “tidal” yani “gelgit” nefesi adı verilmektedir. Konuşma sırasında rahat bir nefes alma sonrasında konuşma başlar ve vital kapasiteden bir miktar daha hacim kullanılarak işlev tamamlanır.

Havanın akciğer sistemi içine giriş ve çıkışı göğüs kafesi ve bağlantıda olduğu kaslar ile sağlanmaktadır. Diyafram kası da bunlardan birisidir.

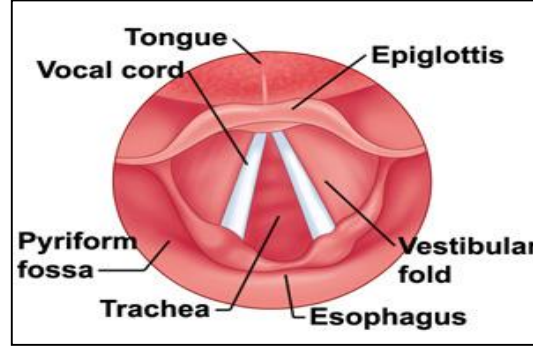


Şekil 3: Akciğer ve Yapısı

2.5.2. Rezonatör sistem

Ağız, burun ve hava boşlukları ile boşluğu oluşturan yapılar. Akciğer dokumuz nefes aldığımız hava ile dolar ve kana oksijeni verip karbondioksit ile yer değiştirdikten sonra atık hava haline gelir ve tekrar aynı yolla dışarı atılır. Ses oluşumunda bu atık hava kullanılır. Atık hava daha nemli ve dışarıdaki havadan daha ağırdır. Su molekülleri nedeniyle biraz daha yoğundur. Bu hava atılırken ses tellerimiz (vokal kıvrım) arasından geçerek bu dokunun yüzey tabakasını (örtü tabakası) harekete geçirir ve bir dalga oluşumu sağlayarak rezonatör sisteme havayı

düzenli bir frekans aralığında hava akımları olarak iletir. Rezonatör sistemimizdeki hareketli ve sabit yapılar bu hava hareketini şekillendirerek insana özgü sesler olarak çevreye yayılımını sağlarlar. Ses telleri tel değildir. Tabakaları olan bir kıvrımdır.



Şekil 4: Rezonatör Sistem

Vokal kıvrımlar soluk borusunun en üst kısmındaki sağ ve solda olmak üzere iki tane yapıdır. Nefes alırken birbirlerinden uzaklaşır ve hava yolunu açar; yutkunma ve ses çıkartma sırasında birbirlerine yaklaşır ve kapanırlar. Her iki vokal kıvrım birbirine yaklaşıp arasından hava geçtiği sırada titreşim oluşarak hava akımını periyodik olarak keser ve açar. Böylelikle belirli bir frekansta ses oluşur.

Bu temel frekans olarak adlandırılmaktadır. Erkeklerde temel frekans kadınlardan ve çocuklardan daha düşüktür bu nedenle erkek sesi daha kalındır. Ortalama 120 Hz. (105-140 Hz.) civarındadır. Kadın ve çocukların temel frekans değerleri yüksektir. Bayanlarda ortalama 210 Hz. (180-240 Hz.) arasında değişmektedir. Çocuklarda yaş ve cinsiyete bağlı olarak bu değer 240 Hz. üzerindedir.

2.5.3. Ses Kullanımı

Carroll ve Sataloff'a (1991;385) göre; sesi oluşturan üç sistemin kusursuz bir koordinasyonla çalışabilmesi için öncelikle sağlıklı olması ve duruş problemlerinin olmaması gerekir. Ses eğitimi alan bireylerde bile duruş problemleri çok sıkça görülmektedir. Yüzeysel bir duruş şekli dikkati çekmektedir. Vücut pozisyon problemleri az olsa bile ses üretimini olumsuz etkileyecektir.

İleri duruş problemlerinin giderilmesinde yetişmiş bir psikiyatrist veya fizik tedavi uzmanının konsültasyonu önerilmektedir

“Sesi kullanırken yanlış kas gerilimine bağlı olarak, boyun, boğaz ve gırtlakta, ensede gerginlik oluşmaktadır. Organik sebepler dışında fonksiyonel¹⁷ bir sorundur. Karın, göğüs ve duruş kaslarının doğru kullanılmaması yine sıkça görülen sorunlardandır. Fizyolojik olmayan kas gerilimleri doğru yönlendirmelerle ortadan kaldırılmalıdır” (Yiğit, 2004: 313).

“Ses bozukluğu olan öğrencide solunum mekanizmasındaki değişiklikler kolaylıkla görülür. Göğüs solunumunun karın solunumunu azalttığı veya engellediği, boyun damarlarının şiştiği gözlenir. Fonasyon başlangıcında karın kaslarının gevşemesi ya da sert olarak kasılması gibi durumlar sesi olumsuz etkilemektedir. Solunum kontrolünün iyi yapılamaması sonucunda yetersiz şiddette ses üretme, rejistir geçişlerinde takılıp kalma, larenkste belirgin şekilde aşağı ve yukarı iniş çıkışlar, sert glottal atak ya da tersi havalı fonasyon, konuşma ve şarkı sesini yanlış, kötü kullanma gibi olumsuz davranışlar ortaya çıkmaktadır. Soluk ve ses ne kadar iyi kullanılırsa, konuşulan dil de o kadar iyi kullanılır. Bunun tersi de düşünülebilir. Sesin yanlış kullanılmasına sebep olan, olması gerekenden geniş ya da dar ağız açıklığı ile söyleme biçimi rezonansı, dolayısı ile ses özelliklerini ileri derecede bozmaktadır. Çene açılım eksikliği ya da istenilenden fazla gevşemesi, yanlış dil pozisyonu gibi durumlar da ses özelliklerini etkilemektedir. Mükemmel bir rezonans için çene gerilimden uzak fakat salık olmamalı, dil istenilen zamanda istenilen yerde olmalıdır” (Yiğit, 2004: 313).

“Kapasite zayıflığı olan kişilerin, solunum fonksiyonlarında ve ses kalitesinde özellikle şiddette önemli derecede zayıflık görülmektedir. Bu şekilde sesin sahip olduğu özelliklerde (perde, tını, şiddet) eksiklik gösteren bireyin şan özelliği geliştirilememekte ve birey defektinin farkına varamamaktadır” (Şenocak, 1990: 119).

“Yaşa, cinse ve cüsseye (vücut imajına) uymayan ses kalitesi ile şarkı söyleme de genellikle fonksiyonel bir sorun olarak görülmektedir. Kız öğrencilerde yaş ve cins (çocuk, yeni yetme, kadın) özelliğine uymayan ses kalitesi; erkek öğrencilerde yaş, cins ve vücut yapısına uymayan zayıf ses kullanımı ortaya

¹⁷ Fonksiyonel: İşlevsel.

çıkılmaktadır. Bu kişilerde ses, üst rezonans boşluklarında tınlama özelliği göstermektedir. Bu seslerde göğüs rezonansını geliştirerek, sesin her bölgede eşit tınlaması uygun egzersizlerle sağlanabilir. Uzun bir zaman almaktadır” (Yiğit, 2004: 313).

2.6. Ses Sorunları ve Nedenleri

“Ses sorunları, ses tellerinin titreşim kalitesinde ve ses özelliklerinde bozukluğa sebep olan durumlar olarak tanımlanabilir. Bu sorunlar organik (anatomik oluşumların patolojisine bağlı), fonksiyonel ve psikik¹⁸ nedenlere bağlı olarak ortaya çıkmaktadır. Ses tellerinin yaklaşım ve titreşim özelliğinin, kalitesinin bozulmasına sebep olan; ses teli nodülü, polip, ses teli kanaması, reinke ödemi (ses telinde sıvı birikimi), ses tellerindeki kistler vb. sorunlardır. Bu sorunlar; sesin kötü kullanımı, ses tellerini tahriş eden öksürme, bağırma ve boğaz temizleme, sigara ve içki alışkanlıkları gibi nedenlere bağlı olarak ortaya çıkmaktadır. Burun tıkanıklığı, sinüzit, farenjit, larenjit, geniz eti, bademcik iltihabı, alt ve üst solunum yolu hastalıkları, alerjik oluşumlar, gece geç yeme alışkanlığına bağlı reflü gibi sorunlarla da sıkça karşılaşmaktadır. Bunlar, özellikle solunum yollarının daralmasına, çıkan havanın miktarının azalması sonucu seste nitelik ve nicelik açısından değişmelere neden olmaktadır” (Şenocak, 1983: 123).

2.6.1. Ses Kısıklığı

Ses kısıklığı, sesteki anormal değişiklikleri ifade eder. Ses kısılması olduğunda ses fısıltılı, kaba, çatallı, zorlanmış olarak duyulabilir, sesin şiddetinde veya tonunda değişiklik olabilir. Sesteki değişiklikler genellikle ses telleriyle ilgili bozukluklara bağlıdır. Ses telleri gırtlakta (larenks) bulunur. Konuşma sırasında titreşirler. Böylece ses oluşumunun ilk basamağı gerçekleşir. Bu titreşimin sayısı, kadınlarda ortalama 200-300/sn, erkeklerde ise 100-150/sn aralığında değişir. Nefes alma sırasında ise ses telleri açılır.

2.6.2. Ses Kısıklığının Nedenleri

Ses kısıklığının çeşitli nedenleri vardır. Bunların çoğu ciddi sağlık problemlerine neden olmazlar ve kısa sürede düzelirler. Ses kısıklığının en sık nedeni “akut larenjit”tir. Akut larenjit, soğuk algınlığı ve diğer üst solunum yolu

¹⁸ Psikik: Ruhsal.

enfeksiyonları sırasında, ya da aşırı bağırmaktan kaynaklanan ses zorlamalarında ortaya çıkar. Genellikle bir - iki hafta içinde ses normale döner.

Daha uzun süreli ses kısıklıklarının nedeni genellikle sesin uzun süreyle aşırı ve zorlanarak kullanılmasıdır. Bu tür ses kullanma alışkanlığı, ses telleri üzerinde nodül adı verilen ve ses kısıklığına neden olan küçük şişliklerin ortaya çıkmasına neden olur. Nodüller genellikle sesini profesyonel nedenlerle uzun süre, ancak hatalı teknikle kullanan kişilerde (şarkıcılar, öğretmenler, politikacılar gibi) görülür. Ses tellerinin birbirlerine sürekli normalden fazla kuvvetle çarpmasına bağlı olarak gelişen nodüller, ses eğitimi ile ses kullanma alışkanlığı düzeltilmediği sürece kendiliğinden kaybolmazlar. Aşırı bağırmayı takiben gelişen akut larenjit sırasında ses teli içine küçük kanamalar meydana gelebilir; bu aşamada ses dinlendirilmediği takdirde bu kanama polip adı verilen tek taraflı ses teli şişliklerine dönüşebilir ve sürekli ses kısıklığına neden olur.

Ses kısıklığının sık görülen nedenlerinden birisi de yemek borusu ile midenin birleştiği noktadaki bir adalenin zayıflığına bağlı olarak, mide içindeki asitli sıvının yemek borusundan gırtlak seviyesine yükselerek ses tellerini tahriş etmesidir; buna larengofarengal reflü adı verilmektedir. Ses kısıklığı özellikle sabahları fazladır ve gün içinde azalır. Ses kısıklığı ile birlikte boğazda takılma, yabancı bir madde varmış hissi ve sıkboğaz temizleme alışkanlığı da sık görülen belirtilerdir. Reflü nedeniyle ses kısıklığı olan hastaların pek çoğunda mide ile ilgili şikâyetler yoktur.

Sigara, ses kısıklığının bir diğer nedenidir. Sigara, gırtlak ve boğaz kanserlerinin gelişmesinde önemli bir risk faktörü olduğundan düzelmeyen ses kısıklığı olan ve sigara içen kişilerin bir Kulak Burun Boğaz hastalıkları uzmanına muayene olmaları gerekir.

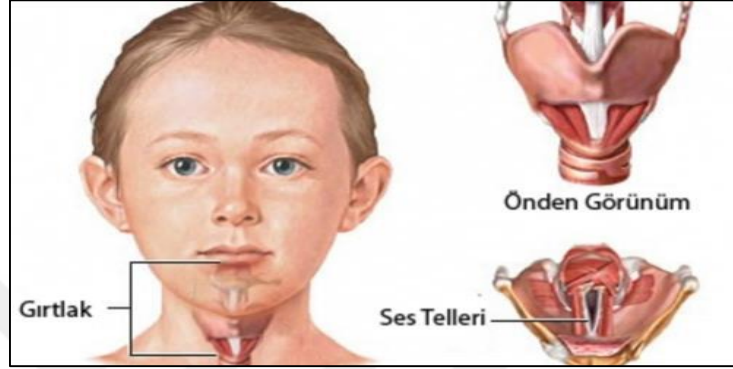
Ses kısıklığının daha nadir nedenleri arasında alerji, guatr ve sinir sistemi hastalıkları sayılabilir. Birçok insanda doğal yaşlanma ile birlikte bir miktar ses kısıklığı ortaya çıkabilir.

Ses kısıklığı iki haftadan uzun sürerse ve belirli bir nedeni yoksa bir Kulak Burun Boğaz hastalıkları uzmanına muayene olmanız gerekir. Sesle ilgili problemler, ideal olarak sesle ilgili fonksiyonlar ve sorunlarla uğraşan profesyonel bir ekip tarafından değerlendirilmeli ve tedavi edilmelidir. Böyle bir ekipte Kulak Burun Boğaz hastalıkları uzmanı, ses ve konuşma terapisti, şan, diksiyon öğretmenleri yer

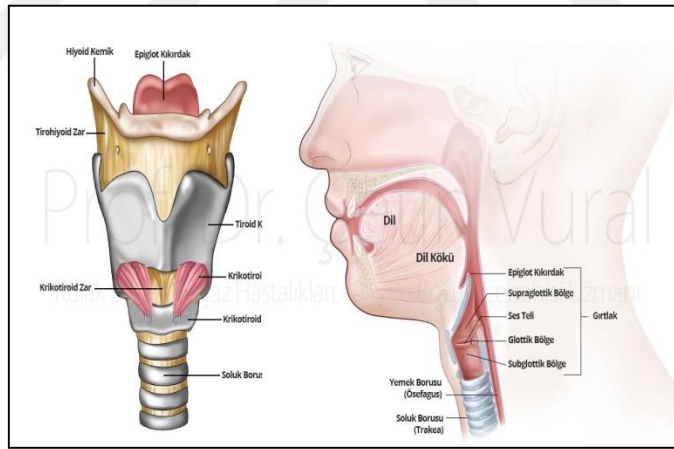
alır. Ses bozuklukları, bu uzmanlardan her birinin katkısı olabilecek farklı ve karmaşık özellikleri bulunabilir.

2.6.3. Gırtlak muayenesi

Bu incelemedeki amaç, indirekt larengoskopide çıplak gözle görülemeyen ses tellerinin titreşimlerinin, stroboskopi¹⁹ adı verilen bir sistem vasıtasıyla görünür hale getirilmesidir.



Şekil 5: Gırtlak ve Ses Tellerinin Önden Görünümü



Şekil 6: Gırtlak

Solunum sırasında ses telleri açık konumdadır (V harfi şeklinde). Ses oluşumu esnasında kapanır ve titreşim yaparlar. Dolayısıyla; rima glottis, ses oluşumu sırasında tam kapanmalıdır. Fakat bayanlarda görülen lineer²⁰ açıklık fizyolojik kabul edilir. Bunun yanı sıra iyi bir ses oluşması için, ses telleri kenarlarının düzgün olması ve titreşim sırasında birbirlerine tam olarak temas etmesi

¹⁹ Stroboskopi: Periyodik hareketleri gözleme yöntemi.

²⁰ Lineer: Çizgisel, doğrusal.

gerekir. Herhangi bir organik veya fonksiyonel problemden dolayı ses tellerinin titreşimi olumsuz etkileniyorsa ses bozukluğu ortaya çıkar.

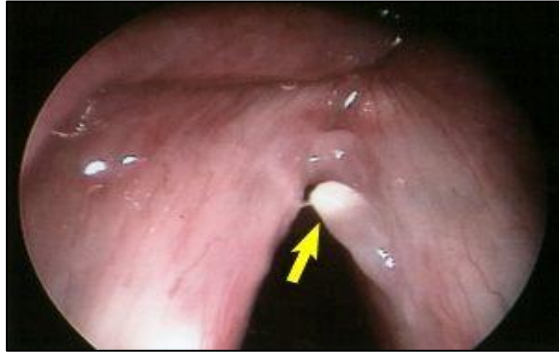
2.6.4. Kanamalar

Ses tellerinin üzerinde mevcut olan damarlar bazen genişleme gösterir. Bu genişlemeler; sesin kötü, zorlu veya yanlış kullanılmasında kanayabilirler. Bu kanama sonucunda ses telleri kırmızı renk olur ve sese bozukluğa yol açar.

Özellikle bayanların regl dönemlerinde, vücutta kanamaya eğilimin artması nedeniyle, sesin en ufak bir zorlanması sonucu böyle bir kanama meydana gelebilir. Özellikle, regl döneminde şarkı söyleyen bayan ses sanatçılarında bu tabloyla çok sık karşılaşılır. Ayrıca, antikoagülan (kanı sulandırıcı) ilaç kullanımı da kanama ihtimalini yükseltir. Tedavide, genelde ses istirahati önerilir. İlaçların yararları sınırlıdır.

2.6.5. Polip

Ses telinin polipleri çoğu kez kanamalardan sonra gelişir. Erken dönemde kırmızı ve sonra soluk pembe - beyaz renktedirler. Küçük boyutlardaki polipler, kist veya nodülle karıştırılır. Polipler; ses bozukluğu yapan iyi huylu oluşumlar arasında en sık görülenleridir. Eğer ses telinin üst yüzünde olurlarsa sesi o kadar bozmazlar ama ses tellerinin birbirine temas eden iç kenarlarında olurlarsa tam kapanmayı engellerler ve disfoniye²¹ neden olurlar. Özellikle önde ve arkada açıklık kalacağından, kısık ve havalı bir ses ortaya çıkar.



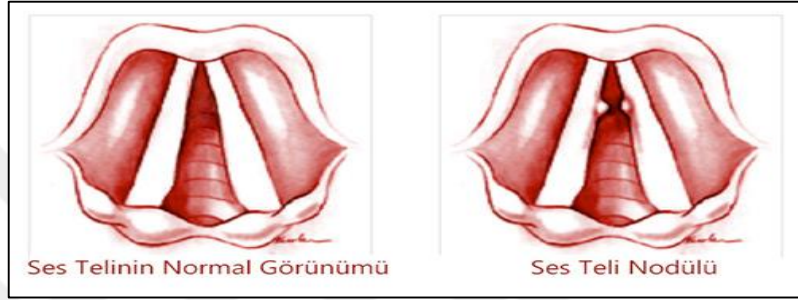
Şekil 7: Polip

²¹ Disfoni: Fonksiyonel ses bozuklukları.

Hastaların %80'i sigara içmektedir ve birçoğunda hatalı ses kullanımı söz konusudur. Poliplerin %90'ı tek taraflıdır. %10'u tek veya çift taraflı ve birden fazladır. Poliplerin tedavisi cerrahidir.

2.6.6. Nodül

Nodül özellikle orta yaş bayanlarda, öğretmenlerde, çocuk sahibi kişilerde daha sık görülür. Ayrıca puberte²² öncesi çocuklarda bağırma ve sesi zorlu kullanmaya bağlı olarak dikenimsi şekilli nodüller sık görülür.



Şekil 8: Ses Telinin Normal Görünümü ve Ses Teli Nodülü

Nodüller daima çift taraflıdır. Küçük nodüller yumuşak ve saydamdır. Büyük nodüller koni ve krater şeklinde olabilirler.

Karşı ses teline temas sonucunda, burada da reaksiyoner²³ kitle oluşturan küçük kist veya poliplerle karıştırılabilir. Nodüllerin tedavisi günümüzde ses eğitimleri ve şan çalışmaları ile yapılır.

Ses telleri açık iken nodüllerin görünümü. Ses telleri ses oluşturmak için birleştikleri sırada nodüller tam kapanmayı engeller. Bunun sonucunda kısık, puslu ve havalı bir ses oluşur.

2.6.7. Kist

Çoğu kez nodülün yerleşim yerinde oluşurlar. Genellikle sesin kötü kullanımı söz konusudur. Tek taraflı olmalarına karşılık, karşı ses telinde temas sonucunda reaktif bir kitle oluşturabilirler. Bu yüzden nodüllerle karıştırılabilirler. Tedavileri cerrahi müdahale ile çıkarılmalarından ibarettir.

²² Puberte: Ergenlik.

²³ Reaksiyoner: Tepkisel.

2.6.8.Reinke ödemi

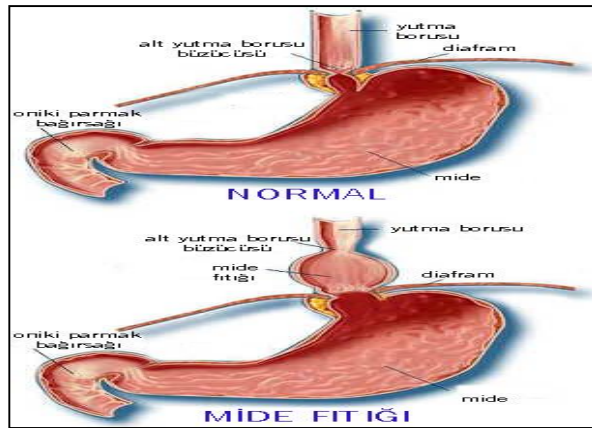
Bu hastalık ses tellerinin aşırı şişmesi ve sesin kalınlaşması ile kendini gösteren bir tablodur. Bu problemin olduğu kadınlar telefonda konuşurken erkek zannedilirler. En büyük nedeni sigaradır. Ses telleri tüm solunum yolunu tıkayacak kadar şiş hale gelebilirler. Tedavisi için çeşitli ilaçlar denenir ama çoğunlukla sonuç cerrahi müdahale ile alınır.



Şekil 9: Ses Tellerine Solunum Yolu Tıkama Durumu

2.6.9.Reflu

Mide asidinin yemek borusundan geri ve yukarı çıkması sonucunda, ses telleri ve gırtlak dokularında iltihabi olay gelişmesidir. Ses tellerinin arka kısımlarında bu tahrişe ait belirtiler kolayca tanınır. Bu hastalarda çoğu kez göğüste yemek borusu boyunca bir yanma hissi, geğirme ve mide şikâyetleri olabilir. Özellikle sabah uyanıldığında seste bir kalınlaşma şikâyetiyle çok karşılaşılır. Hastaların yemekten en az 3-4 saat sonra, mide boşken uyumaları sağlanır. Mide asidi salgısını arttırıcı gıdaların (kahve, çay, baharatlı yiyecekler ve süt gibi) tüketimi önlenir. Hastalara sıkı kemerler kullanmamaları, yataklarının belden itibaren baş hizasının yüksek olmasını sağlamaları önerilir. Tedavide asidin salınımını önleyen veya kontrol eden ilaçlar kullanılır. Bu hastaların bazılarında mide fitiği tespit edilir ve cerrahi olarak tedavi edilirler.



Şekil 10: Mide Fitiği

2.6.10. Papillom

Papillomlar virüslerin oluşturduğu çoğu kez beyaz renkte görülen oluşumlardır. Çocuklarda ve erişkinlerde değişik şekillerde ortaya çıkabilir. Tedavileri oldukça güçtür. Birçok kere cerrahi yapılması gerekebilir. Bunun sonucunda gırtlığın normal anatomik yapısı bozulabilir. Günümüzde en iyi tedavi yöntemi lazer ile tedavi edilmesidir.



Şekil 11: Papillom

2.6.11. Veb

Her iki ses telinin arasında ve ön kısımda bir perde olmasıdır. Seste kısıklığa, büyük boyutlarda ise nefes darlığına yol açabilir. Doğumsal veya sonradan olabilir. Doğumsal olanları yaş büyüdükçe oransal olarak küçük kalabilir ve tedavi edilmeyebilir. Ama şikayete yol açanları cerrahi olarak tedavi edilir. Genelde lazer veya açık cerrahi tercih edilir.

2.6.12.Sulkus Vokalis

Sulkus Vokalis ses tellerinin uzun ekseni boyunca mevcut olan oluktur. Ses tellerinin titreşimini bozabileceğinden ses kısıklığın neden olabilirler. Tedavilerinde ses eğitimi ve gereken durumlarda cerrahi uygulanır.



Şekil 12: Sulkus Vokalis

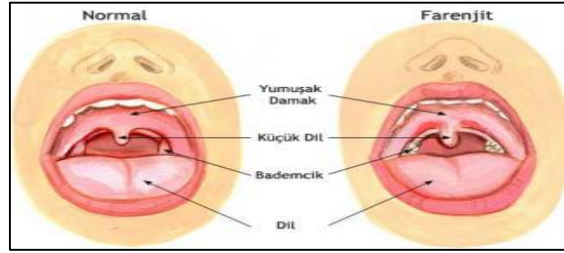
2.6.13.Larengosel

Gırtlakta ses tellerinin hemen üzerinde yer alan “ventrikül” adı verilen girintide kist gelişmesidir. Aşırı büyürse boyunda yumuşak ve ıkmakla büyüyen kitle halinde tespit edilebilir. Kistin içinde sıvı veya hava olabilir. Tedavileri cerrahidir.

Kanser habercisi oluşumlar; bunlar ses tellerinin üzerinde oluşan kabarık beyaz sarımsak kitlelerdir. Sigara içenlerde daha sık görülür. Kansere dönüşme ihtimali olduğu için mutlaka biyopsi (parça tahlili) yapılmalıdır. Sigara içmeye devam edilirse kanserleşme ihtimali çok yüksektir.

2.6.14. Larenjit

Sık sık geçirilen üst solunum yolu enfeksiyonlarının bir şeklidir. Hemen daima virüslerle oluşur. Yoğun salgı artışı, öksürük ve iltihabi olay ses tellerinde şişliğe ve kırmızılığa neden olur. Ses kısaktır ve hatta bazen tamamen kaybolabilir. Bol sıvı almak, ses istirahati, salgıları sulandırıcı ve atılmasını kolaylaştırıcı ilaçlar ve antigrabal ilaçlar ile tedavi edilir. Ses kısıklığı 2 haftayı geçerse KBB doktoruna müracaat edilmelidir.



Şekil 13: Larenjit

2.6.15. Aritenoid Sublüksasyonu

Ses tellerinin hareket etmesinde önemli rol oynayan ve “aritenoid” adı verilen kıkırdakların travma sonucu normal pozisyonunu kaybedip yer değiştirmesidir. Genelde anestezi havalandırma tüpünün yerleştirilmesine veya dışarıdan boyuna darbe gelmesine bağlı olarak oluşurlar. Travmadan sonra birkaç gün içinde tespit edildiklerinde cerrahi müdahale ile düzeltilebilirler. Ancak gecikmiş vakalarda tedavisi oldukça güçtür.

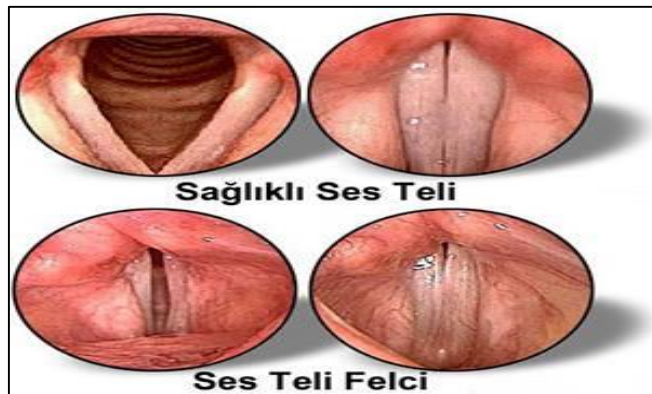


Şekil 14: Aritenoid Sublikasyonu

2.6.16. Ses teli felci

Ses teli felçleri birçok nedene bağlı olarak oluşabilirler. En sık nedenleri guatr ameliyatları, akciğer ve gırtlığın kötü huylu hastalıkları ve viral enfeksiyonlardır²⁴. Ses tellerinin felci tek taraflı veya çift taraflı olabilir. Ses teli orta hatta felç halinde kalırsa nefes darlığı yapabilir. Bu olay iki taraflı olursa yaşamı tehdit edebilir. Acil müdahale gerekir.

Bazen de ses teli açık pozisyonda felçli kalabilir. Bu durumda ses teli orta hatta gelip diğer ses teli ile temas edemez ve bunun sonucunda ses oluşamaz. Bunu gidermek ve sesin yeniden oluşmasını sağlamak için gırtlığın tiroid kıkırdağında bir pencere açılır ve buraya sentetik maddelerden imal edilen bir protez yerleştirilir. Sonuçta ses teli orta hatta itilmiş olur.



Şekil 15: Sağlıklı Ses ve Ses Teli Felci

²⁴ viral enfeksiyon: Virüslerin çeşitli tipleri tarafından oluşturulan hastalıklar.

2.6.17. Kanser

Gırtlak kanseri; sigaranın insanda yol açtığı en ciddi sorunlardan birisidir. Sigara kullanmamak ve periyodik kontroller yaptırmak gerekir. Erken tanı hayat kurtarıcıdır. Günümüzde gırtlığın tamamını almadan yapılan ameliyatlara sayesinde hastalar konuşabilir. Hatta gırtlığın tamamı alınan hastalar konuşma protezleri ile tekrar konuşabilmektedir.



Şekil 16: Ses Teli Hastalıkları - Kanser

2.7. Sesimizi Koruma Yolları

Hatalı ses kullanımını önlemek için ne yapılmalı?

Hatalı ses kullanımını yeterli ya da uygun olmayan şartlarda yapılan ses üretimidir. Yetersiz solunum, solunum ve konuşmanın başlangıcının koordine edilmemesi, gırtlak, boğaz ve dilde gerginlik, ağız boşluğunun yetersiz rezonansı hatalı ses kullanımına neden olur. Hatalı ses kullanımının başlangıcı yavaştır. Öyle ki tecrübeli bir profesyonel ses sahibi bile gergin bir anında uygun olmayan konuşma tekniği kullanabilir. Bu kısa zamanda kötü bir alışkanlık haline gelebilir. Vokal hijyen eğitimi, bu alışkanlıkların bu kısmının yapılmaması yönünden önem taşır ve gelişmelerini önler. Bu amaçla bazı hususlara dikkat edilmesi gerekir: Bu hususlar aşağıda özetlenmiştir:

- Asla boğazınızı temizlemek için öksürmeyin. Bunun yerine yutkunun veya su için.
- Fısıldayarak konuşmak sesimizi dinlendirmez. Bunun yerine yumuşak nefesli konuşabilirsiniz.

- Soğuk algınlığı veya grip gibi bir üst solunum yolu enfeksiyonuna yakalanmamaya dikkat edin. Özellikle hasta iken sesinizi kullanmaktan ve yormaktan kaçının, kesinlikle zorlamayın.
- Kesinlikle sigara kullanmayın. Aşırı derecede çay ve kahve tüketmeyin. Sigaranın gırtlak kanserinin en önemli nedeni olduğunu unutmayın.
- Mümkün olduğunca bağırılmaya ve çığlık atmamaya dikkat edin. Aşırı derecede yüksek sesle konuşmayın.
- Her gün en az 2 litre su için. Yazları içtiğiniz su miktarını attırın. Otobüs ve uçak yolculukları esnasında su içiminizi arttırın. Uçaktaki havada nem miktarı %10'dur.
- Yaşadığımız ortamın nemli olmasına dikkat edin (Alerjiniz yoksa).
- Stresli olmamaya ya da stresinizi ortadan kaldırmaya özen gösterin.
- Sesinizi ısıtıcı ve soğutucu ses egzersizleri yapın.
- Ses probleminiz varsa her gün saat başı 5-10 dakika kesin ses istirahati yapın.
- Mentollü boğaz pastilleri kullanmayın.
- Baharatlı, acılı, ekşili ve asitli gıdaların tüketiminden kaçının. Dolu mide ile uyumayın. Özellikle yatmadan 3 saat önce meyve, çikolata, kuruyemiş, şarap gibi asit salgısı arttırıcı yiyecekleri tüketmeyin. Alkol reflünüzü ciddi şekilde arttırır.
- Telefon görüşmelerinizi azaltın. Mümkün olduğunca kısa ve öz cümlelerle konuşmaya dikkat edin.
- Konuşmaya başlarken nefes almayı unutmayın. Uzun cümlelerden kaçının ve her yeni cümleye nefes alarak başlayın. Nefes alırken omuzlarınızı ya da göğüs kafesinizi hareket ettirmeyin.
- Konuşma hızını azaltın. Sesinizin yorulduğunu hissederseniz konuşmayı sonlandırın. Sohbetleri siz başlatmayın. Gırtlığınızda ağrı hissettiğinizde sesinizi yanlış kullanıyorsunuz demektir ve lütfen durun.
- Aspirin ya da benzeri ağrı kesicileri kullanmaktan kaçının. Özellikle bayanların regl dönemlerinde buna daha çok dikkat etmeleri gerekir.
- Gürültülü ortamlarda konuşmaktan kaçının.
- Gerekirse, konuşmadan iletişimi sağlamak için yanınızda kağıt ve kalem bulundurun.

- Aşırı yorgunluk ses problemlerinizi artırır düzenli bir hayat, düzenli bir uyku ve düzenli yemek yeme alışkanlığınızı yerleştirin.
- Dumanlı ve tozlu ortamlardan uzak durun, kimyasal maddelerin inhalasyonundan²⁵ uzak durun. Ev temizliğinde kullanılan tuz ruhu ve çamaşır suyu karışımı mükemmel bir kimyasal irritandır²⁶.
- Öksürük önemli bir irritandır.



²⁵Inhale: Solukla içeriye çekmek, teneffüs etmek, nefes almak.

²⁶Iritan: Tahriş edici, uyarıcı.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. BULGULAR ve YORUM

Araştırmanın bu bölümünde, Orta Karadeniz bölgelerinde bulunan Güzel Sanatlar ve Spor Liselerindeki Bireysel Ses Dersine yönelik şarkı dağarcığının mutasyon dönemdeki çocukların ses sağlığına olan etkileri incelenmiş, analizleri yapılmıştır. Elde edilen veriler ışığında bilgisayar programları yardımıyla kullanım sıklıkları (fr) ve kullanım yüzdeleri (%) tespit edilmiş ve grafik değerleri saptanarak daha somut hale getirilmiştir.

SPPS programı aracılığı ile güvenilirlik analizi yapıldığında % 82,3 oranında tamamen güvenilir olduğu tespit edilmiştir.

3.1. Birinci Alt probleme ilişkin Bulgu ve Yorumlar

3.1.1. Ses Sağlığı ve Korunmasına yönelik Mutasyon dönemindeki Öğrencilere uygulanan Anket Sorularına Verilen Cevaplara İlişkin Bulgular ve Yorumlar

Araştırmanın konusu ile ilgili olarak hazırlanan anketler, araştırmanın örnekleminde yer alan orta karadeniz bölgesinde bulunan 5 ilde uygulanmış olup, buna göre Amasya GSL’de 41 öğrenci, Çorum GSL’ de 24 öğrenci, Ordu GSL’ de 50 öğrenci, Samsun GSL’ de 42 öğrenci ve Tokat GSL’ de 38 öğrenci olmak üzere toplam 195 anket sonucundan elde edilen veriler bulunmaktadır.

Elde edilen veriler ışığında aşağıdaki gibi frekans ve yüzdeler dağılım tablosu oluşturmak mümkündür. Buna göre aşağıda ankete katılan öğrencilerin katılım yüzdeleri verilmiştir.

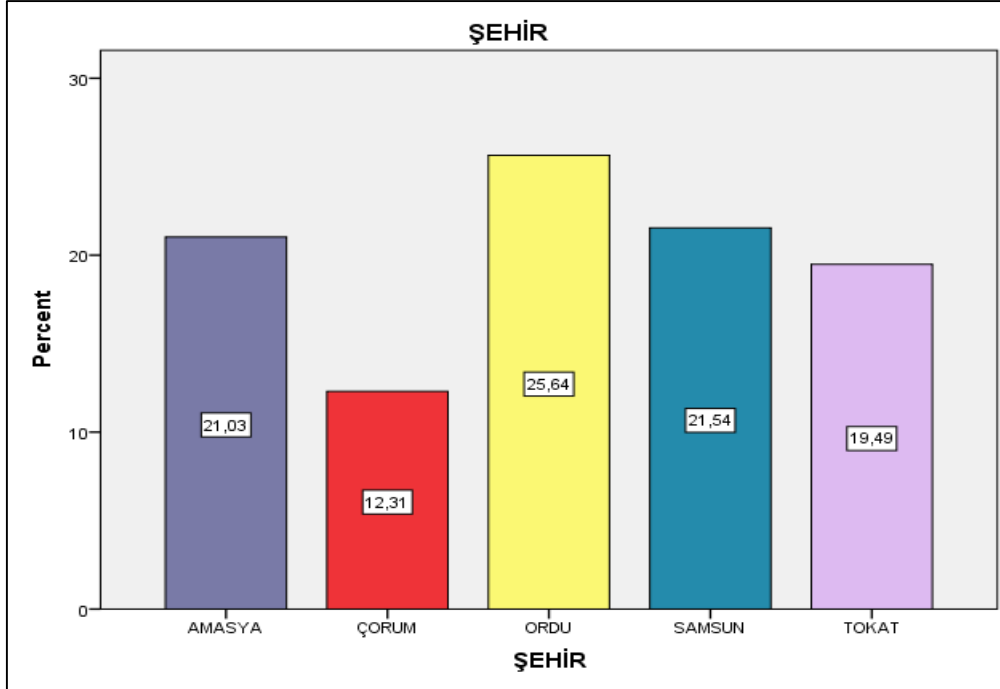
Tablo 1: Araştırmanın Örnekleminde Yer Alan Orta Karadeniz Bölgesinde Bulunan GSL' n den Anket sorularına Cevap Veren Öğrencilerin İllere Göre Yüzelik Dağılımını Gösteren Tablo

ŞEHİR			
	Frekans	Yüzde	Birikimli Yüzde
AMASYA	41	21,03	21,0
ÇORUM	24	12,31	33,3
ORDU	50	25,64	59,0
SAMSUN	42	21,54	80,5
TOKAT	38	19,49	100,0
Total	195	100,0	

Tablo 1'den elde edilen veriler ışığında, anket sorularını cevaplandıran öğrencilerin %25,64 oranında büyük bir çoğunluğu Ordu GSL, en az cevap veren öğrenciler ise, %12,31 oranıyla Çorum GSL de olduğu tespit edilmiştir.

Aşağıda grafik 1'de, ankete katılan öğrencilerin yüzelik dağılım grafiği verilmiştir.

Grafik 1: Araştırmanın Örnekleminde Yer Alan Orta Karadeniz Bölgesinde Bulunan GSL' n den Anket sorularına Cevap Veren Öğrencilerin İllere Göre Yüzelik Dağılımını Gösteren Grafik



Mutasyon dönemi öncesinde kız ve erkeklerin seslerinde farklılık yoktur. Ergenlik dönemi sırasında cinsiyet hormonlarının faaliyete geçmesi ile kız ve erkek çocuk sesleri değişime uğrar. Bu durumdan en çok etkilenen organ larinkstir. Bu etkilenme sonucunda larinksin boyutları büyür. Ses telleri erkek çocuklarında neredeyse 1cm'ye kadar uzayarak sesleri 1 oktav kadar kalınlaşır. Kız çocuklarında ise ses telleri 3-4 mm'ye kadar uzayarak sesleri 1/3 oktav kadar kalınlaşır. Erkek çocuklarındaki ses değişiminin daha belirgin olmasının sebebi de budur.

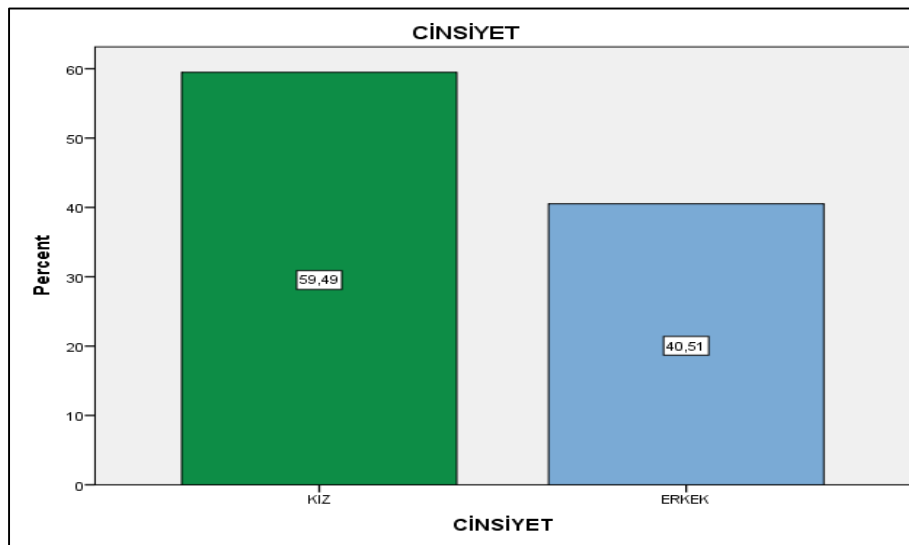
Bu noktadan hareketle anket soruları içerisinde cinsiyetin belirtilmesi, mutasyon dönemindeki çocukların ses aralıklarını belirleme açısından önemlidir.

Araştırmanın örnekleminde yer alan öğrencilerin cinsiyet durumlarını gösteren tablo aşağıda verilmiştir. Buna göre tablo 2' de öğrencilerin cinsiyet dağılımı frekans ve yüzdelik olarak ifade edilmiştir.

Tablo 2: Araştırmanın Örnekleminde Yer Alan GSL öğrencilerinin cinsiyet Dağılım Tablosu

CİNSİYET			
	Frekans	Yüzde	Birikimli Yüzde
KIZ	116	59,5	59,5
ERKEK	79	40,5	100,0
Total	195	100,0	

Grafik 2: Araştırmanın Örnekleminde Yer Alan GSL öğrencilerinin cinsiyet Dağılım Grafiği



Mutasyon döneminde ses genellikle kısık ve güçsüzdür. Mutasyonun konuşmada tamamlanması 3-6 yılda olurken şarkı söylemede tamamlanması kişisel farklılıklarla birlikte 2-3 yılı bulabilir.

Mutasyon dönemi üç evreden oluşur:

- Premutasyon (ergenlik başlangıcında): 9-12 yaş
- Mutasyon (ergenlik): 12-15 yaş
- Postmutasyon (ergenlik bitişi): 14-18 yaş

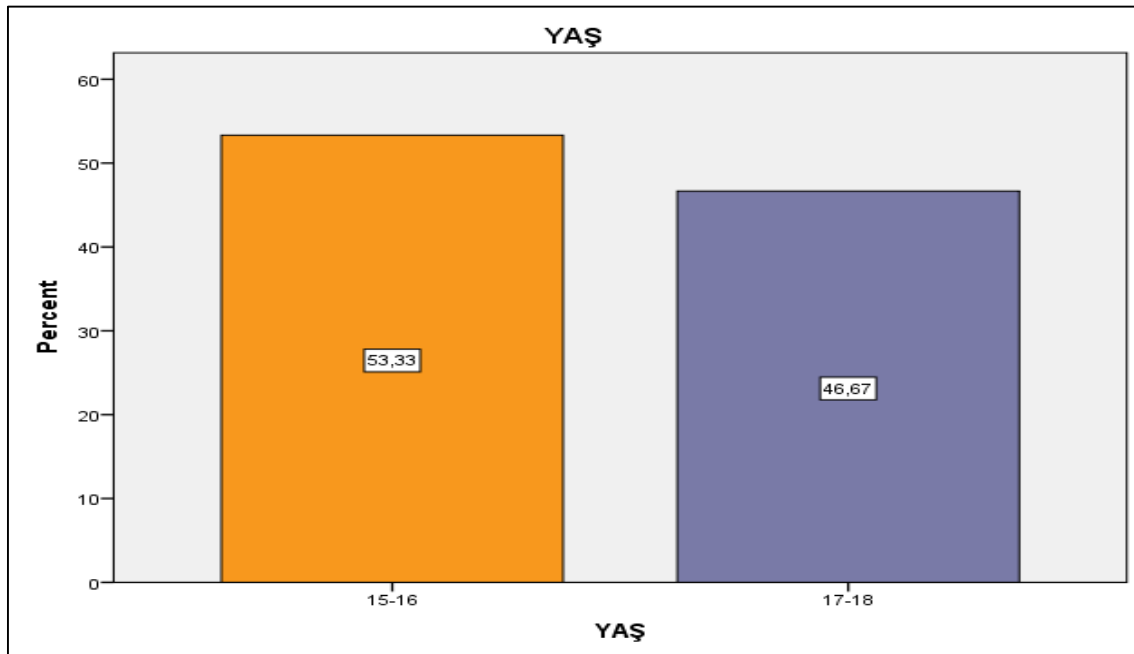
Bu süreç genelde kızlarda 17, erkeklerde 19 yaşına kadar sürebilir.

Anket soruları içerisinde mutasyon dönemindeki çocukların yaşlarını belirlemek amacıyla, araştırmanın örnekleminde yer alan öğrencilerin yaş durumlarını gösteren tablo aşağıda verilmiştir. Buna göre tablo 3'te öğrencilerin yaşa göre dağılımı frekans ve yüzdelik olarak ifade edilmiştir.

Tablo 3: Araştırmanın Örnekleminde Yer Alan GSL Öğrencilerinin Yaş Dağılım Tablosu

YAŞ			
	Frekans	Yüzde	Birikimli Yüzde
15-16	104	53,3	53,3
17-18	91	46,7	100,0
Total	195	100,0	

Grafik 3: Araştırmanın Örnekleminde Yer Alan GSL Öğrencilerinin Yaş Dağılım Grafiği



Seste meydana gelen bir rahatsızlık kişinin tüm yaşamını etkiler. Sağlıklı bir sesin oluşması için ses sisteminde yer alan tüm organların sağlıklı ve uyumlu bir şekilde çalışması ve bu sistemin bilinmesi gereklidir. Bu nedenle de ses sağlığına dikkat etmek için bazı önlemler alınmalıdır. Bunun başında da ses hijyeni gelmektedir. Bilinçlenen öğrenci, bu konuda daha hassas olacak ve ses sorunları daha aza inecektir.

Ses bozukluğuna sebep olan etkenleri tanıyabilme ve bu etkenlerden kaçınma - korunma bilinci geliştirmek oldukça önemlidir. Mutasyon dönemindeki öğrencilerin, sesini kullanırken; ses sağlığını koruma, doğru ses üretip kullanmak adına ve sesine doğrudan doğruya zarar verme olasılığına karşı bilgilendirme yapılması gerekmektedir.

Ses üretiminde işlevsel olan organları tanıyabilme, bu organlar arasında gerçekleştirilen eşgüdümü kavrayabilme ve ses sağlığını koruyabilme adına derslerden önce bilgilendirme ve hatırlatmalarda bulunmak mutasyon dönemindeki çocukların ses sağlığını korumaları açısından önem arz etmektedir.

Öğrenciye uygulanan anket soruları içerisinde 1. Sırada yer alan “Ses sağlığı ve ses koruma bilinci konusunda dersten önce bilgilendirme yapılmakta mıdır?” Sorusuna Verilen Cevapların SPSS istatistik programı yardımıyla ortaya çıkarılan tablo ve grafikleri aşağıda verilmiştir.

Tablo 4: Ses sağlığı ve ses koruma bilinci konusunda dersten önce bilgilendirme yapılmakta mıdır? Sorusuna Verilen Cevapların Frekans ve Yüzelik oranlarını Gösteren Tablo

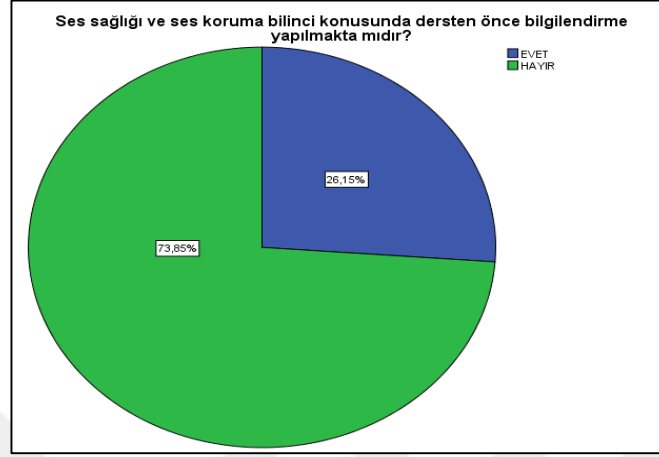
Ses sağlığı ve ses koruma bilinci konusunda dersten önce bilgilendirme yapılmakta mıdır?			
	Frekans	Yüzde	Birikimli Yüzde
EVET	51	26,2	26,2
HAYIR	144	73,8	100,0
Total	195	100,0	

Buna bağlı olarak;

Ankete katılanların %26,2'si Kendi Ses sağlığı ve ses koruma bilinci konusunda dersten önce bilgilendirme yapılmaktadır derken; %73,8'i bilgilendirme yapılmamaktadır demektir.

Tablo 4'ten elde edilen veriler ışığında aşağıdaki gibi bir grafik oluşturmak mümkündür.

Grafik 4: Ses sağlığı ve ses koruma bilinci konusunda dersten önce bilgilendirme yapılmakta mıdır? Sorusuna Verilen Cevapların Yüzdeleri Gösteren Grafik



Öğrenciye uygulanan anket soruları içerisinde 2. Sırada yer alan “Ses eğitimi sürecinde, mutasyon dönemi ile ilgili dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmakta mıdır?” Sorusuna Verilen Cevapların SPSS istatistik programı yardımıyla ortaya çıkarılan tablo ve grafikleri aşağıda verilmiştir.

Tablo 5: Ses eğitimi sürecinde, mutasyon dönemi ile ilgili dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmakta mıdır? Sorusuna verilen Frekans ve Yüzdeleri gösteren tablo

Ses eğitimi sürecinde, mutasyon dönemi ile ilgili dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmakta mıdır?			
	Frekans	Yüzde	Birikimli Yüzde
EVET	73	37,4	37,4
HAYIR	122	62,6	100,0
Total	195	100,0	

Buna bağlı olarak;

Ankete katılanların %37,4'ü Ses eğitimi sürecinde, mutasyon dönemi ile ilgili dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmaktadır derken; %62,6'sı bilgilendirme yapılmamaktadır demektir.

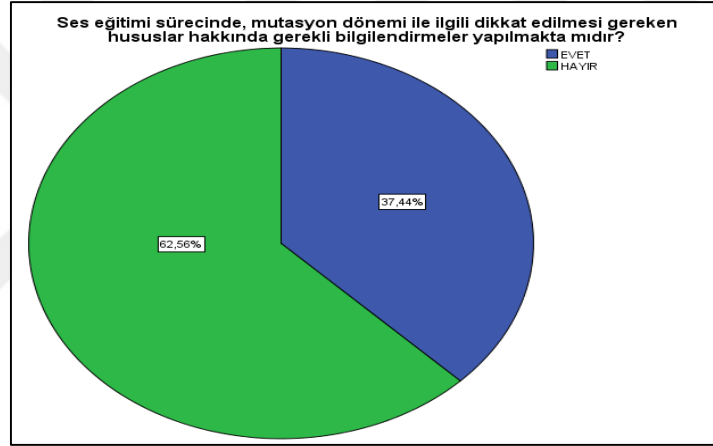
Mutasyon dönemindeki çocukların Mutasyon dönemdeki çocuklarda fiziksel değişiklik yaşadığı gibi seslerinde de değişim yaşanır. Bu dönem genellikle sese; güçsüzlük, çatallaşma, kısıklık, boğazında sürekli bir şey varmış gibi hissetme, öğrencinin kendi sesini

tanıyamaması, erkek öğrencilerde ton tutamama, kızlarda fısıltılı bir ses yapısı, ruhsal yapının değişkenliği gibi durumlar olarak sıralandırmak mümkündür.

Töreyn bu durumu “Bu dersleri veren öğretmenlerin çocuk ve mutasyon döneminin ses özelliklerini bilmek ve buna uygun ses eğitimi tür ve yöntemlerini doğru saptayarak, rejistir geçişlerine ilişkin doğru davranışlar kazandırmaları gereklidir.” (Töreyn, 2008: 131) diye ifade etmektedir.

Tablo 5’ten elde edilen veriler ışığında aşağıdaki gibi bir grafik oluşturmak mümkündür.

Grafik 5: Ses eğitimi sürecinde, mutasyon dönemi ile ilgili dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmakta mıdır? Sorusuna verilen cevapların Yüzdelik oranlarını gösteren grafik



Bu dönemin seste kalıcı hasarlar olmaksızın atlatılması eğitimcilerin bilinçli yaklaşım ve bilgi birikimleri ile sağlanabilir. Bu değişim çocuklara en iyi şekilde açıklanmalı, konuşma ve şarkı söylemede ses zorlanıp bastırılmadan kullanılmalı, yaşanan sorunların geçici olduğu belirtilmeli ve mutasyon sonuna kadar sabırla beklenmesi gerektiği vurgulanmalıdır. Aynı zamanda, ergenlik döneminde olan vücut görüntüsündeki ve fizyolojisindeki çok hızlı olan bu değişimlere ayak uydurmak ve baş etmek durumundadırlar.

Öğrenciye uygulanan anket soruları içerisinde 3. Sırada yer alan “Kendi ses genişliğinizi (ses sınırlarınızı) kullanım derecelerini biliyor musunuz?” Sorusuna Verilen Cevapların SPSS istatistik programı yardımıyla ortaya çıkarılan tablo ve grafikleri aşağıda verilmiştir.

Tablo 6: Kendi ses genişliğinizi (ses sınırlarınızı) kullanım derecelerini biliyor musunuz? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzdeler oranlarını gösteren tablo

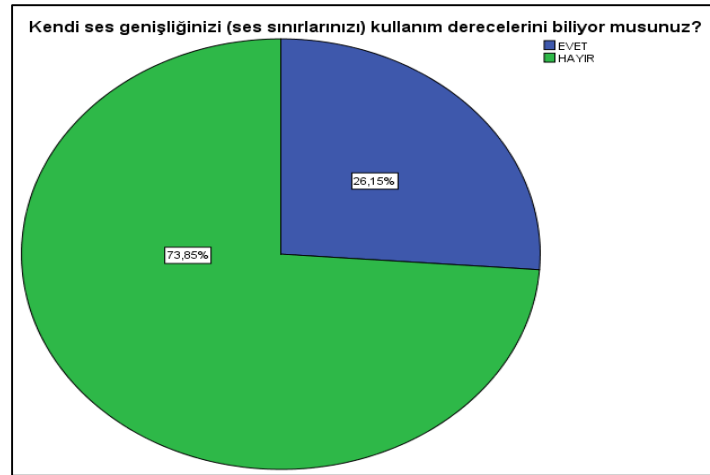
Kendi ses genişliğinizi (ses sınırlarınızı) kullanım derecelerini biliyor musunuz?			
	Frekans	Yüzde	Birikimli Yüzde
EVET	51	26,2	26,2
HAYIR	144	73,8	100,0
Total	195	100,0	

Buna bağlı olarak;

Ankete katılanların %26,2'si Kendi ses genişliğimi (ses sınırlarımı) kullanım derecelerini biliyorum derken; %73,8'i bilmiyorum demektedir.

Tablo 6'dan elde edilen veriler ışığında aşağıdaki gibi bir grafik oluşturmak mümkündür.

Grafik 6: Kendi ses genişliğinizi (ses sınırlarınızı) kullanım derecelerini biliyor musunuz? Sorusuna verilen cevapların Yüzdeler oranlarını gösteren grafik



Öğrenciye uygulanan anket soruları içerisinde 4. Sırada yer alan “Bireysel ses eğitimi dersinde şarkı çalışmasına geçmeden önce nefes ve ses açma egzersizlerine ne kadar zaman ayrılmaktadır?” Sorusuna Verilen Cevapların SPSS istatistik programı yardımıyla ortaya çıkarılan tablo ve grafikleri aşağıda verilmiştir.

Tablo 7: Bireysel ses eğitimi dersinde şarkı çalışmasına geçmeden önce nefes ve ses açma egzersizlerine ne kadar zaman ayrılmaktadır? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzdeler oranlarını gösteren tablo

Bireysel ses eğitimi dersinde şarkı çalışmasına geçmeden önce nefes ve ses açma egzersizlerine ne kadar zaman ayrılmaktadır?			
	Frekans	Yüzde	Birikimli Yüzde
5 DK	123	63,1	63,1
10 DK	46	23,6	86,7
15 DK	19	9,7	96,4
20 DK	7	3,6	100,0
Total	195	100,0	

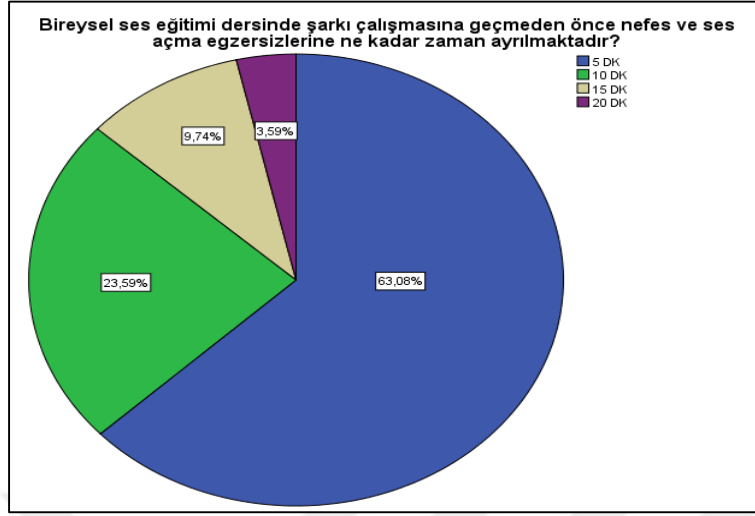
Buna bağlı olarak;

Ankete katılanların % 63,1 nefes ve ses açma egzersizlerine beş dakika zaman ayrılır diye ifade ederken; % 23,6’ sı on dakika, % 9,7’ si on beş dakika ve % 3,6’ sı ise yirmi dakika olarak cevap vermiştir.

Bu anket sorularına öğrencilerin verdiği cevaplardan elde edilen veriler ışığında, Bireysel Ses Eğitimi dersinde, şarkı çalışmasına geçmeden önce yeterli nefes ve ses açma egzersizlerine gerekli zamanın ayrılmadığı tespit edilmiştir. Bu da, Mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses sağlığına olumsuz etkiler yapmakta ve hatta bir takım ses hastalıklarına da neden olmaktadır.

Tablo 7’den elde edilen veriler ışığında aşağıdaki gibi bir grafik oluşturmak mümkündür.

Grafik 7: Bireysel ses eğitimi dersinde şarkı çalışmasına geçmeden önce nefes ve ses açma egzersizlerine ne kadar zaman ayrılmaktadır? Sorusuna verilen cevapların Yüzelik oranlarını gösteren grafik



Ses tellerinin egzersizler ile ısıtılmaması veya yeteri kadar vakit ayrılmadan şarkı söylemeye geçilmesi durumunda ilerleyen zamanlarda çok ciddi ses rahatsızlıklarına yol açmaktadır.

Son yıllarda yapılan araştırmaların genel bir sonucu olarak “mutasyon sırasında hiç ses eğitimi yapmanın, bu süre içinde sesi kötü kullanmak kadar zararlı olduğu ifade edilmektedir. Bu bağlamda ses açma egzersizleri özellikle GSL’nde ses eğitimi alan çocuklara seslerini koruyarak şarkı söylemeleri için önem teşkil etmektedir.

Öğrenciye uygulanan anket soruları içerisinde 5. Sırada yer alan “Bireysel Ses Eğitimi dersinde seslendiremediğiniz şarkılar oluyor mu?” sorusuna verilen cevapların SPSS istatistik programı yardımıyla ortaya çıkarılan tablo ve grafikleri aşağıda verilmiştir.

Tablo 8: Bireysel Ses Eğitimi dersinde seslendiremediğiniz şarkılar oluyor mu? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzelik oranlarını gösteren tablo

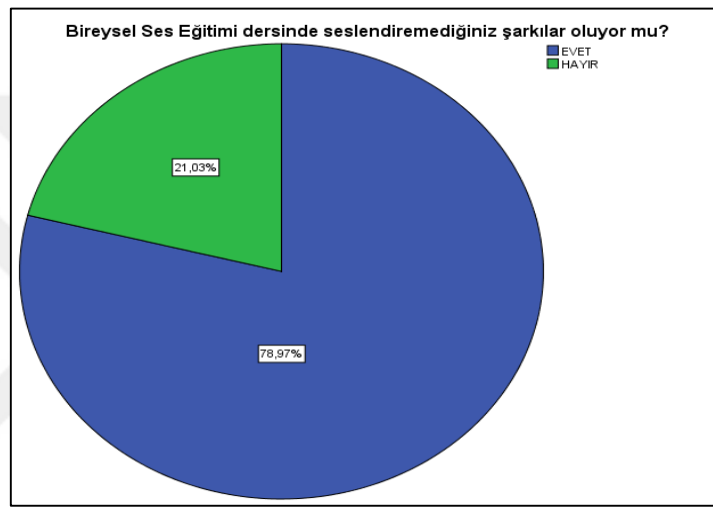
Bireysel Ses Eğitimi dersinde seslendiremediğiniz şarkılar oluyor mu?			
	Frekans	Yüzelik	Birikimli Yüzelik
EVET	154	79,0	79,0
HAYIR	41	21,0	100,0
Total	195	100,0	

Buna bağılı olarak;

Ankete katılanların %79' u Bireysel Ses Eğitimi dersinde seslendiremediğim şarkılar oluyor derken; %21' i olmuyor demektir. Bu da Bireysel Ses Eğitimi dersinde öğrencilerin şarkı dağarcığının ses genişliklerine göre verilmediği sonucunu ortaya çıkarmaktadır.

Tablo 8'den elde edilen veriler ışığında aşağıdaki gibi bir grafik oluşturmak mümkündür.

Grafik 8: Bireysel Ses Eğitimi dersinde seslendiremediğiniz şarkılar oluyor mu? Sorusuna verilen cevapların Yüzelik oranlarını gösteren grafik



Öğrenciye uygulanan anket soruları içerisinde 6. Sırada yer alan “Bireysel Ses Eğitimi dersi sonrasında sesinizi nasıl koruyacağınız ve ses sağlığı ile ilgili bilgiler verilmekte midir?” Sorusuna Verilen Cevapların SPSS istatistik programı yardımıyla ortaya çıkarılan tablo ve grafikleri aşağıda verilmiştir.

Tablo 9: Bireysel Ses Eğitimi dersi sonrasında sesinizi nasıl koruyacağınız ve ses sağlığı ile ilgili bilgiler verilmekte midir? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzelik oranlarını gösteren tablo

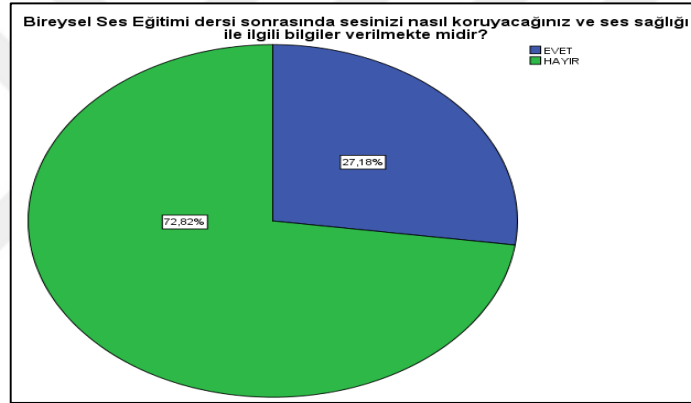
Bireysel Ses Eğitimi dersi sonrasında sesinizi nasıl koruyacağınız ve ses sağlığı ile ilgili bilgiler verilmekte midir?			
	Frekans	Yüzelik	Birikimli Yüzelik
EVET	53	27,2	27,2
HAYIR	142	72,8	100,0
Total	195	100,0	

Buna bağılı olarak;

Ankete katılanların %27,2'si Bireysel Ses Eğitimi dersi sonrasında sesimi nasıl koruyacağım ve ses sağlığı ile ilgili bilgiler verilmekte derken; %72,8'i bilgilendirme yapılmamaktadır demektir. Ses sistemini oluşturan organ ve bölgeleri tanıma, eşzamanlı ve uyumlu kullanma, şarkı söylemede sesini doğru, güzel ve etkili kullanma, mutasyon döneminde uygun registre geçişleri yapma, ses sağlığını koruma adına önemlidir.

Tablo 9'dan elde edilen veriler ışığında aşağıdaki gibi bir grafik oluşturmak mümkündür.

Grafik 9: Bireysel Ses Eğitimi dersi sonrasında sesinizi nasıl koruyacağınız ve ses sağlığı ile ilgili bilgiler verilmekte midir? Sorusuna verilen cevapların Yüzdeler oranlarını gösteren grafik



Öğrenciye uygulanan anket soruları içerisinde 7. Sırada yer alan “Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize ince (tiz) geliyor mu?” Sorusuna Verilen Cevapların SPSS istatistik programı yardımıyla ortaya çıkarılan tablo ve grafikleri aşağıda verilmiştir.

Tablo 10: Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize ince (tiz) geliyor mu? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzdeler oranlarını gösteren tablo

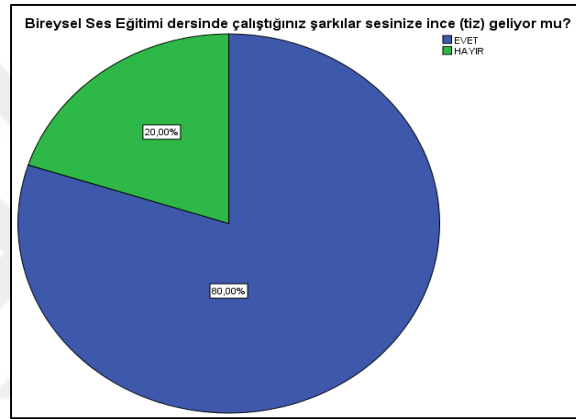
Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize ince (tiz) geliyor mu?			
	Frekans	Yüzde	Birikimli Yüzde
EVET	156	80,0	80,0
HAYIR	39	20,0	100,0
Total	195	100,0	

Buna bağılı olarak;

Ankete katılanların %80'i Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığımız şarkılar sesime ince (tiz) geliyor derken; %20' si gelmiyor demektedir. Çocuğun bu dönemde ses genişliğini, ses sınırını bilmesi, önemli bir faktördür. Ses sınırını bilen öğrenci, sesini zorlamamak adına girişimlerde bulunur. Dolayısıyla ses sınırını bilen mutasyon dönemindeki çocukların ses telleri, bu dönemde hasar görmez.

Tablo 10'dan elde edilen veriler ışığında aşağıdaki gibi bir grafik oluşturmak mümkündür.

Grafik 10: Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize ince (tiz) geliyor mu? Sorusuna verilen cevapların Yüzdeler oranlarını gösteren grafik



Öğrenciye uygulanan anket soruları içerisinde 8. Sırada yer alan “Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize kalın (pes) geliyor mu?” sorusuna verilen cevapların SPSS istatistik programı yardımıyla ortaya çıkarılan tablo ve grafikleri aşağıda verilmiştir.

Tablo 11: Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize kalın (pes) geliyor mu? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzdeler oranlarını gösteren tablo

Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize kalın (pes) geliyor mu?			
	Frekans	Yüzde	Birikimli Yüzde
EVET	50	25,6	25,6
HAYIR	145	74,4	100,0
Total	195	100,0	

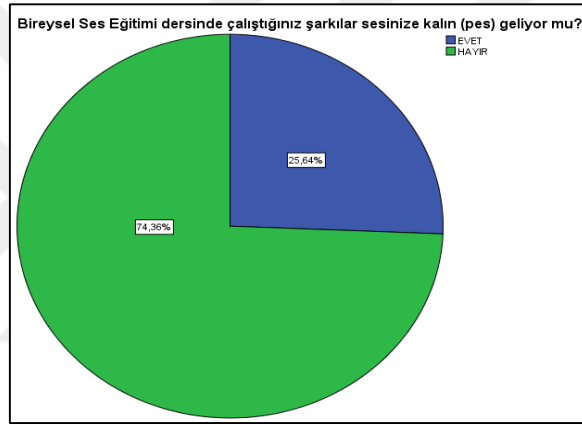
Mutasyon dönemindeki çocukların yaş aralıklarına göre belirlenmeyen şarkı dağarcığı, yaş ve vücut yapısına uymadığında; zayıf ses kullanımı, seste zorlamalar neticesinde ortaya çıkan hasarları doğurmaktadır.

Buna bağlı olarak;

Ankete katılanların %26,6'sı Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesime kalın (pes) geliyor derken; %74,4'ü gelmiyor demektir.

Tablo 11'den elde edilen veriler ışığında aşağıdaki gibi bir grafik oluşturmak mümkündür.

Grafik 11: Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize kalın (pes) geliyor mu? Sorusuna verilen cevapların Yüzelik oranlarını gösteren grafik



Öğrenciye uygulanan anket soruları içerisinde 9. Sırada yer alan “Bireysel Ses Eğitimi dersinden sonra boğazınızda acı, yanma veya çatallaşma hisseder misiniz?” sorusuna verilen cevapların SPSS istatistik programı yardımıyla ortaya çıkarılan tablo ve grafikleri aşağıda verilmiştir.

Tablo 12: Bireysel Ses Eğitimi dersinden sonra boğazınızda acı, yanma veya çatallaşma hisseder misiniz? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzelik oranlarını gösteren tablo

Bireysel Ses Eğitimi dersinden sonra boğazınızda acı, yanma veya çatallaşma hisseder misiniz?			
	Frekans	Yüzde	Birikimli Yüzde
ACI	70	35,9	35,9
YANMA	78	40,0	75,9
ÇATALLAŞMA	32	16,4	92,3
KISIKLIK	15	7,7	100,0
Total	195	100,0	

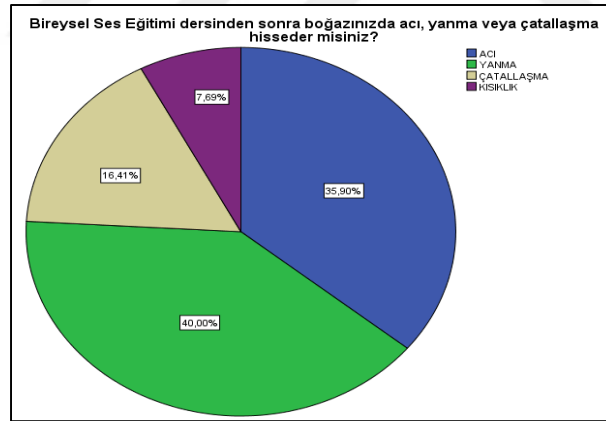
Buna bağılı olarak;

Ankete katılanların %35,9'u boğazınızda acı, %40'ı boğazında yanma, %16,4'ü sesinde çatallaşma, %7,7'si sesinde kısıklık hissetmekteyim demektedir. Kaliteli ve dayanaklı bir ses için fonasyon organlarının kusursuz çalışması gerekir. Acı ve yanma hissi ses kısıklığına yani larenkste, ses tellerindeki tahribatlardan ötürü meydana gelir.

Ses nefesin üzerinde olmalıdır. Eğer değilse işte o zaman vücudunuz bunu telafi etmek için başka bir aracı kullanmaya başlayacaktır ve muhtemelen bu araç gereksiz bir noktada gerilim, kasılma gerektiren bir durum ortaya çıkacak vücut gerginleşecektir. Bu son derece sağlıksız bir durumdur. Vücudu düzgün pozisyonda tutmalı, mekanik avantaj sağlanmalı, vücuda gereksiz baskı uygulanmamalı ve vücut mümkün olabilen en iyi pozisyonda kullanılmalıdır.

Tablo 12'den elde edilen veriler ışığında aşağıdaki gibi bir grafik oluşturmak mümkündür.

Grafik 12: Bireysel Ses Eğitimi dersinden sonra boğazınızda acı, yanma veya çatallaşma hisseder misiniz? Sorusuna verilen cevapların Yüzdeler oranlarını gösteren grafik



Ses telleri arasından geçen nefes, titreşimi sağlar, bu titreşimdeki en ufak bir tahribat bu titreşimi bozar. Titreşimi bozan faktörler ise beraberinde ses kısıklığı olmak üzere diğer ses hastalıklarını da beraberinde getirir.

Yetersiz solunum, gırtlak, boğaz ve dilde gerginlik, ağız boşluğunun yetersiz rezonansı hatalı ses kullanımına neden olur. Bireysel ses eğitimi derslerinde sesin korunması, etkin doğru bir şekilde kullanılmasına yönelik yapılan ses egzersizleri, hatalı ses kullanımının yapılmaması yönünde önem taşır ve bunun sonucunda oluşacak olan ses hastalıklarını da önler.

Öğrenciye uygulanan anket soruları içerisinde 10. Sırada yer alan “Bireysel Ses Eğitimi ders kitabı dışında aşağıdaki kaynaklardan hangi veya hangilerini kullanıyorsunuz?” Sorusuna Verilen Cevapların SPSS istatistik programı yardımıyla ortaya çıkarılan tablo ve grafikleri aşağıda verilmiştir.

Tablo 13: Bireysel Ses Eğitimi ders kitabı dışında aşağıdaki kaynaklardan hangi veya hangilerini kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların Frekans ve Yüzdeler oranlarını gösteren tablo

Bireysel Ses Eğitimi ders kitabı dışında aşağıdaki kaynaklardan hangi veya hangilerini kullanıyorsunuz?			
	Frekans	Yüzde	Birikimli Yüzde
PANOFCA-VOCAL ABC	92	47,2	47,2
VACCAJ	25	12,8	60,0
PİYANO EŞLİKLİ HALK TÜRKÜLERİ	17	8,7	68,7
ŞAN İÇİN PİYANO EŞLİKLİ ALBÜM	61	31,3	100,0
Total	195	100,0	

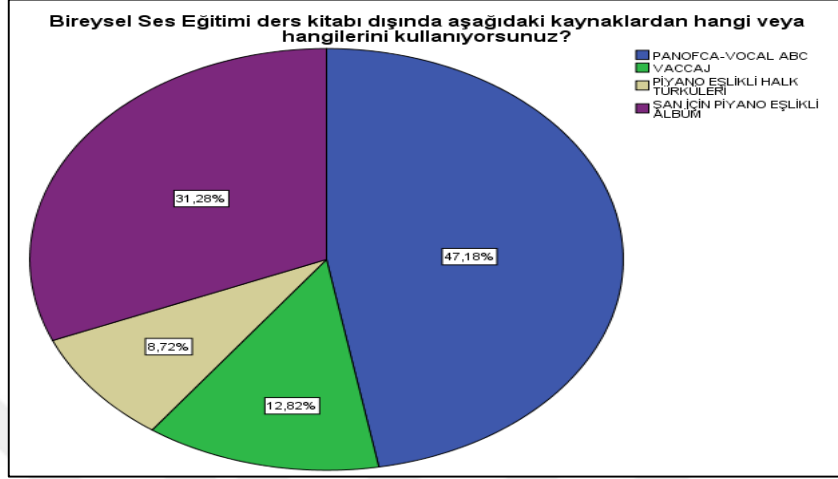
Buna bağlı olarak;

Ankete katılanların %47,2’si Panofca – Vocal abc, %12,8’i Vaccaj, %8,7’si Piyano Eşlikli Halk Türküleri, %31,3’ü Şan İçin Piyano Eşlikli Albüm kaynaklarını kullandıklarını bildirmektedir. Öğrencinin derste öğrenilen şarkılar dışında başka şarkılar da öğrenmek istemesi; kendini geliştirmek, ufkunu genişletmek, farklı tarz ve teknikler öğrenmek adına önem arz eder.

Sesin teknik gelişimine dayalı olarak, etkili bir seslendirme-yorumlama becerisi kazanabilmek müziksel duyarlılığı üst düzeye taşınmasında önemli rol oynar. Temel düzeyde kazandırılan bu davranışlara dayalı olarak, sesin kullanımını müziksel duyarlılığı geliştirmektedir.

Tablo 13'ten elde edilen veriler ışığında aşağıdaki gibi bir grafik oluşturmak mümkündür.

Grafik 13: Bireysel Ses Eğitimi ders kitabı dışında aşağıdaki kaynaklardan hangi veya hangilerini kullanıyorsunuz? Sorusuna verilen cevapların Yüzelik oranlarını gösteren grafik



Öğrencilerin sesini soluk destekli ve kontrollü kullanması, eserlerin ses sınırlarına uygunluğu, eserleri severek söylemeleri, teknik kazandırma ve ezgilerin uygunluğu sonucu ortaya çıkmaktadır. Buna dayalı olarak da her öğrenciye kendi fiziksel ve hatta ruhsal durumuna yönelik şarkı seçilmelidir.

3.2. İkinci Alt Problemlere İlişkin Bulgular ve Yorum

3.2.1. Bireysel Ses Eğitimi Dersi Dağarcığı mutasyon dönemindeki çocukların ses özelliklerine ne kadar uygundur? Sorusuna ilişkin Bulgu ve Yorumlar

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Ah Bir Ateş Ver" isimli Halk Türküsünün notası verilmiştir. BSE kitabı sf :61

The image shows a musical score for the folk song "Ah Bir Ateş Ver". It consists of three staves: a vocal line (treble clef), a piano accompaniment (grand staff), and a second vocal line (treble clef). The key signature is three flats (B-flat, E-flat, A-flat) and the time signature is 2/4. The tempo is marked *mf* (mezzo-forte) and *mp* (mezzo-piano). The lyrics are written below the vocal lines. Red circles highlight specific melodic phrases in the vocal line, indicating mutasyon (mutation) in the melody. The lyrics are: "U zun o lur ge mi le rin di re ği / Ar ka daş lar uy ku lar dan u yan sın".

Şekil 17: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Ah Bir Ateş Ver" isimli şarkıda görülen Mutasyon

"Ah Bir Ateş Ver" isimli Halk Türküsünün notası incelendiğinde Mutasyon dönemindeki kız ve erkek çocukların ses genişlikleri dışında notaların kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu şarkı Mutasyon dönemindeki öğrencilere öğretilmeye çalışıldığında, öğrencilerin ses sağlığına olumsuz etki yapacak ve bir takım ses hastalıklarına maruz kalmalarına neden olacaktır.

Bireysel ses Eğitimi kitabında yer alan "Ah Bir Ateş Ver" isimli Halk Türküsünün Mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses alanına uygun olmadığı kanaatine varılmıştır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Aman Avcı " isimli Halk Türküsünün notası verilmiştir. BSE kitabı sf:64

64 Bireysel Ses Eğitimi

AMAN AVCI

Yöresi: Iğdır
Piyano Düzenleme: Saip EGÜZ

Solo

Piyano

6

11

A Bir Şu man taş at lar cı tim da vur ça cey ma ya düş lan be ge ni tü zer

Şekil 18: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Aman Avcı" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil

"Aman Avcı" isimli Halk Türküsünün notası incelendiğinde Mutasyon dönemindeki kız ve erkek çocukların ses genişlikleri dışında notaların kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu şarkı Mutasyon dönemindeki öğrencilere öğretilmeye çalışıldığında, öğrencilerin ses sağlığına olumsuz etki yapacak ve bir takım ses hastalıklarına maruz kalmalarına neden olacaktır.

Bireysel ses Eğitimi kitabında yer alan "Aman Avcı" isimli Halk Türküsünün Mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses alanına uygun olmadığı kanaatine varılmıştır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Karadır Kaşların " isimli Halk Türküsünün notası verilmiştir. BSE kitabı sf:68



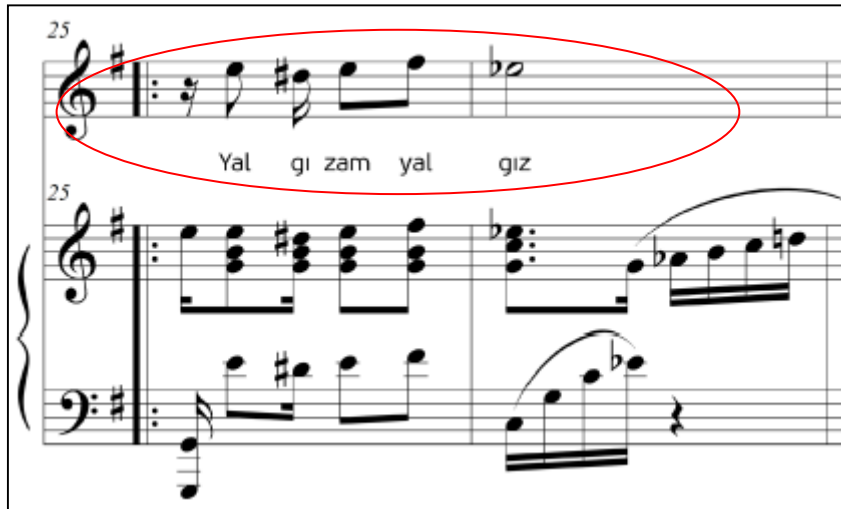
The image shows a musical score for the song "Karadır Kaşların". It consists of three staves: a vocal line, a piano accompaniment (right hand), and a piano accompaniment (left hand). The key signature is one sharp (F#) and the time signature is 7/8. The vocal line starts with a 7-measure rest, followed by a melodic line. A red oval highlights a specific melodic phrase in the vocal line. The lyrics are: "Ka ra dir kaş la rın fer ma yaz dı rır / U zak la ra git tim ge li rim di ye".

Şekil 19: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Karadır Kaşların" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınıırını Aşan Mi sesini gösteren şekil

"Karadır Kaşların" isimli Halk Türküsünün notası incelendiğinde Mutasyon dönemindeki kız ve erkek çocukların ses genişlikleri dışında notaların kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu şarkı Mutasyon dönemindeki öğrencilere öğretilmeye çalışıldığında, öğrencilerin ses sağlığına olumsuz etki yapacak ve bir takım ses hastalıklarına maruz kalmalarına neden olacaktır.

Bireysel ses Eğitimi kitabında yer alan "Karadır Kaşların" isimli Halk Türküsünün Mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses alanına uygun olmadığı kanaatine varılmıştır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Yalgızam " isimli Azeri Türküsünün notası verilmiştir. BSE kitabı sf:80



The image shows a musical score for the song "Yalgızam". It consists of three staves: a vocal line, a piano accompaniment (right hand), and a piano accompaniment (left hand). The key signature is one sharp (F#) and the time signature is 7/8. The vocal line starts with a 7-measure rest, followed by a melodic line. A red oval highlights a specific melodic phrase in the vocal line. The lyrics are: "Yal gı zam yal gız".

Şekil 20: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Yalgızam" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınıırını Aşan Fa sesini gösteren şekil

“Yalnızam ” isimli Azeri Türküsünün notası incelendiğinde Mutasyon dönemindeki kız ve erkek çocukların ses genişlikleri dışında notaların kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu şarkı Mutasyon dönemindeki öğrencilere öğretilmeye çalışıldığında, öğrencilerin ses sağlığına olumsuz etki yapacak ve bir takım ses hastalıklarına maruz kalmalarına neden olacaktır.

Bireysel ses Eğitimi kitabında yer alan “Yalnızam” isimli Azeri Türküsünün Mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses alanına uygun olmadığı kanaatine varılmıştır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Bana Bir Aşk Masalından " isimli Türk Sanat Müziği Eseri notası verilmiştir. BSE kitabı sf:92

92 Bireysel Ses Eğitimi

BANA BİR AŞK MASALINDAN

Söz ve Müzik: Erol SAYAN

SAZ

4

7

10

Ba na bir aşk ma sa lin dan
Se ni sev mek di le ğim di
Se ni sev dim di ye bil sem

şar kı lar söy le şar kı lar söy
her se yim sen din her kı lar söy
ö lü rüm i nan ö lü rüm i

Şekil 21: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Bana Bir Aşk Masalından" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Mi Fa Sol La Si seslerini gösteren şekil

“Bana Bir Aşk Masalından" isimli Türk Sanat Müziği Eseri notası incelendiğinde Mutasyon dönemindeki kız ve erkek çocukların ses genişlikleri dışında notaların kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu şarkı Mutasyon dönemindeki öğrencilere öğretilmeye çalışıldığında,

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "İzmir Marşı" isimli Marş'ın notası verilmiştir. BSE kitabı sf:100

The image shows a musical score for "İzmir Marşı". It consists of a vocal line and a piano accompaniment. The vocal line is written in a treble clef with a key signature of two flats (B-flat and E-flat) and a tempo marking of 60. The lyrics are: "Top lan dı ça dır lar kal ma yın ge ri Ya şa Mus ta fa Ke". The piano accompaniment is written in a grand staff (treble and bass clefs) with a key signature of two flats and a tempo marking of 60. The piano part features triplets in the right hand and a steady bass line in the left hand. A red oval highlights a specific note in the vocal line, which is a G4 note.

Şekil 23: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "İzmir Marşı" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınıırını Aşan Fa sesini gösteren şekil

"İzmir Marşı" isimli Marş'ın notası incelendiğinde Mutasyon dönemindeki kız ve erkek çocukların ses genişlikleri dışında notaların kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu şarkı Mutasyon dönemindeki öğrencilere öğretilmeye çalışıldığında, öğrencilerin ses sağlığına olumsuz etki yapacak ve bir takım ses hastalıklarına maruz kalmalarına neden olacaktır.

Bireysel ses Eğitimi kitabında yer alan "İzmir Marşı" isimli Marş'ın Mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses alanına uygun olmadığı kanaatine varılmıştır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "O Sole Mio" isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:103



The image shows a musical score for the song "O Sole Mio". It consists of two staves: a vocal line (treble clef) and a piano accompaniment (grand staff). The vocal line starts at measure 24. A red oval highlights a specific melodic phrase in the vocal line, which is a sequence of eighth notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4. The lyrics under this phrase are "Ma n'a tu so le".

Şekil 24: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "O Sole Mio" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınıırını Aşan Fa sesini gösteren şekil

"O Sole Mio" isimli Yabancı Eser'in notası incelendiğinde Mutasyon dönemindeki kız ve erkek çocukların ses genişlikleri dışında notaların kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu şarkı Mutasyon dönemindeki öğrencilere öğretilmeye çalışıldığında, öğrencilerin ses sağlığına olumsuz etki yapacak ve bir takım ses hastalıklarına maruz kalmalarına neden olacaktır.

Bireysel ses Eğitimi kitabında yer alan "O Sole Mio" isimli Yabancı Eser'in Mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses alanına uygun olmadığı kanaatine varılmıştır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "NelCorPiuNon Mi Cento" isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:104



The image shows a musical score for the song "Nel Cor Piu Non Mi Cento". It consists of a single staff in treble clef. The score starts at measure 9. A red oval highlights a specific melodic phrase in the vocal line, which is a sequence of eighth notes: G4, A4, B4, C5, B4, A4, G4. The lyrics under this phrase are "la gio ven tu ca".

Şekil 25: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Nel Cor Piu Non Mi Cento" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınıırını Aşan Fa sesini gösteren şekil

"Nel Cor Piu Non Mi Cento" isimli Yabancı Eser'in notası incelendiğinde Mutasyon dönemindeki kız ve erkek çocukların ses genişlikleri dışında notaların kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu şarkı Mutasyon dönemindeki öğrencilere öğretilmeye çalışıldığında, öğrencilerin ses sağlığına olumsuz etki yapacak ve bir takım ses hastalıklarına maruz kalmalarına neden olacaktır.

Bireysel ses Eğitimi kitabında yer alan "Nel Cor Piu Non Mi Cento" isimli Yabancı Eser'in Mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses alanına uygun olmadığı kanaatine varılmıştır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Omra Mai Fu " isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:108



Şekil 26: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Omra Mai Fu" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınıırını Aşan Fa sesini gösteren şekil

“Omra Mai Fu” isimli Yabancı Eser'in notası incelendiğinde Mutasyon dönemindeki kız ve erkek çocukların ses genişlikleri dışında notaların kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu şarkı Mutasyon dönemindeki öğrencilere öğretilmeye çalışıldığında, öğrencilerin ses sağlığına olumsuz etki yapacak ve bir takım ses hastalıklarına maruz kalmalarına neden olacaktır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Omra Mai Fu" isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:109



Şekil 27: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Omra Mai Fu" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınıırını Aşan Fa sesini gösteren şekil

Bireysel ses Eğitimi kitabında yer alan “Omra Mai Fu” isimli Yabancı Eser'in Mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses alanına uygun olmadığı kanaatine varılmıştır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Torna A Sorriento " isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:110

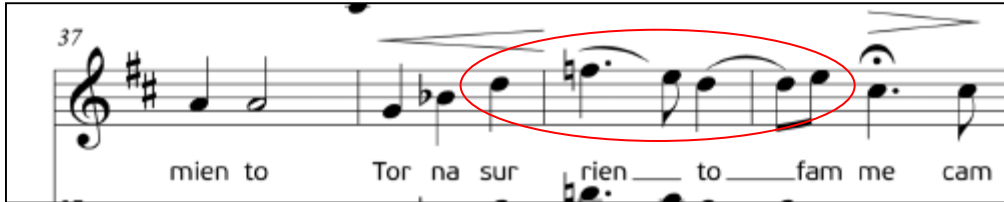


Şekil 28: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Torna A Sorriento" isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırlarını Aşan Fa sesini gösteren şekil

"Torna A Sorriento" isimli Yabancı Eser'in notası incelendiğinde Mutasyon dönemindeki kız ve erkek çocukların ses genişlikleri dışında notaların kullanıldığı tespit edilmiştir.

Bu şarkı Mutasyon dönemindeki öğrencilere öğretilmeye çalışıldığında, öğrencilerin ses sağlığına olumsuz etki yapacak ve bir takım ses hastalıklarına maruz kalmalarına neden olacaktır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Torna A Sorriento " isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:111



Şekil 29: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Torna A Sorriento " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırlarını Aşan Fa sesini gösteren şekil

Bireysel ses Eğitimi kitabında yer alan "Torna A Sorriento" isimli Yabancı Eser'in Mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses alanına uygun olmadığı kanaatine varılmıştır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan “Ninni (Wiegenlied)” isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:115

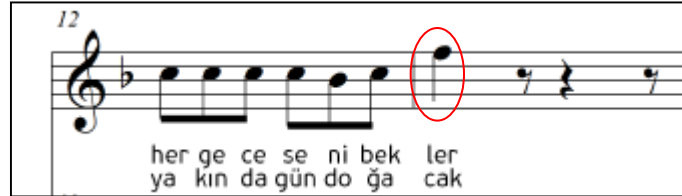


Şekil 30: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Ninni (Wiegenlied) " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil

“Ninni (Wiegenlied)” isimli Yabancı Eser'in notası incelendiğinde Mutasyon dönemindeki kız ve erkek çocukların ses genişlikleri dışında notaların kullanıldığı tespit edilmiştir.

Bu şarkı Mutasyon dönemindeki öğrencilere öğretilmeye çalışıldığında, öğrencilerin ses sağlığına olumsuz etki yapacak ve bir takım ses hastalıklarına maruz kalmalarına neden olacaktır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan “Ninni (Wiegenlied)” isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:115



Şekil 31: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Ninni (Wiegenlied) " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil

Bireysel ses Eğitimi kitabında yer alan “Ninni (Wiegenlied)” isimli Yabancı Eser'in Mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses alanına uygun olmadığı kanaatine varılmıştır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Serenade - Le Chant Du Cygne " isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:116



Şekil 32: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Serenade - Le ChantDuCygne " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil

“Serenade - Le Chant Du Cygne” isimli Yabancı Eser'in notası incelendiğinde Mutasyon dönemindeki kız ve erkek çocukların ses genişlikleri dışında notaların kullanıldığı tespit edilmiştir.

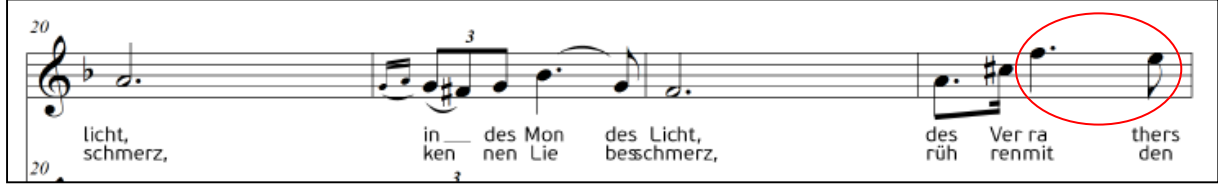
Bu şarkı Mutasyon dönemindeki öğrencilere öğretilmeye çalışıldığında, öğrencilerin ses sağlığına olumsuz etki yapacak ve bir takım ses hastalıklarına maruz kalmalarına neden olacaktır.

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Serenade - Le Chant Du Cygne " isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:117



Şekil 33: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Serenade - Le ChantDuCygne " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Fa sesini gösteren şekil

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Serenade - Le Chant Du Cygne " isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:117



Şekil 34: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Serenade - Le ChantDuCygne " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırmı Aşan Fa - Mi seslerini gösteren şekil

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Serenade - Le Chant Du Cygne " isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:117



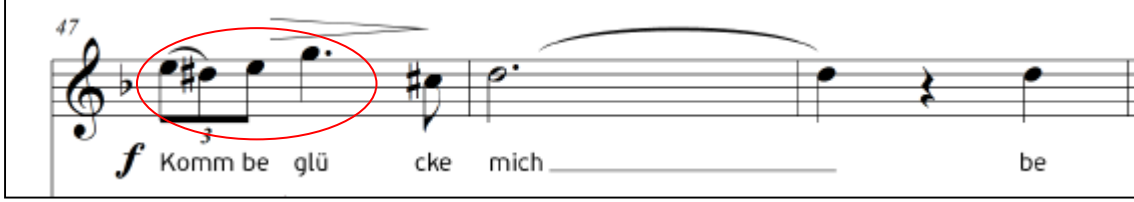
Şekil 35: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Serenade - Le ChantDuCygne " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırmı Aşan Sol sesini gösteren şekil

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Serenade - Le Chant Du Cygne " isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:118



Şekil 36: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Serenade - Le ChantDuCygne " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırmı Aşan Fa Diyez sesini gösteren şekil

Aşağıda Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan "Serenade - Le Chant Du Cygne " isimli Yabancı Eser'in notası verilmiştir. BSE kitabı sf:119



Şekil 37: Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi Kitabında Yer Alan " Serenade - Le ChantDuCygne " isimli şarkıda görülen Mutasyon Dönemindeki Öğrencilerin Ses Sınırını Aşan Mi - Sol seslerini gösteren şekil

Bireysel ses Eğitimi kitabında yer alan "Serenade - Le Chant Du Cygne" isimli Yabancı Eser'in Mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses alanına uygun olmadığı kanaatine varılmıştır.

SONUÇ ve ÖNERİLER

SONUÇ

Öğrencilere uygulanan anket bulgularından hareketle, aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır.

Birinci Alt probleme İlişkin Sonuçlar

Güzel Sanatlar ve Spor Liseleri Bireysel Ses Eğitimi dersi alan öğrencilere uygulanan anket verileri ışığında aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır. Ankete katılanların;

- 1- %73,8'i Ses sağlığı ve ses koruma bilinci konusunda dersten önce bilgilendirme yapılmadığını ifade etmiştir. Bunun bir sonucu olarak da, mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses sağlığı ile ilgili birçok hastalığa maruz kalabileceği tespit edilmiştir.
- 2- %62,6'sı Ses eğitimi sürecinde, mutasyon dönemi ile ilgili dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmadığını ifade etmiştir. Bu dönemin seste kalıcı hasarlar olmaksızın atlatılması için ancak eğitimcilerin bilinçli yaklaşım ve bilgi birikimleri ile sağlanabilmektedir. Öğrencilerin beyan ettiği cevaplara istinaden mutasyon dönemini sorunsuz bir şekilde atlatmaları söz konusu olmayacağı sonucuna varılmıştır.
- 3- %73,8'i Kendi ses genişliğini (ses sınırlarımı) kullanım derecelerini bilmiyorum demiştir. Çocuğun bu dönemde ses genişliğini, ses sınırını bilmesi, önemli bir faktördür. Ses sınırını bilen mutasyon dönemindeki çocukların ses telleri, bu dönemde hasar görmez. Öğrencilerin beyan ettiği cevaplara istinaden ses sınırını bilmeyen öğrenciler, seslerini kullanırken bu sınırı aşp ses tellerine kalıcı hasar uğratabilecekleri tespit edilmiştir.
- 4- %63,1'i Bireysel ses eğitimi dersinde şarkı çalışmasına geçmeden önce nefes ve ses açma egzersizlerine ne kadar zaman ayrılmaktadır sorusuna 5 dakika yönünde cevap vermiştir. Ses tellerinin egzersizler ile ısıtılmaması veya yeteri kadar vakit ayrılmadan şakı söylemeye geçilmesi durumunda ilerleyen zamanlarda çok ciddi ses rahatsızlıklarına yol açmaktadır.
- 5- Frank-Sparber ikilisinin yaptıkları çalışmalarında “mutasyon sırasında hiç ses eğitimi yapmamanın, bu süre içinde sesi kötü kullanmak kadar zararlı olduğunu saptadıklarını” ifade etmiştir. Bu bağlamda ses açma egzersizleri özellikle GSL'nde ses eğitimi alan çocuklara seslerini koruyarak şarkı söylemeleri için önem teşkil ettiği

saptanmıştır. Anket sorularına öğrencilerin verdiği cevaplardan elde edilen veriler ışığında, Bireysel Ses Eğitimi dersinde, şarkı çalışmasına geçmeden önce yeterli nefes ve ses açma egzersizlerine gerekli zamanın ayrıldığı tespit edilmiştir.

6- %79'u Bireysel Ses Eğitimi dersinde seslendiremediğimiz şarkılar oluyor, yönünde cevap vermiştir. Bu da Bireysel Ses Eğitimi dersinde öğrencilerin şarkı dağarcığının ses genişliklerine göre verilmediği sonucunu ortaya çıkartmıştır.

7- %72,8'i Bireysel Ses Eğitimi dersi sonrasında sesimizi nasıl koruyacağımız ve ses sağlığı ile ilgili bilgiler verilmemektedir cevabını vermiştir. Sağlıklı bir sesin oluşması için ses sisteminde yer alan tüm organların sağlıklı ve uyumlu bir şekilde çalışması ve bu sistemin bilinmesi gereklidir. Bu nedenle de ses sağlığına dikkat etmek için bazı önlemler alınmalıdır. Bunun başında da ses sağlığı gelmektedir. Bilinçlenen öğrenci, bu konuda daha hassas olacak ve ses sorunları daha aza inecektir. Bu verilere bağlı olarak öğrencilerin sesini nasıl koruyacağını ve ses sağlığı ile neler yapıp neler yapmayacağını bilmediği tespit edilmiştir.

8- %80'i Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığımız şarkılar sesimize ince (tiz) geliyor derken, %25,6'sı Bireysel Ses Eğitimi dersinde çalıştığımız şarkılar sesimize kalın (pes) geliyor demektedir. Beyan edilen cevaplar ışığında, mutasyon dönemindeki çocukların ses alanına göre şarkı dağarcığının belirlenmediği tespit edilmiştir.

9- %40'ı Bireysel Ses Eğitimi dersinden sonra boğazınızda acı, yanma veya çatallaşma hisseder misiniz? Sorusuna “yanma” derken %35,9'u “acı” cevabını vermiştir. Acı ve yanma hissi ses kısıklığına yani larenkste, ses tellerindeki tahribatlardan ötürü meydana gelir. Öğrencilerin vermiş olduğu cevaplardan yola çıkarak; derslerden sonra ses tellerinde irritan olduğu tespit edilmiştir.

10- Anket soruları içerisinde 10. Sırada yer alan “Bireysel Ses Eğitimi ders kitabı dışında aşağıdaki kaynaklardan hangisini kullanıyorsunuz. Sorusuna ilişkin verilmiş cevaplar ışığında öğrencilerin; %47,2'si Panofca – Vocal abc, %12,8'i Vaccaj, %8,7'si Piyano Eşlikli Halk Türküleri, %31,3'ü Şan İçin Piyano Eşlikli Albüm kaynaklarını kullandıkları tespit edilmiştir.

İkinci Alt probleme İlişkin Sonuçlar

Güzel Sanatlar ve Spor Liseleri Bireysel Ses Eğitimi dersi kitabı incelendiğinde aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır:

- 1- Mutasyon dönemindeki çocukların ses sınırının belirlenmesi bir çok faktöre dayalı olarak ortaya çıkmaktadır. Bunları; öğrencinin hazır bulunuşluk durumu, öğrencinin genetik - fiziki - ruhsal durumu, öğrencinin mutasyon döneminde hangi dönemde olduğunu göz önüne alarak belirlemek mümkün olacaktır.

Öğrencilere yapılan anket göz önünde bulundurularak, özellikle ankette yer alan 6. ve 7. sorulara verilen cevaplar ışığında;

Güzel Sanatlar Liseleri Bireysel Ses Eğitimi kitabında yer alan

"Ah Bir Ateş Ver", "Aman Avcı", "Karadır Kaşların", "Yalgızam" isimli Halk Türküleri,

"Bana Bir Aşk Masalından" isimli Türk Sanat Müziği,

"İzindeyiz Marşı", "İzmir Marşı" isimli Marşlar,

"O Sole Mio", "Nel Cor Piu Non Mi Cento", "Omra Mai Fu", "Torna A Sorriento", "Ninni (Wiegenlied)", "Serenade - Le Chant Du Cygne" isimli Yabancı Eserler, mutasyon dönemindeki çocukların ses sınırını aştığı için (ince mi- fa- sol- la- si sesleri tespit edildiğinden) uygun değildir sonucunu çıkartmak mümkündür.

- 2- "Bana Bir Aşk Masalından" isimli Türk Sanat Müziği eseri, ince si sesine kadar çıkmaktadır. Bu da mutasyon dönemi çocukların ses sınırını aşmaktadır. Buna istinaden bu parçanın piyano ile mi herhangi bir Sanat Müziği enstrümanı ile mi çalındığı sorusu akıllara gelmektedir. Bununla ilgili herhangi bir açıklama yapılmadığı tespit edilmiştir.

ÖNERİLER

- 1- Bireysel Ses Eğitimi ders saatlerinde özellikle ses nefes egzersizleri kullanma eğitimi için ayrılmalıdır.
- 2- Daha sağlıklı olmak, daha az ses problemi ile karşılaşmak ve Ses kullanımı bakımından risk taşıyan öğrencileri konuşurken ve şarkı söylerken rezonans boşluklarını ve nefeslerini doğru kullanmaları, vücutlarının dengeli ve düzgün duruşuna önem vermeli, düzenli nefes egzersizi yapmalıdırlar.
- 3- Sesin gürlük, genişlik ve tını yeterliliklerinin artırılması hususunda, ses eğitimi sürecinde ses ısıtma çalışmalarının sürelerini daha uzun tutmaları ve ses ısıtma çalışmalarının sesin gelişimi üzerindeki önemini öğrencilerine kavratmaları önerilmelidir.
- 4- Mutasyon dönemindeki öğrencilerin, sesini kullanırken; ses sağlığını koruma, doğru ses üretip kullanmak adına ve sesine doğrudan doğruya zarar verme olasılığına karşı bilgilendirme yapılması gerekmektedir.
- 5- Mutasyon döneminde sesteki değişim çocuklara en iyi şekilde açıklanmalı, konuşma ve şarkı söylemede ses zorlanıp bastırılmadan kullanılmalı, yaşanan sorunların geçici olduğu belirtilmeli ve mutasyon sonuna kadar sabırla beklenmesi gerektiği vurgulanmalıdır.
- 6- Bireysel Ses Eğitimi dersinde ses açma egzersizlerinin uygulanması, mutasyon dönemindeki öğrencilerin ses hastalıklarına maruz kalma riskine karşı kesinlikle yapılması gerekmektedir.
- 7- Güzel sanatlar liselerinde kullanılan BSE ders kitabına öğrencilerin ses alanında olabilecek farklılıklarda gözetilerek eserlerin transpoze şekilleri de eklenmelidir.
- 8- Bireysel Ses Eğitimi dersini yürüten öğretmenlerin; mutasyon dönemindeki çocukların ses alanına göre şarkı dağarcığını belirlemeleri gerekmektedir. Ya da en azından öğrencilerin ses genişliklerine göre eseri transpoze yaparak çalıştırmalıdırlar.
- 9- Güzel sanatlar liseleri müzik bölümlerinde bireysel ses eğitimi dersinde öğretilmek üzere oluşturulan ortak eserlerden öğrencilerin ses düzeyine uygun olanların seçilerek, başka uygun eserleri de araştırarak ve tüm ses gruplarının transpozelerinin de olduğu kaynak bir kitap oluşturulmalıdır.
- 10- Mutasyon dönemindeki öğrencilerin sesleri konusunda daha dikkatli olmaları, özellikle erkek öğrencilerde, sesin alt ve orta rejister bölgelerini kullanmaları ve kafa sesi kullanmalarına izin vermemeleri önerilmelidir.

- 11- Ses nefesin üzerinde olmalıdır. Eğer değilse işte o zaman vücutunuz bunu telafi etmek için başka bir aracı kullanmaya başlayacaktır ve muhtemelen bu araç gereksiz bir noktada gerilim, kasılma gerektiren bir durum ortaya çıkacak vücut gerginleşecektir. Bu son derece sağlıksız bir durumdur. Vücutu düzgün pozisyonda tutmalı, mekanik avantaj sağlanmalı, vücuda gereksiz baskı uygulanmamalı ve vücut mümkün olabilen en iyi pozisyonda kullanılmalıdır.
- 12- Öğrencilerin sesini soluk destekli ve kontrollü kullanması, eserlerin ses sınırlarına uygunluğu, eserleri severek söylemeleri, teknik kazandırma ve ezgilerin uygunluğu sonucu ortaya çıkmaktadır. Buna dayalı olarak da her öğrenciye kendi fiziksel ve hatta ruhsal durumuna yönelik şarkı seçilmelidir.
- 13- Öğretmenler, öğrencilere çalışmaları için eserleri verirken, onların ses aralıklarını ve seviyelerini düşünerek hareket etmelidirler. Bunun bir sonucu olarak da öğrencilerin ses sağlığı korunmuş olur.
- 14- Bireysel Ses Eğitimi dersini yürüten öğretmenlerin; mutasyon dönemindeki çocukların ses alanına göre şarkı dağarcığını belirlemeleri gerekmektedir. Ya da en azından öğrencilerin ses genişliklerine göre eseri transpoze yaparak çalıştırmalıdır.
- 15- Öğrencilerin seviyesine ve ses özelliklerine uygun eserler seçmeleri, öğrencilerinin yaş grubu ses özelliklerini de dikkate alınmalıdır.
- 16- Alan ile ilgili kaynak, metod ve şarkı dağarcığının artırılması dersin işlevine ve öğrencilerin derse olan ilgisini arttırmak için büyük oranda katkı sağlayacaktır.
- 17- Öğretmenler tarafından öğrencilerin sürekli yararlanabileceği ses, nefes ve konuşma egzersizleri, ses sağlığı ile ilgili yayınlara yönlendirme yapılması gerekir.
- 18- Öğrenciler hasta olduklarında seslerini kullanmamalı, sigara içmemeli, kahve, çay, alkollü içecek tüketmemeli, fısıltıyla, yüksek sesle, bağırarak ve taşıt araçlarında konuşmanın ses mekanizmasına zarar veren davranışlardan olduğunu bilmeli gece yatmadan önce yemek yememeli, düzenli uyumaları, buldukları ortamın havalandırılmasına ve nemine önem vermeli ve boğazını sık temizlemekten kaçınmalıdır.
- 19- Öğrencilerin polip, nodül, larenjit, ses teli kistleri, ses teli kanaması, ses kısıklığı, reinke ödemi kavramlarının ses hastalığı olduğunu bilmeli, ses sağlığı adına yapılması gereken önlemleri almalı.
- 20- Öğrencilerin ses kullanım alışkanlıkları, ses hijyeni ve ses hastalıkları hakkında bilgi düzeylerinin yükseltilmesi hedeflenmeli.

- 21- Ses hastalıklarının tedavisinde kullanılacak olan ses eğitimi yöntemleri, ses eğitimi alanında uzman kişiler tarafından uygulanmalıdır
- 22- Öğrencilerin, sesi olumsuz yönde etkileyen risk faktörlerinin neler olduğu ve bu faktörlerden ne şekilde korunabilecekleri hakkında bilgi sahibi olmaları gerekir. Bu konuda dil ve konuşma terapistlerinin profesyonel ses kullanıcılarına verecekleri eğitim, bu kişilerde oluşabilecek sese dair problemlerin önlenmesini mümkün kılacaktır.
- 23- Herhangi bir ses problemi yaşadıklarında mutlaka bir uzmana danışmalı, yılda en az bir kez ses muayenesinden geçmelidirler.
- 24- Doğru ses kullanmaya özen göstermenin yanında sağlıklı bir sesin ön koşullarından olan beden ve ruh sağlıklarını da korumalıdır.
- 25- Öğrencilere en önemli enstrümanlarının sesleri olduğunu ve uzun yıllar sağlıklı bir şekilde kullanabilmeleri için aldıkları eğitimin önem teşkil ettiğini anlatmalı ve öğrenciler aydınlatılmalıdır.
- 26- Ses eğitimi ve ses sağlığı alanında yetişmiş profesyonel kişilerin, öğrenciler ve öğretmenlere yönelik olarak okullarda seminerler- konferanslar vermeleri sağlanmalıdır.
- 27- Bireysel Ses Eğitimi dersi öğretmeni, her öğrencinin yapısını ve ses özelliklerini yeterince tanımalıdır.
- 28- Ders saati içerisinde uygulanması gereken, vücut rahatlatma egzersizleri postür için olmazsa olmazdır.
- 29- Bireysel Ses Eğitiminin bir ömür boyu sürmesi gerektiği ve kişinin sürekli olarak egzersiz ve alıştırma ile kendisini geliştirmesi gerektiği göz önüne alındığında bu durumun, Bireysel Ses Eğitimi Dersi veren eğitimcilerin daha da donanımlı olmaları gerektiği bilinmektedir. Öğretmenlerin hiçbir zaman şan eğitimini bırakmamaları, kendilerini geliştirmeleri gerekmektedir. İyi bir ses ve müzikal donanıma sahip olabilmek için gerekirse diğer öğretmenlerden bu konuda yardım alınmalıdır.

KAYNAKÇA

Ağduk, Ayla (2004). Öğretmenlerin Ses Kullanım Alışkanlıkları ile Ses Hijyeni ve Ses Hastalıkları hakkında Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi),

Akdüze, İ. (2004). Müziği Anlamak, Ansiklopedik Müzik Sözlüğü. (2. Baskı). İstanbul: Pan Yayıncılık.

Chapman, J. L. (2006). Singing and Singing Teaching, A Holistic Approach to Classical Voice. San Diego, Oxford, Brisbane: Plural Publishing.

Calilhanna, A. With Ebberts, D., Weiss, J.M. (2012). The Vocalist's Guide to Recording, Rehearsing, and Performing: Care and Maintenance for singers in Every Genre. USA: Disc Makers Presents (www.dismakers.com).

Cevanşir, B.- Gürel, G. (1982). Foniatri. İstanbul: Sanal Matbaacılık. İstanbul Üniversitesi Yayınları

Çevik, S. (1997). Koro Eğitimi ve Yönetim Teknikleri, Ankara: Doruk Yayıncılık.

Çevik, S. (2013). Koro Eğitimi Yönetimi (1. Baskı). Ankara: Müzik Eğitimi Yayınları.

Çevik, S. (1999). Koro Eğitimi, Yönetimi ve Teknikleri. Ankara: Yurt renkleri Yayınevi

Dere, F. (1990). Anatomi, İkinci Baskı Ders Kitabı. Adana: Okullar Pazarı Kitabevi.

Davids, J.-LaTour, S. (2012). Vocal Technique: A Guide for Conductors, Teachers, and Singers. Illinois: Waveland Press

Gürzapi, C. (1999). Konuşan İnsan. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

Howard, E.- Austin, H. (1989). Born to Sing. London: Wise Publication.

Kızıldeli, N. (2001). Mutasyon Döneminde Ses Eğitiminin Önemi, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya

Karasar, N. (2000). Bilimsel Araştırma Yöntemi. (10. Basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Kenneth, H. (1992). Teaching Kids to Sing. New York: Mc Millan Inc.

Murry, T.- Benninger, M.S. (2006). The Performer's Voice. U.K. : Plural Publishing.

MEB, (2008). Bireysel Ses Eğitimi Dersi Öğretim Programı (12. Sınıf). Ankara: Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı. Devlet Kitapları Müdürlüğü.

Okatan, İ.(1996). Şarkı Söyleme Sanatı ve Eğitimi. 1. Ulusal AGSL Müzik Bölümleri Sempozyumu Bildiri Kitabı. Bursa.

Oğuz, A. Demireller A (Ed.): Ses ve Ses Hastalıkları (kitabından), İstanbul: Ekin Tıbbi Yayın.

Ömür, M. (1995). Sesin Özelliklerine Bir Bakış, Cumhuriyet Bilim Ve Teknik, İstanbul.

Ömür, M. (2001). Sesin Peşinde. İstanbul: Pan Yayıncılık.

Ömür, M., Ökçün, Ergün (1996), Profesyonel Ses Hastalıkları ve Tedavisi.

Say, A. (2005). Müzik Sözlüğü (2. Baskı). Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları.

Say, A. (2005). Müzik Sözlüğü , Müzik Ansiklopedisi Yayınları, Ankara: Sözkese Matbaası.

Smith, B.,Sataloff, R.T. (2000). Choral Pedagogy. San Diego, California: Singular Publishing Group.

Senemoğlu, N. (2013). Gelişim Öğrenme ve Öğretim (23. Basım). Ankara: Yargı Yayınevi.

Say, A. (2002). Müzik sözlüğü. Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları s42

Şenocak, F. (1990). İnsan Sesinin Morfolojik Ve Fizyolojik Özellikleri, Otolarengolojide Ve Sanat Dallarında Disfoniler İnternasyonal Sempozyumu, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Kulak-Burun-Boğaz Kliniği, İstanbul, s. 29.

Şenocak, F. (1990). Profesyonel Ses, Sahne Ve Benzeri Sanatkarların Özel Sorunları, Otolarengolojide Ve Sanat Dallarında Disfoniler İnternasyonal Sempozyumu, İstanbul, s.119.

Şenocak, F. (1983). Kulak-Burun-Boğazda Semptom Ve Sendromlar, İstanbul: İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Yayınları, No: 123.

Şenocak, F. (1990). İnsan Sesinin Morfolojik Ve Fizyolojik Özellikleri, Otolarengolojide Ve Sanat Dallarında Disfoniler İnternasyonal Sempozyumu, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Kulak-Burun-Boğaz Kliniği, İstanbul, s. 29.

Şimşek, H.; Yıldırım, A. (2003). Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Seçkin Yayıncılık

Töreyin, Ayşe, Meral (1992). Öğretmenlik Mesleğinde Ses Eğitiminin Gereği. Akademik Yorum Dergisi. Trabzon. s. 59-60.

Töreyin, Ayşe, Meral (2002). Müzik Öğretmenliği Eğitiminde Ses Eğitimi, Müzed Dergisi. Sayı: 5, s. 4-5.

Töreyin, Ayşe, Meral (2008). Ses Eğitimi Temel Kavramlar-İlkeler-Yöntemler. Ankara: Sözkese Matbaacılık

Töreyin, Ayşe, Meral (1998). Türkiye Türkçesi Dil Bilgisi Yapısının Şan Eğitimi Amaç, İlke ve Teknikler Açısından İncelenmesi. Yayınlanmış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Uçan, A. (1994). İnsan Ve Müzik, İnsan Ve Sanat Eğitimi. Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları, Kurtuluş Matbaası, s. 9.

Uçan, A. (1994). Müzik Eğitimi Temel Kavramlar- İlkeler- Yaklaşımlar. Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları.

Uçan, Ali. (1994). İnsan Ve Müzik, İnsan Ve Sanat Eğitimi. Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları, Kurtuluş Matbaası, s. 9.

Yiğit, N. (2004). Sesini Profesyonel Olarak Kullanan Veya Kullanacak Olan Bireylerde Karşılaşılan Ses Sorunları Ve Nedenleri, 1924-2004 Musiki Muallim Mektebinden Günümüze Müzik Öğretmeni Yetiştirme Sempozyumu, Isparta, Cilt: 1. s. 313.

Yurdakul, M. (2000). *Güzel Şarkı Söyleme Ve Sesi Geliştirmede Kesin Başarının Yolları*. Ankara: Lir Yayınları.

Yaman, E. (2001). *Doğru, Güzel ve Etkili Konuşma Sanatı (2.basım)*. Ankara: Gazi Kitapevi.

Yavuzer, A., Öğüt, F., Kolcular, D., Apaydın, F. ve Midilli, R. (2000). Mutasyonel Disfoniye Yaklaşımımız ve Sonuçları. *Ege Tıp Dergisi* 39 (2): 135 -137.İzmir.

Zeren, A. (1995). *Müzik Fiziği 1. Basım*. İstanbul: Pan Yayıncılık. s.240,241

İnternet Kaynakları

www.meb.gov.tr

<https://www.google.com.tr/search?dcr=0&tbm=isch&q=nodül>

<https://www.google.com.tr/search?dcr=0&tbm=isch&q=nodül>

<http://www.mailce.com/ses-nedir-sesin-ozellikleri-nelerdir.html> (Erş. Tarihi

<http://www.tipterimleri.com/search.asp> (Erş. Tarihi: 10 Ocak 2018)

(<http://www.tipterimleri.com/search.asp>).

EKLER

Ek:1 Güzel Sanatlar Liseleri 10. Ve 12. Sınıf ğrencilere uygulanan Anket Soruları

Ek:2 TC. ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ GÜZEL SANATLAR ENSTİTÜSÜ
PİYANO ANASANAT DALI BAŞKANLIğINA yazılan dilekçe rneği



AÇIKLAMA

Değerli Katılımcı;

Bu anket, “ Türkiye’de Güzel Sanatlar ve Spor Liseleri Bireysel Ses Eğitimi dersi şarkı dağarcığının mutasyon dönemindeki çocukların ses sağlığına olan etkilerinin incelenmesi” amacıyla hazırlanmıştır. Anket iki bölüden oluşmaktadır. Birinci bölümde kişisel bilgiler, ikinci bölümde ise Bireysel Ses Eğitimi Dersine yönelik sorular bulunmaktadır. Seçtiğiniz seçenekleri (X) şeklinde işaretleyiniz. Lütfen her soruyu içtenlikle cevaplayınız.

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

Not: Bu anket Güzel Sanatlar ve Spor Liseleri **10. Sınıf** öğrencilerine yönelik hazırlanmıştır.

Araştırmacı:

Cemre ALPTEKİN
Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Devlet Konservatuarı
Güzel Sanatlar Enstitüsü
Piyano Anasanat Dalı

DEMOGRAFİK ÖĞRENCİ ANKETİ

1. Cinsiyetiniz : Kız () Erkek()
2. Yaşınız : 13-14 () 15-16 () 17-18 ()

Mutasyon dönemindeki öğrencilere ses sağlığı ve korunmasına yönelik öğrenci anketi sonuçları nelerdir?

Lütfen her ifadeyi dikkatlice okuyup size uygun olan seçeneği (X) işareti ile işaretleyiniz. İşaretlenmemiş madde bırakmayınız. Katkınız için teşekkürler.	
1. Ses sağlığı ve ses koruma bilinci konusunda dersten önce bilgilendirme yapılmakta mıdır?	
EVET () HAYIR()	
2. Ses eğitimi sürecinde, mutasyon dönemi ile ilgili dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında gerekli bilgilendirme yapılmakta mıdır?	
EVET () HAYIR()	
3. Kendi ses genişliğinizi (ses sınırnızı) kullanım derecelerini biliyor musunuz?	
EVET () HAYIR()	
4. Bireysel Ses Eğitimi dersinde şarkı çalışmasına geçmeden önce nefes ve ses açma egzersizlerine ne kadar zaman ayrılmaktadır?	
5 DK () 10 DK () 15 DK () 20 DK ()	
5. Bireysel Ses Eğitimi dersinde seslendiremediğiniz şarkılar oluyor mu?	
EVET () HAYIR()	
6. Bireysel ses eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize ince (tiz) geliyor mu?	
EVET () HAYIR()	
7. Bireysel ses eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize kalın (pes) geliyor mu?	
EVET () HAYIR()	
8. Bireysel Ses Eğitimi dersinden sonra boğazınızda acı, yanma veya çatallaşma hissedermisiniz?	
ACI () YANMA () ÇATALLAŞMA () KISIKLIK ()	
9. Bireysel Ses Eğitimi dersi sonrasında sesinizi nasıl koruyacağınız ve ses sağlığı ile ilgili bilgiler verilmekte midir?	
EVET () HAYIR()	
10. Bireysel Ses Eğitimi ders kitabı dışında aşağıdaki kaynaklardan hangi veya hangilerini kullanıyorsunuz?	
PANOFCA-VOCAL ABC () VACCAJ () PIYANO EŞLİKLİ HALK TÜRKÜLERİ () ŞAN İÇİN PİYANO EŞLİKLİ ALBÜM ()	

AÇIKLAMA

Değerli Katılımcı;

Bu anket, “ Türkiye’de Güzel Sanatlar ve Spor Liseleri Bireysel Ses Eğitimi dersi şarkı dağarcığının mutasyon dönemindeki çocukların ses sağlığına olan etkilerinin incelenmesi” amacıyla hazırlanmıştır. Seçtiğiniz seçenekleri (X) şeklinde işaretleyiniz. Lütfen her soruyu içtenlikle cevaplayınız.

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

Not: Bu anket Güzel Sanatlar ve Spor Liseleri **12. Sınıf** öğrencilerine yönelik hazırlanmıştır.

Araştırmacı:

Cemre ALPTEKİN
Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Devlet Konservatuarı
Güzel Sanatlar Enstitüsü
Piyano Anasanat Dalı

DEMOGRAFİK ÖĞRENCİ ANKETİ

1. Cinsiyetiniz : Kız () Erkek()
2. Yaşınız : 13-14 () 15-16 () 17-18 ()

Mutasyon dönemindeki öğrencilere ses sağlığı ve korunmasına yönelik öğrenci anketi sonuçları nelerdir?

Lütfen her ifadeyi dikkatlice okuyup size uygun olan seçeneği (X) işareti ile işaretleyiniz. İşaretlenmemiş madde bırakmayınız. Katkınız için teşekkürler.	
1. Ses sağlığı ve ses koruma bilinci konusunda dersten önce bilgilendirme yapılmakta mıdır?	
EVET () HAYIR()	
2. Ses eğitimi sürecinde, mutasyon dönemi ile ilgili dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında gerekli bilgilendirme yapılmakta mıdır?	
EVET () HAYIR()	
3. Kendi ses genişliğinizi (ses sınırnızı) kullanım derecelerini biliyor musunuz?	
EVET () HAYIR()	
4. Bireysel Ses Eğitimi dersinde şarkı çalışmasına geçmeden önce nefes ve ses açma egzersizlerine ne kadar zaman ayrılmaktadır?	
5 DK () 10 DK () 15 DK () 20 DK ()	
5. Bireysel Ses Eğitimi dersinde seslendiremediğiniz şarkılar oluyor mu?	
EVET () HAYIR()	
6. Bireysel ses eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize ince (tiz) geliyor mu?	
EVET () HAYIR()	
7. Bireysel ses eğitimi dersinde çalıştığınız şarkılar sesinize kalın (pes) geliyor mu?	
EVET () HAYIR()	
8. Bireysel Ses Eğitimi dersinden sonra boğazınızda acı, yanma veya çatallaşma hissedermisiniz?	
ACI () YANMA () ÇATALLAŞMA () KISIKLIK ()	
9. Bireysel Ses Eğitimi dersi sonrasında sesinizi nasıl koruyacağınız ve ses sağlığı ile ilgili bilgiler verilmekte midir?	
EVET () HAYIR()	
10. Bireysel Ses Eğitimi ders kitabı dışında aşağıdaki kaynaklardan hangi veya hangilerini kullanıyorsunuz?	
PANOFCA-VOCAL ABC () VACCAJ () PIYANO EŞLİKLİ HALK TÜRKÜLERİ () ŞAN İÇİN PİYANO EŞLİKLİ ALBÜM ()	

EK:2

TC.
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ GÜZEL SANATLAR ENSTİTÜSÜ PİYANO
ANASANAT DALI BAŞKANLIĞINA
SAMSUN

15970007 numaralı öğrenci olarak Piyano Anasanat Dalında yüksek lisans yapmaktayım. Tezime yönelik anket çalışması yapmak istiyorum. Samsun, Amasya, Çorum, Tokat ve Ordu illerinde, “Türkiye’de güzel sanatlar ve spor liseleri bireysel ses eğitimi dersi şarkı dağarcığının mutasyon dönemindeki çocukların ses sağlığına olan etkilerinin incelenmesi” konusu hakkında Güzel sanatlar ve spor liselerinde öğrencilere yönelik anket çalışması yapmak istiyorum. İlgili birimden izin alınması hususunda; bilgilerinize arz ederim. (02.10.2017)

CEMRE ALPTEKİN

ÖZGEÇMİŞ

Gaziantep' te dünyaya geldi.

İlk, Orta öğrenimini Samsun'da tamamladı.

(2004-2008) Lise: Samsun İlkadım Anadolu Güzel Sanatlar Lisesi viyola – piyano

(2008-2012) Üniversite: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Müzik Öğretmenliği Bölümü

Viyola – Piyano – Şan – Bağlama – Gitar – Keman – Blok flüt

(2015- Tez aşamasında) Yüksek Lisans : Ondokuz Mayıs Üniversitesi Devlet konservatuvarı – Piano anasanat dalı

Halen Doç. Dr. Serhat YENER danışmanlığında Yüksek Lisans eğitimini sürdürmektedir.