

T.C.
PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
GÜZEL SANATLAR EĞİTİMİ ANABİLİM DALI
MÜZİK EĞİTİMİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

MÜZİK EĞİTİMİ ANA BİLİM DALI ŞAN ÖĞRENCİLERİNİN ŞAN
PERFORMANSLARINA YÖNELİK ÖZ YETERLİLİK ALGILARI
İLE PERFORMANS KAYGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

SELİNAY BIYIK

Danışman

Dr.Öğr.Üy.Aykut Önder SARIÇIFTÇI

ETİK BEYANNAMESİ

Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nün yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada; tez içindeki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi; görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu; başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu; atıfta bulunduğum eserlerin tümünü kaynak olarak gösterdiğimi; kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı; bu tezin herhangi bir bölümünü bu üniversitede veya başka bir üniversitede başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı beyan ederim.

Selinay BIYIK

TEŞEKKÜR

Araştırma sürecim boyunca tecrübelerini ve bilgilerini benimle paylaşan çok kıymetli danışman hocam Dr. Öğr. Üy. Aykut Önder SARIÇİFTÇİ'ye, yüksek lisans eğitim sürecinde motivasyonu ile bana destek olan sevgili bölüm sekreterimiz Ali ERGÜN'e, eğitim hayatım boyunca bana hep destek olan canım babama ve varlığını hep yanımda hissettiğim anneme teşekkürlerimi sunarım.

Selinay BIYIK

ÖZET

Müzik Eğitimi Ana bilim Dalı Şan Öğrencilerinin Performans Kaygılarına Yönelik Öz Yeterlilik Algıları ile Performans Kaygıları Arasında İlişki

BIYIK,Selinay

Yüksek Lisans Tezi, Güzel Sanatlar Eğitimi ABD,

Müzik Eğitimi Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr.Öğr.Üy.Aykut Önder SARIÇİFTÇİ

Haziran 2023, 68 sayfa

Bu çalışmanın amacı müzik eğitimi ana bilim dalı şan öğrencilerinin performans kaygı düzeyleri ve öz yeterlilik algı düzeylerini saptamak, arasındaki ilişkiyi ele almak için yapılmıştır. Bu amaçla öğretmen adaylarına Kenny Performans Kaygı Envanteri ve Cansu Koçer'in geliştirdiği Bireysel Ses Eğitimi Dersi Öz Yeterlilik Algısı Ölçeği uygulanmıştır.

Betimsel çerçevede gerçekleştirilen bu araştırmada müzik öğretmeni adayı olan müzik eğitimi ana bilim dalı şan öğrencilerinin, şan performans kaygılarının öz yeterlilik algıları ile performans kaygıları arasındaki ilişkiyi belirlemek için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Adım Üniversiteleri'nin Eğitim Fakültelerinin Müzik Eğitimi Anabilim Dalları bireysel çalgısı şan olan öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan toplam öğrenci sayısı 40'tır.

Araştırmacı, şan öğrencilerine uygulanacak anket formunu Covid-19 döneminde kullanılmaya başlanan internet üzerinden (çevrimiçi) yapılan anket tekniği kullanılmıştır.

Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında cinsiyet ve sınıf değişkinine bağlı olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bunun yanı sıra mezun olunan lise türü değişkeni ile öz yeterlilik algı düzeyi arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Bu sonuçlardan yola çıkılarak önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Müzik Eğitimi, Şan Eğitimi, Öz Yeterlilik, Performans Kaygısı

ABSTRACT

The Relationship Between Self-Efficacy Perceptions and Performance Anxiety of Music Education Department Voice Students

BIYIK, Selinay

MA, Fine Arts Education Department

Department of Music Education Science

Thesis advisor; Associate, Dr.Öğr.Üy.Aykut Önder SARIÇİFTÇİ

June 2023,68 pages

The aim of this study was to determine the performance anxiety levels and self-efficacy perception levels of the music education department students and to address the relationship between them. For this purpose, Kenny Performance Anxiety Inventory and Individual Voice Education Lesson Self-Efficacy Scale developed by Cansu Koçer were applied to teacher candidates.

In this study, which was carried out in a descriptive framework, a relational survey model was used to determine the relationship between the self-efficacy perceptions of singing performance anxiety and performance anxiety of music education department singing students who are music teacher candidates. The universe of the research consists of students whose individual instrument is singing in Music Education Departments of Education Faculties of Adim Universities. The total number of students participating in the research is 40.

The researcher used the questionnaire technique to be applied to the singing students over the internet (online), which was started to be used in the Covid-19 period.

Considering the results of the research, no significant difference was observed depending on the gender and class variance. In addition, there was a significant difference between the graduated high school type variable and the self-efficacy perception level. Based on these results, recommendations were made.

Key Words: Music Education, Voice Education, Self-Efficacy, Performance Anxiety

İÇİNDEKİLER

JÜRİ ÜYELERİ ONAY SAYFASI	iii
ETİK BEYANNAMESİ	iv
TEŞEKKÜR.....	v
ÖZET.....	vii
ABSTRACT.....	viii
İÇİNDEKİLER	viii
TABLolar LİSTESİ	x
BİRİNCİ BÖLÜM: GİRİŞ	1
1.1 Problem Durumu	2
1.1.1.Problem Cümlesi.....	2
1.1.2. Alt Problemler	2
1.2. Araştırmanın Amacı.....	3
1.3.Araştırmanın Önemi	3
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	3
1.5 Araştırmanın Sayıltıları.....	3
1.6. Tanımlar.....	3
İKİNCİ BÖLÜM: KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	5
2.1. Kuramsal Çerçeve.....	5
2.1.1. İnsan Sesi ve Oluşumu	5
2.1.1.1. Aktivatör Sistem.....	7
2.1.1.1.1. Soluk Borusu (Trekea)	7
2.1.1.1.2. Akciğerler	8
2.1.1.1.3. Diyafram.....	9
2.1.1.1.4. Kaburgalar	11
2.1.1.1.5 Karın Kasları.....	12
2.1.1.2. Titreşim Sistem(Vibratör Sistem).....	13
2.1.1.2.2. Larenks(Gırtlak).....	14
2.1.1.3.Yankılayan Sistem (Rezonatör Sistem)	15
2.1.1.3.1. Soluk Borusu	15
2.1.1.3.2. Göğüs	16
2.1.1.3.3. Gırtlak Bölgesi.....	17
2.1.1.3.4. Yutak.....	18
2.1.1.3.5. Ağız.....	19
2.1.1.3.6. Alt Çene.....	20

2.1.1.3.7. Damak	21
2.1.1.3.8. Burun.....	21
2.1.1.3.9. Sinüsler.....	22
2.1.2. Ses Eğitimi.....	23
2.1.3. Şan Eğitimi	24
2.1.4. Müzik Eğitimi Ana Bilim Dallarında Şan Eğitimi	25
2.1.5. Kaygı (Anksiyete)	27
2.1.6. Performans Kaygısı	28
2.1.7. Öz Yeterlilik.....	30
2.2. İlgili Araştırmalar	31
2.2.1 Kaygı ile ilgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	31
2.2.2. Öz Yeterlilik ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	33
2.2.3. Yurtdışı Araştırmalar.....	35
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM : YÖNTEM	36
3.1. Araştırmanın Deseni	36
3.2. Evren ve Örneklem.....	36
3.3. Veri Toplama Aracı ve Teknikleri.....	36
3.4. Veri Toplama Süreci.....	36
3.5. Verilerin Analizi.....	36
3.5.1 Güvenirlilik Analizi.....	37
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM : BULGULAR VE YORUM.....	38
4.1. Şan Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine Ait Bulgular.....	38
4.2. Birinci Alt Probleme İlişkin Bulgular	39
4.3. İkinci Alt Probleme İlişkin Bulgular	40
4.4. Üçüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular.....	42
BEŞİNCİ BÖLÜM: TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	43
5.1 Tartışma ve Sonuç	43
5.2. Öneriler	45
KAYNAKÇA.....	46

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 3. 1. Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE) ve Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısına Ait Çarpıklık ve Basıklık Değerleri	37
Tablo 3. 2. Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE) ve Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısına Ait Cronbach's Alpha Değerleri	37
Tablo 4. 1. Şan Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine Ait Bulgular	38
Tablo 4. 2. Şan Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı Puanlarının Karşılaştırılması.....	39
Tablo 4. 3.Şan Öğrencilerinin Sınıf Değişkenine Göre Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı Puanlarının Karşılaştırılması.....	39
Tablo 4. 4.Şan Öğrencilerinin Mezun Olduğu Lise Türü Değişkenine Göre Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı Puanlarının Karşılaştırılması	40
Tablo 4. 5.Şan Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE) Puanları.....	40
Tablo 4. 6. Şan Öğrencilerinin Sınıf Değişkenine Göre Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE) Puanları.....	41
Tablo 4. 7. Şan Öğrencilerinin Mezun Olduğu Lise Türü Değişkenine Göre Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE) Puanları	41
Tablo 4. 8. Şan Öğrencilerinin Müzik Performans Kaygısı ile Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı Arasındaki İlişki Düzeyinin İncelenmesi	42

BİRİNCİ BÖLÜM: GİRİŞ

Kaygı, tehlikeyle baş etmek için uyum sağlayıcı bir mekanizma, temel bir insan duygusu ve çok yönlü bir duygu durumu olup, bilimsel öğeleri, öznel duyguları, fizyolojik belirtileri ve davranışları içerir (Özusta, 1995,s.32). Güleç ve Köroğlu'na(1997) göre kaygı, yaşamı içten ve dıştan etkilerle yaşamı tehdit eden bir duygudur. Beser ve Öz (2003)' e göre ise kaygıyı üç farklı boyutta yaşamaktayız. Hafif ve orta boyutta hissettiğimiz kaygı düzeyi bizi olumlu olarak etkileyebilirken, yoğun şiddette hissettiğimiz kaygı durumu ise bireyde daha çok çaresizlik hissine sebep olabilir.

Alptekin'e (2012) göre performans kaygısı bireyin özgüvenini bilinçaltında sınayan savunma mekanizmasıdır. Anksiyetinin, sergilenen performansın düşünsel bölümünde önemli bir rol oynadığını savunmaktadır. Hafif düzeyde hissedilen kaygının kişiyi olumlu ya da olumsuz etkileyebileceğini düşünmektedir.

Kaygı için hayatımızın her alanında ortaya çıkan karmaşıklık, güvensizlik ve içsel sıkıntıyla birleşen bir korku hissi demek mümkündür. Hayatın her alanında yaşadığımız bu his, bizleri bazen olumlu yönde bazen de olumsuz yönde etkilemektedir. Performans kaygısı da bu kapsam içine giren, bizleri sınayan, artı ve eksi yönde etkileyen bir kaygı çeşididir. Toplum dilinde sahne korkusu olarak da bilinen performans kaygısı; aktörler, sporcular ve müzisyenler gibi meslek gruplarını oldukça etkilemektedir.

Sergilenen performansın kalitesini birçok farklı faktörün etkilediğini söyleyebiliriz. Çevresel faktörlerin yetersizliği, kişinin sahne tecrübesi, performansa yönelik yapılan hazırlık, psikolojik faktörler (öz yeterlilik ve benlik algısı) gibi durumlar performansı etkileyebilir. (Tokinan,2013)

Diğer meslek örneklerinde olduğu gibi müziğin içinde de sıkça performans sergilemekteyiz. Aktif olarak performansa dayalı olan çalgılardan biri de insan sesidir. İnsan sesi karmaşık bir çalgıdır. Virtüöz gibi kullanmak için önemli bir çalışma disiplini gerektirir. Çünkü insan vücudu diğer çalgılar gibi somut materyallerden üretilmemiştir. Bu sebeple sesi eğitmek ve geliştirmek soyut bir süreci kapsamaktadır. (Töreyn,2021).

Ülkemizde müzik eğitimi kapsamında ses eğitimi Güzel Sanatlar Lisesi, Müzik Öğretmenliği Bölümü, Konservatuarlar ve Güzel Sanatlar Fakültelerinde gerçekleştirilmektedir. Bu doğrultuda Müzik Öğretmenliği Ana Bilim Dallarında lisans

eğitimleri boyunca ana çalgısı şan olan öğrenciler, şan eğitimi derslerini görerek, sınav ve etkinliklerde şan performansları sergileyerek öğretmenliğe hazırlanmaktadır.

Şan eğitimi sürecinde sesi doğru eğitmek, kullanmak ve kendi potansiyelini keşfetmek için kişinin öz yeterlik algı düzeyinin önem taşıdığı düşünülmektedir. Öz yeterlik algısının; kendini müzik aracılığıyla ifade eden bireylerde müzikal yaşantılarının gelişim sürecinde oldukça önemli etkileri olduğu düşünülmektedir. Eğitim alanında öz yeterlilik algısı ile ilgili çalışmaların başarı ve motivasyona dayalı alanlarda yoğunlaştığı görülmektedir.

1.1 Problem Durumu

Tüm bu ifadelerden yola çıkılarak öz yeterlilik algısının şan performansını ne düzeyde etkilediğini anlamak ve şan eğitiminin bilişsel, duyuşsal ve devinişsel alanlarında da kişiyi ne derecede etkilediğini tespit etmek bakımından önemli olduğu düşünülmektedir.

1.1.1. Problem Cümlesi

Bu araştırmaya konu olan problem cümlesi; "Müzik Eğitimi Ana bilim Şan Öğrencilerinin Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algıları İle Performans Kaygıları Arasındaki İlişki Nasıldır ?" olarak belirlenmiştir.

1.1.2. Alt Problemler

1. Müzik Eğitimi Anabilim Dalı şan öğrencilerinin performanslarına yönelik öz yeterlilik düzeyleri;

a) cinsiyet

b) mezun olunan lise türü

c) sınıf değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir ?

2. Müzik Eğitimi Anabilim Dalı şan öğrencilerinin performans kaygıları;

a) cinsiyet

b) mezun olunan lise türü

c) sınıf değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir ?

3. Müzik Eğitimi Anabilim Dalı şan öğrencilerinin performanslarına yönelik öz yeterlilik algıları, performans kaygılarını ne düzeyde etkilemektedir ?

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı müzik eğitimi ana bilim dallarında bireysel çalgısı şan olan öğrencilerin şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algıları ile performans kaygıları arasındaki ilişkiyi saptamaktır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Bu araştırma öğrencilerin öz yeterlilik algılarının performans kaygısına etkisine dikkat çekmek açısından ve bu alanda yapılacak başka araştırmalara kaynak oluşturması bakımından önemli görülmektedir.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırma Adım Üniversitelerinin Eğitim Fakülteleri Müzik Eğitimi Anabilim Dallarında bireysel çalgısı şan olan öğrencileri ile sınırlıdır.
2. Araştırmada kullanılan ölçekler ile sınırlıdır.
3. Araştırma yüksek lisans tez süresi ve olanakları ile sınırlıdır.

1.5 Araştırmanın Sayıtları

Araştırmaya katılımcıların anketlere içtenlikle cevap verdiği, araştırmada kullanılan ölçeklerin geçerli ve güvenilir olduğu, konu ile ilgili elde edilen bilgilerin doğru olduğu sayıtlarından hareket edilmiştir.

1.6. Tanımlar

Öz yeterlilik: Bandura (1977), öz yeterliliği “kişinin ileri dönük durumları yönetmek için ihtiyaç duyduğu hareket biçimlerini planlama ve gerçekleştirme konusunda kendi yeteneklerine olan inancı” olarak ifade eder (akt. Arseven, 2016)

Kaygı: “Genel anlamıyla kaygı, herhangi bir tehlikenin korkusunun yansıması olarak insanda ortaya çıkan tedirginlik ya da akıl dışı korku durumu olarak tanımlanabilir” (Budak, 2000,s.437).

GSL: Güzel Sanatlar Lisesi.



İKİNCİ BÖLÜM: KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Kuramsal Çerçeve

2.1.1. İnsan Sesi ve Oluşumu

İnsan sesi, karmaşık ve etkileyici bir müzikal enstrümandır. Ses, birçok anatomik yapının bir araya gelmesiyle oluşur ve vokal sistem olarak adlandırılan bir dizi organın işbirliğiyle üretilir. Sesin oluşumu, solunum, rezonans, titreşim ve sanatlı kullanım gibi bir dizi faktörün etkileşimiyle gerçekleşir.

1. Algılayan Sistem: Algılayan sistem, sesin doğru artikülasyon ve rezonansının istenen frekanslarda oluşturulabilmesi için ses dalgalarını algılayan ve beyin tarafından denetlenip düzeltilmesini sağlayan sistemdir. Bu sistemde en önemli organlar kulak ve beyindir. Kulak, ses dalgalarını algılar ve beyne ileterek sesin işlenmesini sağlar. Beyin, gelen sesi analiz eder, tonlama ve aralık kontrolü gibi süreçleri gerçekleştirir.

2. Harekete Geçiren Sistem (Aktivatör Sistem): Harekete geçiren sistem, sesin oluşturulması için havanın düzenlenmesini ve titreşimi sağlayan sistemdir. Bu sistemde soluk borusu, göğüs kafesi, bel, diyafram, karın kasları ve akciğerler gibi organlar yer alır. Soluk borusu, havanın akışını kontrol ederken, göğüs kafesi ve akciğerler havayı depolar ve soluk almamızı sağlar. Diyafram ve karın kasları ise soluk verme ve kontrollü nefes almayı sağlayarak sesin doğru şekilde üretilmesine yardımcı olur.

3. Titreşen Sistem (Vibratör Sistem): Titreşen sistem, sesin ilk üretildiği anda devreye giren ve vücutta ses jeneratörü gibi çalışan organları içerir. Kaslar, kıkırdaklar ve sinirler bu sistemde yer alır. Sesin oluşturulması için ses telleri titreşir ve bu titreşimler hava akımıyla birleşerek sesi oluşturur. Ses tellerinin kaslarla kontrol edilmesi, sesin tonlamasını, yükseklik ve yoğunluğunu belirler.

4. Yankılayan Sistem (Rezonatör Sistem): Yankılayan sistem, sesin kalitesini değiştiren ve ses renginin karakterini ortaya çıkaran sistemdir. Bu sistemde boşluklar, odacıklar ve kemiklerin rezonans özellikleri önemlidir. Başta boşlukları olan ağız, burun ve boğaz gibi alanlar rezonatör görevi görerek sesin yankılanmasını ve zenginleşmesini sağlar. Bu sistem, sesin rengini, vurgusunu ve tonunu belirler. (Töreyin,2008)

Bu sistemler birbirleriyle etkileşim halindedir ve birlikte çalışarak vokal performansın gelişmesini sağlar. Şan eğitimi sürecinde bu sistemlerin farkındalığı ve

kontrolü, vokal tekniğın sağlıklı bir şekilde gelişmesi ve performansın kalitesinin artması için önemlidir. Bu nedenle, şan eğitiminde bu sistemlerin detaylı bir şekilde anlaşılması ve uyumlu bir şekilde çalıştırılması önemlidir.

Sesin oluşumu, ilk olarak harekete geçiren sistemle başlar. Harekete geçiren sistem, solunum sistemini içerir. Bu sistemde, soluk borusu, göğüs kafesi, diyafram ve akciğerler gibi organlar yer alır. Solunum yoluyla havayı kontrol etme yeteneğimiz, ses üretiminin temelini oluşturur. Akciğerlere hava çekildiğinde, göğüs kafesi genişler ve diyafram aşağı doğru hareket eder. Sonra, havayı kontrol ederek ve akciğerlerden dışarı doğru iterek soluk veririz. Bu hava akımı, vokal sistemdeki diğer yapıları harekete geçirir.

Titreşen sistem, sesin üretildiği sistemdir. Ses telleri, larenksin içinde bulunan kaslar ve kıkırdaklarla birlikte çalışarak titreşim oluşturur. Ses telleri, havanın geçtiği açıklık olan glottis üzerinde yer alır. Soluk verme esnasında, ses telleri birbirine yaklaşır ve hava akımıyla birlikte titreşmeye başlar. Bu titreşimler, ses dalgalarının oluşmasını sağlar. Sesin yüksekliği ve tonu, ses tellerinin gerilim ve kalınlığına bağlı olarak değiştir.

Yankılayan sistem, sesin rezonansını ve tonunu şekillendiren sistemdir. Bu sistemde ağız, burun, boğaz ve çene gibi yapılar yer alır. Ses, rezonatör boşluklarında yankılanır ve burada şekil alır. Ağız ve burun boşlukları, sesin rezonans özelliklerini etkiler. Aynı zamanda dil, dudaklar ve çene hareketleri, sesin şekillenmesinde ve doğru artikülasyonun sağlanmasında önemli rol oynar.

Sesin sanatlı kullanımı, vokal performansın ifade ve iletişim gücünü artırır. Şarkı söylemek, doğru nefes alma teknikleri, tonlama, vurgu, aralık kontrolü, sesin renklendirilmesi gibi unsurları içerir. Şan eğitimi, bu sanatlı kullanımın geliştirilmesi ve vokal tekniğın sağlıklı bir şekilde öğrenilmesini hedefler.

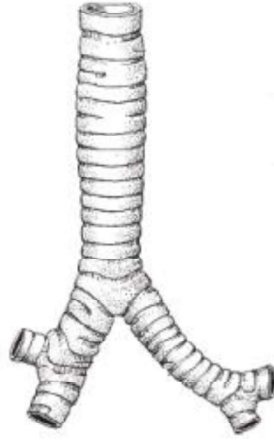
İnsan sesi, doğuştan gelen bir enstrümandır ve her birimizin sesi benzersizdir. Sesin oluşumu ve kullanımı, müzik ve iletişimde güçlü bir araç sağlar. Sesimizi doğru bir şekilde kullanmak, vokal sistemimizi anlamak ve geliştirmek için şan eğitimi önemlidir. Bu sayede, kendimizi ifade ederken, müziğın gücünden tam anlamıyla faydalanabilir ve sesimizin tınısını etkileyici bir şekilde kullanabiliriz.

2.1.1.1. Aktivatör Sistem

Aktivator sistem, sesin üretildiği ve kontrol edildiği sistemdir. Soluk borusu, kaburgalar, diyafram, karın kasları ve akciğerler bu sistemin parçalarıdır. Havayı düzenler ve titreşimi sağlar. Organlar birbirleriyle koordineli çalışarak havanın akışını kontrol eder. Ses tellerinin titreşimi, havanın akımıyla birleşerek sesin oluşmasını sağlar. Aktivator sistem, sesin gücünü ve kontrolünü etkiler. Doğru nefes alma ve organların uyumlu çalışması, sesin gücünü ve kontrolünü artırır.

2.1.1.1.1. Soluk Borusu (Trekea)

Suluk borusu, solunum sistemimizin önemli bir parçasıdır ve sesin oluşumunda kritik bir rol oynar. Bu organ, solunum yolunun devamı olan, nefesin akciğerlere iletilmesini sağlayan ve aynı zamanda sesin üretildiği bir tüptür. Soluk borusu, ses tellerini koruyarak ve hava akışını düzenleyerek sesin doğru bir şekilde üretilmesini sağlar. Soluk borusu, göğüs boşluğunda yer alır ve üst kısmında larenks (ses kutusu) ile başlar. Larenks, ses tellerini içeren ve ses üretim sürecini kontrol eden bir yapıdır. Soluk borusu, larenksin altında yer alarak nefesin akciğerlere iletilmesini sağlar. Hava akımının düzenlenmesi, ses tellerinin hareketi ve titreşimi için önemlidir. Sesin oluşum sürecinde soluk borusu, bir yol görevi görür. Solunum esnasında, soluk borusuna gelen hava, akciğerlerden gelerek bu tüp boyunca geçer. Soluk borusu, bronşlara ayrılarak akciğerlere doğru devam eder. Ancak sesin oluşumu için önemli olan nokta, soluk borusunun üst kısmındaki larenks bölgesidir.



Resim 1. Soluk Borusu (Feneis ve Dauber, 2000)

2.1.1.1.2. Akciğerler

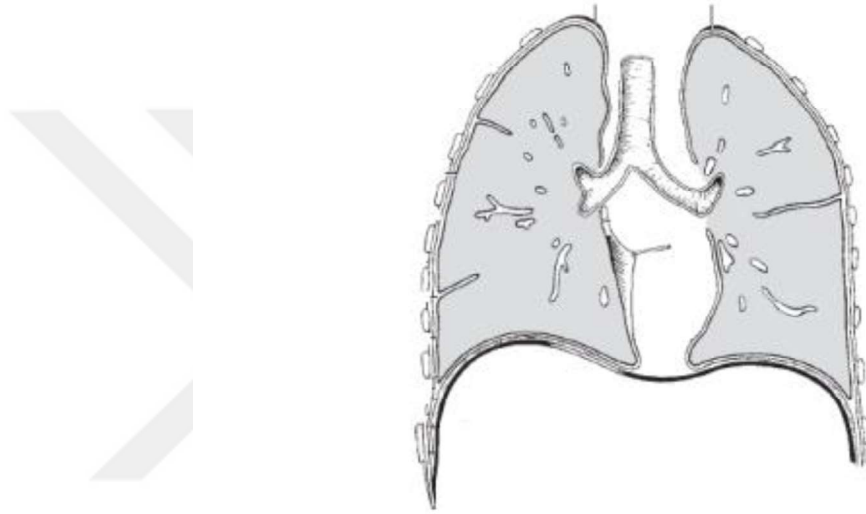
Akciğerler, solunum sisteminin en önemli organlarından biridir ve hem solunum hem de ses üretimi için hayati bir rol oynar. Bu organlar, oksijenin vücuda alınmasını sağlar ve karbondioksitin atılmasına yardımcı olurken aynı zamanda sesin oluşumunda da önemli bir rol üstlenir. Akciğerler, göğüs boşluğunda bulunur ve solunum sisteminin en büyük yapılarından biridir. İnsan vücudu iki adet akciğere sahiptir; sol ve sağ akciğer. Her akciğer, bronşlar aracılığıyla trakeaya (soluk borusu) bağlanır. Akciğerlerin içinde, milyonlarca minik hava keseciği (alveol) bulunur. Bu alveoller, oksijenin kana geçişini sağlar ve karbondioksitin atılmasına yardımcı olur.

Sesin oluşumunda akciğerlerin görevi, hava akımını sağlamaktır. Solunum esnasında, akciğerler havayı içlerine alır ve ardından soluk vermayla bu havayı dışarıya doğru iterler. Soluk verme sırasında, akciğerlerden hava akımı gerçekleşirken ses üretimi de başlar. Akciğerler, soluk borusu ve ses telleriyle birlikte çalışarak sesin oluşumunu sağlar. Ses telleri, larenks (ses kutusu) içinde bulunur ve hava akımıyla birlikte titreşir. Titreşen ses tellerinin oluşturduğu ses dalgaları, akciğerlerden gelen hava akımıyla birleşerek sesi oluşturur. Ses tellerinin gerilim ve kalınlığı, sesin yüksekliği ve tonu üzerinde etkilidir.

Akciğerlerin sağlıklı olması, sesin kalitesi ve dayanıklılığı için önemlidir. Sağlıklı bir şekilde çalışan akciğerler, yeterli miktarda oksijenin alınmasını sağlar ve solunum gücünü destekler. Bu da vokal performansın sağlıklı bir şekilde gerçekleştirilmesine yardımcı olur. Sesin doğru bir şekilde üretilmesi için akciğer kapasitesinin de önemi vardır. Derin nefes alma, akciğerleri tam kapasiteyle kullanma ve kontrollü soluk verme, sesin doğru ve güçlü

bir şekilde üretilmesini sağlar. Akciğerlerin esnekliği ve gücü, sesin kontrolü ve vokal tekniğin geliştirilmesi için önemlidir.

Sonuç olarak, akciğerler hem solunum hem de ses üretimi için hayati bir organdır. Solunum sisteminin bir parçası olarak, oksijen alımını sağlar ve karbondioksitin atılmasına yardımcı olur. Sesin oluşumunda, akciğerler hava akımını sağlayarak ses tellerinin titreşim yapmasını sağlar. Akciğerlerin sağlıklı olması, vokal performansın kalitesi ve gücü için önemlidir. Kontrollü solunum ve akciğer kapasitesinin kullanımı, sağlıklı ve etkileyici bir sesin oluşturulmasına katkı sağlar.



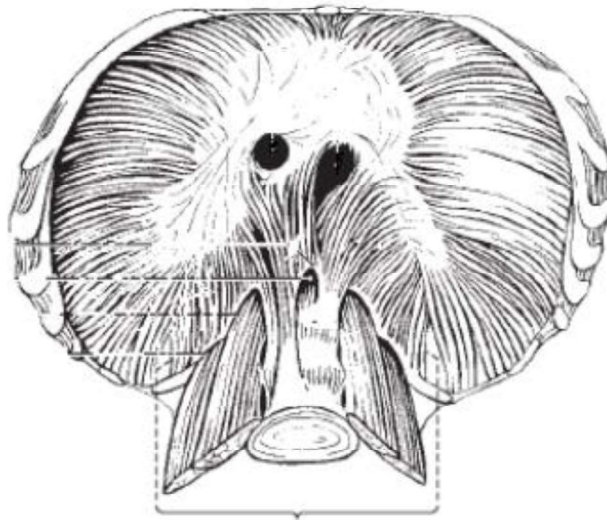
Resim 2. Akciğerler (Feneis ve Dauber, 2000)

2.1.1.1.3. Diyafram

Diyafram, solunum sisteminin önemli bir parçası olmasının yanı sıra sesin oluşumunda da kritik bir rol oynar. Vücudumuzun alt kısmında yer alan ve kaburgalarla karın boşluğunu ayıran bu kas, solunumun düzenlenmesi ve sesin üretimi için hayati bir öneme sahiptir. Diyafram, kubbe şeklinde bir kas yapısıdır ve göğüs kafesi ile karın boşluğu arasında yer alır. Solunum esnasında, diyafram kası kasılarak aşağı doğru hareket eder ve akciğerlere daha fazla alan açar. Bu hareketle birlikte akciğerler, havayı içlerine alır. Solunum esnasında diyafram kasının gevşemesiyle birlikte, diyafram yukarı doğru hareket eder ve akciğerlerden hava dışarıya çıkar.

Sesin üretimi için diyaframın doğru bir şekilde kullanılması büyük önem taşır. Diyaframın kasılması ve gevşemesi, havanın kontrolü ve yönlendirilmesiyle sesin üretimini etkiler. Diyaframın aşağı doğru hareket etmesi, akciğerlere daha fazla hava girişini sağlar ve ses üretimi için gerekli olan havayı oluşturur. Sesin doğru bir şekilde üretilmesi için diyaframın esnekliği ve gücü de önemlidir. Diyafram kasının güçlendirilmesi, daha kontrollü ve güçlü seslerin üretilmesine yardımcı olur. Ayrıca, diyaframın doğru kullanımı, sesin doğru tonlama, vurgu ve solunum kontrolü ile birleştirilmesini sağlar.

Diyafram, solunum sistemiyle birlikte çalışarak sesin gücünü, tonunu ve kontrolünü etkiler. Sesin doğru bir şekilde projeksiyonu için diyaframın aktif bir şekilde kullanılması önemlidir. Diyaframın kasılıp gevşemesiyle birlikte, havanın akışı ve basıncı kontrol edilir, ses tellerinin titreşimi tetiklenir ve ses oluşur. Diyaframın düzgün bir şekilde çalışması, vokal performansın kalitesini ve dayanıklılığını artırır. Diyaframın kontrollü bir şekilde hareket etmesi, sesin gücünü artırırken aynı zamanda ses yorgunluğunu da azaltır. Doğru nefes alma teknikleri ve diyaframın bilinçli kullanımı, sesin gücünü ve kalitesini geliştirmek için önemlidir.



Resim 3. Diyafram (Feneis ve Dauber, 2000)

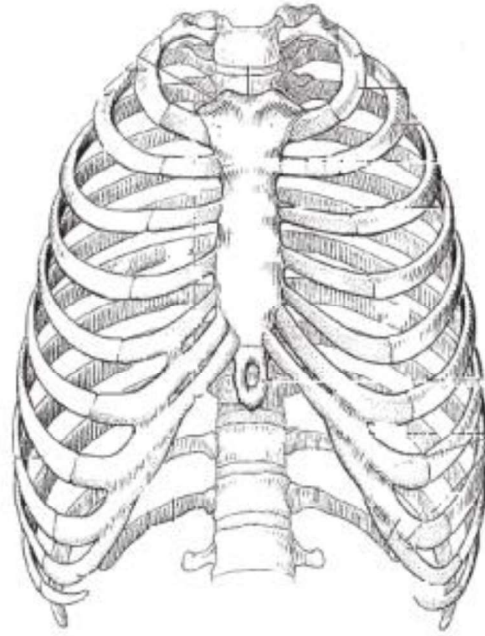
2.1.1.1.4. Kaburgalar

Kaburgalar, vücudumuzun göğüs kafesi bölgesinde bulunan kemik yapılar olup, hem iç organlarımızı korurken hem de solunum ve ses üretimi için önemli bir rol oynar. Kaburgalar, sesin rezonansının oluşması, solunumun düzenlenmesi ve vokal performansın desteklenmesi gibi bir dizi fonksiyonu yerine getirir. Ses üretimi açısından kaburgalar, rezonansın oluşumunda kritik bir rol oynar. Ses tellerinden gelen ses dalgaları, kaburgalar aracılığıyla vücutta rezonans oluşturarak zenginleştirilir. Kaburgaların esnekliği ve titreşimi, sesin kalitesini ve tonunu belirleyen faktörlerdendir. Ses tellerinden gelen titreşimler, kaburgaların içinde yankılanır ve sesin daha dolgun ve etkileyici bir şekilde duyulmasını sağlar.

Solunum sürecinde kaburgalar da önemli bir rol oynar. Solunum esnasında, kaburgaların hareket etmesiyle göğüs kafesi genişler ve daralır. Kaburgaların yukarı-aşağı ve dışa-döşe hareketleri, akciğerlerin hacmini ve kapasitesini değiştirerek solunumun düzenlenmesini sağlar. Bu hareketlerle birlikte kaburgalar, akciğerlere daha fazla alan açarak daha derin bir solunumun gerçekleşmesine yardımcı olur. Bu da vokal performans sırasında daha fazla havanın kullanılmasını ve solunum gücünün artmasını sağlar.

Kaburgalar, vokal performansın desteklenmesi açısından da önemlidir. Doğru postür ve kaburga kontrolü, sesin doğru yönlendirilmesini ve projeksiyonunu sağlar. Kaburgaların doğru bir şekilde genişleyip daralması, solunumun kontrolünü ve vokal tekniklerin uygulanmasını kolaylaştırır. Ayrıca, kaburgaların esnekliği ve hareketliliği, solunum gücünü ve kontrolünü artırarak vokal performansın kalitesini yükseltir.

Kaburgalar aynı zamanda vokal sağlığı için de önemlidir. Doğru kaburga pozisyonu ve nefes alma teknikleri, vokal yorgunluğunun azaltılmasına yardımcı olur. Kaburgaların rahat ve esnek bir şekilde hareket edebilmesi, gerginlik ve stresin azalmasına katkı sağlar.

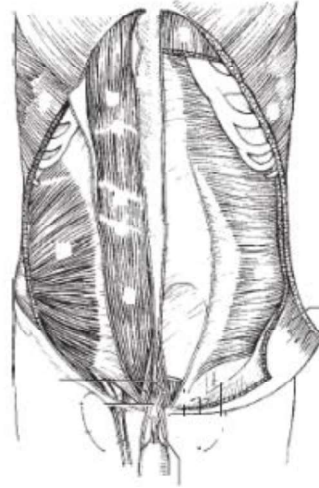


Resim 4. Kaburgalar (Feneis ve Dauber, 2000)

2.1.1.1.5 Karın Kasları

Karın kasları, vokal performansın gücü ve kontrolü açısından büyük öneme sahip olan kas gruplarıdır. Hem solunum hem de ses üretimi sırasında karın kasları doğru bir şekilde kullanıldığında, solunum gücü artar, sesin projeksiyonu güçlenir ve vokal performans daha etkileyici hale gelir. Karın kasları, karın boşluğunun çevresinde yer alan kas gruplarıdır. En önemli karın kasları, rektus abdominis (düz karın kası), oblik kaslar ve transversus abdominis'tir. Bu kaslar, gövdenin ön, yan ve arka bölgelerinde bulunur ve karın boşluğunu destekler.

Ses üretimi sırasında karın kaslarının doğru bir şekilde kullanılması, solunum gücünü artırır. Karın kasları, solunum sırasında diyaframın desteğini sağlar ve akciğerlere daha fazla hava girişini destekler. Bu da daha derin bir solunumun gerçekleşmesini sağlar ve daha fazla havanın kullanılmasına imkan verir. Karın kaslarının doğru bir şekilde aktive edilmesi, sesin projeksiyonunu güçlendirir. Sesin güçlü bir şekilde duyulmasını ve etkileyici bir şekilde iletilmesini sağlar. Karın kaslarının kasılıp gevşemesiyle birlikte, havanın kontrollü bir şekilde yönlendirilmesi ve titreşimin desteklenmesiyle güçlü bir ses üretilir.



Resim 5. Karn Kasları (Feneis ve Dauber, 2000)

2.1.1.2. Titreşim Sistem(Vibratör Sistem)

Titreşim sistemi, sesin üretildiği anından itibaren vücutta çalışan kaslar, kıkırdaklar ve sinirlerden oluşan bir sistemdir. Sesin oluştuğu noktadan itibaren titreşim sistemi, sesin taşınmasını ve iletilmesini sağlar. Ses tellerindeki titreşimler, titreşim sistemi aracılığıyla iletilerek ses dalgaları şeklinde yayılır.

Titreşim sistemi, sesin oluşmasında ve vokal performansta büyük bir rol oynar. Ses tellerindeki titreşimler, solunum sistemiyle gelen hava akımının etkisiyle oluşur. Ses telleri, hava akımının geçişiyle birlikte titreşim yapar ve ses dalgalarını oluşturur. Bu titreşimler, titreşim sistemi boyunca yayılır ve rezonatör sistem aracılığıyla şekillenerek çeşitli ses tonlarına dönüşür.

Titreşim sistemi, sesin gücü, tonu ve renklenmesi üzerinde etkilidir. Ses tellerinin doğru bir şekilde titreşim yapabilmesi, sesin yüksekliği ve gücü üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Kaslar, kıkırdaklar ve sinirlerin koordineli çalışmasıyla titreşim sistemi, sesin doğru şekilde üretilmesini sağlar. Sesin kalitesini ve kontrolünü artırmak için titreşim sisteminin doğru bir şekilde kullanılması önemlidir.

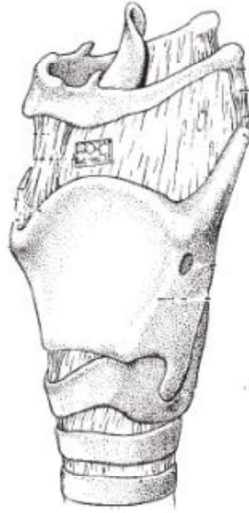
2.1.1.1.2. Larenks(Gırtlak)

Larenks, solunum sisteminin bir parçası olan ve sesin oluştuğu önemli bir yapıdır. Ses tellerinin bulunduğu larenks, havanın geçişini kontrol ederek sesin üretilmesini sağlar. Aynı zamanda, larenks sesin kalitesini ve tonunu şekillendiren rezonans odası görevini de üstlenir.

Larenks, boğazın üst kısmında, soluk borusunun üzerinde yer alır. Ses telleri, larenksin içinde bulunur ve hava akımının geçiştiği bir kanaldır. Ses telleri, ince, elastik ve kaslı yapılar olup, birbirlerine yakın durarak bir yarık oluştururlar. Solunum esnasında ses telleri açık konumdadır ve hava serbestçe geçer. Ancak ses üretimi sırasında ses telleri, kaslar aracılığıyla birbirlerine yaklaşır ve hava akımını dar bir yoldan geğerir. Bu dar yoldan geğen hava, ses tellerinin titreşimine neden olarak ses dalgalarını oluşturur.

Larenks, sesin kalitesini ve tonunu belirleyen önemli bir rezonans odasıdır. Ses tellerindeki titreşimler, larenksin içinde rezonansa uğrar ve sesin rengini, karakterini şekillendirir. Larenksin iç yapısı, sesin yankılanmasını ve rezonansını etkiler. Ses telleri ve larenksin şekli ve boyutu, sesin farklı tonlarını ve ses rengini oluşturur. Larenks aynı zamanda sesin kontrolünü sağlamada da önemli bir rol oynar. Ses tellerinin gerilimi, larenks kasları tarafından kontrol edilir. Kasların düzenlenmesiyle birlikte, ses tellerinin gerilimi ve açıklığı ayarlanır. Bu sayede, sesin yüksekliği, gücü ve kontrolü sağlanır.

Larenks, solunum ve sesin birleştiği bir noktadır. Solunum sistemiyle gelen hava, larenksten geğererek ses tellerine ulaşır ve sesin üretilmesini sağlar. Larenksin yapıları ve ses tellerinin işbirliği, sesin doğru şekilde oluşmasını ve iletilmesini sağlar.



Resim 6. Larenks (Gırtlak) (Feneis ve Dauber, 2000)

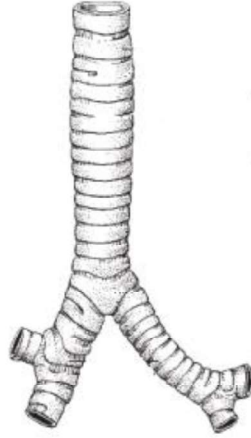
2.1.1.3.Yankılayan Sistem (Rezonatör Sistem)

“Larenks’in ürettiği sesler yansımaya hazırdır. Ses, kaynaktan çıkarak çevrenin akustik durumlarıyla şekillenir. Bu durum rezonans olarak adlandırılır” (Helvacı,2003,s.125).

“Sesin yankılanması rezonansla, bu ise rezonatör bölge ve organlarla gerçekleşir. Rezonans, uyarıcı sistem işle rezonatörün öz frekanslarının aynı olduğu durumda oluşan zorlanmış titreşim ya da bir rezonatörün, kendi öz frekansına uygun bir uyarıcıya gösterdiği tepkidir ve bir fiziksel olaydır” (Zeren,1997,s.40).

2.1.1.3.1. Soluk Borusu

Soluk borusu aktivatör sistemin içinde kullanılmasının yanı sıra rezonatör sistemin içinde yansıtıcı görevi görmektedir. Soluk borusu göğüs rezonatörleri içerisinde yer alır.

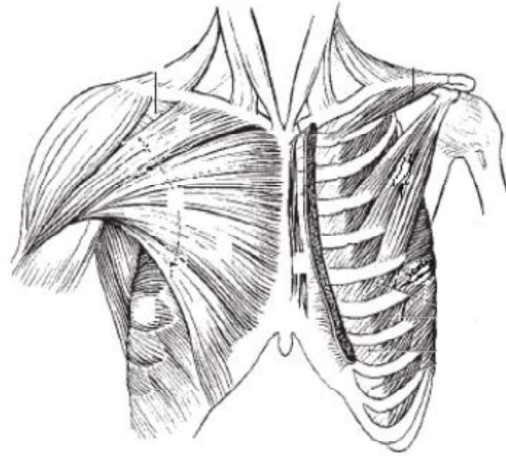


Resim 7. Soluk Borusu (Feneis ve Dauber, 2000)

2.1.1.3.2. Göğüs

Göğüs, vücudumuzun önemli bir bölümüdür ve sesin oluşumu ve projeksiyonunda önemli bir rol oynar. Göğüs kafesi içinde bulunan akciğerler, sesin üretilmesi için gereken havayı depolar ve kontrol eder. Aynı zamanda, göğüs boşluğu sesin rezonansını etkileyen bir rezonans odası olarak görev yapar.

Sesin üretimi için göğüs, solunum sistemi ile birlikte çalışır. Solunum sırasında, göğüs kafesi genişler ve daralır. Bu hareket, akciğerlere hava girişini ve çıkışını sağlar. Sesin üretilmesi sırasında, göğüs kafesi hareketleriyle birlikte hava akımı titreşimlere dönüşür ve ses dalgaları oluşur.



Resim 8. Göğüs (Fencis ve Dauber, 2000)

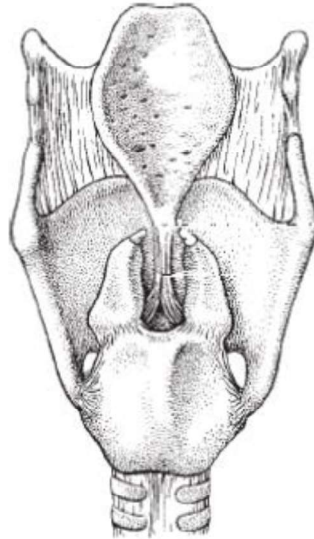
2.1.1.3.3. Gırtlak Bölgesi

“Rezonans fiziksel olarak, bir titreşimin uyum sağladığı ikinci bir titreşimle rezonans olayını başlatmasıdır” (Çevik,1999,s.38).

Gırtlak bölgesindeki ses telleri, akciğerlerden gelen havayla sesin oluşumunu başlatır. Gırtlak bölgesinde yer alan rezonans boşlukları ses tellerinde meydana gelen sesin daha etkili ve akustik üretilmesini sağlar.

“Ses eğitimi; bireylere sesini konuşurken ve şarkı söylerken, kendi yaşantısı yoluyla anatomik ve fizyolojik yapı özelliklerine uygun olarak kullanabilmesi için gereken istendik davranışların kazandırıldığı, önceden saptanmış ilke ve yöntemlerle, planlanan hedeflere yönelik olarak uygulanan, planlı-programlı bir etkileşim sürecidir” (Töreyn,2021,s.13).

Çevik (2006) ses eğitimi; “Bireyin sesini, anatomik ve fizyolojik yapı özelliklerine uygun olarak sanatsal ve eğitsel amaçlar doğrultusunda belirli bir teknik ve müziksel duyarlılıkla doğru, güzel ve etkili kullanabilmesi için gerekli davranışları kazandırma sürecidir” şeklinde tanımlamaktadır (s.650)



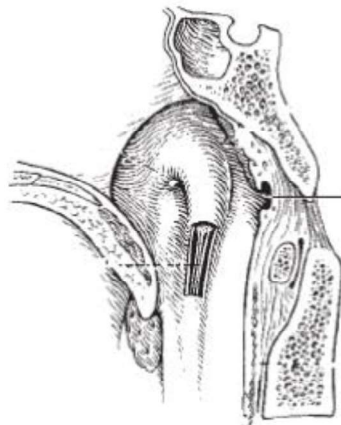
Resim 8. Gırtlak Bölgesi (Feneis ve Dauber,2000)

2.1.1.3.4. Yutak

Yutak, ağız ve burun boşluklarının arka bölgesinde yer alır. kafatası kemiğine dayanmış halde olan bu rezonatörü üç bölgeye ayırabiliriz:

- Nazofarinks (Geniz)
- Orofarinks (Ağızın arka kısmı)
- Larengeal farinks

“Farinksin kısılma hareketi ile sesin tizleşmesi sağlanır” (Erdoğan,2008,s.51).



Resim 10. Yutak (Feneis ve Dauber, 2000)

2.1.1.3.5. Ağız

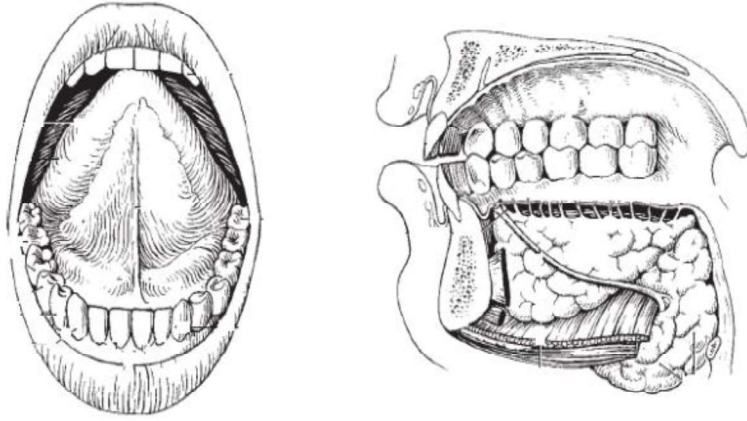
Ağız, sesin oluşumunda ve şekillenmesinde kritik bir rol oynayan bir yapıdır. Sesin çeşitliliği, vurgusu ve netliği, ağız boşluğunda gerçekleşen sesin rezonansı ve şekillenmesiyle belirlenir. Ağız, dil, dudaklar, dişler ve çene hareketleri gibi yapıları içerir ve bu bileşenler sesin şeklini ve karakterini belirleyen önemli etkenlerdir.

Ağız, sesin rezonansının olduğu bir rezonans odasıdır. Ses tellerinden gelen titreşimler, ağız boşluğunda yankılanır ve rezonansa uğrar. Ağızdaki dil, dudaklar ve çene hareketleri, sesin rezonansını ve şeklini değiştirerek farklı ses tonları ve vurguların oluşmasını sağlar. Ağız boşluğunun büyüklüğü, şekli ve dilin pozisyonu, sesin kalitesini ve renklendirmesini etkiler. Ağız, sesin netliğini ve doğru şekilde iletilmesini sağlar. Sesin doğru bir şekilde şekillendirilmesi ve çıkarılması, net ve anlaşılır bir konuşma ya da şarkı performansı için önemlidir. Dilin ve dudakların doğru hareketleriyle birlikte, sesin net ve doğru bir şekilde iletilmesi sağlanır. Ayrıca, ağızdaki dişlerin ve çenenin doğru pozisyonu da sesin doğru şekillenmesini etkiler.

Ağız aynı zamanda sesin vurgulanması ve ifade edilmesi için de kullanılır. Sesin tonunu ve vurgusunu değiştirmek için dudaklar, dil ve çene hareketleri kullanılır. Ağız boşluğunun şekli ve dilin pozisyonu, farklı tonlar, vurgular ve ifadelerin oluşmasını sağlar. Bu da sesin daha etkileyici ve anlamlı bir şekilde iletilmesini sağlar.

Sesin doğru bir şekilde kullanılması ve şekillenmesi için ağızda doğru bir dil, dudak ve çene kontrolü gereklidir. Ağız kaslarının esnekliği ve hareketliliği, sesin kontrolünü ve performansın kalitesini artırır. Ayrıca, ağız sağlığına dikkat etmek de sesin doğru bir şekilde üretilmesini ve iletilmesini destekler.

Sonuç olarak, ağız sesin oluşumunda ve şekillenmesinde kritik bir rol oynar. Ağız boşluğu, sesin rezonansının olduğu bir rezonans odasıdır ve sesin kalitesini, tonunu ve renklendirmesini etkiler. Dil, dudaklar ve çene hareketleri, sesin netliğini, vurgusunu ve ifadesini sağlar. Doğru dil, dudak ve çene kontrolüyle birlikte, sesin doğru bir şekilde kullanılması ve şekillenmesi mümkün olur. Ağız sağlığının korunması da sesin doğru bir şekilde üretilmesine yardımcı olur.

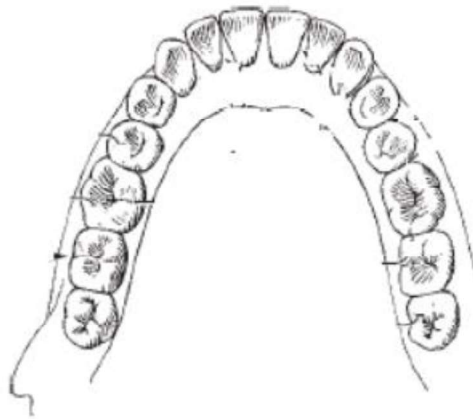


Resim 11. Ağız (Feneis ve Dauber, 2000)

2.1.1.3.6. Alt Çene

Alt çene, çenenin hareketi ile sesin şekillenmesini sağlar. Harflerin okunuşu sırasında çenenin hızlı hareketleri önemlidir.

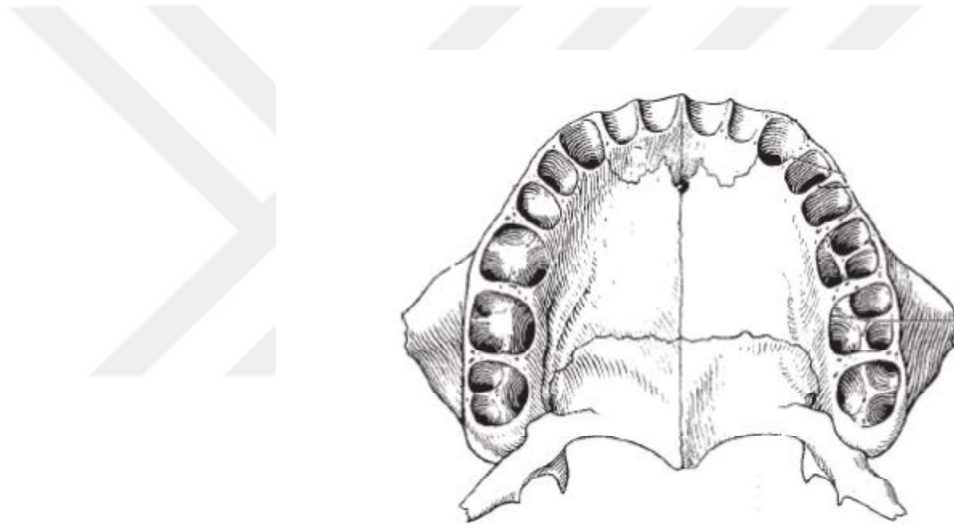
“Çene açılım eksikliği ya da istenilenden fazla gevşemesi ses özelliklerini etkilemektedir. Mükemmel bir rezonans için çene gerilimden uzak fakat salık olmamalıdır” (Yiğit,2004,s.3).



Resim 12. Alt Çene (Feneis ve Dauber, 2000)

2.1.1.3.7. *Damak*

Damak, artikülasyon sağlanması için önemli organlardan biridir. Yumuşak ve sert damak olmak üzere ikiye ayrılır. Ön kısımda “sert damak” ve onun hemen arkasında “yumuşak damak” bulunur. Sesin ağızda ilk temas ettiği yer, damağın üst kısmında bulunan rezonans bölgesidir. Damağın üst kısmında oluşan rezonansın meydana gelmesi için damak kasının hareketi önemlidir.



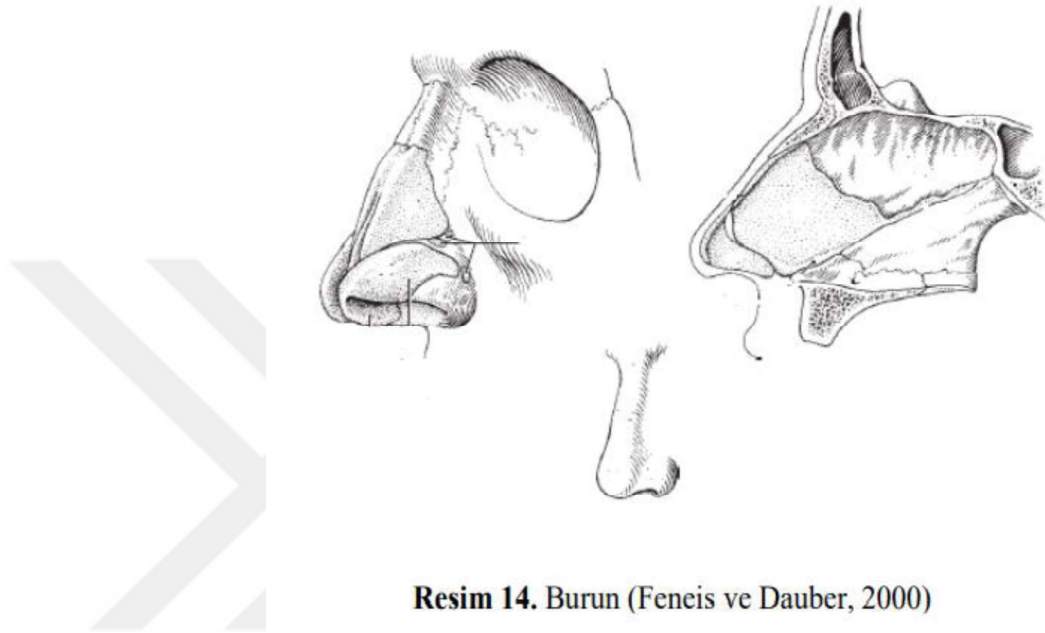
Resim 13. Damak (Feneis ve Dauber, 2000)

2.1.1.3.8. *Burun*

Burun, solunum sisteminin bir parçası olup, sesin oluşumu ve rezonansı açısından önemli bir rol oynar. Burun boşluğu, sesin geçiş yaptığı bir rezonans odası olarak görev yapar ve sesin kalitesini, tonunu ve rengini etkiler.

Ses, burun boşluğunda rezonansa uğrar ve burun boşluğunun şekli ve büyüklüğü, sesin rezonansının şekillenmesinde önemli bir faktördür. Burun boşluğu içindeki kemik ve kıkırdak yapısı, sesin yankılanmasını ve rezonansını etkileyerek sesin karakterini belirler. Sesin rezonansının artırılmasıyla birlikte, sesin dolgunluğu ve zenginliği artar. Burun ayrıca sesin filtrelenmesinde de önemli bir rol oynar. Burun içindeki ince tüyler ve burun

boşluğundaki mukus tabakası, havadaki partiküllerin tutulmasını sağlar. Bu, sesin temizlenmesini ve arındırılmasını sağlar, böylece sesin daha net ve berrak bir şekilde iletilmesini sağlar.



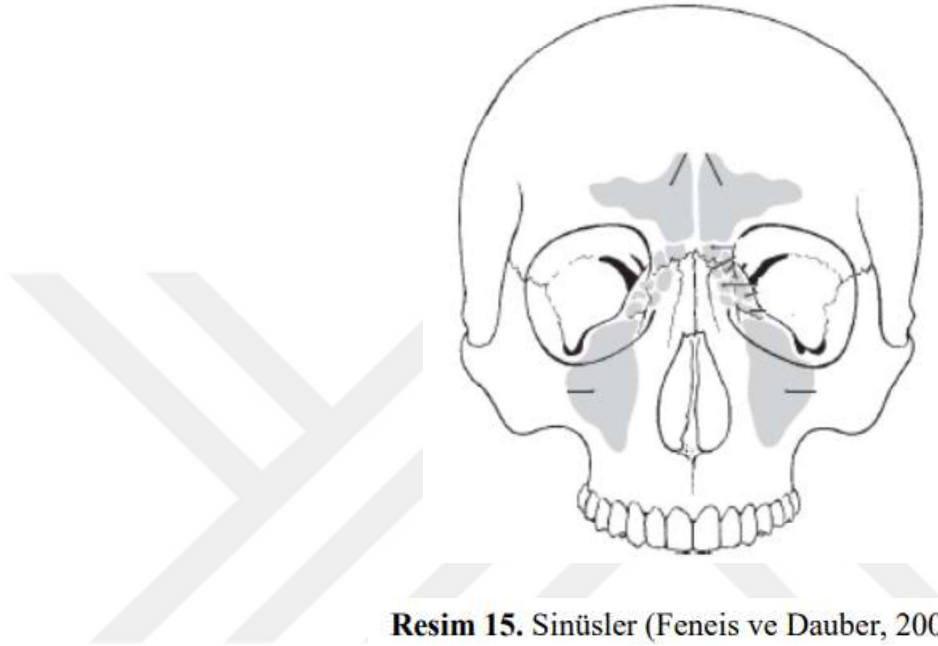
Resim 14. Burun (Feneis ve Dauber, 2000)

2.1.1.3.9. Sinüsler

Sinüsler, baş ve yüz bölgesinde bulunan hava dolu boşluklardır ve sesin oluşumu ve rezonansı açısından önemli bir role sahiptir. Sesin kalitesini ve projeksiyonunu etkileyen sinüsler, aynı zamanda sesin rezonans odaları olarak görev yapar. Sinüslerin yer aldığı bölgelerdeki havanın doğru dolaşımı, sesin oluşumu ve rezonansı için kritiktir. Ses, burun ve yüz boşluklarında rezonansa uğrar ve sinüslerde yankılanır. Sinüslerin genişlemesi ve şekli, sesin kalitesini ve tonunu belirler.

Sinüsler, sesin rezonansını artırarak sesin dolgunluğunu ve zenginliğini sağlar. Ses tellerinde oluşan titreşimler, sinüslerde yankılanarak sesin rengini ve karakterini şekillendirir. Sinüslerin büyüklüğü ve havanın serbestçe dolaşması, sesin rezonansının daha etkili bir şekilde gerçekleşmesini sağlar.

Sinüslerin sağlıklı olması, sesin doğru bir şekilde üretilmesi için önemlidir. Sinüzit gibi sinüs hastalıkları, sinüslerin iltihaplanmasına ve şişmesine neden olarak sesin rezonansını etkileyebilir. Bu durum, sesin kalitesini ve projeksiyonunu olumsuz yönde etkileyebilir.



Resim 15. Sinüsler (Feneis ve Dauber, 2000)

2.1.2. Ses Eğitimi

“Ses eğitimi; bireylere sesini konuşurken ve şarkı söylerken, kendi yaşantısı yoluyla anatomik ve fizyolojik yapı özelliklerine uygun olarak kullanabilmesi için gereken istendik davranışların kazandırıldığı, önceden saptanmış ilke ve yöntemlerle, planlanan hedeflere yönelik olarak uygulanan, planlı – programlı bir etkileşim sürecidir” (Töreyn,2021,s.13).

Ses eğitimi, insan sesini doğru bir şekilde kullanma ve geliştirme sürecidir. Hem profesyonel şarkıcılar hem de amatör müzikseverler için önemli bir adımdır. Ses eğitimi, vokal tekniklerin öğrenilmesi, nefes kontrolünün geliştirilmesi ve sesin doğru şekillendirilmesi gibi konuları içerir.

Ses eğitimi, doğru nefes alma tekniklerinin öğrenilmesiyle başlar. Nefes, sesin temel bileşenidir ve doğru nefes alma, sesin gücünü, kontrolünü ve dayanıklılığını artırır. Ses eğitimi, öğrencilere solunum kaslarının doğru kullanımını öğretir ve solunum sisteminin

efektif bir şekilde çalışmasını sağlar. Teknik beceriler, ses eğitiminin önemli bir parçasını oluşturur. Ses eğitimi, ses tellerinin doğru şekilde çalışmasını sağlayacak teknik egzersizlerin yapılmasını içerir. Sesin doğru şekilde yerleştirilmesi, ses tonunun ve renginin geliştirilmesi için önemlidir. Öğrenciler, sesin rezonans odalarını (ağız, burun, boğaz) etkili bir şekilde kullanarak seslerini geliştirebilirler.

Ses eğitimi, ayrıca müzikal ifade ve yorumlama becerilerinin geliştirilmesini de içerir. Şarkı söyleme sırasında doğru vurgu, ifade ve duygusal bağlantıyı sağlamak önemlidir. Ses eğitimi, öğrencilere şarkı seçimi, notalara doğru şekilde ulaşma, doğru tonlama ve vokal farkındalık gibi konularda rehberlik eder. Ses eğitimi, düzenli pratik yapma ve sahne deneyimiyle birlikte ilerleme kaydedilir. Pratik yapmak, sesin güçlenmesi, kontrolünün artması ve vokal becerilerin geliştirilmesi için önemli olduğu düşünülmektedir.

Ses eğitimi, öğrencinin kişisel hedeflerine ve ihtiyaçlarına göre özelleştirilebilir. Her öğrencinin sesi benzersizdir ve bireysel bir yaklaşım gerektirir. Bir ses eğitmeni veya vokal koç tarafından verilen dersler, öğrencinin güçlü yanlarını vurgulayarak, zayıf yönlerini geliştirerek ve kişisel hedeflerini destekleyerek ilerler.

Sonuç olarak, ses eğitimi, insan sesini doğru ve etkili bir şekilde kullanma ve geliştirme sürecidir. Doğru nefes alma teknikleri, vokal tekniklerin öğrenilmesi ve müzikal ifade becerilerinin geliştirilmesi ses eğitiminin önemli bileşenleridir. Düzenli pratik yapma ve sahne deneyimiyle birlikte, öğrenciler seslerini güçlendirebilir, vokal becerilerini geliştirebilir ve performanslarında ilerleme kaydedebilirler. Her öğrencinin bireysel hedeflerine odaklanan bir ses eğitimi, seslerini keşfetme ve en iyi şekilde kullanma yolunda destek sağlar.

2.1.3. Şan Eğitimi

“Fransızca’da “le chant” sözcüğünün okunuş hali ile geçmiş bir terim olan “şan”ın anlamı, dayanıklılık ve sağlamlık kazandırılmak üzere sesi işlemek, yetiştirmek; sesle dayanıklılık sanatı, ses müziği sanatı, tekniği ve insan sesiyle oluşturulan müziksel ve teknik sesler bütünüdür” (Robert,1978,s.1006).

Şanın benzer tanımlarını da yapmak mümkündür. Sanatsal ve fiziksel keyifli müziği, şiirle birleştiren ve dinleyici ile birleştiren, insanlarla iletişim kurmaya aracı olan müzik yapma biçimidir. Şan eğitimi, müzik eğitimi sürecinin önemli basamaklarından biridir.

“Şan hem kulak sayesinde hem duyumsal, hem de kelimelerin gücü sayesinde beyinsel sonsuz heyecanları mümkün kılan ses sanatıdır” (Blivet,1999,s.15).

Şan eğitimi; ses dayanıklılık ve sağlamlık kazandırmak amacıyla, çeşitli teknik çalışmaları içeren, klasik ses müziği eserlerini seslendirmek için gerçekleştirilen ses eğitimidir. Dilimizde daha çok “güzel şarkı söylemek” anlamıyla kullanılmaktadır.

“Şan eğitimi, sesin tınısına yoğunluk ve zenginlik katmayı ve sesin esnekliğiyle genişliğini arttırmayı amaçlayan tüm teknik ve müzikal çalışmaları kapsar” (Töreyn,2021,s.17).

Şan eğitiminde bütün kaslara hakim olmak önemlidir. Özellikle solunumu kontrol etmek ve rezonans oluşturmak için ilgili kas gruplarını kontrol ederek hakimiyet sağlamak gereklidir. Şan tekniği doğal rezonanstan farklıdır. Şan tekniği vücudun ve sesin tüm imkanlarını kullanarak ortaya çıkar.

Şan eğitimi klasik batı müziği türünde, insan sesi için bestelenmiş eserlerin etkileyici özelliğini dinleyicilere aktarmak amacıyla yapılan her türlü teknik çalışmaları kapsar.

“Şan eğitiminde, söylenen eserin tüm frekanslardaki seslerinin ve tüm hecelerinin aynı kalitede, aynı rezonans kazandırılmış ve aynı yoğunlukta elde edilmesi beklenir. Başka bir deyişle sesin tüm ton ve hecelerinde aynı kalitede üretilmesine ilişkin davranışlar kazandırılır” (Töreyn,2021,s.18).

XI. yüzyıla kadar bazı şan, eğitimcilerine şarkıda söz değil ses esas alınmaktaydı. Çünkü şan eğitiminde öncelikle, amaç yoğun ve kaliteli bir ses üretmektir. Ancak yıllar içinde değişen şan eğitimine yönelik teknikler ve metotlar sayesinde sözlü olan ses edebiyatı eserlerindeki sözlerin anlaşılır olması daha fazla amaçlanmıştır.

Şan eğitimi dersi günümüzde müzik eğitimi veren kurumların çoğunda verilmektedir. Bu araştırma kapsamında müzik eğitim ana bilim dallarında verilen şan eğitimi konusuna değinilme gereği duyulmuştur.

2.1.4. Müzik Eğitimi Ana Bilim Dallarında Şan Eğitimi

Mesleki müzik eğitimi, bu mesleğin gerektirdiği düzeyde yeteneğe sahip bireylere, örgün eğitim kurumlarında, alanlarında uzman ve yetkin öğretmenler tarafından belli programlarla verilir. Bu bağlamda ses eğitimi ise, buna uygun müzik ve ses yeteneği olan bireylere, buldukları eğitim kurumunun amaçları doğrultusunda hazırlanan programlarla, alan uzmanı ses eğitimcileri tarafından verilir (Töreyn,2008,s.107).

Mesleki müzik eğitimi veren, müzik eğitimi ana bilim dallarında şan eğitimi; ses sağlığını koruma, sesin doğru ve etkili bir biçimde kullanımını sağlamak ve müzik öğretmeni adaylarını mesleki yaşantısına hazırlamak amacıyla gerçekleştirilmektedir.

Şan eğitiminde tek bir yöntem ve teknikten bahsetmek pek doğru olmaz. Çünkü her öğrencinin düzeyi farklıdır. Bu sebepler her öğrenciyi ayrı ayrı değerlendirmeli gerekirse her öğrenciye ayrı bir yöntem uygulanmalıdır. Bu yöntemi doğru seçmek öğretmenin en önemli görevidir. Şan eğitimi genellikle soyut kavramlara dayalı olduğu için dersi somutlaştırma yoluna başvurarak anlatmak öğrenci için daha etkili olabilir. Ses eğitiminde kesinlikten bahsedilmez. Öğrencinin kendini en konforlu en rahat hissettiği pozisyon, doğal pozisyonudur. Dersler birebir şekilde işlendiği için öğrenciye kendini güvende hissettirmek, açık ve anlaşılır bir şekilde iletişim kurma ve ders boyunca sabırlı olmak öğretmenin dikkat etmesi gereken bir husustur. Öğrenciyi dikkatle dinlemeli, gerekli yerlerde uyarmalıdır. Öğrencinin seviyesine göre uygulayacağı egzersizleri ve eserleri önceden belirlemek önemlidir. Şan eğitmeni, öğrencinin bazı sağlık problemleri yaşadığı süreçte sesini zorlamam o günkü çalışmayı tamamlamalı ve anlayış göstermelidir. Bu sayede öğrencide şan eğitimine yönelik öz yeterlilik algısının gelişmesinde önemli ölçüde destek olur.

“Eğitimcilik bütün zorlukların üstesinden gelebilmektir. Karşılaşılan her düğümü özenle çözmek demektir.” demiştir. (Sun,1969,s.197). Eğitim için yapılan müziğe eğitsel müzik denir. Eğitsel müziğin bir toplumun müzikal yaşamın ve müzikal geleceğinin temelini oluşturduğunu söyleyebiliriz.

Müzik Eğitimi Ana Bilim Dallarında bireysel çalgı kapsamında verilen şan eğitimi dersi haftanın belli saatlerinde öğrenci ile bireysel işlenmektedir. Sınav ve etkinliklerde dört yıl boyunca bu alanda performanslar sergiler. Kendisini etkili bir şekilde ifade edebilen ve istenilen düzeye ulaşan öğrenci, şan eğitiminde başarılı olur. Dört yıllık eğitimini tamamlayan öğrenci, belli kazanımları sağlamış ve müzik eğitmeni olmaya hazır hale gelmiştir.

“Müzik eğitmeninin ilk görevi “öğretmek” olduğundan, bir opera sanatçısı gibi yalnızca kendi performansını sergilemeye yönelik kazanımlar elde etmemelidir. Müzik eğitmeninin kazanımları öğrenci odaklı olmalıdır. Müzik öğretiminde temel olan, öğrencinin müzikal gelişimini sağlamaktır” (Ertek,2014,s.14).

Müzik öğretmenliği gereklerini ele aldığımızda şan eğitmeni, öğrencinin farklı müzik türlerini keşfetmesini sağlamalı, müziğin tarihsel süreçlerini ona tanıtmalı ve onu nitelikli bir sanat eğitimcisi olarak yetiştirmelidir. Bu eğitim süreci boyunca öğrenciyi geniş bir repertuvara sahip olması için geliştirmenin önemli olduğu düşünülmektedir.

2.1.5. Kaygı (Anksiyete)

Kaygıya yönelik yapılan alanyazın taramasında net bir tanıma ulaşılamamıştır. Birçok kaynakta psikologlar ve psikiyatristler kaygıyı, “anksiyete” ve “bunaltı” olarak ele almışlardır. Ülkemizdeki araştırmacıların büyük bir kısmı “anksiyete” kelimesinin Türkçe karşılığı olarak “kaygı” kelimesini kullanmayı tercih etmişlerdir.

Aydın ve Zengin’e (2008) göre kaygı sezilen bir tehlikeye karşı hissedilen güçsüzlük ve savunmasızlık duygusudur. Ellis (1994)’ göre kaygının üç farklı çeşidi vardır. Sürekli bir durum olarak karşılaştığımız “kişilik kaynaklı kaygı”, belirgin durumla karşı tepki olarak gelişen “durum kaynaklı kaygı” ve belirgin olaylarda ortaya çıkan “olay kaynaklı kaygı” olarak yaşamımızda var olmaktadır.

Budak (2000) kaygıyı karşılaştığımız tehlike korkusunun insanda oluşturduğu tedirginlik ve akıl dışı korku duygusunun yansıması olarak tanımlamıştır. Korkunun olayı ve nesnesi belli iken kaygının nesnesi belirsizdir. “Kaygılı kişi bir şeyden korkuyormuş gibidir, kendini rahatsız hisseder ve kuruntulu bir ruh hali içindedir” (Dağ, 1999, s.181). Özer’e (2008) göre ise kaygı, kişinin tehdit olarak algıladığı olaylarda ortaya çıkan korkuya; gerçek dışı anlamlar yüklediğimizde oluşan duygu durumudur. Korkunun yaydığı tehdidi herkes hissedebilirken, kaygı kişisel düşüncelerimizde belirir.

Kaygı, olumlu ve olumsuz duygular biçimidir. Kaygıyı olumsuz olarak algılamamızın sebebi düşüncelerimizde oluşturduğu rahatsız, akla uygun olmayışıdır. Olumlu yanını ele aldığımızda karşılaşılan tehdide karşı kişiyi uyarması ve tedbir alması için fırsat vermesi, kişilik gelişiminde önemli bir rol oynamasıdır. Kaygı, insanı diğer canlı türlerinden ayıran duygulardan biridir. Uyarıcı rolündedir ve insanı zaman zaman yönlendirir. (Manav,2011).

2.1.6. Performans Kaygısı

“Müzik performans kaygısı müzik performansı ile ilgili endişe ve kaygının yaşandığı bir süreçtir ve psikolojik, fizyolojik, bilişsel ve davranışsal belirtilerin bir birleşimi ile ortaya çıkar” (Kenny,2011,s.199).

Müzik eğitiminin her alanında olduğu gibi, şan eğitimi de genellikle performansa dayalı bir süreçtir. Bu süreçte öğrenciler, performanslarını etkileyebilecek olumsuz durumlarla karşılaşma ihtimaline sahiptirler. Bu durumlar, dış kaynaklı faktörlerden (aile, arkadaşlar, öğretmenler, fiziki koşullar vb.) kaynaklanabileceği gibi, iç kaynaklı faktörlerden (öz yeterlilik algısı, özgüven durumu, pesimist yapı vb.) de kaynaklanabilir. Öğrencinin kişilik yapısı, anlık performansı ve geçmiş deneyimleri, bu iç ve dış faktörlerin şekillenmesinde etkili olabilir. Tüm bu faktörler bir araya geldiğinde, öğrencide bir baskı hissi ortaya çıkabilir. Bu baskı hissini ortadan kalkması veya nasıl başa çıkılacağı bilinmemesi durumunda, araştırmacılar tarafından "performans kaygısı" kavramı üzerinde durulmuştur. Performans kaygısı, öğrencinin müzik performansı ile ilgili endişe, stres veya gerilim yaşaması durumunu ifade eder. Performans kaygısı, öğrencinin kendine güvenini ve performansını olumsuz etkileyebilir, hatta bazı durumlarda performansını tamamen engelleyebilir.

Performans kaygısıyla başa çıkmak için öğrencilerin çeşitli stratejileri kullanması önemlidir. Bunlar arasında nefes alma teknikleri, gevşeme egzersizleri, pozitif düşünce yapısı oluşturma, görselleştirme, odaklanma teknikleri ve geçmiş deneyimlerden olumlu örnekler hatırlama yer alabilir. Ayrıca, öğrencilere destek veren, onları motive eden bir öğretmen veya mentorun rolü de büyüktür. Performans kaygısıyla mücadele etmek, öğrencilerin müzik performanslarını daha keyifli ve başarılı bir şekilde gerçekleştirebilmelerine yardımcı olur. Öğrencilerin bu konuda farkındalık geliştirmesi, uygun stratejileri öğrenmesi ve destek alması önemlidir. Böylece, müzik eğitimi sürecinde performans kaygısı azaltılabilir ve öğrencilerin kendine olan güveni ve başarıları artırılabilir.

“Performans kaygısı, sınava girme, bireysel spor dalları, topluluk önünde konuşmaya yönelik olabileceği gibi müzik, dans, oyunculuk gibi çeşitli sahne sanatlarına yönelik oldukça geniş sayılabilecek bir çevreyi etkileyen ve nedenleri bilinçaltında derinden gömülü olabilen psikolojik bir sorundur” (akt. Topcan, 2021).

Krüger’e (1993) göre performans kaygısının sebebi hayattaki yaşam korkumuzdur. Bu durum, “depresif bir zorluk ya da sınırlarda oluşan bir karıncalanma anlamına gelebilir.

Bazı aşırı durumlar dışında, riskli bir duruma karşı sağlıklı bir tepkidir, çünkü kendimizi ifade ederken karşılaştığımız başarısızlıkları hesaba katarak bir riski üstlenmiş oluruz” (Krüger,1993,s.17).

Brotons'a (1993) göre, performans kaygısı müzisyenler arasında sıkça görülen bir rahatsızlıktır. Müzisyenlerin performanslarını olumsuz etkileyen ve istedikleri verimi göstermelerini engelleyen bir durumdur. Birçok müzisyen, bu noktada gerilim ve stres yaşamaktadır. Müzisyenler, sahne önünde veya performans sergilerken kendilerini izleyenlerin beklentilerini karşılamak, doğru notaları çalmak, teknik hatalardan kaçınmak gibi faktörlerden dolayı kaygı yaşayabilirler.

Bir kişi performans sergilediğinde doğal bir gerilim yaşar, çünkü bireyin müziğe olan sevgisi ve yeteneğinin bir karşılığı olarak yaptığı işten heyecan duyar. Bazen iyi performanslar sergilemek için kaygı önemlidir. Ancak gereğinden fazla kaygı hissinin anksiyete rahatsızlıklarına sebep olduğu görülmektedir. (Sarıkaya,2018)

Performans esnasında hissedilen kaygıyı kontrol edebilen sanatçılar, ortaya çıkacak tepkiyi kendi lehine çevirebilir ve performansa daha iyi odaklanabilir. Fakat kaygı kontrol edilmezse tedirginlik hisse giderek artar ve her an bir hata yapacakmışçasına kişiyi aleyhine bir yönlendirme yapabilir. Sanatçı da kötü bir deneyime sebep olan performans kaygısı, bir sonraki sergilenecek performansta da tekrarlanacakmışçasına sanatçıyı tedirgin edebilir ve kaygının düzeyi giderek artabilir. (Üzülen,2022).

Performans kaygısı, belirli bir seviyede müzisyenin performansını artırıcı bir etki yapabilir. Hafif bir stres ve gerilim, müzisyenleri daha dikkatli ve odaklanmış hale getirebilir, performanslarının kalitesini yükseltebilir. Bununla birlikte, stres ve gerilim belirli bir noktadan sonra zararlı hale gelir ve müzik performans kaygısını tetikler.

Performans kaygısı, fiziksel ve duygusal belirtilerle kendini gösterebilir. Müzisyenler, kalp çarpıntısı, terleme, titreme gibi fiziksel semptomlar yaşayabilir. Ayrıca, özgüven kaybı, konsantrasyon güçlüğü, negatif düşünceler, başarısızlık korkusu gibi duygusal belirtiler de gözlenebilir.

Performans kaygısıyla başa çıkmak için müzisyenler çeşitli stratejiler kullanabilirler. Bunlar arasında doğru nefes alma teknikleri, gevşeme egzersizleri, pozitif düşünce ve görselleştirme, mental odaklanma ve sahne tecrübesi kazanma gibi yöntemler yer alır.

Ayrıca, profesyonel yardım almak, kaygıyla baş etmek için terapi veya danışmanlık almak da faydalı olabilir.

Sonuç olarak, performans kaygısı müzisyenlerin performanslarını etkileyen yaygın bir sorundur. Müzisyenler, bu kaygıyla başa çıkmak için çeşitli stratejiler kullanarak performanslarını daha verimli bir şekilde gerçekleştirebilirler. Farkındalık, uygun tekniklerin uygulanması ve destek almak, müzisyenlerin performans kaygısını azaltmalarına yardımcı olabilir ve daha keyifli bir müzik deneyimi sağlayabilir.

2.1.7. Öz Yeterlilik

Albert Bandura tarafından 1960'lı yıllarda ortaya atılan öz yeterlilik kavramı "Sosyal Öğrenme Kuramı"nın en temel öğelerinden biridir.

"Bandura'ya göre öz yeterlik algısı "bir performansın ya da bir davranışın gerçekleştirilebilmesinde, bireylerin başarılı olabilmelerine karşı olan inançları ya da güvenleri" olarak tanımlanmıştır" (Güneri,2018,s.15).

Öz yeterlik algısını bireyin kendine olan inancı ve değişken durumlara ayak uydurma becerisi olarak ele alabiliriz. Kısacası bireyin kendine olan başarıma ve üstesinden gelme inancıdır. "Bireyler başarılı olabilmek için deneyimleri ve gözlemlerine doğrultusunda yapabileceklerine dair inançlı olmalıdırlar. İnsanlar kendi kapasiteleriyle ilgili bilgi kaynaklarına sahiptirler ve bu kaynakları işleyip, tartıp, birleştirirler; davranışlarını ve çabalarını da bu doğrultuda şekillendirip düzenlerler. Kısacası bireyler başarılı olacaklarına inanmalıdırlar" (Bandura,1982).

"Öz yeterlik, özellikle bireysel yeteneğe dayalı olan müzik gibi alanlarda önemli yere sahiptir. Müzikal öz yeterlik, müzisyenin kendi müzik yeteneğine ilişkin inancı ile müzikte başarılı olmak için sahip olduğu kapasiteye ilişkin geliştirdiği inançla doğrudan ilgilidir" (Özmenteş,2014,s.142).

Müziğin her alanında olduğu gibi şan eğitiminde de öz yeterlilik algısının yeri görüldüğü üzere önemlidir. Şan eğitimi dersine yönelik öğrencilerin öz yeterlilik inançları bu derste performanslarına ve başarılarına önemli ölçüde yansımaktadır. Öğrencilerin şan eğitimi ders süreci ve performanslarını gerçekleştirebilmek için kendilerine olan öz yeterlilik algıları, şan dersindeki performansın istenilen biçimde gerçekleştirmek veya gerçekleştirememekle doğru orantılı olduğu düşünülmektedir. Bu neden öğrencideki öz

yeterlik inancının olumlu yönde olması, akademik başarının da aynı doğrultuda etkileyeceği düşünülmektedir.

Klassen, Pajares, Pintrich, Schunk “son 30 yıldır yapılan çalışmalardan elde edilen bulgulara göre, öz yeterlik inancının öğrencilerin akademik başarıları ve performansları üzerindeki güçlü ve belirleyici rolüne işaret ettiğinden” bahsetmiş, Pajares ve Schunk’da “öz yeterlik inancının öğrenci motivasyonunu ve öğrenimini önemli ölçüde etkilediğini” vurgulamıştır (Akt.Güneri,2018,s.17).

2.2. İlgili Araştırmalar

2.2.1 Kaygı ile ilgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Uzun (2016) doktora tezinde müzisyenleri performans kaygısıyla başa çıkmak için kullandıkları yöntemleri belirlemek üzere bu araştırmayı yapmıştır. Bu araştırma ile müzisyenlerin performans kaygı düzeylerini ortaya koymak ve bu kaygı ile başa çıkmak için kullanılan stratejilerin farklılıklarını tespit etmeye yönelik bir araştırma yapmıştır. Araştırmaya birçok ilden profesyonel ve amatör 346 müzisyen dahil olmuştur. Araştırmasında; Uzman Görüş Formu, Kişisel Bilgi Formu, Kenny Müzikal Performans Kaygısı Envanteri ve araştırma için geliştirilen Müzikal Performans Kaygısı Bilişsel Başa Çıkma Envanteri kullanmıştır. Sonuçlar yaş, cinsiyet, meslek, eğitim düzeyi, müzik türü, çalgı türü, eğitim yılı, ilk sahne deneyimi, yıldaki performans sayısı, günlük çalışma saati olmak üzere toplam 10 adet değişkene bağlı olarak farklılık göstermiştir.

Tankız (2016) tarafından gerçekleştirilen doktora tezinde, enstrüman öğretiminde yaygın olarak kullanılan birlikte çalma yönteminin flüt öğretiminde performans kaygısı ve motivasyon düzeyine etkisi incelenmiştir. Araştırma, müzik öğretmeni adayları olan 1., 2., 3. ve 4. sınıf flüt öğrencileriyle yürütülmüştür. Araştırmada, Müzik Performans Kaygısı Envanteri ve Bireysel Çalgı Dersi Güdülenme Ölçeği olmak üzere iki ölçek kullanılmıştır. Nicel boyutta tek gruplu öntest ve sontest modeli, nitel boyutta ise durum çalışması yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, birlikte çalma yöntemi kullanılarak öğrencilerin flüt derslerine yönelik motivasyonlarında olumlu bir artış gözlenmiş ve kaygı düzeylerinde anlamlı bir azalma tespit edilmiştir.

Cemali (2017) yüksek lisans tezini konservatuar müzik bölümü öğrencilerinin performans esnasında kaygı düzeylerini arttıran faktörleri belirlemek amacıyla bu çalışmayı gerçekleştirmiştir. Çalışmayı Kenny Müzik Performans Kaygı Envanteri'nden 105 puan üzeri alan toplam 26 öğrenci ile gerçekleştirmiştir. Araştırmacı performans kaygısına neden olan faktörleri belirlemek amacıyla nitel desende araştırma soruları hazırlamıştır. Alınan cevapları belirli başlıklar altında gruplandırarak bu faktörlerin çevre, hijyen, sosyal çevre, öz yeterlilik inancı, öğretmen tutumu, aile, gelecek kaygısı gibi olduğu sonucuna varmıştır.

Sarıkaya (2018) " Müzik Öğretmeni Adaylarının Mükemmeliyetçilik ve Öz Yeterlilik İnançlarına Göre Müzik Performans Kaygılarının Yordanması" adlı araştırmasında yöntem olarak ilişkiyel tarama modeli kullanmıştır. Araştırmaya öğrenim gören 541 lisans öğrencisi katılmıştır. Araştırmanın sonucunda öğrencilerin mükemmeliyetçilik ve öz yeterlilik ile performans kaygıları arasında anlamlı bir farklılık gözlemiştir. Öz yeterlilik inancının yüksek olması durumunda performans kaygı düzeyinde azalma tespit etmiştir.

Erözkan (2020) "Müzik Öğretmeni Adaylarının Müzik Performans Kaygısı ile Bireysel Çalgı Sınavı Performans Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı yüksek lisans tezinde 2018- 2019 bahar yarılında Türkiye'nin belirli bölgelerinden yedi tane üniversitede öğrenim gören 467 öğrenci ile araştırmasını yapmıştır. Çalışmada veri toplama araçları olarak Kenny Müzik Performans Kaygısı Envanteri ve Bireysel Çalgı Performans Sınavı Kaygısı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonucu incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin genel performans kaygısı ile bireysel çalgı sınavı esnasında yaşadığı kaygı düzeyi arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Kadın öğrencilerin kaygı düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır.

Ünalın (2023) "Müzik Öğretmeni Adaylarının Müzik Performans Kaygısı, Algılanan Stres, Sürekli Kaygı ve Bilinçli Farkındalık Düzeylerine İlişkin Düzenli Yoga Pratiklerinin Etkisi" adlı yüksek lisans tezinde müzikal performans kaygısı yaşayan öğrencilerin tepkilerine yönelik yoga deneyimi ile ne düzeyde etkilendiğini incelemek amacıyla bu çalışmayı yapmıştır. Hafta da iki defa ortalama bir saatlik süren çalışma gurubu ile dersler yapmıştır. Dersler sonunda çalışma grubuna Beş Boyutlu Bilinçli Farkındalık Ölçeği, Kenny Müzik Performans Kaygısı Envanteri, Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri ve Algılanan Stres Ölçeği olmak üzere dört farklı ölçek uygulamıştır. Araştırmanın sonucunda çalışma gruplarının performans kaygı ve algılanan stres düzeylerinde istatistiksel olarak azalma görülmüştür.

Hüzmeli (2023) “Nefes Terapisinin Müzik Öğrencilerinin Flüt Performans Kaygısına Etkisinin İncelenmesi” isimli doktora tezinde 20 öğrenciden oluşan deney ve kontrol gurubu ile çalışmış araştırmasını ön test son test deneysel modelde tasarlamıştır. Çalışmalar sonucunda öğrencilere Kenny Performans Kaygı Envanteri ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre öğrenciler nefes terapisi yöntemini daha önce uygulamadığı, nicel bulgulara göre anlamlı bir farklılık görülme de bu yöntemin performans kaygısını azaltmada etkili olduğu gözlemlenmiştir.

2.2.2. Öz Yeterlilik ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Çarkçı (2019) “Sahne Sanatları Opera, Bale, Tiyatro Sanatçıları ve Öğrencilerine Yönelik Performans Kaygısı, Öz Yeterlik Ölçeği Geliştirme Çalışması” adlı yüksek lisans tezinde araştırmasını toplam 1069 kişi ile yapmıştır. Araştırma boyunca uygulama yapılan öğrencilere sahne kaygısını sahne performansına etkileri üzerine seminerler verilmiştir. “Sosyal Kaygı” ve “Kendini Sevme ve Öz Yeterlik” olmak üzere iki ölçek kullanılmıştır. Araştırma sonucunda geliştirilen ölçeklerin geçerli ve güvenilir olduğu anlaşılmış ve ölçeklerin uyum iyiliği değerlerinin ölçeklerdeki alt boyutlara göre uyumunun iyi olduğu saptanmıştır.

Birdal (2021) “Müzik Bölümü Öğrencilerinin Çalgı Performans Yönetimi Öz Yeterlilik Algıları Performans Kaygı Düzeyleri ve Aralarındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı yüksek lisans tezinde araştırmasını 520 öğrenci ile gerçekleştirmiştir. Araştırma sonucunda ulaşılan bulgulardan yola çıkarak Öz Yeterlilik Algıları yüksek olan öğrencilerin Performans Kaygılarında düşük olduğu tespit edilmiştir.

Kurtuldu (2017) “Piyano Öğrencilerinin Öz Yeterlilik ile Piyano Dersi Başarılarının Karşılaştırılması” isimli çalışmasında Müzik Öğretmenliği programında öğrenim göre 60 öğrenci ile çalışmasını gerçekleştirmiştir. Piyano başarı notlarına göre sınıflandırılan öğrencilere Piyano Eğitiminde Öz Yeterlilik Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre cinsiyet değişkeni öğrencilerin öz yeterlilik düzeylerinde etkili olmazken okul tipi ve akademik başarı değişkenlerinin etkili olduğu görülmüştür. Yani başarılı olan öğrenci kendini yeterli hissederken, başarısı düşük olan öğrenci daha az yeterli hissetmektedir.

Koçer (2020) tarafından yürütülen bir yüksek lisans tezinde, müzik öğretmeni adaylarının bireysel ses eğitimi dersindeki öz yeterlik algılarının incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmaya toplamda 395 öğrenci katılmış olup bunların 157'si erkek ve 238'i kız öğrencilerden oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak "Bireysel Ses Eğitimi Dersi Öz Yeterlik Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, öğrencilerin bireysel ses eğitimi dersindeki öz yeterlik inançlarının orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyet ve okul değişkenlerine göre yapılan analizlerde, öz yeterlik algıları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak, madde bazında farklılıklar olduğu belirlenmiştir. Sınıf değişkenine göre yapılan analizlerde ise, 4. sınıf öğrencilerinin 3. sınıf öğrencilerine göre daha yüksek öz yeterlik algılarına sahip oldukları görülmüştür.

Üzülen (2022) “Müzik Öğretmeni Adaylarının Performans Kaygıları ile Çalgı Öz Yeterlilikleri Arasındaki İlişki” isimli yüksek lisans tezinde Müzik Eğitimi Ana Bilim Dalı’nda okuyan 116 öğrenci ile araştırmasını gerçekleştirmiştir. Araştırmasında Bireysel Çalgı Performans Sınavı Kaygı ve Çalgı Performansı Öz Yeterlik İnancı olmak üzere iki ölçek kullanmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen verilere göre öğrencilerin performans kaygıları artarken, öz yeterlilik inançlarında bir düşüş gözlemlenmiştir.

Ayyıldız (2019) “Öğretmenlerin Bilgi Teknolojileri Öz Yeterlik Düzeylerinin İncelenmesi” adlı yüksek lisans tezinde hali hazırda görev yapan 266 öğretmen ile çalışmıştır. Öğretmenlere Eğitimde Bilgi Teknolojileri Kullanımı Öz Yeterliliği Değerlendirme Ölçeği uygulamıştır. Araştırma sonucunda cinsiyet yaş eğitim düzeyi ve branş değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık elde etmiştir.

Işkın (2018) “Mesleki Müzik Eğitimi Veren Kurumlarda Performans Kaygısı ve Öz Yeterlilik Algısının Çalgı Başarısına Etkisi” adlı yüksek lisans tezinde Çalgı Performansı Öz-yeterlik İnancı Ölçeği ve Kenny Müzik Performans Kaygısı Envanteri kullanmıştır. Araştırmaya her kurumdan toplamda 242 öğrenci katılmıştır. Araştırma sonucunda negatif performans algısının öğrenim gördükleri programa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmüş ve öz yeterlilik algı düzeylerinin öğrenim gördükleri programa bağlı olarak anlamlı bir farklılık görülmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Kürücü (2019) “Müzik Öğretmeni Adaylarının Müzik Öğretimi Öz Yeterlilik Algılarının İncelenmesi” adlı yüksek lisans tezinde araştırmasını 757 öğrenci ile gerçekleştirmiştir. Araştırmasında Özmenteş tarafından geliştirilen Müzik Öğretimi Öz Yeterlik ölçeği kullanmıştır. Elde edilen bulgulara göre mezun olunan lise türü ve cinsiyet

değişkenine yönelik anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Fakat öğrencilerin müzik öğretimine yönelik öz yeterlik algı düzeylerinde sınıfa göre farklılık gözlemlenmiş, 4.sınıf öğrencilerinin öz yeterlik algılarının diğer alt sınıflara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

2.2.3. Yurtdışı Araştırmalar

Wesner, Noyes ve Davis (1990) müzik okulu öğrencilerinin ve öğretim üyelerinin performans kaygısı deneyimlerini öğrenmek amacıyla anket uygulamıştır. Araştırmaya 302 kişi katılmıştır. Katılımcıların %49'u yaşadıkları kaygı sebebiyle müzik performanslarının olumsuz yönde etkilendiğini belirtmiştir. Cinsiyet değişkenine göre kadınların erkeklere oranla performans kaygı düzeyinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılrken yaş değişkenin anlamlı bir farklılık yaratmadığı görülmüştür.

Hewitt (2015) öz yeterlilik algısı ile müzikal performans arasındaki ilişkiyi ele alan araştırmasına toplam 340 öğrenci katılmıştır. Araştırma sonucunda cinsiyet, sınıf ve bireysel çalgı değişkenlerine bağlı olarak öz yeterlik ile müzik performansı arasında güçlü ve pozitif bir ilişki olduğunu görülmüştür. Öğrencilerin öz değerlendirme yanlılığında ise müzik performansı arasında negatif sonuca ulaşılmıştır. Müzik performansı kaygısı arttıkça, öğrencilerin kendi öz değerlendirmelerinde kendilerine olan güvenlerinin daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

McCormick ve McPherson (2003) müzikal performans sınavında öz yeterliliğin rolünü inceledikleri araştırmasına toplam 332 kişi katılmıştır. Anket tekniği uygulanan katılımcıların müzikal performanslarına öz yeterliliğin önemli ölçüde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Sinden (1999) müzik performans kaygısına öz yeterliliğin katkısı ve mükemmeliyetçilikle başa çıkma üzerine yaptığı araştırmaya toplam 138 öğrenci katılmıştır. Performans kaygı envanteri, mükemmeliyetçilik ile başa çıkma anketi, öz yeterlilik ve öz saygı ölçeği kullanarak yapılan araştırma sonucunda erkekler mükemmeliyetçilik başa çıkma konusunda daha başarılı olurken kadınların daha yüksek düzeyde performans kaygısı yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Deseni

Bu araştırma, müzik eğitimi anabilim dalında şan öğrencisi olan müzik öğretmeni adaylarının şan performans kaygıları ile öz-yeterlilik algıları arasındaki ilişkiyi belirlemeyi hedefleyen bir çalışmadır. Araştırmada, betimsel bir çerçeve kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, araştırmacıların iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkinin varlığını, doğasını ve derecesini belirlemek için kullanılan bir araştırma modelidir. Bu çalışmada, müzik öğretmeni adaylarının şan performans kaygıları ile öz-yeterlilik algıları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini Adım Üniversiteleri'nin Eğitim Fakültelerinin Müzik Eğitimi Anabilim Dalları bireysel çalgısı şan olan öğrenciler oluşturmaktadır. Evrenin tamamına ulaşıldığından ayıca bir örneklem grubu alınmamıştır.

3.3. Veri Toplama Aracı ve Teknikleri

Bu araştırmada Kenny (2006) tarafından geliştirilen ve Tokinan (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Kenny Performans Kaygısı Envanteri" ile Koçer(2020) tarafından geliştirilen "Bireysel Ses Eğitimi Özyeterlilik Algısı Ölçeği" kullanılmıştır.

3.4. Veri Toplama Süreci

Bu çalışmada, şan öğrencilerine uygulanacak anketler, çevrimiçi olarak Google Forms platformu üzerinden oluşturulmuş ve katılımcılara internet aracılığıyla sunulmuştur. Katılımcıların rızalarını almak için, anketlere başlamadan önce tüm öğrenciler bireysel olarak aranmıştır. Bu görüşmelerde, araştırmanın amacı hakkında kısa bir bilgi verilerek, kişisel bilgilerin gizli tutulacağı güvencesi verilmiştir. Araştırmaya katılmayı kabul eden tüm öğrenciler, ankete dahil edilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Verilerin analizi için SPSS 26.0 İstatistik Paket Programı kullanılarak yapılmıştır. Öğrencilerin cinsiyet, sınıf ve mezun oldukları lise türü gibi değişkenlerin sayısal ve yüzdesel dağılımları hesaplanmıştır. Sayısal değişkenlerin normal dağılıma uygunluğunu belirlemek için çarpıklık değerleri hesaplanmış ve Tablo 3.5.1'de sunulmuştur. Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE) ve Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik

Algısı puanlarının normal dağılım kriterlerine uyduğu gözlemlenmiştir. Referans değeri olan $\pm 1,5$ aralığında bulunan çarpıklık değerleri alınmıştır (Tabachnick ve Fidell,2013).

Tablo 3. 1. *Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE) ve Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısına Ait Çarpıklık ve Basıklık Değerleri*

Ölçekler	Skewness (Çarpıklık)		Kurtosis (Basıklık)	
	İstatistik	Std. Hata	İstatistik	Std. Hata
Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE)	-,056	,374	-1,164	,733
Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı	-,374	,374	-,737	,733

Öğrencilerin cinsiyet, mezun oldukları lise türü ve sınıf değişkenleri ile ölçek puanlarının karşılaştırılması için bağımsız örneklem t-testi kullanılmıştır. Grup varyanslarının eşit olduğu durumlarda Benferroni testi, grup varyanslarının eşit olmadığı durumlarda ise Dunnett C testi ile çoklu karşılaştırmalar yapılmıştır. Müzik performans kaygısı ile şan performanslarına yönelik öz-yeterlilik algısı arasındaki ilişkiyi değerlendirmek için Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Korelasyon katsayısı değerlendirmesinde, 0.00-0.30 aralığı düşük, 0.30-0.70 aralığı orta ve 0.70-1.00 aralığı yüksek düzeyde bir ilişki olarak kabul edilmiştir (Büyüköztürk,2020). Öğrencilerin performanslarına yönelik öz-yeterlilik algısı üzerinde müzik performans kaygısının etkisini değerlendirmek için basit regresyon analizi kullanılmıştır. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi olarak 0.05 ve 0.01 değerleri dikkate alınmıştır.

3.5.1 Güvenirlilik Analizi

Araştırmada, Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE) ve Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı ölçeklerinin güvenirlilik analizi yapılmıştır. Cronbach's alpha değerleri Tablo 3.5.2'de sunulmuştur. Güvenirlilik analizlerinde α katsayısının 0.70'nin üzerinde olması beklenir (Pallant,2020). Bu bağlamda, kullanılan ölçeklerin güvenirlilikleri yeterli olarak değerlendirilmiştir.

Tablo 3. 2. *Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE) ve Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısına Ait Cronbach's Alpha Değerleri*

Ölçekler	Cronbach's Alpha	N
Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE)	0,932	25
Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı	0,915	25

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM : BULGULAR VE YORUM

4.1. Şan Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine Ait Bulgular

Şan öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerine ait bulgular Tablo 3'de gösterilmiştir. Çalışmaya katılan 40 öğrencinin %60'ı (24 öğrenci) kız ve %40'ı (16 öğrenci) erkektir.

Tablo 4. 1. Şan Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine Ait Bulgular

Sosyo-demografik özellikler		Frekans (N)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kız	24	60,0
	Erkek	16	40,0
Sınıf düzeyi	1. sınıf	9	22,5
	2. sınıf	7	17,5
	3. sınıf	10	25,0
	4. sınıf	14	35,0
Mezun olunan lise türü	GSL	13	32,5
	Diğer	27	67,5
Birey çalgı başarı durumu	Düşük	2	5,0
	Orta	5	12,5
	İyi	11	27,5
	Çok iyi	22	55,0
Genel akademik düzeyi	Orta/Düşük	20	50,0
	Yüksek	20	50,0

GSL: Güzel Sanatlar Lisesi

Öğrencilerin %22,5'i (9 öğrenci) 1. Sınıf, %17,5'i (7 öğrenci) 2. Sınıf, %25'i (10 öğrenci) 3. Sınıf ve %35'i (14 öğrenci) ise 4. Sınıftır.

Şan öğrencilerinin %32,5'i (13 öğrenci) AGSL ve %67,5'i (27 öğrenci) diğer liselerden mezun olmuştur.

Şan öğrencilerin %5'i (2 öğrenci) düşük, %12,5'i (5 öğrenci) orta, %27,5'i (11 öğrenci) iyi ve %55'i (22 öğrenci) çok iyi düzeyde birey çalgı başarı durumunda olduğu görülmüştür.

Şan öğrencilerinin %50'si (20 öğrenci) orta veya düşük düzeyde başarı ortalaması, %50'si (20 öğrenci) yüksek düzeyde genel akademik başarı ortalamasına sahiptir.

4.2. Birinci Alt Probleme İlişkin Bulgular

Tablo 4. 2. Şan Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Cinsiyet	N	Ort.	S.S	T	P
Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı	Kız	24	4,00	0,60	0,689	0,495
	Erkek	24	3,88	0,45		

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, t: Independent Sample T Testi

Kızların şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı puan ortalaması 4,00 ve erkeklerin şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı puan ortalaması 3,88'tir. Bu sonuçlara göre, şan öğrencilerinin cinsiyetlerine göre şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p > 0,05$). İstatiksel olarak anlamlı farklılık görülmesede kızların şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı puanları erkeklere göre daha yüksek olduğu söylenebilir.

Tablo 4. 3. Şan Öğrencilerinin Sınıf Değişkenine Göre Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Sınıf	N	Ort.	S.S	F	P
Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı	1. sınıf	9	4,01	0,35	0,739	0,536
	2. sınıf	7	4,07	0,56		
	3. sınıf	10	3,73	0,57		
	4. sınıf	14	4,02	0,62		

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, F: One Way ANOVA Testi

1. sınıfların şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı puan ortalaması 4,01, 2. sınıfların şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı puan ortalaması 4,07, 3. sınıfların şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı puan ortalaması 3,73 ve 4. sınıfların şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı puan ortalaması 4,02'dir. Bu sonuçlara göre,

şan öğrencilerinin sınıflarına göre şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 4. 4. Şan Öğrencilerinin Mezun Olduğu Lise Türü Değişkenine Göre Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı Puanlarının Karşılaştırılması

Ölçekler	Mezun olunan lise türü	N	Ort.	S.S	T	P
Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı	GSL	13	4,20	0,55	2,079	0,044*
	Diğer	27	3,83	0,51		

* $p<0,05$, ** $p<0,01$, t: Independent Sample T Testi

GSL mezunu olan öğrencilerin şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı puan ortalaması 4,20 ve diğer liselerden mezun olan öğrencilerin şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı puan ortalaması 3,83'tür. Bu sonuçlara göre, şan öğrencilerinin mezun olunan lise türüne göre şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür ($p<0,05$). GSL mezunu olan öğrencilerin şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı puanları, diğer lise mezunu olan öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

4.3. İkinci Alt Probleme İlişkin Bulgular

Tablo 4. 5. Şan Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE) Puanları

Ölçekler	Cinsiyet	N	Ort.	S.S	T	P
Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE)	Kız	24	2,10	1,04	-0,117	0,908
	Erkek	16	2,14	0,92		

* $p<0,05$, ** $p<0,01$, t: Independent Sample T Testi

Kızların müzik performans kaygı puan ortalaması 2,10 ve erkeklerin müzik performans kaygı puan ortalaması 2,14'tür. Bu sonuçlara göre, şan öğrencilerinin cinsiyetlerine göre müzik performans kaygı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 4. 6. *Şan Öğrencilerinin Sınıf Değişkenine Göre Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE) Puanları*

Ölçekler	Sınıf	N	Ort.	S.S	F	P
Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE)	1. sınıf	9	2,37	0,88	0,325	0,807
	2. sınıf	7	2,01	0,89		
	3. sınıf	10	1,94	1,13		
	4. sınıf	14	2,13	1,04		

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, F: *One Way ANOVA Testi*

1. sınıfların müzik performans kaygı puan ortalaması 2,37, 2. sınıfların müzik performans kaygı puan ortalaması 2,01, 3. sınıfların müzik performans kaygı puan ortalaması 1,94 ve 4. sınıfların müzik performans kaygı puan ortalaması 2,13'tür. Bu sonuçlara göre, şan öğrencilerinin sınıflarına göre müzik performans kaygı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p > 0,05$).

İstatiksel olarak anlamlı farklılık görülmesede, 1. sınıfların müzik performans kaygı puan ortalamaları diğer sınıflara göre daha yüksek olduğu söylenebilir.

Tablo 4. 7. *Şan Öğrencilerinin Mezun Olduğu Lise Türü Değişkenine Göre Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE) Puanları*

Ölçekler	Mezun olunan lise türü	N	Ort.	S.S	T	P
Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE)	GSL	13	1,79	0,84	-1,455	0,154
	Diğer	27	2,27	1,02		

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, t: *Independent Sample T Testi*

GSL mezunu olan öğrencilerin müzik performans kaygı puan ortalaması 1,79 ve diğer liselerden mezun olan öğrencilerin müzik performans kaygı puan ortalaması 2,27'dir. Bu sonuçlara göre, şan öğrencilerinin mezun olunan lise türüne göre müzik performans kaygı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($p > 0,05$). İstatiksel olarak anlamlı farklılık görülmesede, GSL mezunu olan öğrencilerin müzik performans kaygısı puanları diğer lise mezunu olan öğrencilere göre daha düşük olduğu söylenebilir.

4.4. Üçüncü Alt Probleme İlişkin Bulgular

Tablo 4. 8. Şan Öğrencilerinin Müzik Performans Kaygısı ile Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı Arasındaki İlişki Düzeyinin İncelenmesi

Ölçekler	Kat sayı	MPKE	ÖYA
Müzik Performans Kaygısı Envanteri (MPKE)	R	1	-,507**
	P		,000
Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algısı	R	-,507**	1
	P	,000	

$p < 0,05$, ** $p < 0,01$, r : Korelasyon katsayısı

Şan öğrencilerinin müzik performans kaygısı ile şan performanslarına yönelik öz yeterlilik algısı arasında orta düzeyde negatif ilişki tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Bu bulgu, öğrencilerin müzik performans kaygı düzeyi arttıkça, şan performanslarına yönelik öz-yeterlilik algısı puanlarının azalacağını göstermektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM: TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1 Tartışma ve Sonuç

Araştırmanın “Müzik Eğitimi Anabilim Şan Öğrencilerinin Şan Performanslarına Yönelik Öz Yeterlilik Algıları İle Performans Kaygıları Arasındaki İlişki Nasıldır?” problem cümlesinin çözümlenmesine yönelik ortaya çıkan tartışma ve sonuçlar şu şekildedir:

Birinci alt probleme ilişkin;

Birinci alt probleme ilişkin sonuçlar incelendiğinde öğrencilerin şan performanslarına yönelik öz yeterlilik düzeylerinin cinsiyet ve sınıf değişkeni incelendiğinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Fakat kız öğrencilerin öz yeterlilik düzeylerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca mezun olunan lise türü değişkeni incelendiğinde anlamlı bir farklılık görülmüştür. AGSL mezunu olan öğrencilerin diğer lise mezunu öğrencilere göre öz yeterlilik düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun nedeni AGSL okuyan öğrencilerin 4 yıl boyunca müzik eğitimi kapsamında ses eğitimi almaları olduğu düşünülebilir.

İncelenen benzer çalışmalarda cinsiyet, mezun olunan lise türü ve sınıf değişkenleri üzerine yapılan araştırmalardan benzer sonuçlar elde edilmiştir. Sarıkaya (2018) yaptığı öğrencilerin öz yeterlilik ve mükemmeliyetçilik düzeylerini konu alan doktora tezinde cinsiyet ve sınıf değişkeni üzerine öz yeterlilik düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Karataş (2019) şan öğrencilerinin öz yeterlilik algıları üzerine yaptığı yüksek lisans tezinde cinsiyet değişkenine yönelik anlamlı bir farklılık görüşmemiştir. Ertekin (2017) yüksek lisans tezinde benzer şekilde cinsiyet değişkenine bağlı olarak anlamlı bir farklılık görülmemişken mezun olunan lise türü değişkeni incelendiğinde öz yeterlilik düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmüştür.

Bu araştırma sonucuna benzerlik gösteren Piji Küçük'ün (2015) yaptığı bir araştırmada, öğrencilerin mezun oldukları lise türü değişkenlerinde AGSL mezunu öğrencilerin lehine bir sonuca ulaşılmıştır.

İkinci alt probleme ilişkin;

İkinci alt probleme ilişkin sonuçlar değerlendirildiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, mezun olduğu lise türü ve sınıf değişkenine göre performans kaygılarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Anlamlı bir farklılık görülmesi de istatistiksel olarak 1.sınıf öğrencilerin diğer sınıflara göre performans kaygı düzeyinin yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca diğer lise mezunu öğrencilerin performans kaygı düzeylerinin AGSL mezunlarına göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

Önceden yapılan benzer çalışmalardan elde edilen bulgulara göre, cinsiyet, mezun olunan lise türü ve sınıf değişkenlerinin müzik performans kaygısı üzerindeki etkisi incelenmiştir. Erözkan (2020), çalgı sınavı performans kaygısını incelediği yüksek lisans tezinde cinsiyet değişkeni üzerinde anlamlı bir farklılık bulmuş ve kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek performans kaygısı düzeyine sahip olduğunu saptamıştır. Güdek ve Çiçek (2017) ise müzik performans kaygısı ile sınıf değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığını belirlemiştir. Benzer şekilde, Kafadar (2009) tarafından yapılan bir araştırma da gençlerin müzik performans kaygısı üzerine gerçekleştirilmiş olup, cinsiyet değişkeninde kız öğrencilerin erkeklere göre daha yüksek performans kaygısı yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır. Işkın (2018) ise çalgı başarısının performans kaygısı ve öz-yeterlilik algısı üzerindeki etkisini inceleyen tezinde mezun olunan lise türü değişkeninde anlamlı bir farklılık bulmuş ve AGSL mezunu öğrencilerin performans kaygı düzeylerinin daha düşük olduğunu gözlemlemiştir.

Elde edilen bulgular sonucunda öğrencilerin müzik performans kaygı düzeyi arttıkça, şan performanslarına yönelik öz-yeterlilik düzeylerinin azalacağı saptanmıştır.

İncelenen benzer bazı çalışmalardan araştırmanın lehine sonuçlar edilmiştir. Işkın (2018) yüksek lisans tezinde öğrencilerin performans kaygısı ve öz yeterlilik düzeyleri arasında ters orantı gözlemlemiştir. Cemali (2017) performans kaygısına sebep olan faktörleri incelediği tezinde öz yeterlilik düzeyindeki düşüklüğün, performans kaygısını etkilediği sonucunu elde etmiştir. Sarıkaya (2018) benzer bir araştırma yaptığı doktora tezinde, bu araştırmanın sonucuyla pozitif eğilim gösteren bir sonuç elde etmiştir.

Elde edilen sonuçlardan yola çıkarak;

- Genel performans kaygı envanteri puan ortalaması incelendiğinde şan öğrencilerinin performans kaygısının düşük düzeyde olduğu görülmüştür.
- Genel öz yeterlilik algısı envanteri incelendiğinde şan öğrencilerinin öz yeterlilik düzeylerinin düşük olduğu gözlemlenmiştir.
- Araştırma genelinde ulaşılan sonuçlarda anlamlı bir farklılık görülmesine de istatistiksel olarak farklılıklar gözlemlenmiştir.
- Katılımcı sayısının az olmasından dolayı elde edilen sonuçlar değişkenlik gösterebilir.

5.2. Öneriler

1. Lisans düzeyinde mesleki müzik eğitimi veren kurumlar, performans kaygısının sebep olduğu faktörleri önlemek amacıyla terapötik yaklaşımlara ve uzman gözetimli yönetim süreçlerine yer verebilir.
2. Lisans düzeyinde mesleki müzik eğitimi veren kurumlar, öğrencilerin öz-yeterlilik algı düzeylerini olumlu yönde etkileyen faktörleri belirleyerek ve bu yönde artırıcı çalışmalar yaparak öz-yeterlilik algısının gelişimine katkı sağlayabilir.
3. Bu araştırmanın etkinliğini artırmak için, lisans düzeyindeki müzik öğretmeni adayları üzerinde yapılan bu çalışmanın evreni genişletilerek ülke çapında daha kapsamlı bir örnekleme dayanarak gerçekleştirilebilir. Bu şekilde elde edilen sonuçlar, bu çalışmayla karşılaştırılarak daha sağlıklı ve güvenilir sonuçlara ulaşılmasına yardımcı olabilir.
4. Lisans düzeyindeki müzik öğretmeni adayları için yapılan bu araştırmanın başka alanlarda da yapılması müzik eğitiminin diğer boyutlarında da faydalı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Acar, N. (2016). "Nefes, Kullanımı ve Şan Eğitim". Ulakbilge Sosyal Bilimler Dergisi.
- Alptekin, A.G. (2012). Müzik performans anksiyetesi. Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 14, 137-148
- Arseven, A. (2016). Öz Yeterlilik: Bir Kavram Analizi. *Electronic Turkish Studies*, 11(19).
- Aydin, S., & Zengin, B. (2008). Yabancı dil öğreniminde kaygı: Bir literatür özeti. *Journal of Language and Linguistic Studies*, 4.
- AYYILDIZ, A. (2021). Öğretmen Adaylarının Bilgi Okuryazarlık Düzeyleri ile İnternet Öz-Yeterlilik Algularının İncelenmesi. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 10(4), 913-929.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change *Psychological Rewiew*
- Birdal, Ö. (2021). *Müzik Bölümü Öğrencilerinin Çalgı Performans Yönetimi Öz Yeterlilik Alguları Performans Kaygı Düzeyleri ve Aralarındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Blivet, J.P. (1999). *Les Voies du chant - Traite de Technique Vocale*.
- Budak, S. (2000). Psikoloji sözlüğü. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş. (2020). Sosyal Bilimler İçin Veri Analiz El Kitabı (27. Baskı). Ankara: PEGEM Yayınları.
- Cemali, M. (2017). *Müzik bölümü lisans öğrencilerinde performans kaygısına neden olan faktörlerin belirlenmesi*. Yüksek Lisan Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- ÇARKÇI, J., & MERCAN, Ç. S. (2020). 'Çarkçı Bale Lisans Öğrencileri Performans Kaygısı Ölçeği' Geçerlik Güvenirlik Çalışması. *Konservatoryum*, 7(1), 57-78.
- Çevik, S. (1999). Koro Eğitimi Yönetimi ve Teknikleri. Ankara: Yurtrenkleri Yayınevi.
- Çevik, S. (2006). *Müzik Öğretmenliği Eğitiminde Ses Eğitimi Alan Derslerinin Müzik Öğretmenliği Yeterlikleri Yönünden Değerlendirilmesi*. Ulusal Müzik Eğitimi Sempozyumu Bildirisi, Denizli: Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi.
- Çölok, A. A. (2005). *Ses, Nefes, Konuşma ve Beden İlişkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Bilkent Üniversitesi Müzik ve Sahne Sanatları Enstitüsü, Tiyatro Bölümü.
- Dağ, İ. (1999). Psikolojinin Işığında Kaygı. *Doğu Batı Düşünce Dergisi*. (6). 181-189.

- Erdoğan, S. (2008). *Ses Eğitiminde Terminoloji ve Temel Kavram Bazında Öğrenci Yeterliliklerinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Erözkan, İ. (2020). *Müzik öğretmeni adaylarının müzik performans kaygısı ile bireysel çalgı performans sınavı kaygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, MAKÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ertek, E. (2014). *Müzik Eğitimi Bölümleri'ndeki Şan Öğrencilerinin Özyeterlilik Algılarına Yönelik Görüşleri*. Yayımlanmış yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Güzel Sanatlar Eğitimi Anabilim Dalı Müzik Öğretmenliği Programı, İzmir.
- Feneis, H., Dauber, W. (2000). *Pocket Atlas of Human Anatomy*. Thieme Stuttgart · New York.
- Güdek, B., & Çiçek, V. (2017). Investigating the music performance anxiety levels of undergraduate students who have professional music education according to various variables. *Journal of Academic Social Science Studies*, (58), 1-10.
- Güleç, C., Köroğlu, E. (1997). *Psikiyatri Temel Kitabı*, Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Güneri, B. (2018). *Öğrencilerin İngilizce Dersi Öz Yeterlilik İnancı Kaynakları, Derse Katılım Düzeyleri ve Algılanan Araçsallıklarının Öz Yeterlilik İnançları ve Tutumları Üzerindeki Etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi). Zonguldak: Bülent Ecevit Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Güvenir, Ş. (2006). *Damağın Seste Rezonans Oluşumuna Etkisi ve Ses Eğitiminde Kullanılması*. 26-28 Nisan 2006, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Ulusal Müzik Eğitimi Sempozyumu Bildirisi, Denizli.
- Helvacı, A. (2003). *Ses Eğitiminde Register ve Rezonans*. Cumhuriyetimizin 80. Yılında Müzik Sempozyumu, İnönü Üniversitesi, Malatya. 124-129.
- Hewitt, M. P. (2001). The effects of modeling, self-evaluation, and self-listening on junior high instrumentalists' music performance and practice attitude. *Journal of Research in Music Education*.
- Hüzmeli, I. (2023). *Nefes Terapisinin Müzik Öğrencilerinin Flüt Performans Kaygısına Etkisinin İncelenmesi*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Işkın, S. (2018). *Mesleki müzik eğitimi veren kurumlarda performans kaygısı ve öz yeterlilik algısının çalgı başarısına etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kafadar, A. (2009). *Piyanistler örneğinde müzisyenlere özgü performans anksiyetesi*, DEÜ Güzel Sanatlar Enstitüsü.

- Karataş, A. (2019). *Müzik öğretmeni adaylarının bireysel ses eğitimine yönelik tutum ve öz yeterlilik algılarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Adıyaman Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü.
- Koçer, C. (2020) *Müzik öğretmeni adaylarının bireysel ses eğitimi dersindeki özyeterlilik algılarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Güzel Sanatlar Eğitimi Ana bilim Dalı
- Krüger (1993). *Performance power: transforming stress into creative energy*. Summit Books.
- Kurtuldu, M. K. (2017). Piyano Öğrencilerinin Öz Yeterlilik Düzeyleri İle Piyano Dersi Başarılarının Karşılaştırılması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(1), 67-78.
- Kürücü, N. (2019). *Müzik öğretmeni adaylarının müzik öğretimi öz yeterlilik algılarının incelenmesi* (Doctoral dissertation, Marmara Üniversitesi (Turkey))
- McCormick, J., & McPherson, G. (2003). The role of self-efficacy in a musical performance examination: An exploratory structural equation analysis. *Psychology of Music*, 31(1), 37-51.
- Özmenteş, G. (2014). Mesleki müzik eğitimi alan öğrencilerin müzik özyeterlilikleri, benlik saygıları ve bireysel özellikleri arasındaki ilişkiler. *Eğitim ve Bilim*, 39(171).
- Özusta, Ş. (1995). “Çocuklar için Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri Uyarlama”, Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması, *Türk Psikoloji Dergisi*, Cilt 10 Sayı 34, ss. 32-44.
- Pallant, J. (2020). SPSS kullanma kılavuzu (3. baskı). (S. Balcı, & B. Ahi, Çev.) Anı yayınları.
- Piji Küçük, D. (2015) Müzik Öğretmenliği Öğrencilerinin Piyano Eşliği Alanındaki Öz Yeterlilik Algıları. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*.
- Saraç, H. (2001). Bireysel Ses Eğitiminde Fonasyonun Önemi ve Özellikleri. *Güzel Sanatlar Enstitüsü Dergisi*.
- Sarıkaya, M. (2018). *Müzik öğretmeni adaylarının mükemmeliyetçilik ve öz-yeterlilik inançlarına göre müzik performans kaygılarının yordanması* (Doctoral dissertation, Necmettin Erbakan University (Turkey)).
- Sinden, L. M. (1999). *Music performance anxiety: Contributions of perfectionism, coping style, self-efficacy, and self-esteem*. Arizona State University.
- Sun, M. (1969). Türkiye'nin Kültür. Müzik, Tiyatro Sorunları, Kültür Yayınları, ANKARA.
- Tabachnick and Fidell, (2013). B.G. Tabachnick, L.S. Fidell Using Multivariate Statistics (sixth ed.) Pearson, Boston.
- Tankız, K. D. (2016). *Flüt öğretiminde birlikte çalma öğrenme biçiminin performans kaygısı ve motivasyon düzeyine etkisi*. Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Tokinan, B. (2013). Kenny Müzik Performans Kaygısı Envanterini Türkçe'ye Uyarlama Çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*.
- Topcan, T. (2021). Müzik Performans Kaygısı İçin Müzik Performans Kaygısı Dersi. *International Journal of Social and Economic Sciences*, 11(2), 135-144.
- Töreyin, A. M. (1998). Türkiye Türkçesi Dilbilgisi Yapısının Şan Eğitimi Amaç. İlke ve Yöntemleri Açısından İncelenmesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.
- Töreyin, A. M. (2008). Ses eğitimi temel kavramlar-ilkeler-yöntemler. *Ankara: Sözkese Matbaacılık*.
- TÖREYİN, A. M. (2021). Ses eğitiminde metot ve uygulama. Akademisyen Kitabevi.
- Uçan, A. (1997).Müzik Eğitimi Temel Kavramlar-İlkeler-Yaklaşımlar. Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları, 1997
- Uçan, A. (1997).Müzik Eğitimi Temel Kavramlar-İlkeler-Yaklaşımlar. Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları, 1997
- Ünalın, E. (2023). Müzik Öğretmeni Adaylarının Müzik Performans Kaygısı, Algılanan Stres, Sürekli Kaygı ve Bilinçli Farkındalık Düzeylerine İlişkin Düzenli Yoga Pratiklerinin Etkisi
- Üzülen, E. (2023). Müzik Öğretmeni Adaylarının Performans Kaygıları ile Çalgı Öz Yeterlilikleri Arasındaki İlişki
- 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 Bildirisi SDÜ, 7-10 Nisan 2004, Isparta.
- Wesner, R. B., Noyes Jr, R., & Davis, T. L. (1990). The occurrence of performance anxiety among musicians. *Journal of affective disorders*, 18(3), 177-185.
- Zahal, O. (2014). Özel Yetenek Sınavına Giren Adayların Öğrenme Stilleri ve Bilişsel Esneklik Düzeyleri İle Sınav Başarıları Arasındaki İlişki. (Doktora Tezi). Malatya: İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Zeren, A. (1995). Müzik Fiziği. İstanbul: Pan Yayıncılık

EKLER

Ek.1 Kişisel Bilgi Formu

YÖNERGE

Değerli Öğretmen Adayları/ Öğrenciler,
Aşağıda biri **Müzik Performans Kaygısı** ve **Bireysel Ses Eğitimi Dersi Öz Yeterlilik Algısı** ile ilgili hazırlanmış iki ölçek verilmiştir. Bu ölçeklerde verilen ifadelerin kesin doğru ya da yanlış yanıtı yoktur. Önemli olan sizin gerçek duygu ve düşüncelerinizi belirtmenizdir. Anketin birinci bölümünde kişisel bilgiler, ikinci bölümünde Kenny Müzik Performans Kaygısı Envanteri, üçüncü bölümünde ise Bireysel Ses Eğitimi Dersi Öz Yeterlilik Algısı Ölçeği bulunmaktadır. **Cevaplamadan önce her bölümde verilen açıklamaları dikkatle okuyarak, işaretlemelerinizi ilgili açıklamalara göre göre yapınız. Hiçbir cümleyi atlamadan sıra ile cevaplayınız. Her cümle için yalnızca bir seçeneği işaretleyiniz.** Vermiş olduğunuz bilgiler yüksek lisans tezi kapsamında kullanılacak olup, araştırmanın etik kurul onayı ve üniversitenizde uygulama izinleri alınmıştır. Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

Selinay BIYIK
Pamukkale Üniversitesi
Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Müzik Eğitimi Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi

1.Cinsiyetiniz:

2.Öğrenim Gördüğünüz Üniversite:

3.Sınıfınız: 1... 2... 3... 4...

4.Mezun Olduğunuz Lise Türe: GSL.... Diğer.....

5.Bireysel Çalgı Başarı Durumunuz: 0-49.... 50-69.... 70-89.... 90-100....

6.Genel Akademik Ortalamanız:

Ek 2. Bireysel Ses Eğitimi Dersi Özyeterlilik Algısı Ölçeği

BİREYSEL SES EĞİTİMİ DERSİ ÖZYETERLİK ALGISI ÖLÇEĞİ		1	2	3	4	5
1	Bireysel Ses Eğitimi dersinde kendimi başarılı bulurum.					
2	Bireysel Ses Eğitimi dersinde aktif olduğumu düşünürüm.					
3	Bireysel Ses Eğitimi dersinde, ileri düzeydeki eserleri seslendirebileceğime inanırım.					
4	Bireysel Ses Eğitimi dersinin hazırbulunuşluk gereksinimlerini yerine getirirken zorlanırım.					
5	Bireysel Ses Eğitimi dersindeki eserler zor geldiğinde çalışmayı hemen bırakırım.					
6	Yeni bir eseri öğrenirken önceden öğrendiğim bilgilerimi etkili bir şekilde kullanabileceğime inanırım.					
7	Bireysel Ses Eğitimi dersinde öğretilen eserleri kolaylıkla algılarıam.					
8	Yeni bir eser öğrenirken onu seslendiremeyeceğimi düşünürüm.					
9	Bireysel Ses Eğitimi dersi, kendime olan güvenimi azaltmaktadır.					
10	Bireysel Ses Eğitimi dersi sınavlarından korkarım.					
11	Zorluk derecesi yüksek olan eserleri seslendiremeyeceğimi düşünürüm.					
12	Bireysel Ses Eğitimi dersinde öğrendiğim eserleri hatalı seslendireceğimi düşünürüm.					
13	Çok çalışsam bile bireysel ses eğitimi dersinde başarılı olamayacağıma inanırım.					
14	Bireysel Ses Eğitimi dersinde en ufak bir hata yapmaktan bile korkarım.					
15	Bireysel Ses Eğitimi konserlerine çıkmadan önce kendimi gergin ve huzursuz hissedirim.					
16	Bireysel Ses Eğitimi dersinde kendimi, arkadaşlarıma yardım edecek kadar yeterli bulurum.					
17	Bireysel Ses Eğitimi dersindeki eserleri arkadaşlarımanın önünde çekinmeden seslendirebilirim.					
18	Bireysel Ses Eğitimi dersinde verilen eserleri kendi kendime öğrenebilirim.					
19	Bireysel Ses Eğitimi dersinde öğrendiğim eserleri konserlerde hatalı seslendireceğimi düşünürüm.					
20	Bireysel Ses Eğitimi dersine girmeden önce kendimi gergin ve huzursuz					

	hissederim.						
21	Bireysel Ses Eğitimi dersinde verilen farklı dillerdeki eserleri doğru seslendiririm.						
22	Bireysel Ses Eğitimi dersinde verilen farklı dillerdeki eserleri seslendiremeyeceğimi düşünürüm.						
23	Bireysel Ses Eğitimi dersindeki başarımla özgüvenimi artırır.						
24	Bireysel Ses Eğitimi dersinde verilen eserlerin kolay oluşu beni dersten soğutur.						
25	Bireysel Ses Eğitimi dersinde verilen eserler zorlaştıkça daha çok çalışırım.						



Ek 3. Kenny Performans Kaygısı Envanteri

Aşağıda genel olarak ve bir performans öncesinde veya performans sırasında kendimizi nasıl hissettiğinizle ilgili ifadeler yer almaktadır. Lütfen her ifadeye ne kadar katıldığınızı veya katılmadığınızı belirten sayıyı yuvarlak içine alınız. Teşekkür ederim.
Dr. Banu Özevin

		Kesinlikle katılmıyorum					Kesinlikle kabiliyorum				
		0	1	2	3	4	5	6			
1-	Sık sık bir şeyler yapacak gücü bulmakta zorlanırım.....	0	1	2	3	4	5	6			
2-	Sıkça, hayatın bana verebileceği fazla bir şey olmadığını düşünürüm.....	0	1	2	3	4	5	6			
3-	Bir performansa hazırlanırken çok çalışsam bile hata yapmam olasıdır.....	0	1	2	3	4	5	6			
4-	Performans öncesinde veya performans sırasında panik sayılabilecek duygular yaşarım.....	0	1	2	3	4	5	6			
5-	Bir konser öncesinde performansımın iyi olup olmayacağını asla bilemem.....	0	1	2	3	4	5	6			
6-	Performans öncesinde ya da performans sırasında ağzım kurur.....	0	1	2	3	4	5	6			
7-	Sık sık değerli bir insan olmadığını düşünürüm.....	0	1	2	3	4	5	6			
8-	Performans sırasında kendimi performansı tamamlayıp tamamlayamayacağımdan emin olmayan bir halde bulurum.	0	1	2	3	4	5	6			
9-	Alacağım değerlendirme sonuçlarını düşünmek performansımı etkiler.....	0	1	2	3	4	5	6			
10-	Performans öncesinde ya da performans sırasında midem bulanır ya da başım döner.....	0	1	2	3	4	5	6			
11-	Sık sık dinleyicilerden olumsuz bir tepki görme endişesi duyarım.....	0	1	2	3	4	5	6			
12-	Bazen belli bir sebebi olmaksızın kendimi endişeli hissedirim.....	0	1	2	3	4	5	6			
13-	Müzik eğitimine ilk başladığım zamanlardan beri sahneye çıkma konusunda endişe duyduğumu hatırlıyorum.....	0	1	2	3	4	5	6			
14-	Tek bir kötü performansın kariyerimi mahvedebileceğini düşünerek endişelenirim.....	0	1	2	3	4	5	6			
15-	Performans öncesinde ya da performans sırasında kalp atışlarım hızlanır ve kalbim göğsümden gümür gümür çarpar.....	0	1	2	3	4	5	6			
16-	Endişe nedeniyle yapılmaya değer performans fırsatlarından vazgeçerim.....	0	1	2	3	4	5	6			
17-	Performans sonrasında yeterince iyi çalabildim mi diye endişelenirim.....	0	1	2	3	4	5	6			
18-	Performansım hakkındaki endişem ve gerginliğim, odaklanmamı ve konsantrasyonumu etkiler.....	0	1	2	3	4	5	6			
19-	Sıklıkla, bir konsere hazırlanırken bir felaket beklentisi ve dehşet içinde olurum.....	0	1	2	3	4	5	6			

		Kesinlikle katılmıyorum					Kesinlikle katılıyorum								
20-	Performans öncesinde ya da performans sırasında kaslarımdaki gerginlik artar.....	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	5	6
21-	Sıklıkla hayattan bekleyebileceğim hiçbir şey olmadığını düşünürüm.....	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	5	6
22-	Performans öncesi o kadar endişelenirim ki uykum kaçır.....	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	5	6
23-	Performans öncesinde veya performans sırasında sarsılma, titreme ya da ürperme yaşarım.....	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	5	6
24-	Başkaları tarafından incelenmek beni endişelendirir.....	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	5	6
25-	Performansımın nasıl olacağına dair kendi yargım konusunda endişe duyarım.....	0	1	2	3	4	5	6	0	1	2	3	4	5	6

7'li Likert.

Puanlar 0 ile 150 arasında değişiyor.

105 puan ve üstü yüksek müzikal performans kaygısı

45 puan ve altı düşük müzikal performans kaygısını gösteriyor.



Ek 6. Yayın Etiği Kurulu Onay Belgesi

Evrak Tarih ve Sayısı: 19.01.2023-E.318841

T.C
PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU

SAYI: 68282350/2023/01

Toplantı Tarihi: 11.01.2023
Toplantı Sayısı: 11
Toplantı Saati: 15:00

10.134.1.43

KARAR 6- Üniversitemiz Güzel Sanatlar Eğitimi Anabilim Dalı Müzik Eğitimi Tezli Yüksek Lisans Programı 202163001 numaralı öğrencisi Selnay BIYIK'ın danışmanlığını Dr.Öğretim Üyesi Aykut Önder SARIÇIFTÇI'nin yürüttüğü "Müzik Eğitimi Anabilim Dalı Şan Öğrencilerinin Şan Performans Kaygısına Yönelik Öz Yeterlilik Algıları İle Performans Kaygıları Arasındaki İlişki" konulu tez çalışmasına yönelik başvuru formu ile usul ve etik açıdan verdiği beyan ve ekler tetkik edilmiş olup; proje sahibinin, başvurusunda yer alan bilgi, belge ve taahhütnamelere uygun bilimsel davranışlar sergileyeceği kanaati oluşmuştur. İş bu karar oy birliği ile alınmıştır.



Ek 7. Ölçeklerin Uygulanabilmesine İlişkin İzinler

PAMUKKALE ÜNİVERSİTESİ İLGİLİ MAKAMA;

Tarafımdan geliştirilmiş olan Öz Yeterlik Algısı ölçeğinin Selinay BIYIK tarafından yapılacak lisansüstü araştırması için kullanılmasına izin veriyorum.

Gereğini bilgilerinize arz ederim.

30.11.2022

Cansu KOÇER ÖNAL



Sayın Selinay Bıyık,

Türkçe'ye uyarlamış olduğum Kenny Performans Kaygısı Envanteri'ni "Müzik Eğitimi anabilim dalı şan öğrencilerinin performanlarına yönelik öz yeterlilik algıları ile performans kaygıları arasındaki ilişkisi" başlıklı Yüksek Lisans tezinizde kullanabilirsiniz.

20 Aralık 2022
Prof. Dr. Banu Özevin
Dokuz Eylül Üniversitesi
Buca Eğitim Fakültesi
Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü
Müzik Eğitimi Anabilim Dalı
İzmir