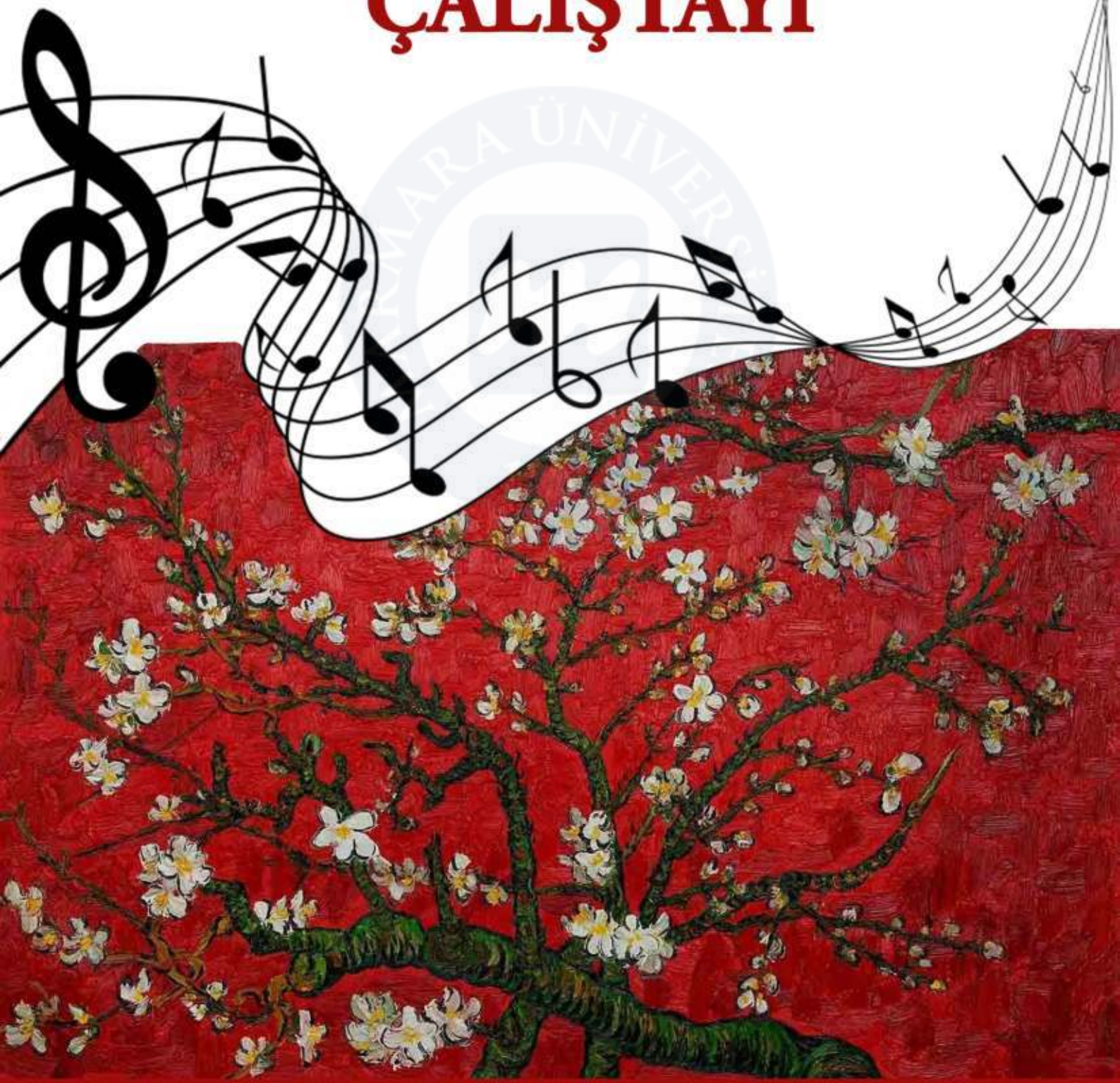
MARMARA ÜNİVERSİTESİ YAYINEVİ

SES EĞİTİMİ ÇALIŞTAYI



MARMARA ÜNİVERSİTESİ YAYINEVİ

MARMARA ÜNİVERSİTESİ YAYINEVİ

SES EĞİTİMİ ÇALIŞTAYI

MARMARA
ÜNİVERSİTESİ



MARMARA
ÜNİVERSİTESİ

Marmara Üniversitesi Yayınları : No.871

SES EĞİTİMİ ÇALIŞTAYI

Tarih: 26-28 Nisan 2017

Editör: Doç. Dr. Tülün MALKOÇ

Her hakkı saklıdır © Marmara Üniversitesi Yayınevi, 2020

E-ISBN: 978-975-400-434-2

Şubat, 2020

Bu etkinlik, Marmara Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi tarafından EGT-L-090217-0080 no'lu proje numarası ile desteklenmiştir.

MARMARA ÜNİVERSİTESİ YAYINEVİ

Göztepe Kampüsü, Kadıköy 34722 İstanbul

Tel: +90 216 777 14 00

Fax: +90 216 777 14 01

E-Posta: yayinevi@marmara.edu.tr

PROGRAM

26 Nisan 2017 Dr. İbrahim Üzümcü Konferans Salonu

- **09.30-10.30**
  Kayıt
- **10.30-11.30**
  Açılış konuşmaları
- **11.30-12.00**
  Açılış konseri Soprano Şebnem AĞRIDAĞ / Piyano Eşlik Yuliya BAPOVA
- **12.00-13.00**
  Kokteyl
- **13.00-14.00**
  Türk ve Yabancı Bestecilerin Eserlerinin Söz ve Ses Uyumunun Karşılaştırılması / Prof. Mesut İKTU
- **14.00-15.00**
  Sesin Önemi, Eğitimi ve Ergenlik Dönemi / Doç.Dr. Tülün MALKOÇ
- **15.00-15.30**
  İkram
- **15.30-16.30**
  Ses Eğitiminde Temel Konular ve Doğru Nefes Uygulamaları / Doç.Dr. Ayhan HELVACI
- **16.30-17.30**
  Ses Eğitimi Metotlarında Türler ve Bu Türlerin Biçimsel (Formsal) Yapıları / Mehmet Şahin AKINCI
- **17.30-18.30**
  Konser / Dr.Öğr.Üyesi Melike BOLAT BAŞOĞLU, Tuğçem KAR, Cemalettin BAYDAĞ, Mehmet Şahin AKINCI, Berk ÖZBEK, Piyano Eşlik: Öğr. Gör. Aytaç Rzaguliyeva

27 Nisan 2017 Atatürk Sanat Merkezi

- **09.30-10.30**
  Kontrtenor Sesin Önemi ve Eğitimi / Dr.Öğr.Üyesi Melike Bolat BAŞOĞLU
- **10.30-11.00**
  İkram
- **11.00-12.30**
  Sesin Rehabilitasyonunda (İyileştirme) Egzersizlerinin Önemi / Şamil GÖKBERK

27 Nisan 2017 Atatürk Sanat Merkezi

- **12.30-14.00**
  Öğle Yemeği
- **14.00-15.00**
  İngiliz Lied'leri, Amerikan Müzikallerinde Kullanılan Dilin Ezgiye Dönüşmesi / Lynn Trapel ÇAĞLAR
- **15.00-16.00**
  Bel Canto Tek, Ses Eğitiminde Kullanılabilirliği / Ayşe SEZERMAN
- **16.00-16.30**
  İkram
- **16.30-17.30**
  Müzikaller ve Klasik Ses Eğitiminde kullanılan Sesin Farklılıkları / Berk ÖZBEK

28 Nisan 2017 Atatürk Sanat Merkezi

- **09.30-10.30**
  Ses Renkleri ve Ses Renklerinin Saptanmasında Dikkat Edilmesi Gereken Faktörler / Cemalettin BAYDAĞ
- **10.30-11.00**
  İkram
- **11.00-12.30**
  Şan Terapisinde Yan Tıkayıcı Ses Yolu Egzersizleri / Dr. Elif ŞAHİN
- **12.30-14.00**
  Öğle Yemeği
- **14.00-15.00**
  Ses Eğitimi ve Bedensel Farkındalık İlişkisi / Tuğçem KAR
- **15.00-16.00**
  Koro Eğitiminde Homojenlik ve Tını / Dr.Öğr.Üyesi Bülent HALVAŞİ
- **16.00-16.30**
  İkram
- **16.30-17.30**
  Kapanış Paneli

AÇILIŞ KONUŞMASI

Doç. Dr. Tülün MALKOÇ

Müzik Eğitimi Anabilim Dalı Öğretim Üyesi

Hoş geldiniz. Aramızda bulunmanızdan dolayı son derece mutluluk duyuyorum. Bugün açılışını gerçekleştirdiğimiz, 26-28 Nisan 2017 tarihleri arasında 3 gün sürecek olan, ses eğitimi çalıştayına tekrar en içten sevgilerimle, hoş geldiniz diyorum.

Bir bahar şenliğinde bir bahar güzelliğinde keyifler getirdiniz. Bu bahar havası inşallah 3 gün boyunca sürecek ve çalıştayımızda ele alınan her konu yoğun bilgilerle aktarılarak, sizlere sunulacak.

Acaba bizler ses eğitimi çalıştayım neden yapmaya ihtiyaç duyduk, neden istedik diye sabah düşündüm. Konuşmamı da bu doğrultuda hazırladım. Çünkü; bu sabah hayatım boyunca benim yaşantımda önemli bir anlamı olan bir kişiden, bir telefon aldım. Bu telefon doğrultusunda bu konuşmayı gerçekleştiriyorum ve biraz sonrada bu anlamı sizlere ifade edeceğim.

Ses eğitimi çalıştayı olduğu için ifadelerime konuşma sesinin önemi ile başlamak istiyorum. Dünyaya geldiğimizde ilk defa annemizin sesini veya bizi büyüten kişilerin seslerini duyuyoruz. Bu kişiler annemizin haricinde anneannemiz, babaannemiz oluyor veya büyümemize katkıda bulunan kişiler oluyor. Son zamanlarda babalarımızda oluyor ve bize ninniler söylüyorlar. Türküler, şarkılar söylüyorlar, güzel ezgiler mırıldanıyorlar. Biz ilk defa bize seslendikleri o sesle o zaman karşılaşıyoruz. Hatta öncesinde 9 ay boyunca bize seslendikleri seslerle, konuşma tonları ile tanışıyoruz. Doğduğumuzda da yabancılık çekmiyoruz, tanıdığımız o sese yanıt veriyoruz. Annemiz bize merhaba dediğinde bizde gülücük ile belki karşılık veriyoruz. Bize ninniler söylenirken, hüzünlü sevinçli keyifli ezgiler ifade edilirken, aslında biz o sözleri bilmiyoruz, anlamlandıramıyoruz. Fakat bize güzel ifade edildiği için ne yapıyoruz, mırıldanmalarla eşlik ediyoruz ve ilk şarkımızı söylüyoruz. Mırıldanmalar bu yüzden hayatımızda çok önemlidir. Benimde öyle oldu, sizlerin olduğu gibi. İlk defa güzel annemin güzel sesini duydum. Duygusal ninnileri, güzel şarkıları ile büyüdüm. Bir dönem sonra büyünce, tabi ki aradan yıllar geçince kendimi "kurumuş dallar sarı yapraklar, ağaçlara veda eder, sonra gelir alır bir rüzgar, uzaklara sürükler" şarkısında buldum. Bu şarkıyı sabah bana gelen telefondaki kişi ile çok anlamlandırıyorum çünkü bu şarkıyı ilk okul öğretmenim Mediha hanım öğretmişti. Bugün de yanımda olacağını söyleyerek geldiler, kendileri buradalar ve ben mutlulukların en güzelini yaşıyorum. Saygı ve sevgi ile hocamı karşılıyorum, hürmetlerimi sunuyorum, izninizle...

Mediha Ekşit hanımın, öğretmenimin bize öğrettiği çok güzel şeyler vardı. Müzik eğitimi o zamanlarda çok önemliydi geçiştirilecek bir ders değil, bir şeyler öğrenilecek ders olarak işlenir ve ruhumuza güzellikler katılırdı. Şimdi de önemli fakat eğitim sistemimizdeki sürekli değişimlerden dolayı başka dersler bazen daha önem kazanıyor ve müzik dersi kaldırılıyor veya saati azaltılıyor. Ne üzücü değil mi? Oysa bizler yaşımıza uygun şarkılarla bir hayat geçirdik, hangi şarkıları söylememiz gerekiyorsa onları öğrendik. Marşlarımızla milli duygularımızı yücelterek, türkülerimizle Anadolumuzu öğrendik. Bizim kültürümüzü yansıtan eserler türkülerimizdir, Mediha öğretmenimle en güzel türküleri söyledik, müzik eğitimi dersinde başkası bir sevda yaşadık diye düşünüyorum. Benim ses eğitime başlangıcım da o yıllara dayanıyor diye düşünüyorum. Farkında olmadan küçücükken mesleğimi oluşturmuşum da haberim olmamış. Geçen yıllarla birlikte hangi mesleğe ait hissediyorum duygusu zannedersem sesimi kullanma ile ile ilgili bir şeyler yapabilirim diye düşündürmüş ve bu günler oluşmuş.

Hatırladığım kadarı ile her zaman şarkılar söylemek istiyordum, şarkılar seslendirmek istiyordum, kendime uygun şarkılar söylemek istiyordum. Kuşlarla yarış yapmak istiyordum, onlar şarkı söylediğinde o sesleri nasıl çıkarabilirim diye taklit ediyordum. Ve her zaman serçelerin benim hayatımda önemli yerleri olduğunu biliyordum. Onlar benim içimdeki şarkılardı.

Ses eğitimi süreci çok da kolay olmadı yaşantımda. Trabzon da doğup büyüdüğüm için İstanbul'a gelmek, aileden ayrılmak çok zor. İmkanlar doğrultusunda başka bir bilim alanında eğitime başladım ve 3 yıl okudum. O okulda da çok önemli bilgiler aldım, iyi ki okumuşum ama fark ettim ki ben müzikten kopamıyorum. Müzik eğitimi ile ilgilenmek istiyorum, şarkı söylemek istiyorum, sesimin sınırlarının nerelere ulaşacağını duymak istiyorum. Her şarkı söylediğimde karşımdakinin nasıl etkileyebilirim 10 kişiye sesleniyorsam nasıl bir hitap ile konuşacağımı, sesleneceğimi, şarkı söyleyeceğimi, 100 kişiye seslendiğimde, nasıl konuşacağımı öğrenmek istediğimi fark ettim ve yıllarımı öyle oluşturdum ve o bölümden de ayrılarak burada Marmara Üniversitesi'nde müzik eğitimi bölümüne geldim. O yıllar içerisinde müzik eğitimimi almamı sağlayan, genel olarak donanımı sağlayan ses eğitimi kimliğimi oluşturan ki biliyorsunuz ses eğitimi kimliği çok önemli çünkü bir çok insan sesini iyi kullanmadığı için o kimliği geliştiremiyor, sıkıntılar yaşıyor. Çok küçük seslerle hayatlarını geçiriyorlar. Çok güzel sesleri olsa da fark etmiyorlar, ses kimliklerine yazık ediyorlar.

Bugün teşekkürlerime sizlerle başladım ve devam ediyorum. İlk ses eğitimi çalışmalarına başladığım, sayın hocam İstanbul Devlet Opera ve Balesi sanatçılarından Çoşkun Nehir bey'e sonrasında her zaman hayran olduğum Prof. Dr. İlknur Okatan hanımefendiye teşekkür etmek istiyorum. Şalını omuzlarına atarak derslerdeki edasına ve o lirik soprano sesine hayranlığımı ifade etmek istiyorum, hoş gelmişler.

Prof. Dr. Yücel Elmas hocama çok teşekkür ediyorum. Yücel bey 4 yıl boyunca "bireysel ses eğitimi" alırken "Tülin sesini koro eğitimimde daha homojen kullanacaksın, solo yapmayacaksın birlikte söylemenin güzelliğini yaşayacaksın" demiştir. Prof.Dr.Yıldız Elmasa, Prof.

Filiz Kamacıoğlu'na ve birçok değerli hocama bana katkılarından dolayı gerçekten çok teşekkür ediyorum, minnettarım sizlere. Bugün burada olmamın varlığı sizsiniz, bu çalıştayı yapılandırmaktaki sebepler sizlersiniz, çok teşekkür ediyorum.

Biz kendimizi hem eğitimci, hem sanatçı olarak görüyoruz. Allah'ın bir lütfü olarak kabul ediyoruz. Hem sanat dünyasına hem de eğitim dünyasına nasıl katkıda bulunabilirim diye düşündüm ve meslektaşlarımla görüştüm, öğrencilerimle konuştum, ses eğitimi çalıştayım oluşturdum. İlk defa böyle bir şey çalıştay yapıyorum bizler kendi içimizde çalışmalar, seminerler yapıyoruz ama bu başka. Önce denizde yüzelim sonra okyanusa açılalım dedik. Ama çalıştay daha hazırlık aşamasında benim için bir okyanus oldu. Bu yüzden okyanustaki damlalar kadar sizlere teşekkür ediyorum bilhassa öğrencilerim bu çalıstayın oluşturulmasında çok koşturdular. Kendileri ile konuştuğumda "karşınıza hangi tür bir makale gelse, hangi tür etkinlik gelse mutlu olursunuz" dediğimde konuları onlar oluşturdu. Ben de sunum yapacak olan hocalarıma, neler sunabiliriz, neler hazırlayabiliriz konusunda bilgi alışverişi yaparak programı oluşturdum. Bu doğrultuda; ses eğitimi çalıştayın da, ses eğitimi dediğimiz için, ses ile ilgili bilgiler, sesin özelliği, ses yapısına ait bilgiler vereceğiz. Sesin yapısı nasıl oluşmaktadır, bu yapıyı kullanırken, nasıl çalışmalar yapabiliriz diye örneklemeler sunacağız. Lisans döneminde ki bilhassa ergenlik döneminde, sesimizi nasıl kullanabiliriz, birbirimize nasıl destek olabiliriz diye bilgiler sunacağız. Ergenlikte sesimizle ilgili olumlu-olumsuz davranışların sebepleri nedir bunlarla ilgili konuşacağız Türkçemizi daha doğru daha güzel konuşma ve şarkı söylemede nasıl kullanacağımıza ait bilgiler vereceğiz. Türk eserlerini söylerken veya yabancı bir eseri söylerken konuşma ve şarkı söyleme de sesimizi nasıl kullanacağız vs. bununla ilgili çalışmaları nasıl yapacağız? Ses sağlığı ile ilgili olarak bir problem yaşadığımızda nasıl çözümler bulacağız? Belkanto tekniğini öğrenmek istiyorsak "belkanto" nedir bunu öğreneceğiz en güzel örnekleri sunacağız.

Üç gün içinde çok güzel bilgiler vereceğiz, paylaşacağız. Bu anlamda son teşekkürlerimi yaparak konuşmamı bitirmek istiyorum.

Öncelikle "Ses eğitimi Çalıştayı"na gelemediği halde tebriklerini yollayan Sayın Rektörümüz Prof.Dr.Mehmet Emin Arat'a,

Bu günümüzde yanımızda olarak bizi onurlandıran Rektör Yardımcımız Sayın Mehmet Akalın'a

Projemin ilk gününden itibaren beni her an destekleyen Dekanımız Sayın Ahmet Şükrü Özdemir'e

Projeyi beraber oluşturduğum eğitim yaşantım boyunca her zaman destek olan Sayın Prof. Dr.Mesut İktu'a

Projeyi birlikte oluşturduğum, danışma kurulu, bilim kuruluna ve sevgili öğrencilerime çok teşekkür ediyorum.

AÇILIŞ KONUŞMASI

Prof. Mesut İKTU

Sayın Rektörüm, Sayın Dekanım, Değerli Öğretim Elemanları, Sevgili Öğrenciler...

Hepinizi saygı ve sevgiyle selamlıyorum. Benim için çok anlamlı bir gün, Marmara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Müzik Bölümü deyince, yıllar öncesine gitmemeye imkân yok. Almanya dönüsü 1973'de Marmara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Müzik Bölümü'nde rahmetli ağabeyim Mustafa İKTU, Saadet İkesus ALTAN, ben ve Özcan SEVGEN uzun yıllar görev yaptık. Bu Bölümün tarihini yazacak olanlara söyleyecek çok şey var. Buranın çok mutlu günlerinde, çok acı günlerinde de bulunduk; acı günleri anmak istemiyorum. O günler çok tatsızdı ama biz odamız da yine ders yapmaya devam ettik ve müthiş çatışmaların ortasında dahi görevimizi hiç bırakmadık. Tabii yıllar geçince burada bulunan sevgili meslektaşlarımızı anmadan geçemiyorum, İlknur OKATAN, Yücel ELMAS, Yıldız ELMAS, Selahattin EVCİL, Nihat ŞENER hocalarla çok büyük bir ahenk içinde birlikte çalıştık. Bu okul benim için başka bir anlam da taşıyor.

Ankara Devlet Konservatuvarını 1970'de bitirdim. İlk hocalık yaptığım yer Ankara Gazi Eğitim Enstitüsü, Müzik Bölümüydü. Başında bölümün kurucusu, bir tarihi efsane Eduard ZUCKMAYER vardı. Erdoğan OKYAY, Haşan Hüseyin AKBULUT, Saip EGÜZ, Cemil SÖKMEN gibi değerli meslektaşlarımla orada 23 yaşında "Şan" dersi vermeye başladım. Yöneticilik ve Hocalık kimliklerimde her zaman o başlangıç yılımı çok önemsedim. Çünkü, opera kurumlarının izleyicilerini siz oluşturuyorsunuz. İzleyici profili, sizin yurdun her yerinde verdiğiniz üstün niteliklerle müzik eğitimi ile donanıyorsa, bizim izleyicilerimiz çoksesli müziği anlama yetisini beraberinde getiriyor, demektir. Tekseslilik küçümseyemem; Tarihi Türk Müziği'nin dokusu düşünülürse, tekseslilik orada doruktadır. O başka önemli bir yapı, ama dünya çoksesli, tabiat çoksesli, o bakımdan çokseslilik çok önemsemeliyiz.

Türk halkının çokseslilik tanıdıkça daha çok benimsediğine tanık oldum. Ne verirseniz onu alıyor halkımız, bu bakımdan şu anda buradaki müzik eğitiminin birçok ayrıntılarını, müfredatını bilmiyorum ama yurdun neresine giderseniz gidin, buradan mezun olan değerli

meslektaşlarım, öğrencilerim orda bu çoksesliliği kullanarak müzik dersleri verecekler. Sevgili Öğrencim Doç.Dr.Tülin MALKOÇ, çok iyi ifade etti, sesle iletişim bambaşka bir şey. İlk insandan beri sesin önemi, sesin insanlar üzerinde bıraktığı etkiyi biliyoruz. Örneğin, sabah bir koro eseri dinleyerek geldik buraya. Koro, çoksesli insan topluluğu müziğinin verdiği etkiyi hiçbir şey vermiyor. Solo dediğimiz tek insan sesi de hoş ama koro başka bir güzellik, ayrıca başka bir eğitim gerektiriyor.

Bu çalıştayda "Bireysel ve Toplu Ses Eğitimi" ile ilgili birçok konu ele alınacak. Hepsi çok önemli konular. Çok aydınlanacağımızdan eminim. Her şeyden önemlisi Türkiye'de ilk kez yapılan "Ses Eğitimi Çalıştayı" olacak. Bundan dolayı, Marmara Üniversitesi Rektörlüğünü, Güzel Sanatlar Fakültesini, Müzik Bölümünü ve Doç.Dr.Tülin MALKOÇ'u bu çalıştayı oluşturdukları için çok kutluyorum. Ben hiç fazla lafı uzatmadan, başarılı bir çalıştay süreci diliyor, hepinizi sevgi ve saygıyla selamlıyorum.

MARMARA
ÜNİVERSİTESİ

AÇILIŞ KONUŞMASI

Prof. Dr. Ahmet Şükrü ÖZDEMİR

Atatürk Eğitim Fakültesi Dekanı

Sayın Rektör yardımcılarım, sayın dekan, sayın öğretim üyeleri, arkadaşlarım ve sevgili öğrenciler "ses eğitimi çalıştayı"na hoş geldiniz, şeref verdiniz. Emeği geçen herkese tek tek teşekkür ediyorum, isimler şu anda aklımda değil bu nedenle tek tek bütün hocalarımıza teşekkür ediyorum. Başta tabi ki Tülin Malkoç hocamıza. Tülin hanım zannedersem, yaklaşık 4 ay önce, bu teklifle dekanlığa geldiğinde, benim tabi müzık-ı şinas yönümü bilmiyordu. Öğretmen okulu mezunu olduğum için 4 yıl boyunca biz 4 yıl müzik eğitimi, resim eğitimi, beden eğitimi dersi aldık ve bunları sindire sindire yaşamış birisi olarak bu işe çok olumlu baktığımı ve her türlü desteği vereceğimi söylemiştim. Zaten bütün etkinliklere mümkün mertebe katılmaya gayret ediyorum. Hatta bu sabah çok ani bir gelişme oldu, benim komşum İlahiyat Fakültesinde Bölüm Başkanı bir kaç gün önce haber verseydi olurdu ama kendilerinin de bir etkinliği olduğunu yani ilahi korosunun orda hazırlık sınıfının, özel bir çalışması olduğunu söyledi. Bende tabi "Ses Eğitimi Çalıştayı" var ne yapayım derken, baktım saatimde uyuyor hemen oraya gittim ve o dinletiye katıldım. Sabah müzik dolu bir esintiyle buraya gelmiş oldum. Bu tür fırsatları kaçırmamaya gayret gösteriyorum. Ve tabi 4 yıl boyunca müzik dersi alıp enstrüman çalmaz mi bu hoca diye sorarsanız, iyi flüt çalardım. Bu arada biraz "Ney" de üflüyorum. Müzisyen yönüm iyi yani babamla beraber şarkılar söylerdik bu nedenle Türk sanat müziğine ilgim var. Böyle bir giriş yaptıktan sonra, şimdi ses eğitimi ile ilgili görüşlerimi paylaşayım. Buradan mezun olacak öğrenciler, ortaokul ve lise gibi farklı okullarda öğrenci yetiştirecekler ama gerekirse arkadaşlarına yöneticilerine de eğitim verecekler. Bu yüzden ses eğitimi sadece müzikle iştigal eden kişilere değil, az önce hocamda hatırlattı sağ olsun, bütün öğretmen olacak idareciler, yöneticiler, akademisyenlere yani herkese lazım olan bir eğitim. Bir telefon geldiğinde tok sesli bir kişi konuşunca çok etkileniyoruz. Cılız bir ses geldiğinde ise duymak için kulağımızı zorluyoruz.. Onun için öğretmenler, öğretim üyeleri seslerini çok tasarruflu kullanmak zorundalar. Bilhassa ağırlıklı olarak konuşarak ders anlattıkları için sözel bölümlerin hocaları için bu daha da önemlidir.

Bende uzaktan eğitimde ders veriyorum canlı olarak, orada ağzım dilim kuruyor yanıma su alıyorum. Cümleleri güzel güzel kurmaya çalışıyorum çünkü beni seyrediyor, dinliyor. Bu yüzden ses eğitimine kaçıncı sınıftan başlanması gerekiyor bilmiyorum. Siz hocalarım daha iyi bilir, buna ihtiyacımız var. Ses eğitimi dersinin verilmesi gerektiğini düşünüyorum. Bundan dolayı " Ses eğitimi çalıştayı" nı önemsiyorum. Tabii bu 3 günlük bir çalıştay ama inşallah hocamızla da konuşup ilerde önümüzdeki yıllarda sempozyum veya kongreye dönüştürmek üzere daha kapsamlı bir çalışmaya dönüşse daha iyi olur. Her türlü desteği de inşallah vereceğiz. Tekrar hepinize hoş geldiniz diyorum. Saygılarımı ve şükranlarımı sunuyorum.

MARMARA ÜNİVERSİTESİ

AÇILIŞ KONUŞMASI

Prof. Dr. Mehmet AKALIN

Rektör Yardımcısı

Üniversitemizin çok değerli mensupları, kıymetli hocalarım, değerli konuklar, misafirler, sevgili öğrenciler. Ses eğitimi calıştayına hoş geldiniz diyor, hepinizi sevgi ve saygıyla selamlıyorum, ilk olarak üniversitemizin çok önemli bir bölümünün böyle bir çalıştayı düzenlemiş olmasından memnuniyet duyduğumu belirtmek istiyorum. Tülin hocam sesi çok güzel anlattı. Dolayısıyla onun üzerine sesle ilgili çok fazla şey söylemek istemiyorum ama ses Cenab-ı Allah'ın insana lütfettiği, en önemli yetilerden biridir. İnsanoğlunda bu yetinin üzerine bununla yetinmeyip, bunu eğiterek geliştiriyor ve geliştirmeye devam ediyor. Değerli hocalarım bugün burada bir çok ayrı disiplinden hocalarımız, konuklarımız sesi tartışacaklar, sesin geliştirmesine, geçmişine önemli katkılar sağlayacaklar. Ben tabi ki bu çalışmaları değerli hocalarımıza, uzmanlara bırakmak istiyorum. Özellikle bu çalıştayı destekleyen, katkı sağlayan bapko birimimizle, bilimsel araştırmalar projeler koordinasyon birimimizle ilgili, bir kaç konuyu sîzlerle paylaşımda bulunmak istiyorum. Tabi bildiğiniz gibi üniversitemiz, öncelikle bilimsel araştırmalara bilimsel çalışmalara konferanslara, calıştaylara destek veriyor. Ve bu desteği ile Türkiye'deki üniversiteler arasında, en fazla destek veren üniversitelerin başında yer alıyoruz. 2016 yılında üniversitemiz bapko birimi 600 e yakın proje destekledi. Bu projeler içerisinde 200 tanesine yakını C tipi projeler, yüksek lisans, doktora projeleri, 300 e yakını yine hocalarımızın yurt dışında veya yurt içindeki bilimsel konferans ve çalıştayları idi. Ve bu projelerdeki toplam katkısı bapko birimi, hocalarımıza 7 trilyon civarında ödenek verdi. Diğer üniversitelerle karşılaştırıldığında çok önemli bir rakam ve bu tür desteklerle üniversitelerin başında yer alıyoruz. Bu projede "ses eğitimi çalıştayı" adlı projedir ve L tipidir. Ve proje kapsamında desteklenmiştir. Geçen yıl 12 L tipi projeyi destekledik. Ve bugüne kadar da 2015 yılında başladık projelere ve toplam 35 projeyi destekledik. Değerli konuklar ben sözü fazla uzatmayacağım. Bu desteği sağlayan birimimizden de kısaca söz ettikten sonra bu çalıştayın, sizlere, bizlere, üniversitemize katkı sağlamasını teminni ediyorum. Ve bu projenin bu çalıştayın gerçekleşmesinde katkısı olan başta Tülin hocamız olmak üzere, tüm destekçilere teşekkür ediyor, hepinize iyi çalıştaylar diliyorum.

TÜRK VE YABANCI BESTECİLERİN ESERLERİNİN SÖZ VE SES UYUMUNUN KARŞILAŞTIRILMASI

Prof. Mesut İKTU

Değerli Öğretim Elemanlar, Değerli Konuklar, Sevgili Öğrenciler, hepinizi tekrar sevgi ve saygıyla selamlıyorum. Ankara Devlet Konservatuvarı'nda Necil Kazım AKSES Hocamın Opera Bölümü'nde 50 yıl, ölümüne kadar verdiği "Türkçe Metinli Müzikli Diksiyon" dersinde yaklaşık 6 – 7 yıl öğrencilik yaptıktan sonra, Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi, Devlet Konservatuvarına geldiğim günden beri, yani 1973'den beri "Türkçe Metinli Müzikli Diksiyon" dersini ben üstlendim. Hem Türkçe hem yabancı dillerde. Biz müzikte ki ses ve söz uyumuna "prozodi" diyoruz. O kadar önemli bir konu ki, bir şarkıcıyı dinlediğiniz zaman onun müzikal donanımı, vokal zevki, bunların hepsinin yanında, ne dediğini anlamak zorundayız. Ne demek istediğini anlamak ve tek tek yorumlamak zorundayız. Bu müzik öğrencileri için bence çok önemli, yani müzik eğitimi verecek şimdiki sevgili öğrenciler için çok önemli bir konu.

Önce, burada besteciyi ele almak gerekiyor. Yani her işin bir profesyonel yaklaşımı olmalıdır. Mesela, opera da bir rol aldınız veya bir konser şarkıcısı olarak bir eser söyleyeceksiniz. Öncelikle siz kendiniz çok ciddi bir şekilde eserin sözlerine hakim olacaksınız. Yabancı dilde bir eserse Türkçe anlamını, o dilde okunuşunu bilmek zorundasınız. Opera Sanatçılığınızın dışında Konser Şarkıcılığına da soyunuyorsanız, bu sefer o eseri inceleyip kompozisyon anlayışına da bakmanız gerekir. F.Schubert'in "Liebesbotschaft" adlı Lied'i. Türkçesi "Aşk Habercisi"...Çok küçük örnekler vereceğim biraz mırıldanarak mesela (örnekler veriliyor).Bu ne demek biliyor musunuz? Bestecinin bu konuda daha söyleyecek şeyi var demek. "Bu güzel derecik gümüş renkli parıltılarla akar ve sevgiliye doğru gider[11] diyor. Simdi Schubert'in büyüklüğü burada. Çünkü bana sorarsanız, iyi besteciler insanüstü varlıklar. Diyorlar ki: Mozart herhâlde uzaydan geldi... Beş yaşında bir piyano için sonatini hafızaya alıyor ve çalıyor.30 yaşında Figaro'nun Düğünü adlı her bakımdan Devrim Niteliğinde ki operayı besteliyor.Şimdi arkadaşlar burada önemli nokta şu, bir kere teksti önüne alır besteci, diyelim ki Schubert'in önünde bir şiir var "Ihlamur Ağacı,(Der Lindenbaum)..."Simdi herkes sanıyor ki

besteci bu şiiri bir kez okudu ve müziklemeye başladı...Belki bin kez okuyor. Sözlerin anlamlarına göre yüksekliklerini, alçaklıklarını tespit ediyor. Ondan sonra söz-müzik uyumuna dikkat ederek solo temaları buluyor, piyano ya da orkestra eşliği ile beste notalara dökülüyor.

Bugün çok örnek sunmak istiyorum size. G.Puccini'nin Tosca Operası'nda Tosca'nin Aryası vardır ikinci perdede."Vissi d'arte ,vissi d'amore..."(Sanat İçin,Aşk için Yaşadım Ben). Prozodi burada fevkaladedir. Televizyonlara bakın, ben çok dikkatli değilim ama geçen gün bir çeviri vardı. Bir oyuncu diğer oyuncuya "Ne içersiniz? diyecek" bir sahne düşünün. Ne içersiniz" diye soruyor.Konuğu cevap veriyor:"Bir fincan kahveye hayır demem!.." Böyle bir şey var mı arkadaşlar. Kimin ne hakkı var Türkçeyi bozmaya. Simdi müziğe geçiyorum.50.yıl Marşı "Müjdeler var yurdumun toprağına taşına.,"Ne kadar doğru bir söz – müzik uyumu. Burada önemli olan nasıl okunuyorsa, öyle bestelenmeli. Vurguları ne gerektiriyorsa öyle kompoze etmek gerekir. Cemal Reşit REY Hocam ile, piyade okulunda yedek subaylık yaptıktan sonra bir jüri de beraberiz. "Hocam dedim bin beş yüz kişiye bana Yedek Subay Marşınızı öğrettirdiler..." Bestesi ona ait. "Hocam marş o kadar güzel ki! Fakat hocam Prozodi konusunda ne düşünüyorsunuz?.. Bana ne dedi biliyor musunuz Değerli Cemal Hocam: "Mesut ben eser yazarken bu tür endişeleri hiç duymadım!.." "Ah olur mu Hocam?..." Ama bunlar öncü besteciler. Türk beşleri diyoruz ya böyle bir saçmalık olamaz. Türk Beşlerinin beşi de benim hocam oldu. O zaman size soruyorum: Ahmet Adnan SAYGUN Hocam'ın birinci senfonisinin son bölümü yarım kaldı, Necil Hocam bitirebilir mi?... Böyle bir şey var mı? Yok. Ulvi Hocam bitirebilir mi? Necil Hocama bir gün bu konuyu sorduğumda?.. "Oğlum biz adet olarak beşiz" dedi bana. Çok haklıydı. O yıllarda bu bir yanlış tanımlamaydı.

Rusya Ulusal Müzik Okulu örnek alınmıştı. Orada Rus Beşleri: N.RİMSKİ-KORSAKOV, M.MUSSORGSKİ, A.BORODİN, C.CUİ ve M.BALAKİREV'le müzikte bir Ulusal Okul, yani ortak bir kompozisyon anlayışıyla. Örneğin M.MUSSORGSKİ'nin Piyano eşlikli yazdığı Boris GODUNOV Operası'nı N.RİMSKİ-KORSAKOV orkestralamıştır. Bizim Türk Beşleri ise, A.ADNAN SAYGUN, U.CEMAL ERKİN, N.KAZIM AKSES, C.REŞİT REY ve H.FERİT ALNAR... Bizim Beşlerimizde aynı kompozisyon anlayışı yoktur, hepsi ayrı yoldan gitmiştir. Bence bu değerli beşlerimize "ÖNCÜ BESTECİLERİMİZ " demeliyiz.

Bakınız önemli bir anımı size söyleyeceğim. 1962'de Ankara Devlet Konservatuvarına girdim. 15 yaşındayım. Önce Flüt çalıyorum sonra Opera'ya geçeceğim. Ahmed ADNAN SAYGUN Hocamın yanındaki oda kapısında bir başlık vardı:"Folklor Arşivi." Altında da Muzaffer SARISÖZEN yazıyor. Devlet konservatuvarı'nda Radyo'da dinlediğimiz "Yurttan Sesler Korosunun Şefi "...Hiç anlamamıştım, bu türkülerin ne işi vardı okulda?" İçeriye kapıyı vurup girdim merakla. Çok zarif bir beyefendi "gel oğlum" dedi. Gittim, türküler, dergiler, müthiş bir kitaplık "efendim çok memnun oldum" dedim tabi, bilinçli değildim o zaman. "Ben Muzaffer SARISÖZEN" dedi. Bana Arşivi tanıttı. Sonra bir vesileyle Entruman Bilgisi dersinde (Son Sınıflar Alırdı) sıra Flüt'ün tanıtımına gelmiş.Bir arkadaşım benden söz etmiş, gelsin tanıtsın çalgısını demiş.A.ADNAN SAYGUN Hocamın dersine titreyerek girdim.

Sazımı tanıttım. Flüt'ün bazı bölgelerini çaldırdı hocam bana. Ders sonu ben meraklı, biraz da cahilce SAYGUN Hocama sordum: "Hocam biz çok sesli bir eğitimde bu Folklor Arşivinden yararlanıyor muyuz?". Şöyle bir durdu "oğlum bizim eserlerimizin hepsinin çekirdeği oradadır" dedi. Yani o kadar güzel bir tanımla bu sözü söyledi ki, beni o kadar çok etkilemiştir. Örneğin, Necil Hocama bakıyorum, o daha ziyade "Tarihi Türk Müziğinden daha çok etkilenmiş bir kompozitördü. Şimdi yurt dışındaki bestecilere gelince, şunu itiraf etmeliyim ki bizdeki çok güzel örnekleri dışında biz sanatçılara çuvaldızı kendimize batırıyorum. Biz sanatçılar da bir şeyi kolay icra edilir hale getirmek için çok yozlaştırma eğilimdeyiz." Bütün meslektaşlarımı ve kendimi de eleştiriyorum.

Yıllar önce yine 60'lı yıllarda Ankara Devlet Opera ve Balesi N.KODALU'nın "Gılgamış" diye bir operasını sahneledi. Bakın ne dedim size "Gılgamış..." Aslında orijinalinin "Gılgamış" olduğunu biliyoruz. Bakın o sıralar Ankara Devlet Opera ve

Balesi'ndeki o eserde görev almış bütün solistler ayağa kalktılar, bizde öğrenciyiz duyuyoruz. Müthiş bir protesto var operada neden efendim, partiler hep yüksekmiş, ses çıkartamazmış bizim şarkıcılarımız... Peki o zaman Ruslar ne yapsın. Sabahtan aksama kadar zor vokaleriyle uğraşıyorlar. Efendim çok utanç verici bir şekilde eserin adını "Gilgameş" olarak değiştirdiler. Ve çok acıdır ki Ankara Devlet Opera Balesi'nde solistlerin ve koristlerin itirazı üzerine yılların Gılgamış'ının (I) tını zorluğu nedeniyle eser Gilgameş oldu. Yani ne diyeceğimi bilemiyorum. Ama bunları burada bulunan özellikle genç arkadaşlarım ve meslektaşlarım hepsi biliyorlar mı ? Bu böyleydi, genç arkadaşlara örnek olsun diye söylüyorum.

Bakınız şimdi tabii çok sevdiğimiz, gözlerimiz dolu dolu söylediğimiz "İstiklal Marşımız'da da prozodi hataları vardır. Söz müzik birlikteliğinde önce söz istenir, bunun üzerine müzik bestelenirse eğer, doğru bir birliktelik oluşur. Önce müzik olmaz. Onun üstüne söz gelirse iste o zaman maalesef prozodi oturmuyor. Bir ara yarışma açtılar sonra vazgeçtiler. "Korkma sönmez bu şafaklarda yüzen al sancak, sönmeden yudumun üstünde tüten en son ocak o benim Milletimindir ancak..."Güzelliğe bakar mısınız? Bakın bu söylediğim mısranın sonuna kadar bir tema bulmak gerekiyor. Burada büyük bir saygıyla anıyorum bestecisi Zeki Üngör'ü. Biraz da bardağın dolu tarafına bakalım.

Harf devrimi yapılmamış müziği bulmuş, soldan sağa Arap Alfabesi sözler müziğe uymamış, öyle de kalmış. Böyle söylendi bize yıllarca. Ben o usta ve ilklerden Zeki ÜNGÖR'Ü eleştiririm. Şartları iyi incelemek gerekir. Kurtuluş Savaşı'ndan sonra Yüce ATATÜRK'ün müzikte ki danışmanı olduğunu biliyoruz. Atanın sağ kolu Musiki Muallim Okulu döneminin en seçkin hocası.

1934'de İlk Ulusal Operamız sayılan ÖZSOY'un ilk sahnelenişi sırasında biliyorsunuz bir gecede İstanbul'dan Ankara'ya Orkestra getirtilmiştir. 19 Haziran 1934 Salı günü saat 21.30'da. Özsoy Operası'nın ilk kez ATATÜRK ve İran Şahı Rıza PEHLEVİ önünde oynanması, Cumhuriyetimiz Sahne Sanatları Tarihimizde belki de en önemli olaydır. SAYGUN

Hocam türlü zorluklarla eseri 45 gün gibi inanılmaz bir kısa sürede bestelemiş ve eser başarıyla sahnelenmiştir. Bir başka olayda şudur: SAYGUN Hocam "Eski üslupta kantat" yazmıştır. Ve maalesef bizde entelektüel olmayan kesim şunu söylemiştir: "Hoca'da nasıl eser yazmış, Bach gibi, Handel gibi?.". Hoca eski üslup da diyor, kompozisyon anlayışı ona göre. Ya da arkadaşlar şöyle diyelim. "Bir şeyi doğru bilmek istiyorsak, mutlaka derinine inmeliyiz. Yüzeysel bakış açıları bizi hep geriye götürmüştür. Sokrates'in çok güzel bir sözü var" esas bildiğim şey hiçbir şey bilmediğimdir" diyor. Bu bağlamda örneğin ben onun için son nefesime kadar her şeyi araştırıp, okuyup bilmek istiyorum. Aslında oturup incelemek gerek her şeyi, merak etmek... Müzik Sanatı'nda öğrenmenin sonu yoktur. Wagner'in bir sözünü söylemek istiyorum. "Bir gün gelecek bütün sanatlar müzikte birleşecek!... Ben de buna inanıyorum. Müzik muhteşem bir sanat. Hayatımızdan müziği çıkartın geriye hiçbir şey kalmıyor. Ve bu bilinçle yaşamak çok önemli.

Bu vesileyle Söz-Müzik Bağlamı'nda anlatmadan geçemeyeceğim: Geçen gün bir taksiye bindim, gidiyoruz. Arkadaşlar araba sahilden gidiyor bir müzik çalıyor, inanın bana bir mide bulantısı geldi bana. O kadar karamsar sözler anlatamam size. Ve sözlere dikkat ettim. Sözler diyor ki "seni çok seviyorum ama, asla bundan senin

haberin olmayacak ve ben bu aşkla yaşayacağım ve öleceğim. Eğer sonra benim bu aşktan öldüğümü duyarsan, sakin kabrime gelme!" Arkadaşlar bu müzikle ben kendimi çok kötü hissettim. Sonunda dayanamadım. "Şoför bey, bu müziği dinliyor musunuz?" dedim. "Ağabey öylesine çalıyor işte" dedi. Dedim ki "Kardeşim bak ne diyor bu garip adam: Birine âşık olmuş. Gidip söyleme cesaretini gösterememiş, bu yüzden ölecek ve öldükten sonra kızın bu aşktan haberi olacak olursa ve duyarsan beni öldüren aşkımı, sakın beni kabristanımda ziyaret etme!..."Sonra ben ona TRT 3 radyoyu buldurdum. "Burada sözsüz müzik var daha çok söz seni etkilemiyor nasılsa, dinle bunu." Adamın haberi yok. Taksinin patronuna günde 180-TL'yi nasıl vereceğim diye düşünüyor. Ona öğrettim TRT 3'ü "ağabey çok iyi oldu bu" dedi çünkü söz yok, müzikte söz olmayınca problem yok. Çünkü söz çok etkiliyor.

Söz müzik birlikteliğinden bahsediyoruz. Şimdi Necil Hocamın "Anlatamıyorum" adlı bir poemi vardır. Meşhur Atilla İLHAN'ın "Anlatamıyorum" şiiri, meşhur bir şiirdir biliyorsunuz. "Bilmezdim şarkıların bu kadar güzel, kelimelerin ise kifayetsiz olduğunu" ne güzeldir bu sözler!.. Yani arkadaşlar söz – müzik birlikteliği çok önemlidir, burada Necil Kazım AKSES Hocam prozodiyi hatasız kullanılmıştır, bu Poemin'de; diğer tüm ses-müzik bestelerinde olduğu gibi...

Örneğin biraz Almanya'dan bahsedelim. Bilmiyorum Almanyayı bilir misiniz? Çoğunuz biliyordur. Bildiğinizi kabul ediyorum. Düşünün çok eski yıllarda Almanya da şehir planlamacılığı ön plana geçmiştir. Bakar mısınız kent merkezleri şöyle planlıyorlar. Bir dikdörtgen düşünün. Bu tarafında belediye binası, tam karşısında kilise, lokanta, mutlaka bir enstitü, bir araştırma binası, şehir böyle kuruluyor. Ve ortasında mutlaka bir "Ihlamur Ağacı", şehir

planlamacılığı böyle. Şimdi aradan yıllar geçmiş bir Alman şairi düşünün: Çocukluğu'nun ve gençliğinin geçtiği Ihlamur Ağacı'nın yanına geliyor ve hayaller kurmaya başlıyor. "Burada hep gölge veren, altında ne hülyalar kurduğum bir Ihlamur Ağacı vardı" . İste söz – müzik uyumundan bunu kast ediyoruz. "Am Brunen vor dem Töre, da steht ein Lindenbaum... Burada söz müzik birlikteliği mükemmeldir. Türk Bestecilerimizin de bu konuda örneğin, Ferit TÜZÜN'ün Midasın Kulakları Operası'nda, A.ADNAN SAYGUN'un Kerem Operası'nda vb., olduğu gibi çok dikkatli bestelemiş Operaları vardır. Fakat inanamayacağınız doğru şey, halkın konuştuğu dilin doğruluğudur. Operacı arkadaşlarımdan Şamil GÖKBERK'le de konuştuk. Opera Müdürlüğüm sırasında, Şamil bey de aynı şeyi düşünmüş, Türkçe oynanan eserlerin bile üst yazısının olmasını sağlardım. Çünkü bizim şarkıcılarımızın sözlerini tam anlayamazsınız.

Çeşmedeyiz plajda müzik sesi geliyor. Her seferinde gidiyorum plaj müdürünü arıyor buluyorum, "Hocam geldin mi" diyor adeta korkuyor benim gelişimden, çünkü bütün hoparlörlerin yönünü değiştirmesini rica ediyorum. Yani arkadaşlar böyle bir şey olamaz. Şarkıcı hanım söylüyor, şarkının ismi "Yalan"...Ama Hanım şöyle söylüyor: "Yaaaaalan, Yaaaaaalan" yani "Yağlan" diye anlaşılıyor!...Ben diyorum ki; Plaj'da Yağlanmaktan mı bahsediyor acaba?...Aslında; Yalan" demek istiyormuş şarkıcı... Yani değerli arkadaşlar neden bu konu önemsenmez hiç anlamıyorum?...Ayrıca bizim bu güzel ülkemizde bulunan müzik çeşitliliği de dünyada yoktur sanırım.

Operalara gelince, her operanın bir öyküsü vardır. Her opera tiyatrodan aktarılacak diye bir şey yoktur. Örneğin,besteci Okan DEMİRİŞ'n "IV. Murat" operasında,(ilk icrasında Mustafa İKTU ile bende görev almıştık) Turan OFLAZOGLU'nun tiyatro yapıtını birebir bestelemiştir. Arada çok önemli olan operanın bestelenmesi için düzenlenmiş bir Libretto ve Librettist yoktur. Örneğin,Ferit TÜZÜN,Güngör DİLMEN'in " Midas"ın Kulakları" tiyatrosunu alıp birebir bestelemiştir. Fakat bir örnek de şöyle vereyim: Shakespeare'nin "Otello" tiyatrosunu bilen vardır muhakkak içinizde. G.VERDİ eseri Opera olarak bestelemek için hazırlandığı zaman, dikkatinizi çekerim, tiyatroda ki birinci tabloyu kullanmamıştır. Aslında eserde birinci tablo da uzun diyaloglar vardır. Fakat VERDİ'ye göre başlangıçta dinamiği getirmiyordun.. Otello'nun Magosa'ya yani Otello Kalesi'ne çıkışıyla ilgili "orası tam bir dönemeçtir" bilirsiniz, çok rüzgârlı bir yerdir...

Müthiş bir fırtına efekti ile opera başlıyor. Shakspeare'in birçok eserini bestelemiştir G. VERDİ. Şunu düşündüm: Eğer VERDİ "Otello" Operası'nın birinci tablosundan başlasaydı bestelemeye, çok sönük bir başlangıç olacaktı. Burada Librettist çok önemlidir. Onun Müzik, Tiyatro .Edebiyat, Tarih vb., her şeyi bilmesi gerekir, bir besteciye yakın...Otello Operası'nda Librettist ünlü opera bestecisi Arrigo BOİTO'dur...

Opera sanatı dünyada fonetik ve plastik sanatların birleştiği tek yapıttır. VVAGNER'in söylediği gibi "BİR SANATLAR TOPLULUĞUDUR; Gesamtkunstvverk... Bakıyorsunuz

sahnede müthiş bir heykel var, müthiş bir dekor. Mesela son zamanlarda bir eser seyrettim çok modern bir dekor vardı sahnede. Tabii uyum önemli, sahnede işlevsiz bir obje olmamalı.

Değerli Konuklar, öte yandan konuya Makro'dan baktığınız zaman; şurada Müzik ve Sahne Sanatları Devrimleri yapılalı kaç yıl oldu? Biz nereden nereye geldik?...Bu devrimler yıllar ister...

Herkes eleştiriyor. Ülkemiz de Opera'nın, Bale'nin ve Tiyatro'nun çok korumacı bir yasası var diye. Kuruluşta nasıl olacaktı başka türlü?.. Soruyorum size? Tabi sanatçı memur olacaktı. Biz memur muyuz diyenler vardır. Sözleşmeli, Sanatçısınız. Çünkü devlet sizi koruyor. Maaş, ikramiye vb., alıyorsunuz. Devlet sizi koruyor çıkıp görevinizin en iyisini yapınız. Çok çelişkiler var ama düzelecek. Başka hiç çaresi yok, o korumacı kânunların belli maddeleri kalmak zorundadır. Çünkü kuruluş yasası durmalı. Çoğu madde değişebilir, güncelleşebilir. Baştan yapılandıracağımız şeyler olacak. Simdi bir tarih vereceğim size. 1742'de Berlin Operası kuruldu. Yine 1870'lerde Petersburg'da ki (Marinski-Kirov) operası kuruldu. Peki biz? 1936'da Ankara Devlet Konservatuvarı kuruldu. İlk Kez 1941'de perde açıldı Ankara'da... Bugüne kadar 15'e yakın Türk Operası bestelendi. Daha sahnelenmemiş Türk Operaları var. Örneğin SAYGUN Hocamın GILGAMEŞ adlı eseri... Şu anda Ülkemizde 6 Opera evi var her gece perdelerini izleyicilerine açıyor. Ankara, İstanbul, İzmir, Mersin. Antalya ve Samsun'da...

Sonuçta ana konumuz söz müzik birlikteliğine gelirsek, Besteci, Eserin yazarı, Librettist ve eseri sahneleyecek Rejisör bir araya gelmeli, Dramaturglar "Eser Darmaturjisi" yapmalı. Prozodiler mutlaka gözden geçirilmeli.

Benim burada hocayken yüksek lisans öğrencilerim vardı Eda ÖZÜLKÜ'yü, Tülin MALKOÇ'la beraber çalıştırdım, sonra o başka bir alana yöneldi. Ben ona 60 tane çocuk şarkısı bestelettim tez olarak. O kadar güzeldir ki o şarkılar, söz-müzik birlikteliği mükemmeldir. Bilmiyorum acaba kitaplıktan alıp kullanıyor musunuz sizler?.. Tabii ben çoktan beridir burayla bir ilişkim kalmadığı için sorgulayamadım konuyu. Çocuk şarkılarıdır onlar. Çok önemli. Sizin bunu çok iyi bilmeniz gerekiyor. Yani ben 10 yaşında öğrendiğim okul şarkıları hala hatırlıyorum. Nasıl bir müzik eğitimi vardı 50'li 60'lı yıllarda ilk ve ortaokullarda inanamıyorum...

Şimdi bu Çalıştay'ın aralarında bize hep ikramda bulunan, sponsor olan Ferda hanımefendiye özellikle teşekkür etmek istedim. Şu amaçla da teşekkür ettim, yani biz sanatı üretenler kendi işimizi yapıyoruz. O hanımefendinin yüceliği şurdadır. O sanatı yapanlara, sanatta bir yere gelmek isteyenlere, müthiş özveriyle bu çalıştayı hazırlayanlara, destek oluyor. Yani bu sanatı yapanlarla sanatı destekleyenler de her konuda çok önemlidirler. Bir de sanatı kurumsal anlamda destekleyenler tabii çok az. Kadıköy Belediyesi bu konuda çok başarılı bence. Orada kurumsal bakış açıları içinde, sanat ve sanat kumrularına destek ön plana geçiyor. .

Son tahlilde; müzik ve söz uyumu şarkılı müzik sanatının olmazsa olmazıdır. Bu konuda bundan sonra öğreneceğiniz şarkılarda, türkülerde vb.. lütfen sorgulayın. Halk türkülerimize bir bakın. Çoğu anonimdir. Bir tane bile prozodik hata bulamazsınız...

Son sözlerim şu olsun sanatçılara: Yurt dışına gidebilirsiniz. Burada konserler yapabilirsiniz. Mutlaka Türk Eserlerimizi de repertuarınıza alın, Türk eserleri bizim varlık nedenimizdir. 30'un üzerinde ülkeye gittim, evrensel bestecilerin yanında, özellikle aradan sonra hep Türk eserleri söyledim. Çok beğeniliyor, çok renkli bulunuyor.

Sizler gelecek nesillere şekil vereceksiniz. Bu konuyu çok önemsemenizi istiyorum. "Özellikle çocuklar ve gençler yetişirken Müzik ve Fizik öğretin" diyor Aristoteles Aforizmalarında!..

Konuşmamı burada bitirirken, sabrınız için en içten teşekkürlerimi, saygı ve sevgilerimi sunuyorum.

Marmara Üniversitesi Rektörlüğüne, Güzel Sanatlar Fakültesine, Müzik Bölümüne ve Doç.Dr.Tülin MALKOÇ'a ve Ekibine böyle bir çalıştayı düzenledikleri için çok teşekkür ediyorum.

MARMARA ÜNİVERSİTESİ

SESİN ÖNEMİ, EĞİTİMİ VE ERGENLİK DÖNEMİ

THE IMPORTANCE OF VOICE, EDUCATION AND ADOLESCENCE

Tülün MALKOÇ*

Öz

Ergenlik, çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemidir. Erinlikle (buluğ) başlayan ve yetişkinliğe geçişle sona eren ruhsal ve toplumsal değişikliklerle tanımlanması da yaygındır. Başlangıcı kişiden kişiye değişmekle birlikte, biyolojik olarak genellikle 10 – 13 yaşları arasındaki erinlik (buluğ) döneminin başlangıcıyla çakışır. Halbuki bitişi bu kadar net tanımlanamamıştır. Çevresel etkenlere bağlı olarak en erken 16, en geç 21 yaş dolaylarına rastlar. Bu belirsizliğe rağmen, bütün değişiklikler göz önünde tutularak, ergenlik döneminin 12-20 yaşlar arasındaki dönemi kapsadığı uzlaşmalı olarak kabul edilmiştir. Bu araştırmada da ergenlik dönemi içerisinde yer alan gençlerin müzik eğitimi dolayısıyla ses eğitimi esnasında karşılaşabileceği davranışlar ele alınmıştır. O halde;

Müzik eğitimi alanını kendisine meslek olarak seçen ergenler aslında seslerin, renklerin, müzik türlerinin, enstrümanların, yoğun bir sanat ve eğitim ortamının, duyumlarının geliştirileceğinin, çalgı becerilerinin artacağının, kuramsal bilgilerinin yoğunluk kazanacağının bilincinde olan gençlerdir. Her meslek dalında belirgin olan yetenek müzik eğitiminde de geçerlidir. Herhangi bir çalgıyı çalan, şarkıyı söyleyen ergen zihnindeki parçanın oluşturduğu etkileri parmakları ve dudakları ile iletmeye çalışır. Onları diğerlerinden ayıran bu özellik, bu işi istedikleri için yapmaları ve becerilerinin de bu yönde ve bu alanda olmasıdır. Sanat bölümlerine alınacak öğrenciler bu doğrultuda yetenekleri gelişmiş gençlerden olmaktadır. Aynı zamanda bu gençler, ergenlik döneminde olup bütün bu eğitim-öğretim esnasında ergenlikle ilgili değişiklikleri yaşamaktadırlar. Ergenlikte sesini konuşma ve şarkı söylemede kullanmaya çalışan ergenler, ses ile ilgili her türlü değişiklikleri de yaşamak zorunda kalmaktadırlar. Çünkü;

* Doç. Dr., Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü, Müzik Eğitimi Anabilim Dalı Öğretim Üyesi, tmalkoc@marmara.edu.tr

Sesin çok yönlü, canlı bir enstrüman olma özelliği vardır. Sesin bu özelliğini bir çalışma süreci içerisinde ele aldığımızda; kalitesini geliştirecek olan dil-damak-diş yapısının önemini, duyumda farklı bir özelliği olan işitme organının önemini, tüm anatomik yapının işbirliği içinde çalışmasının önemini ve sağlıklı bir ergende bütün bu çalışmaları gözlemlemenin önemini daha iyi anlayabiliriz.

Bu araştırma ile ergenlik dönemindeki gençlerin, ses eğitimi, ses sağlığı üzerine etkisini incelemeye çalışacağız.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik dönemi, Ergen, Müzik Eğitimi, Ses Eğitimi

Abstract

Adolescence is a period of transition from childhood to adulthood. İt is also common to define them through spiritual and social changes that begin with a dullness and end in adulthood. biologically, it usually coincides with the onset of the period betvveen 10-13 years of age. Hovvever, its end is not so clearly defined. Depending on the environmental factors, the earliest occurs betvveen 16 and 21 years of age. İn spite of this uncertainty, considering ali changes, adolescence period is considered to be consensus as it covers the period between 12 and 20 years of age. İn this study, the behaviors of the young people taking part in the adolescence period due to music education were discussed.

İn adolescence, adolescents who try to use their voice in speaking and singing have to experience ali kinds of changes related to sound. Sound is a versatile, living instrument. When we consider this feature of sound in a vvorking process, the importance of the language-palate-tooth structure which will improve the quality of the voice, the importance of the hearing organ with a different feature in the sensation, the importance of the whole anatomical structure to work in cooperation.

Keywords: Adolescence Period, Adolescent, Music Education, Voice Training

This paper was prepared from her doctoral thesis titled 1998 The Effect of Voice Education on Voice Functions in Adolescent Period ları conducted in 1998 by Tülün MALKOÇ.

GİRİŞ

"Kişilik" kelimesinin iki kökeni vardır. Birincisi bir oyuncunun rolünü vurgulamak amacıyla sahnede taşıdığı maskeye verilen Latince 'persona" kelimesidir. Kelimenin ikinci kökeni ise, çok başka bir sahadan gelir. Eğer 'persona" kelimesini iki kelime olan per" ve 'sona'ya bölersek, ses tonunun içinden" anlamı çıkar. Dolayısı ile kişilik, insanın sesine ve tonuna yansır. Seda ve ses tonu, bize kişinin dünya üzerinde nasıl bir rol üstlendiğini söyler. Zengin bir sesin en önemli göstergesi, rezonans ve ahenk duygusunu oluşturan pes ve tiz sesleridir. Diğer bir ifade ile; kullanılan notaların gamıdır (Lowen, 1996:384-385).

Ses, bir insanın karakterini ifade ederken, aynı zaman da onun ruhunu da ifade eder. Sesin ruhsal dünyada yarattığı etkiyi duymanın yanında fiziki yapıda oluşturduğu etkiyi de

gözlemlemek mümkündür. Bir çok bilim adamı insan sesinin, ses çıkaran her türlü tınıdan daha değişik olarak, canlı özellik gösteren farklı tınılarla var olduğunu söylemektedir.

Ses, kendimizi ispatlamamızda bize yardımcı olan, canlı organizmanın kendini ifade ediş biçimidir. Bu yüzden organizmamızı iyi tanımamız, özelliklerini ve işleyişini iyi öğrenmemiz ve ondan yararlanmamız bir gereksinimdir diyebiliriz.

Her yaş döneminde konuşma ve şarkı söyleme sırasında kullandığımız ses tonumuz, bir ifade ediş biçimidir. Değişik yaşlarda ses tonu farklı boyutlarda olup ergenlik döneminde daha kalıcı ve taklitçi özellikler göstermektedir.

Ergenlik döneminde bulunan ve her türlü dış ve iç etkilerden olumlu ve olumsuz etkilenen ergen, fiziki görünümünün yanında konuşması ile dikkat çekmektedir. Yaşamın her döneminde insanın gelişmişlik düzeyini belirleyen konuşma biçimi, bu dönemde bilhassa ergende, çok etkili bir biçimde kendisini göstermektedir. Çünkü yeni oluşan karakterler ses aracılığı ile kendisini o kişide belirgin kılar. Sahip olunan ses, her dönemde değişiklik içerisinde olup, ergenlik döneminde kişiliğe önemli ölçüde katkıda bulunur.

Ergenin bu dönemde yaşadıkları ruhsal gelişiminde ve sesinde açık olarak gözlemlenebilir. Çünkü ses, ergenin iç yapısına göre yumuşak, sert, duygusuz, duygu dolu, canlı, cansız v.b. bir tonla belirginleşir. Günlük hayatta kullandığımız ses tonu, şarkı söyleme esnasında daha farklılaşabilir. Bilhassa sesini kullanmayı bilmeyen ergenler için şarkı söylemek, çevreye uyum, sevdiği sanatçıyı taklit etme, ruhsal durumunu bastıracak haykırışlar, doğal sesin kullanılmayışı ve özenme, sesin o anki halini kabullenme v.b. durumlarla ifade edilebilir. Ergenlik döneminde ergenler seslerini geliştirme ve koruma yerine, değiştirmeye yönelik çalışmalar içerisine girmektedirler.

Günün koşullarına göre eğitimin kalitesinin de artması ile ergenler, eğitimlerinin koşullarını kendileri belirleyebilmektedirler. Küçük yaşta ailelerinin yönlendirmeleriyle öğrenim görmek istedikleri dalları belirleyen gençler, mesleklerini seçebilmektedirler.

"10 Aralık 1948'de Paris'te yapılan Birleşmiş Milletler Genel Kurulu toplantısında kabul edilip yayınlanan 'İnsan Haklan Evrensel Bildirisi'nin 26. maddesi, c. bendinde, Çocuklara verilecek eğitimin türünü seçmek, öncelikle ana babanın hakkıdır."

denilmekte ve ülkenin kalkınmasında iyi bir yaşam sürmesinde büyük önem taşıyan eğitimi yönlendirecek olan aile fertlerine (ana-baba v.b.) düşen büyük sorumluluk vurgulanmaktadır. Ama bu arzunun gerçekleşmesi için yapılması gerekenleri yerine getiren kaç aile vardır? Kaç aile çocukta doğuştan var olan zihinsel, ruhsal, bedensel, sosyal ve müzikal yetenekleri geliştirip harekete geçirmek için çocuğuna gerekli ortamı sağlayabiliyor? En iyimser tahminlerle bile bu sorulara alınacak cevap doyurucu olmayacaktır. (Elmas,1987:126).

Anadolu Güzel Sanatlar Lisesinin açılması ile görsel ve işitsel sanat alanında eğitim almak isteyen gençlerin sayısı giderek artış göstermektedir. Ergenlik döneminin ergende bırakacağı

izlerin olumlu olması yönünde, ses eğitimi alanında bilinçli çalışmalara ihtiyaç vardır. Değişim döneminin her aşamasında, sesteki gelişim ve değişim (mutasyon) sırasında, sesin doğallığını kaybetmemeye özen göstermek en önemli endişemiz olmalıdır. Dikkatli ve çaba gerektiren düzenli dersler, sesin kazanılmasına ve sağlıklı gelişimine imkan verecektir. Sesinin doğallığını kaybedip, nasıl kullanılacağını bilmeyen ergenlerin büyük bir bocalamaya girmeleri kaçınılmazdır.

Gelişim sırasında yapılacak hatalı çalışmalar, bizi sesin kaybedilmesine kadar götürebilir. Bu durumda büyük endişelere sahip olan ve sesinden soğuyan ergenler için yapılacak çalışmalar da dikkatli olunmalıdır. Önemli olan seslere zarar veren hataların tekrarlanmamasıdır. Doğal ses dengesini kurarak yeniden yapılacak tutarlı çalışmalar ile, sesin kazanılması yönünde olumlu adımlar atılabilir.

MÜZİK EĞİTİMİ

Bireyleri ve toplumları biçimlendirme, yönlendirme, değiştirme ve geliştirmede, en etkili süreçlerin başında eğitim gelir. Çağdaş eğitim; bilim, sanat ve teknik olarak adlandırılan üç genel konu alanını da kapsayan bir çerçevede düzenlenip gerçekleştirilmeye çalışılır. Müzik eğitimi ise daha çok sessel ve işitsel nitelikli bir sanat eğitimi olarak güzel sanatlar eğiliminin en önemli dallarından birini oluşturur (Uçan,1994:14).

Eğitim bireyleri, dolayısıyla toplumları yönlendirme değiştirmede en etkili süreçse, müzik eğitimi de, müziksel yönlendirme, müziksel davranış değişikliği kazandırma süreci olarak belirlenebilir. Bireyler almak istedikleri eğitim doğrultusunda belirli bir süreç için kendilerini hazırlarlar. Belli bir müziksel yaşantı temel alınır ve o temel doğrultusunda bir plan ve program yapılarak belirli hedeflere ulaşılmaya çalışılır. Müziğin insan hayatındaki rolü ve mesleki olarak da eğitimsel-sanatsal niteliği düşünülürse, müziksel çevre oluşturan bireylerin ilişkilerinde iletişimin daha sağlıklı daha etkili dolayısıyla daha verimli olması büyük olasılıktır. Müzik eğitiminin genel kapsamını davranışsal ve içeriksel olarak ele aldığımızda ise; bu araştırmaya konu olacak sesle ilgili olarak şarkı söyleme eğitiminin davranışsal açıdan, ses eğitiminin de içeriksel açıdan müzik eğitiminin kapsamında olduğunu görürüz.

Müzik eğitiminin ilke ve amaçlan, eğitimin türüne düzeyine süresine ve içeriğine bağlı olarak değişiklikler gösterecektir. Ancak niteliği ne olursa olsun her tür ve düzeydeki müzik eğitiminde önemli ölçüde geçerliliği olan birtakım temel ilke ve amaçlar vardır.

Bu ilke ve amaçlar belirli doğrultularda uygulanıp hedefe ulaşılmaya çalışılmalıdır. Bireyin müzik eğitimine yönlenmesiyle oluşan ilke ve amaçlara geçmeden önce, onun müziğe yönlenmesini sağlayan etkenlere göz atmak yerinde ve yararlı olacaktır.

Toplumsal değişimler kültürel değişimleri de beraberinde getirir. Süreçleri belli olmayan bu değişimlerde toplumun her kesimi farklı bir etkileşim içerisine girer. Her kesimin

kendi olanakları ölçüsünde yararlandığı bu değişimde, iletişim araçları ile sunulan müzikler öncelik almaktadır. Günümüzde her gün farklı müzik türleri ile karşı karşıya olduğumuz düşünüldüğünde, müzik türlerinin çeşitliliği karşısında da her türlü araç ve gereçlerden yararlanıldığını da görebiliriz. Bu yüzden araç gereci yaratan ve onları yönlendiren insan davranışının sürekli değişimi ve ilgiye göre müzik türüne yönlenme, yaşamın mesleki bölümü olarak müziği düşünen bireylerin düşüncelerine yön verebilir. Bu bireylerin müzik eğitiminde amaçlan, yaratma, üretme ve ona yorum katabilme, müziksel çevre içerisinde de sağlıklı bir etkileşim oluşturabilme olmalıdır. Bu yüzden müzik sanatına ilgi duyan, müzik eğitimcisi olmayı hedefleyen kişiler, müzik eğitimi ile ilgili kuruluşları tercih ederler.

Bu anlamda da müzik eğitimi, müzik eğitimcisi olmak isteyen ergenlerin yeteneklerinin boyut değiştirmesini sağlamalı, müzikteki çok sesliliği algılamasını, dinlenilen farklı formlardaki müzik çeşitlerinin özelliklerini bilmesini, müzikte basit bir anlayış değil de, bilinçli bir dinleyici ve meslek sahibi olma özelliği kazandırmayı sağlamalıdır. Böylelikle çeşitlilik arasında eleştirme, karşılaştırma, yorum yapabilme yeteneği ve algılama yeteneği bilinçli bir değer kazanacaktır.

Bu amaçla alınan eğitim sayesinde başlangıçta ilgi ile bu mesleği seçen bireyler, almış oldukları bilgiler sayesinde eksik bilgilerini tamamlayıp, müziğe ait formatlarla donanacaklardır.

ERGENLİK DÖNEMİ VE EĞİTİM

Ergenlik çoğu insanın, zamanının başlangıcından beri var olduğuna inandığı, yaşamın kaçınılmaz ve önceden belirlenen bir gerçeği olarak değerlendirilen ^ ve Batı kültürlerinde varlığı kabul edilen bir büyüme dönemidir. Ergenlik, çıraklığı yaşanmadan, çocukluk döneminden doğrudan doğruya yetişkinlik dönemine geçiş anlamını taşımaktadır. Ancak bu durum yalnızca klasik kültürlere özgü değil, aynı zamanda Ortaçağ ve Rönesans'ında belirgin bir özelliğidir. Tamamen fiziksel anlamda ele alındığında ergenlik, evrensel bir olgu olarak kabul edilir. Fiziksel gelişim alanında ergenlik, erinlik öncesi büyüme çabasıyla başlamakta ve tam olarak fiziksel olgunluğa erişildiğinde son bulmaktadır.(Adams,1995:117).

Psikologlar, antropologlar, filozoflar, ana babalar ve hatta ergenlerin kendileri, ergenlik'! tanımlamayı çok uzun zamandan beri denemektedirler. Modem ergenlik psikolojisinin babası olan G. Stanley Hail, ergenliği "fırtına ve stres" (Hail, 1904), zamanı olarak betimlemiştir. Ancak bu görüşün yeni araştırmalarla desteklenmediği görülmüştür. Ergenlik başka kaynaklarca değişik biçimlerde de tanımlanmaktadır;

"Psikoseksüel gelişimin dört evresinin sonuncusu..." (Blos, 1962); 'İnsanda, bireyin yetişkine özgü ayrıcalıklarının kendisine verilmediğini hissettiği zaman başlayan ve

yetişkinin tüm gücü ve toplumsal konumu, toplum tarafından bireye verildiği zaman sona eren gelişim dönemi…' (Sieg, 1971); "Genç yetişkine, değişik yetişkinlik rollerini vatandaşlık sorumluluğunun sonuçlarına katlanmak zorunda kalmadan, denemesine izin verildiğinde yaşanan normatif bunalım (Sculz, 1972)" (Gander.Gardiner, 1993:404).

Ergenlik, "yüzleşilmesi gereken temel görevler olarak; eğitim, olgunlaşma ve beklemeyi içeren bir dönem" olarak da tanımlanmaktadır. Bu nedenle ergenlik dönemini, yaşla ilişkili bir dönem olarak tanımlamanın pek yararı yoktur. Anlamlı bir kavram olarak ergenlik, en iyi biçimde bireyin tüm yönleriyle gelişimini içeren geniş bir çerçevede ele alınabilir. Çocuk, ailenin gözetimini ve korumasının güvenliğine daha az gereksinim duymaya başladığında, fizyolojik ve hormonal gelişim, yetişkin düzeyine yaklaştığında ve fizyolojik olgunluk çocuğu toplumda sorumluluk yüklenme yönünde zorladığında, ergenlik başlamıştır. Bu ölçütü kullanırken ergenliğin başlangıcını belirtmede, bireysel yaş farklılıklarının beklenebileceği gerçeği unutulmamalıdır. Aynı derecede, bazıları için ergenliğin sonunun hemen gelmeyeceği de beklenmelidir. Toplumun katkıda bulunan göreli olarak kendine yeterli bir üyesi olmak olarak tanımlanan "olgunluk" hepimizin ulaşmaya çabaladığımız bir amaçtır. Bu amaca ulaşmada bazıları diğerlerine göre daha başarılıdır. Gelişimin bu değişken yılları, ergenlik olarak bilinir (Adams, 1995:1).

İnsanın gelişim evreleri düşünüldüğünde, çocukluktan ergenliğe geçiş, bir bocalama devresi olarak anlam kazanabilir. Çünkü, vücut gelişim içerisindedir ve değişim içerisinde olan genç, davranışlarını nasıl yönlendireceğini nasıl konuşacağını bilemez. Fiziksel görünüm, yetenekler, alışkanlıklar, aile ilişkileri, toplumda yer edinme, arkadaşlar arası konum yeni bir boyut kazanmaya başlamış, çocukluktaki vurdum duymazlık geride kalmıştır. Fiziksel görünüm değişime uğrasa da sabit kalan değişmeyen yönler olabilir. Çocukluğunda utangaç, sakin, yaramaz v.b. olan kişiler ergenlikte bu davranışlara paralel gelişim gösterebilirler. Veya artık bu çocuklar aile içerisinde söz sahibi olabilme, istediklerinin olma olasılığının artmasını isteyebilirler. Aile, çevre, toplumdaki bu değer veriş ergenlikte kişiliğin değişime uğramasına sebep olabilir. O halde ergenlik "insanların farklı zaman zarfında, yaşamlarının en önemli bölümlerinde kişiliklerinin belirmeye başladığı dönemde yaşamış oldukları bir değişim" olarak ifade edilebilir.

Bu değişim bazen unutulmak istenebilir. Ergenlik döneminde insanların çoğu o döneme ait soruları, doğru dürüst cevaplayamayacak ve o dönemlerini hatırlayamayacaklardır. Bayanların çoğu utangaç olduklarını, beylerin çoğu da kızlardan çekindiklerini ama evde babayı taklit ettikleri için aslan parçası kesildiklerini söyleyecekler, bazıları hatırlamak istemedikleri bir dönem olarak belirteceklerdir. Bazıları da arkadaşlarının fiziksel görünümlerinde ve seslerinde meydana gelen değişiklikleri daha rahat hatırlayacak ve güleceklerdir.

Oysa ki insanlar sağlıklı bir kişiliğe sahip olmak için ergenlik öncesi ve sonrasında birçok davranışı kazanmaya yönelik bir düzen içinde olmalıdır. Çünkü ergenlik, bedenin

gelişiminin yanı sıra, zekada farklılık kazanma, toplumun bir parçası olduğunu anlayabilme, ailedeki ve arkadaş çevresindeki konumunu belirleyebilme, olarak kendini göstermektedir. Ergenlikte, gözlemlenebilen bir dizi biyolojik yani bedensel değişim söz

konusudur. Bazı gençler bu değişimlerden hoşnutken, bazıları memnun kalmayabilirler. Arkadaşlar arasında kendini rahat ifade edebilen gençlerin yanı sıra, bir-iki kelime söyleyecek diye son derece heyecanlanan ergenler de bulunabilir.

Ortalama olarak kızların erkeklere oranla iki yıl kadar önce olgunlaşmaları sebebiyle gençlik dönemindeki yaş sınırlarında, cinsler arasında belirgin bir farklılık görülür. Unesco, ergenlik dönemini 15-25 yaş dönemleri arasında göstermektedir. Bu dönem ülkemizde kızlarda ortalama 10-12, erkeklerde 12-14 yaşları arasında başlar. Ergenlik evresi içindeki dönemlere bakıldığında uzmanların büyük çoğunluğu 12-15 yaş dolaylarını olumsuz bir dönem olarak nitelendirmektedirler. "Karşıtlık, dengesizlik" olgularıyla nitelendirilen bu dönemden sonra gelen 16-21 yaşları arasındaki dönem ise "olumluluk" dönemi olarak kabul edilmektedir (Yavuzer, 1996:244).

Ergenlik döneminde vücudun büyümesi cinsiyete göre farklılık gösterir. Bu devrede cinsiyet organları faaliyete geçer, dişi ve erkeğe has özellikler oluşur. Fizik ve ruh olarak farklı yapıda olan ergenler, farklı bir büyüme içerisindedirler. Vücutlarındaki organların büyümesi bile farklılık göstermektedir. Erkek ergenlerde gırtlak daha belirginleşir, sesler kalınlaşır. Kız ergende ise büyüme daha önce başlayabilir ve fiziki yapıları dikkat çeker.

Bu dönemdeki hızlı anatomik ve fizyolojik değişikliklere, özellikle yetersizlik duygusundan, cinsel ve saldırgan dürtülerin artmasından, ana-baba ile olan sıkı duygusal bağların koparılmasından, meslek ya da uğraşı seçiminden ve öz denetimi sağlama çabalamasından kaynaklanan büyük çalkantılar ve alt üstlükler de eşlik eder. Vücut ağırlığı yaklaşık iki katına çıkan, boyu %25-30 oranında uzayan, üretkenlik dönemine giren ergende kimlik duygusu yerleşir ve bir ölçüde bağımsızlığını kazanan birey, yetişkinlerin toplumunda yer almaya hazırlanır. Erinlik dönemindeki bedensel değişiklikler boy ve ağırlık, yağ ve kas dağılımı, salgı bezlerinin çalışması, birinci eşeysel özelliklerin değişikliği (yüzde, vücutta, koltuk altlarında, üreme organlarının çevresinde kılların çıkması) ve ses kalınlaşması gibi ikinci eşeysel özellikler belirmeye başlar.(Ana Britannica, Cilt 8: 247-248).

Bazı kaynaklara göre ergenliğin başlangıcı ve bitimi yalnız bireylere göre değil, toplumlara ve çoğalıma bağlı olarak da farklılıklar gösterir.

Ergenler bu dönemde kimlik arayan, sevilip, beğenilen ve değer verilen bir kişi olmak isteyen, bunun için dışa dönük eğilimler taşıyan, çoşan, çeşitli etkinliklerde bulunan, bulunduğu etkinliklerde kendini göstermek ve başarılı olmak isteyen, içine girdiği ve benzer ilgileri olan kişilerden oluşan kümenin (grubun) istediği biçimde davranmaya ve yeteneklerini

bu yolda kullanmaya çaba harcayan imrenici, özenici ve kendine özgü bir kişilik özelliğine sahip olup farklılık gösterirler. (Oğuzcan,1990:17).

Ergenin Gelişimini Etkileyen Nedenler

İnsan, yaşantısı boyunca belirli dönemlerde, çevresinde meydana gelen ve etkilendiği birçok şeyle karşılaşmaktadır. Tesiri altında kaldığı etkenler hep aynı da olsa, değişen onun akıl yapısı, biyolojik yapısı, olaylara bakış açısı, değerlendirmelerin kendine göre yapılışıdır. Her yaş döneminde, çocukken dizinin dibinden ayrılmadığı anne-babası, bulunduğu çevre içindeki sosyal durumu, okulundaki kız-erkek ilişkilerindeki uyumu, her şeyden önce toplumun bir bireyi olarak kendinde görmek istediği veya göremediği bir davranışlar dizisi farklılıklar gösterecektir.

Biyolojik dolayısıyla, fiziksel değişimin olması gerektiği gibi vücudunda değişim gerçekleşen ergenlerin ilişkilerinde, daha tutarlı davranışlar ve yaşamından mutluluk duyma gibi belirtiler gözlemlenebilir. Oysa çoğu insanın bir sıkıntı devresi olarak hatırladığı ergenlik dönemi, birçok insanın ileriki yaşamında da kişiliğinin belirmesinde çok önemli olmuştur. Biyolojik gelişiminde bu dönemde problem gözlemlenen kızların genç bir kadın görüntüsü, buna karşılık aynı yaşta fakat küçücük fiziksel yapısıyla erkek arkadaşının durumu mutlaka kendi içlerinde birçok olumsuzlukların oluşmasına sebep olacaktır.

Anneler, babalar, öğretmenler diğer bir ifade ile gençleri hayata ve çevreye uyuma hazırlayan tüm çevresindekiler, gencin gelişme çağındaki biyolojik, sosyal sorunlarını ve etkilerini iyi anlamak zorundadırlar. Buluğa giren genç, çocukluktaki davranış örüntülerinden farklıdır. Üstelik ergenin davranışları seneden seneye değişir. Bedensel değişmelerin yanı sıra erişkinlere, hem cinslerine ve karşı cinsten kişilere tutum ve davranışları değişir (Yavuzer, 1994:2).

Ergenin ruhsal gelişimi, ailesi ve ailesinden sonra yönlendirici olarak gördüğü öğretmenleri tarafından bilinçli bir şekilde yönlendiriliyorsa, ergen içinde bulunduğu durumun getirisini ve götürüşünü daha iyi kavramakta problem çıkarmamaktadır. Kendi vicdanının kararlarıyla, iç çatışmalarıyla, kendi güdüleri ile yaşamı sürdürmektedir. Her yaşta üzerine alması gereken sorumluluklar ve problemlerin çözümü, kendi kararları neticesinde sonuca ulaşacaktır. Ergenin bu yapısının şekillenmesinde aile birinci derecede görev almaktadır. Çocuğuna hiç bir sorumluk vermemiş, onun her işiyle bizzat ilgilenmiş bir aile veya çocuğunu önemsemeyip onun yapacaklarına hor gözle bakan ailede yetişen ergenler farklılık gösterecektir.

Yine bu devrede ailelerin ekonomik durumu, ergenin beslenmesinde dengenin oluşmasına veya oluşmamasına sebep olmaktadır. Beslenme yetersizliğinden dolayı şikayetleri olan

ve fiziksel olarak etkileşiminin yanı sıra ruhsal durumunun da bozuk olduğu gençler gözlemlenebilir.

Ergenlik döneminde her şeyin olumlu gittiğini düşündüğünüz bir anda ergende baş gösteren bağımsızlık, özgürlük anlayışı, her şeyin birden tepetaklak olmasına da sebep olabilir. Davranışlardaki kontrolsüzlük, o anki yaşantısına uygun gıdalar, giysinin yaşına uygunluğu değil de onun hoşuna gideni, yatma saatinin kendisi tarafından belirlenmesi, ahlak kurallarının kendine ve arkadaş çevresine göre yön alışı, aile zihniyetinin çürüdüğü esasında doğru olanı kendisinin bildiği, bir anlayış gözlemlenebilmektedir.

Ergenin gelişiminde en küçük bir problemin dahi önemli olduğunu unutmamak gerekmektedir. Direkt ilişkiye girdiği ailesi, bazen ailesinden daha önemli gördüğü öğretmenleri ve içinde bulunduğu toplum açısından ergenin gelişimini ele aldığımızda öğrenmenin boyutunun çok değiştiğini görebiliriz.

Ergeni Etkileyen Toplumsal Çevre

Toplumsallaşma, bireylerin çevreyle karşılıklı etkileşim içinde oldukları durumu belirten, yetişkinlerce başlatılan bir süreçtir; küçük çocuklar için kritik çevresel bağlam, toplumsal olarak yararlı ve kişisel olarak doyurucu tutumlar ve eylemler biçiminde kendini gösterebilen gizil güçleri sınırlayacak ya da genişletecek olan ailesidir.(Gander,Gardiner, 1993:274).

Ergenlik dönemindeki genç, bebeklik, ilk çocukluk, orta çocukluk, ön ergenlik dönemlerinden geçerek kişiliğini oluşturmaya başlar. Bu zaman zarfında biyolojik, psikolojik ve toplumsal koşullardaki farklılıkların sonucunda hepsi birbirinden bağımsız olarak farklı büyümeler gösterirler. Çocukluktan kurtulmanın gerçekleştiği bu dönemde en hızlı gelişim yani biyo-psikososyal değişim, insanda yaşamı boyunca belirleyici iz bırakabilir. Yetişkinlik döneminin başlangıcında önemli bir gelişim boyutu, aile ve iş ilişkileri yanısıra ortaya çıkan toplumsal ilişkiler ağıdır. Toplumsal ilişkiler ağı, bireylerin ve ailelerin koşullarına göre değişiklik gösterir.

Örneğin, Amerikalı yetişkinler cinsiyetlerine, yaşlarına, evlilik durumlarına ve sosyo ekonomik durumlarına göre geniş toplumsal etkinliklere girerler. Bu etkinlikler, halk eğitimi uğraşıları ve dinsel uğraşıları, okulla işbirliğine girme, siyasal etkinlikler düzenleme ve benzeri uğraşları içerir. Gelişimsel açıdan insanın büyümesi ve olgunlaşması, anababadan-aileden koparak yeni insan ilişkilerine girmesi ve giderek toplumsal katılıma yönelmesi demektir. Bu gelişimin temelleri çocuğun mutlak bağımlılığı evresinden sonra, ergenin bağımsızlığı deneme uğraşlarıyla atılmaktadır. (Onur, 1995:135).

Ergen, toplumsal etkinliklere nasıl katılacağını bilmek durumundadır. Topluluk içerisinde nasıl bir davranışa sahip olabileceğini ve o topluluğun bir parçası olduğunu bilmek zorundadır. Bu tür ilişkilerde topluluklar, toplumlara ve ekonomik düzeye göre değişiklik

göstermektedir. Bugün modern dünyanın birçok avantajı ile karşı karşıya olan ergenlerin bir çoğu bu devreyi eve ve topluma karşı bir uyumsuzluk dönemi olarak görürler. Herkes eşit koşullarda yaşayamadığı için sorunlar yine aynı, ergenlik yine bir çokları için problemdir.

Toplumların hızla değişim göstererek çağa ayak uydurma, çağın gerektirdiği gibi yaşama istemleri artık farklılık göstermektedir. İşsizlik oranının artmasına karşılık nüfus oranının artması, doğa şartlarının her geçen gün değişim göstermesi, iklimlerin değişimi ergenlik döneminin kısalmasına da sebep olmaktadır. Fiziksel gelişiminde problem olan çocuklar tedavi edilmekte, beslenmeyle ilgili sorunları olanlar çeşitli beslenme diyetlerine tabi tutulmakta, farklı problemlere farklı hizmet veren rehberlik hizmetleri sunulmaktadır. Böylelikle teknolojinin ve bilhassa da tıbbın ilerlemesi ile ergenlik dönemi hız kazanmaktadır.

Her toplumda ergen, çağına özgü duygu, düşünce, tutum ve eylem içerisindedir. Bu çağın temel özellikleri, duygusal çoşku ve taşkınlık, çabuk kurulan ve bozulan ilişkiler, o ay etkilenme, kişiliğinin sınırlarını aşma, toplum içinde sivrilme, ilgi çekme, rol sahibi biçiminde özetlenebilir. Ergen içinde bulunduğu grubun idealleri ve sosyal artlarıyla kendi davranışını değerlendirmek durumundadır. Onun başarısı, yeteneklerini, dürtü ve ilgilerini, grup istekleri doğrultusuna yöneltmesiyle gerçekleşir. O ancak bu şekilde, başarılı ve kabul edilmiş bir birey olur.(Yavuzer, 1994:243).

Ergen içinde bulunduğu toplumun örf-adetleri, kuralları ile büyümek zorundadır. Kişiliğinin oluşumunda kazanmış olduğu davranışlar da toplumun ondaki görüntüleridir.

Aile'nin Ergene Etkisi

Ailenin, çocuklukla büyümek arasında birçok problemi yaşayan ergen için önemi çok fazladır. Bu önem ailenin ergenle beraber sorumlulukların paylaşımında, birçok etkinliği beraber yapma anlayışının daha gelişmiş olmasında, ailenin yakın aile ve komşularla olan ilişkilerinde gösterdikleri tutumda, kendilerine ait yaşama biçimlerinde, ideallerinde, görüşlerinde belirgin olarak kendini göstermektedir. Ergen bütün bu yaşananların veya yaşayamadıklarının bütününde ilk önce ailesini görmektedir. Ailesi onun yaşama yönlenmesinde, beynindeki karmaşaların çözümünde, maddi ve manevi her şeyinde onun yanındadır. Aile ortamında büyüyemeyen ergenlerin çoğunun problemi paylaşımı hissedebilecekleri insanların, çevrelerinde bulunmamalarından ötürüdür.

Aile, yetişkin ve çocukların etkileşimde bulundukları dolayısıyla birbirini etkiledikleri kurumdur. Aile etkileşim üzerine kurulu bir sistem olduğundan, bir yönün işlevini yerine getirmemesi sistemin diğer yönlerini de etkiler. Şu halde aileyi anlamak için ana baba ve çocukları ayrı ayrı incelemek yeterli olmaz; çünkü aile parçaların bir araya gelmesinden oluşan farklı bir bütündür. Aile bireyleri arasındaki etkileşim, bireylerin etkileşimde aldıkları yerden çok etkileşimin kendi içindedir. Örneğin, babanın alkolik oluşu aile etkileşimi içinde

dışardakinden çok farklı bir anlam taşır; ailenin her bireyi babanın bu özelliğine farklı tepki gösterilir. Aile içinde bu özelliğin bir gelişim tarihi vardır. Aile sistemini bir bütün olarak etkiler ve bireylerin aile algısını farklılaştırır.(Onur, 1995:109).

Ailedeki problemler bazen farklı boyutlara ulaşmaktadır. Kendi çocukluğunu problemli yaşayan veya evliliğinde birçok eksiklik bulan eşler birde çocuk sahibi iseler, problemler çözümü yokmuşçasına bütün hınçlarını çocuklarından alırlar. Ergenlik dönemi gibi herşeyi farklı algılama, kişiliğin gelişiminin yön bulacağı bu dönemde ergenler bu tür problemlerden büyük ölçüde etkilenmektedirler. Ailenin ekonomik durumu, iletişimsizlik, çocuk sorumluluğu taşıyamama hali v.b. problemdir. Problemli bir ailenin üyesi olan ergenler her türlü duygu yoğunluğuna maruz kalabilirler.

Ergen çocuğu olan ailede ergenlik, hem aile hem de çocuk için en zor dönemlerden biridir. Ergen, ailenin çocukluktan beri telkin ettiği pek çok kuralı sınamaya başlar. Aile ergene hem duygusal destek sağlamak, hem de belirli sınırlar içinde bağımsızlık vermek arasındaki nazik dengeyi tutturabilmek zorundadır. Bu dönemde baba dışarda işiyle uğraşmaktadır, ergen de çoğu zaman evin dışındadır. Anne ise evdedir ve çok çalışmaktadır. Yorgun anne ve babanın karıkoca ilişkisi epeyce zorlaşmıştır ve bunalım evrelerinden geçmektedir. (Onur,1995: 183).

Ergenin ergenlik öncesinde kişiliğinin gelişmesini sağlayan onun erkek veya kız olmasında önemli olan kuramlar vardır. Bu kuramlar ergenin kazanmış olduğu kişiliğinin ve buna bağlı olarak geliştirdiği konuşma tarzının gelişimi hakkında bilgi verebilir. Bu kuramlar, psiko-analitik kuram, toplumsal öğrenme kuramı, bilişsel gelişim kuramı olarak üçe ayrılır.

Psiko-analitik kuram: Freud'a göre çocuklar doğuşta psikolojik bakımdan iki cinslidir. Çocuklar cinse bağlı kimliklerini, ana-babalarıyla ilişkilerindeki çatışmak sevgi ve kıskançlık duygularını çözerek kazanırlar. Erkek çocuk annesine duyduğu erotik sevgiden vazgeçerek babasıyla özdeşleşmeye girdiğinde, kız çocukta aynı şekilde annesiyle özdeşleşmeye başladığında cinsel kimliğine kavuşma yoluna girmiştir demektir. Çocuklar bu ilk adımdan sonra kendi cinslerinden ana babalarının davranışlarını, tutumlarını ve değerlerini benimseyerek cinsel kimliklerini toplumsal yönüyle de geliştirirler.

Toplumsal öğrenme kuramı: Bu kurama göre çocuklar doğuşta esas olarak yansızdırlar ve başlangıçtaki biyolojik farklılıkları daha sonraki cinsel kimlik farklılıklarını açıklamaya yetmez. Cinse bağlı kimliğin kazanılması sürecinde seçici pekiştirme ve taklit temel rolü oynar. Bu açıdan bakıldığında çocuklar aynı cinsten babanın davranışını model aldıkları için ödüllendirilirler; toplum da daha sonra ödül ve cezalarla bu tür takliti pekiştirir. Kızlar ve oğlanlar, yetişkinler ve yaşıtları tarafından toplumun cinsine uygun saydığı davranışlar için ödüllendirilir, uymayan davranış için de cezalandırılır. Walter Mischel (1970), çocukların aynı cinsten modelleri daha fazla sevdiğini düşündükleri için, aynı cinsten modelleri karşı cinsten modellerden daha fazla taklit ettiklerini, ileri sürmektedir. Çocuklar aynı cinsten ana

babayı sevecen ve ödüllendirici gördüklerinde bu etken önem kazanmaktadır. Albert Bandura toplumsal öğrenme kuramına yeni bir boyut katarak çocukların büyüklerin davranışını taklit etmelerine (imitation) ek olarak "gözlemsel öğrenme" de (observational learning) yöneldiklerini ileri sürmektedir. Bandura'ya göre çocuklar bir modelin davranışını zihinlerinde çözümlerler ve kendileri için olumlu bir sonucu olduğuna inanmadıkça davranışı taklit etmezler.

Bilişsel gelişim kuramı: Bu kurama göre çocuklar ilk olarak kendilerini erkek ya da dişi olarak etiketlemeyi öğrenirler ve sonra kendi cins kategorilerine uygun düşen davranışları kazanmaya yönelirler. Bu süreç "kendi kendini toplumsallaştırma" (self – socialization) olarak adlandırılır. Kohlberg 'e göre, çocuklar kalıplaştırılmış bir erkeklik ve dişilik anlayışı (aşırı basitleştirilmiş, abartılmış, karikatürleştirilmiş bir imge) oluştururlar. Daha sonra bu kalıp imgeyi kendi çevrelerini örgütlemede kullanırlar. Kendi cins kavramlarıyla uyuşan davranışları seçer ve geliştirirler.(Onur, 1995:161 – 162).

Alexander Lowen "Biyoenerjitik" adlı kitabında çalışmalarına yer verdiği meslektaşı Paul Moses'in tecrübelerini şöyle anlatıyor; "İnsanlar inanmadıkça davranışı taklit etmezler". 25 yaşında bir hastam, tiz ve çocuksu sesle konuştuğu için utanıyordu. Ses analizinde onun bariton bir sese sahip olduğu anlaşılıyordu, ayrıca bir bariton gibi şarkı da söyleyebiliyordu, ama buna rağmen konuşma sesi çok inceydi. Bir başka hastam olan genç avukat ise, hırıltılı konuşmaktan şikayetçiydi. Sesinin çok kalın olması onu düşündürüyordu. Babasının politikada çok önemli bir rolü vardı ve oğlu da onu kendisine örnek almak istiyordu. Dolayısıyla bir zorlama oluyor ve göğsü "baba üstü" bir sesi ortaya çıkarıyordu. Zorlama kalın sesiyle oğul, kendisini babasının liderlik imajıyla özdeşleştirdiği imajını vermek istiyordu. Diğer hastanın ince sesi de, onun hala annesinin eteğine yapıştığı görüntüsünü veriyordu. Moses, her iki vakayı da şöyle yorumluyor: "Her iki hastanın da geç dönem ergenlik çağını tekrarlamaları gerekiyordu" (Lowen,1996:387).

Bu vakada babaya yakışır evlat olma isteği veya babayı aşamama psikolojisi sesinin kişilik kazanmamasına veya ses kişiliğinin değişmesine yol açmaktadır.

Bazı ergenler ise yetişkin sorumluluğunun eşiğindedirler. Kendileri için düşünmeye ve ana babalarının bilgeliğini sorgulamaya başlamaktadırlar. Dünyada ana babalarının ilgisiz kaldıkları temel sorunların bulunduğunu düşünürler. Çevre kirliliği üzerinde bir konferansa gider ve konferanstan daha kirlenmiş olarak ayrılırlar. (Norman 1971) Davranışlarında yetişkinlerin anlamadığı bir tutarsızlık vardır. Bazen ergenler ana babalarının kendilerini ilgilendiren sorunları tartışmaya pek istekli olmadıklarını görürler; bu sorunlar çevresel yıkımdan gece saat kaçta evde olmaları gerektiğine kadar gider. Okul ve öğretmenlerine eleştirici gözle bakarlar. Ana babaları da dahil yetişkinler dünyasında kimsenin kusursuz olmadığını görürler. Ancak yine de yüksek idealizmleri, kusurluluğu kabul etmelerini zorlaştırır (Onur,1995:27).

Ergenler, ailede yapmaları gereken ve öğretilen davranışların çoğunun aileleri tarafından yapılmadığını gözlemleyebilir ve ondan istenen onun için düşünülen ideallerin oluşmasında bazen de yalnız kaldıklarını düşünürler. Esasında ergenin içinde bulunduğu karmaşa bununla kalmaz. Aile bu dönemde birçok davranış zincirinin çocuğunda oluşmasını isterken çoğu zaman hala çocuk oldukları hissini hissettirirler.

Bazen de erkek ve kız çocuklarının kendilerini, ana babaları ile özdeşleştirme dereceleri, onların kişilerarası ilişkilerini ve kendilerine ilişkin duygularını, olumlu ya da olumsuz şekilde etkileyebilmektedir. Kültürler arası bir araştırmada (Mussen young, Caddini ve Morante, 1963), babalarından daha az duygularını alan erkek ergenlerin, babalarına duygusal olarak daha yakın olan ergenlerle karşılaştırıldıklarında, kendilerini daha az güvende hissettikleri, daha az öz güvenli oldukları ve daha az iyi uyum gösterdikleri belirlenmiştir. Diğer araştırmalar (Heilbrun, 1965,1970), babalarıyla özdeşleşen ileri yaştaki erkek ergenlerin, babalarıyla daha az özdeşleşen erkeklerden daha uyumlu olduklarını ve daha güçlü bir cinsel kimlik kazandıklarını ortaya koymuştur. Erkek çocuğun babasıyla özdeşleştikçe sağlıklı bir benlik duygusu geliştireceği gerçeği, kız çocuğun annesi ile olan özdeşleşimi için de geçerlidir. Mussen ve Rutherford (1963), örneklemlerindeki yüksek düzeyde kadınsı kızların, kadınsılık açısından düşük olan kızlara göre annelerini anlamlı düzeyde sıcak daha ilgili ve daha duygusal olarak algıladıklarını belirtmiştir. Başka bir araştırmada kendilerini annelerinden uzak hissedenler kendilerini başkaldırıcı, içtepisel, alıngan ve patavatsız olarak algılamaktadırlar (Block, 1963) ,(Adams,1995: 131).

Oysaki çocuğun kişiliğinin oluşumu, karakterinin biçimlenmesi ve benlik saygısının gelişimi büyük ölçüde özdeşim modelleri olan ana babanın kişilik yapılarına bağlıdır. Kendisine güveni olan anne baba bu özgüvenlerini çocuklarına da yansıtıp güvenli olmalarını sağlarlar. Anne ve babanın davranışlarını kendine model olarak alan çocuk, böylelikle istenen ve istenmeyen davranışları onlardan öğrenecek, kendini bu doğrultuda yönlendirecektir. Ancak çocuğun anne babanın davranışlarını ana-baba çocuk üçgeni arasında sevgi saygı ve güven olması gerekir. Anne babanın birbirlerine karşı olan ilişkilerinin sevgi ve saygı temeline dayanması, gerek çocuğun cinsiyetine özgü rolü benimsemesi, gerekse özdeşleşmesi açısından büyük önem taşır (Yavuzer, 1994:39).

Çocukluktan ergenliğe, ergenlikten yetişkinliğe, yetişkinlikten olgunluğa uzanan ve her dönemin insanda farklı etkiler gösterdiği zaman dilimlerinde, ergenlik dönemi sağlıklı büyüme olanakları sağlandığında daha da önem kazanmaktadır.

Ergenlik Döneminde Öğretmenin Etkisi

Öğretmen, aileden sonra iletişime girilip bilgi alışverişi yapılan, öğrencinin yönlenmesinde etkisinin gücü çok belirgin olan, bir zamanlar onların da ergen olduğu ve bu dönemde en büyük yardımcı şahsiyet. Ergenlerin farklı yapıları gibi öğretmenlerin de bazıları ergenlik

döneminde gençlere farklı tutumlar sergileyebilirler. Unutulmaması gereken ergenin üniversite eğitimine kadar olan süre zarfında sürekli farklı yapıda öğretmenlerle karşılaştığı ve bazılarının onlarda iz bıraktığıdır.

Öğretmenler, aileden sonra çocuklarla en yakın ilişkiye giren kişilerdir. Çoğu çocukta öğretmenin davranışı, sözleri kural gibi benimsenmektedir, öğretmenin bu davranışı çocukları toplumsal, duygusal ve zihinsel gelişimde etkilemektedir.

Öğretmenlerin (hem erkek, hem kadın) tipik olarak kız ve erkeklere eşit davrandıklarını belirtmelerine karşın sınıf gözlemleri bunu doğrulamamıştır (Gutenberg ve Brcıy 1977). Öğretmenler soru sorma, eleştirme, görüşleri kabul ya da reddetme, onay verme ve vermeme, dinleme gibi etkileşimlere erkeklerle daha fazla sayıda girerler (Spaulding 1963; Felsenthal 1970; Good, Sykes ve Brohy 1973). Öğretmenlerin kızlara ve erkeklere farklı davranması, derslerde cinsiyet ayrımı yapması, mesleki olarak farklı yönlendirilmek istemesi gencin inatla kendini farklı ilgi alanlarına yönlendirmesine sebep olacaktır.

Öğretmenin ergenlikle yetişkinlik arasındaki süreyi farklı olarak atlatan ergene göstereceği davranışlar sınırlanamaz. Bilinçli bir eğitimcinin önderliğinde yapılan çalışmalar ve geçirilen süre, çocukların yetişkin birer genç olarak topluma kazandırılmasında çok önemli bir noktadır. Ergenlerin öz-güvene sahip, uyumlu ve yaratıcı bireyler olmaları sağlanmalıdır. Toplumlar açısından çok önemli sayılan bu alanda yapılan çalışmalar, ülkemizde yetersiz olup bir an önce gerekli çalışmalar hız kazandırılmalıdır.

Bütün sınıflar aynı olmadığı gibi, bütün öğretmenler de aynı değildir. Okuttukları çocuklar gibi onlar da bireydir ve sınıfa getirdikleri özellikler, her öğrencinin özellikleriyle benzeri olmayan biçimlerde karışır. Ancak, bir dizi özel öğretmen üslubu vardır. Bu alandaki klasik bir çalışma (Lewis, Lippitt ve White, 1939) üç tür öğretim üslubu belirlemiştir. Demokratik, otoriter ve serbest (Laizer – faire). Otoriter öğretmenlerin sınıflarındaki çocuklar ya duygusuz, ilgisiz ya da saldırgan olmak eğilimindedir; demokratik ya da serbestçi çevredekiler ise daha fazla onay ve ilgi aramak eğilimindedirler ve daha geniş bir bireysel farklılıklar dizisi

sergilerler (Gander, Gardiner, 1993:391).

Öğretmen insan davranışını anlamaya çalışan bir psikolog gibi olmalıdır. Ergene yardımcı olabilmesi için önce problemi çok iyi kavrayabilmelidir. Problem karşısında nasıl davranacağını bilmeli ona göre tedbirli davranmalıdır.

Öğretmenler bu dönemi birlikte geçiren ve farklı yapılarda olan öğrenci topluluklarına öncelikle kendileri daha anlayışlı ve yardımcı olmalıdırlar. Çünkü bu dönemde meydana gelen değişimler daha sonraki yıllarda farklı neticeler doğurmaktadır.

Diğer öğretmenlerden daha farklı olarak çocuğun sesini konuşma ve şarkı söylemede gözlemleyen müzik öğretmenleri bu konuda daha olumlu çalışmalar ortaya çıkarabilirler. Okullarda bu yaş grubu öğrencilerine ders veren müzik öğretmenlerinin çok iyi bilmesi

gereken konu, kız ve erkek çocukların artık çocukluktan çıkmak üzere olduğu ve seslerin yorulmaması gerektiğidir. Sese engeller çıkartmadan gelişim sürecini tamamlamasına yardımcı olunmalıdır. O halde müzik öğretmeni bu yaş grubu çocukları hakkında meslektaşları ile tartışabilir ve olumlu bir etkileşim dönemi başlatabilir (Malkoç, 1993:3).

Öğretmenin başarması gereken önemli bir görev, öğrenciye bedenini tanıtma ve başkalaşım döneminde kız ve erkek seslerinin farklılıkları anlatılıp kendilerinden utanmamalarını sağlamaktır. Bu durumların sadece kendileri için geçerli olmadığını, bütün insanların en yakın olarak kendi ailelerinin de bu dönemi atlattıkları anlatılmalıdır. Ergen kendisi ile ilgili her durumu bilirse topluma uyum sağlaması o derece çabuk ve sorunsuz olur. Yine bu dönemde müzik öğretmenleri ses eğitimcilerini ve bu konuda çalışmalar yapan kulak – burun-boğaz dalında uzman doktorları okullara davet ederek, sesle ilgili problemlerin cevaplandırılmasını sağlayabilirler.

Özellikle kız ve erkek öğrencilerin bir arada öğretim gördüğü karma okullarda, erkek öğrencilerin sorunları daha fazla olabilir. Sesinden utanan erkek ergen, arkadaşlarının özellikle kız arkadaşlarının kendisiyle alay edeceğini ve beğenilmeyeceğini düşünebilir. Bu dönemde kendini bir gruba ait görme, grup tarafından benimsenme çok önem taşır. Böyle bir durumda öğretmen ergenin sesiyle değil de bir çalgı ile müzik dersine katılabilmesinin doğruluğunu anlatıp, hem çalgı becerisini geliştirebileceğini, hem de kendine olan güveninin artabileceğini söyleyebilir. Öğretmen olası sorunlara çözüm üretirken, bu dönemde bağırmanın, gürültülü ve tozlu yerlerde bulunmanın, sigara ve alkol kullanmanın sese verdiği zararlardan da bahsederek, sesi koruma yöntemlerini açıklamalıdır.

Ergende Ses Değişimi(Mutasvon)

Çocukken her şeyin normal seyrinde gittiği, ergenlik dönemine gelince çözümü imkansız gibi gelen farklı ses yapıları, ergenlik dönemini geçirmiş olan kişilerin kendi aralarında bazen gülüşmelere, komik olaylara sebep olur. “Sesim birden kalınlaşmıştı, kızlar gibi konuşuyordum, şarkı söylerken birden sesim gidiyordu, sesim dikiş tutturamıyordu” gibi konuşmalar ergenlik döneminde yaşanılan gerçekleri anlatmaktadır. Çocuk korolarında şarkı söylerken kendini birden büyümüş bulan, şarkı söyleyememenin sebebini anlayamayan ergen, şaşkınlık içerisinde olabilir.

Oysaki yaşadığı çevre, yaşam biçimi, biyolojik değişimler, kalıtımsal özellikler v.b. birçok şey onun etkilenmesine sebeptir. Her iklim, farklı toplumlar ergenini, hayata kendi koşullarına göre yönlendirmektedir.

Geçmiş yüzyıllarda, ilkel, tarımsal ve kentsel kültürler, çok erken yaşlarda gençlerinin katkılarına gereksinim duymuşlardır. Bu kültürlerde, çocuklar çocukluktan, bugün ergenlik olarak adlandırdığımız dönem için hemen hiç ara vermeden yetişkinlik sorumluluklarına

atlamışlardır. Ekonomik ve toplumsal baskılarda yetişkinlik sorumluluğu ergenliğin yaşını aşağıya doğru çekmiştir. Böylelikle ergenlik, fizyolojik, hormonal gelişim, toplumsal etkiler, ekonomik durum, duygusal gelişim gibi değişik bakımlardan ele alınmıştır (Adams, 1995:13).

Ergenliğin, iklim koşullarına, ekonomik koşullara vb. bağlı olarak geliştiği düşünüldüğünde, çocuğun biyolojik ve sosyolojik yapışma göre bu çağı atlatması, farklı yaş sürelerinde gözlemlenebilir. Ergenlik olarak tanımlanan gençlik döneminde, vücutta oluşan biyolojik değişikliklere eşlik eden ruhsal gelişme ve psikososyal değişme, 18-20 yaşlarına kadar olan süreyi içerir. Bu süre zarfında gençlerin geçirmekte oldukları değişimler, bazen problemlere yol açar.

Gençlerin boy uzaması, kilo artışı, bedensel orantılardaki değişimler, kemiklerin gelişimi, kas gelişimi, sinir sistemi gelişimi ve duyu organlarının gelişimi farklılık gösterir. Beden aynı anda ve hızda bir bütün olarak büyümez. Değişik beden kısımları ve organları değişik hızlarda gelişme ve artış gösterir. Bütün bu değişimler içerisinde gençler farklı davranış biçimleri içerisinde bulunurlar. Kimileri geçirmekte oldukları bu değişimleri kabullenirken, kimileri bu değişimleri çok zor atlatırlar. Bu konularda çocukların bilinçlendirilmeleri çok önemli bir husustur.

Gelişme döneminde öncelikle gençlerin fiziki yapıları ve ses tonlamaları dikkat çeker. Erkek seslerinin bir oktav kalınlaştığı kız seslerinin de kadınlaştığı bu devirde seslerin yorulmaması gerekmektedir. Sahip olunan sesin ilerisi için ne derece gelişip gelişemeyeceği belli olmadığından, bu dönemde gençlere anlayışlı tavırlarla yaklaşmak yerinde bir davranış olacaktır.

Ses değişimi, hançeredeki doğal büyümeye ve olgunlaşmaya bağlantılı olarak kız ve erkek çocuklarda "çocuk sesi" özelliklerinin kaybolmasıyla başlar; kızlarda az erkeklerde çok yoğun değişikliklerle sürer; kız seslerinin düzelip olgunlaşması, erkek seslerinin ise bir "tam sekizli" (oktav) kalınlaşmasıyla son bulur. 9 yaşından önceki dönemde elverişli bir ortamda genellikle orta gürlükte (mf-mp), yumuşak ve tatlı bir karakter taşıyan çocuk sesi, 9 yaşından itibaren daha da gelişerek 12-13 yaşlarında doruk noktasına ulaştıktan sonra, 13-14 yaşlarında ses değişimi denilen yeni bir oluşum dönemine girer (Uçan, 1994:19).

Yapılan çalışmalar buluğ dönemini 12 ile 15 yaşlarında olduğu ve birkaç aydan birkaç yıla kadar uzayabileceği yönündedir. Bazen buluğ gecikebilir. Bu da şarkıcının sesine !r ^ava katar. Gerçek hadımlarda (kastrato) hiçbir zaman buluğ gerçekleşmez, ses kendine özgü ince bir tonda kalır. Hadımlarda erişkin bir akciğer üzerinde çocuk larinksi vardır diyebiliriz. Bunun sonucu olarak üç oktav kadar geniş bir ses alanı, büyük bir ses volümü ve mükemmel bir solunum hakimiyeti vardır. Profesyonel bir şancı bir notayı en çok 30 saniye kadar aralıksız çıkarabilirken ünlü kastrat Farinelli iki dakika hiç soluk almadan bir notayı verebilmekteydi. Kastratolar, günde 8-9 saat çalışırlardı ve çok oynak ses yapısına sahiptiler. Kilise

16. yy da hadımlaştırmayı yasaklamış olmasına rağmen 1900'lü yılların başında bazı kiliselerde kastrato sesi dinlemek mümkündü. Kastratoların ortaya çıkış nedeni ve yaygınlaşması kadınların eski Romada sahnede ve daha sonra kilisede şarkı söylemesinin yasak olmasından kaynaklanıyordu. Kastratolar ortadan kaybolunca kadın sesleri gerçek yerlerini bulmuştur. (Ömür, 1995:2).

Başka bir kaynakta değişim döneminde çocuk sesinin, premutasyon, mutasyon ve post mutasyon dönemlerinden geçtiği ve erişkin sesine ulaştığı belirtilmektedir. Mutasyon genellikle 9-12 yaşlarında başlamaktadır. Erkek çocuklarda bu dönem, 6 aydan 1 yıla kadar kız çocuklarda ise 6 hafta ile 3 ay kadar sürmektedir. Püberte sırasında hormonlara bağlı olarak larenkte gelişme olur. Bu gelişme erkek çocuklarda anterjör – pasterjör doğrultudadır. Kız çocuklarda ise larenk daha çok yukarı doğru gelişme gösterir. Ses telleri de bu süre içinde erkek çocuklarda 1cm, kız çocuklarda 3-4mm kadar uzar. Erkeklerde konuşma tonu bir oktav kızlarda ise bir üçlü kalınlaşır. Son çalışmalar, sesin aşağı frekanslara doğru gelişmesinin nedenini ses tellerinin uzayıp genişlemesinden başka, elastikiyetinin de artışına bağlamaktadır. Erkeklerde ses tellerindeki kas dokusunun bağ dokuya oranı daha fazladır. Kadınlarda ise bunun tersidir. Sağırlarda ses değişiminin gecikme sebebi akustik açıdan erkek sesindeki farklılığın duyulamamasındandır (Cevanşir, Gürel, 1982:59).

Ergenlik dönemine geçişte, gırtlak (Adem elması), boyu ve ses telleri açısından yaklaşık iki kat uzunluğuna ulaşınca erkek çocuğun sesi hacimde ve perdede kendine özgü bir başkalaşım ya da değişim göstermeye başlar. Şanslı olan birçokları için değişimler derece derece ortaya çıkar ve güçlükle fark edilir. Ses değişimi sıkıntı kaynağıdır çünkü; erkek çocuk bir cümleden diğerine geçişte başına ne geleceğini bilemez. Şarkı söyledikleri zaman sesleri bir an soprano gibi daha sonraki pasajlarda bariton gibi çıkar. Sonuçta utangaç olabilirler ve ana – babalarının, diğer yetişkinlerin, kızların onları konuşturma girişimlerinden kaçabilirler (Gander,Gardiner, 1993:415).

Değişim döneminde kendini yetişkin gibi göstermek isteyen ve bu konuda bilince ne derece sahip olduğu bilinmeyen erkek çocuklarda babanın sesini taklit etme, sesi boğuklaştırma kısma ve benzeri durumlarla, kız çocukta da anneyle özdeşleşme ve annenin sesini taklit etme gözlemlenebilmektedir.

Bir başka kaynakta, çocukluktan gençliğe geçiş başkalaşım dönemi olarak gözlemlenip, sesin kalınlaşması ve pesleşmesine neden olan fizyolojik olay "Mü" olarak belirtiliyor. Bu dönem sonunda çocukların sesleri gerçek hüviyetine kavuşur ve önceki ses yani çocuk sesi dediğimiz ses tamamen kaybolur. Kız çocuklarda belirsiz geçen bu dönemin, erkek çocuklardaki seyri açık bir şekilde gözlemlenebilir. Erkek çocuklarda ses kısılmaları ile birlikte sık sık boğaz ağrısından şikayet edilir. Konuşma sesi boğuk ve kendine has bir tembr alır. Bütün bunlar değişimin başladığına dair işaretlerdir. Bu arada ses cihazı, hançere de gelişmeye başlar. Hemen hemen önceki durumun iki misline ulaşır. Ses bir oktav (erkeklerde), bazen daha

fazla pesleşir. Kızlarda belirsiz geçen değişiklik, daha çok tını üzerinde olur. Yaşla birlikte tembr de değişir. Ancak seste belirgin bir değişikliğin görülmeyişi mutasyon olayının olmayacağı anlamını taşımaz. İster kız olsun ister erkek çocuk, mutasyon, her ikisinde de aynı

derecede önemlidir. Ilık iklimlerde yaşayan erkek çocuklarda (14-15), kızlarda 13 yaşına doğru başlar. Sıcak iklimlerde gelişme daha çabuk olduğu için daha erken başlar. Ses değişimi olayı kesin olmamakla birlikte erkeklerde 20 yaş, kızlarda ise 18 yaş civarına doğru son bulur (Elmas, 1987:90).

Victor Popov bu dönemin özelliklerini şöyle dile getiriyor. "Erkek çocuklarda mutasyon esnasında sesin renkliliği söz konusu. Burun değişiyor, ses gürleşiyor, yüz pek sempatik olmuyor. Bu süre erkek çocuklarda 3-6 ay ya da 2 yıla kadar devam edebilir. Oysa kız çocuklarda mutasyon 2-3 ay süreyle aralıklarla 2 kez oluyor. Kız çocukların değişim döneminde ses kısık oluyor, dilin gelişmesiyle gevezelik dönemi (en az 3 ay) başlıyor. Bundan sonra cinsel olgunlaşma ile gene görülüyor. Bu dönemde çocuklarla mutlak görüşmeli, gırtlaklarında değişmeler oluyorsa sesin yüksekliği kayboluyorsa bu durumda korkulacak bir şey yoktur. Bunu gidermeye çalışmayıp katlansınlar. Bunlar geçicidir. Kaslar kızarmaya başlıyor, kaslara bol kan geliyor ve balgam oluşuyor. Bu nedenle zorlama olmamalıdır. Yoksa ses ömür boyu sakat kalabilir. Erkeklerin cinsel olgunlaşması ve ses değişimi 25 yaşına kadar sürebilir. Kızlardaki gibi basit geçmez. Boğaz kaslarının eni ve kalınlığı çok yavaş gelişme göstermektedir" (Popov, 1989).

Değişim döneminde sesle tanışma ve değerlendirme yapabilmek için o sese ait özellikleri gözlemlemek gerekir. Her sesin ergenlik döneminde gelişimi farklılık göstereceği için öğrenciyi tanımadan ve ses yapışım bilmeden çalıştırmak olumsuz sonuçlar ortaya çıkarabilir. Eğitime başlayacaklarda ses sınıflamasını hemen yapmak hatalı bir davranış olacaktır.

Ester Salaman, bu dönemdeki gözlemlerini şöyle dile getiriyor. "Erkek soprano ve altolara da ders verdim, bunlar genellikle bizim ana Opera Evlerimiz tarafından solist olarak aranmaktadırlar. Bunlar, Benjamin Britten'in 'Turn of the Screw'undaki Miles, Wagner'in 'Tannhäuser'indeki çoban çocuk, Mozart'ın 'Sihirli Flüt'ündeki the Spirits (Ruhlar) ve Puccini'nin 'Tosca'sındaki çoban çocuk gibi çeşitli rolleri gerektiren bir orkestrada fazla gayret göstermeksizin kendi seslerini yönlendirmeyi ve desteklemeyi öğrenirler. Bu tür bir söyleyiş onların tümünü kapsar – kilise ve katedralin akustiğine ve ambiansına çok iyi bir biçimde uyan kumru gibi öten "uu" sesinden çok daha fazlasını kapsar – okul korosunda bulunan çocukların çok sevilen sesidir bu. Yalnızca çok az sayıda çocuk yetişkin olduklarında profesyonel olarak şarkı söylemeyi sürdürürler fakat tümü müziksel olarak zengin kalırlar. Sesleri, on iki buçuk ve on dört yaşları arasında, 'kırılma' dönemine yaklaşırken, konuşmada ve şarkıda düşük notalar ortaya çıkar ve aynı zamanda hayret verici yüksek notalar. Her zamankinden daha fazla çınlama görülür. Aslında bu zamanda seste farklı bir güzellikle karşılaşmışımdır, çocuğun bu yaştaki artan duyarlığı tarafından daha da güzelleşmiş olan ses, belki de efsanevi

kastrato sesi ile karşılaşmamı sağlamıştır. Erkek çocuğun 'yetişkinler için olan' pes notaları denemesi her zaman çekicidir ve koroya yardımcı olması açısından okullarda, erkek çocuklara tenor ya da bariton söylemeleri önerilir. Bu konu, öğretmen ile öğrencinin takdirine bırakılmalıdır fakat kişisel olarak ben bunu önermem. Genç kızların solist olarak bu kadar çok olanakları yoktur. Çünkü sesleri kırılabilir ama ergenlik yaşlarına girmeye başladıklarında gittikçe daha çok renk ve ses rengi ortaya çıkar. Hiçbir zaman "dinlenme" dönemine gereksinim duyulmaz fakat bu dönemde ya da daha sonraları genç kızlara psikolojik baskı uygulanmamalıdır (Salaman, 1990:104-105)

Erkek çocukların bu dönemde kendilerini daha tuhaf ve güvensiz hissettikleri fakat iyi bir eğitim sonucunda iyi işlenmişlerse verebilecekleri nota sınırına göre ve ses yapılarına göre parçaları seslendirmeleri sağlanabilir. Özel durumun söz konusu olduğu bu dönemde çalışmalara bir müddet ara verilmesi, sesin kullanılmaması daha tutarlı bir yol olacaktır.

Victor Popov 'Çocuk Korolarında Eğitim' konulu seminer notlarında bu konunun önemini şöyle vurgulamaktadır. "Ses eğitimcilerinin, mutasyon dönemi uygulamalarını ve sonuçlarını büyük bir dikkatle izlemeleri gerekmektedir. Bu dönemin seste kalıcı arızalara neden olmaksızın atlatılması, eğitimcilerin bilinçli yaklaşımlarına ve bilgi birikimlerine bağlıdır. Bu değişim çocuklara en iyi şekilde açıklanmalı, konuşma ve şarkı söyleme sırasında sesin zorlanıp bastırılmadan kullanılması, bu sorunların geçici olduğu, ancak bir süre beklenmesi gereği belirtilmeli ve bu bilincin kazandırılmasına çalışılmalıdır. Bununla birlikte çok hassas ve hatta zaman zaman tehlikeli olan bu dönem onların asla şarkı söyleyemeyecekleri şeklinde algılanmamalıdır. Çocuk bu dönemde doğasının ona verdiği sınırları aşmaksızın, zorlamadan sesini kullanabilir. Alıştırmalarda ve şarkılarda çıkabildiği tonlara kadar, gerekirse göçürerek (transpoze) ya da ikinci sesi söyleyerek müzik yapabilir. Bu konuda farklı görüşler olmakla birlikte, genellikle eğitimcilerin ortak eğilimi, bu dönemde ses eğitimine, belli süreler içerisinde ve bilinçli bir şekilde devam edilmesi yönündedir" (Çevik,1997,36).

Yakın zamana kadar eğitimcilerin zaman zaman bu dönemdeki ergenlerin çalıştırılması konusunda tartıştıkları ergenlerin sesleri, artık günün koşullarında tartışmasız bilinçli çalıştırıcıların yetiştirilmesi ve bilinçli bir eğitimin oluşmasını ön görmektedir. Müzik liselerinin açılması, sanata ağırlık veren ve çocuğunun gelişiminde müziğin de bir yeri olmasını isteyen aileler bu konunun önemini bir kez daha vurgulamaktadır. Yapılan araştırmalar sonucunda bilim adamlarının bu görüşlerini eğitimciler de yaptıkları araştırmalarla desteklemektedirler.

Örneğin, Frank-Sparber İkilisi yaptıkları araştırmalarda, mutasyon sırasında hiç ses eğitimi yapılmamasının bu sürede sesi kötü kullanmak kadar zararlı olduğunu saptayıp, sesin kullanımı sırasında sese zarar veren yanlışlıkları şöyle sıralamışlardır;

- Normal ses sınırını aşma,

- Çocuk yaşına uymayan ses dinamizmi (çok kuvvetli söyleme ve bağırma),
- Solunumu iterek (forse) kullanma,
- Uzun süreli koro çalışmaları,
- Ses türünü ayırmada yapılan yanlışlıklar,
- Bağırarak konuşma,
- İyi telaffuz etmeme (sesli ve sessizleri iyi boğumlamama). (Cevanşir, Gürel, 1982:58).

Mutasyon döneminde sesleri değişim içerisinde olan ergenlerin problemleri, bu konuda hazırlanmış iyi bir program ile çözümlenebilir. Ancak böylelikle ses eğitiminin temel

ilkeleri oluşturulup, kalıcı, köklü bir değişiklik yapılabilir. Ergenin yaşına göre yapılacak eğitim, problemlerin çözümünü de beraberinde getirir.

Genel olarak eğitime yeni başlayanların sesleri orta bölgelerde ve çok geniş olmayan sınırlar içindedir. Bu durumun alt ve üst rejistır seslerinin nasıl kullanılacağının bilinmemesinden kaynaklandığı söylenebilir. Eğitimin başlangıcında koroda gerçek anlamda soprano, alto ve bas seslere az rastlanmakla birlikte, eğitim süreci içinde sesler kimliklerini daha doğru bir şekilde ortaya koyacaklardır. Burada üzerinde durulması gereken husus, seslerin isabetli bir şekilde ait oldukları gruplara yerleştirilmeleridir. Sözgelimi yüksek baritonların tenor partisine, tiz mezzo – sopranoların ise alto partisine yerleştirildikleri sıkça görülmektedir. Genellikle temel ses eğitiminin verildiği korolarda karşılaşılan bu sorun koro dağarının dikkatle ve titizlikle oluşturulmasıyla çözümlenebilir. Profesyonel korolar üyelerini eğitim sürecini tamamlamış seslerden seçtikleri için böyle bir sorunla daha az karşılaşmaktadırlar. Koro eğitici-yöneticileri ses eğitimine orta bölgelerden başlayarak, sesler oturmaya ve kendilerini sınıflamaya başlayıncaya kadar, tiz ve pes tonları kapsayan alıştırmaları dikkatle uygulamalıdırlar (Çevik, 1997:57).

Ergende Ses Bozukluğuna Sebep Olan Etkenler

Sesini profesyonel anlamda kullanacak kişiler sesin oluşmasını sağlayan organlarını etkili ve olumlu kullanmalıdır. Çünkü ses, bilinçsizce kullanılması sonucu zarar verilmesi halinde hiç ummadığınız bir anda, umulmadık bir şekilde kaybedilebilir. Her şey yolunda görünürken kapasiteyi zorlama ile bir sabah sesimizi kullanamadığımızı görebiliriz. Bu rahatsızlıklar neticesinde kişide birçok problem oluşabilir. Rahatsızlığının gelip geçici olduğunu düşünerek tedaviyi önemsemez. Sesini, bir daha hiç kullanamayacağını düşünerek bunalımlara girebilir. Tedavi sonrasında "iyileştim" diyerek eski alışkanlıklarını sürdürebilir.

Sesini profesyonel amaçla kullanacak kişiler ses eğitimi almak zorunda olduklarının bilincindedirler. Çünkü alınacak ses eğitimi sayesinde kişiler sesleri ile tanışırlar, seslerine göre

repertuar oluştururlar, seslerinde yanlış çalışma sonucu oluşacak rahatsızlıkları öğrenirler, zamanla oluşacak biyolojik etkenlerin farkında olarak bünyelerindeki oluşumlarını bilebilir ve bunlara göre tedbirler geliştirebilirler.

Bütün gün öğrencilerine ders anlatıp şarkı söyleyen müzik öğretmenin sağlıklı ve güçlü bir sesle ders yılını bitirmesi, şan resitalinde sesini tüm esnekliği ile kullanabilen ve bist parçalarının sayısını arttıran bir sanatçının güzel sesini dinlemek, bir tiyatro salonunun en ücra köşesinde oturup şansızlığınıza yanarken tiyatrocunun o güçlü sesiyle bize ulaşması sağlıklı çalışmalar sayesinde olmaktadır. Bu yüzden sesini kullanan kişiler karşılaşacakları her türlü tehlikeyi bilmek zorundadırlar.

Prof. Dr. Daniel Boone'nin 'Ses ve Ses Bozuklukları Konferanslar Dizisi'nde sunduğu bildirisinde sese zarar verecek dış ve iç etkenler bazıları şöyle sıralanmaktadır.

Allerji ve İnfeksiyon

Ergenler de alerji ve üst solunum yolları infeksiyonlarına bağlı ses değişikliklerinden etkilenirler. .Diğer kişilerin aksine solunum yollarındaki çok basit hastalıklar bile ses eğitimi alan ergenin üzerine çok olumsuz etkiler yapabilirler. Allerji ve infeksiyon burun, sinüs, boğaz ve larenks mukozalarında ödem ve inflamatuar (yaranın ilk dönemindeki sıvılı doku gibi) olaylara neden olur. Bronş ve alveollerde sorun olursa, solunumun etkinliği kaybolur. Bu durumlarda kendiliğinden ilaç kullanmamalıdır. Hekimle birlikte tedavi olmalıdır. Salgıları sulandıran mukolitik bir ilaç almak geçici bir rahatlama sağlar. Üşütme ve allerji anında mümkünse çalışma yapmamak veya azaltmalıdır.

Ses istirahati yaparak larenks yapılarına ve larenksin fonksiyonuna hasar verilmemelidir. Yatak istirahati, bol sıvı ve hekim tavsiyesi ilaçlarla iyileşme mümkündür.

Hidratasyon

Fonasyonla ilgili yapılardaki genel hidratasyon seviyesi önemlidir. Ses nemli ortamlarda kuru ortamlara göre daha iyi sonuç verir. Bazı ilaçlar larenks mukozasına kurutucu etki yaparlar. Ortamın düşük nem oranı da boğazda kuruluk yapar. Performansın gerçekleştirildiği çalışma alanının nem oranının %40 ile %50 arasında olması gerekir. Tiyatrolarda ve klimalı salonlarda nem oranı çok düşüktür. Nem %10'a kadar düşebilir. Ortamda yetersiz nem oranı ses yollarında, mukozada kurumaya, kızarıklığa ve ödeme neden olur ki bunlar, ses performansını ileri derecede bozabilirler. Eğer sahnede nem oranını arttıracak aygıtlar yoksa sanatçı sahneye çıkmadan önce kendisi nemlendirici kullanmalıdır. Çok su içmek vücuttaki sıvı miktarını arttırır. Diğer taraftan da aşırı nemin olumsuz etkisi vardır. Solunum yolları aşırı derecede nemlenirse burun ve boğaz aşırı mukusla, salgıyla bloke olur. Bazı ilaçlar, sigara ve düşük nem üst solunum yollarında kuruma yapar. Sesini kullanan kişiler larenks ve boğazdaki dokuların sıvı dengesinin önemini bilmek zorundadır. Kurutan ilaçlar yeterli sıvı

alınması ve ortamdaki nem oranının dikkatli takibi, ergenin hava yolunun yeterince ıslak kalmasını sağlar.

İlaçlar

Rastgele alındığında sese zarar verebilir. Aspirin çok miktarda alındığında vokal kord mukozasında kanamaya neden olabilir. 'Antiallerjik ve antiödem'in (ödem giderici) dikkatsiz kullanılması dokularda ödem ve aşırı kuruluğa neden olabilir. Hipertansiyon veya zayıflama amacıyla kullanılan örneğin idrar sökücü ilaçların çok fazla kurutucu etkisi vardır. Beta bloker (hava yollarını daraltıcı) ilaçların bronş ve larenks spazm yapıcı etkileri nedeniyle sesi bozucu yan etkileri vardır. Bazen ani ses kaybına yol açabilirler. Her türlü hormonal ilacın ses tınısı ve kalitesi üzerine etkisi vardır. Sese zararlı ilaçlar bilinmeli bazı ilaçlar arasındaki olumsuz etkileşimlere dikkat edilmelidir. (Boone,1992).

Üşütmeyle birlikte rahatsızlanmalarda doktora danışılmadan sık sık boğazdaki iltihabı kurutsun diye antibiyotikler alınmaktadır Aspirin hemoraji sebebi olup ses bozukluğuna neden olabilir. Alternatifi olduğu müddetçe hiçbir ses sanatçısı tarafından kullanılmamalıdır, yan etkileri vardır. Hasta olmamak için alman yüksek dozda C vitamini alışkanlığı da boğazda kuruluğa sebep olur.

Yorgunluk

Fiziki yorgunluk sesi olumsuz etkiler. Ses çıkaran organların çok çalıştırılması, programların uzun ve yoğun olması, gürültü seviyesinin yüksek olduğu yerlerde fazlasıyla konuşmak, vücudun genel yorgunluğunu dikkate almamak, yorucu ve kapasitenin dışında çalışmak sesin kısılmasına sebep olur. Yorgunluk dikkate alınmazsa ses kısıklığı daha ciddi problemlere yol açar. Bilhassa konser öncesi yapılan ağır çalışmalar vücut yorgunluğuna ve ses kısıklığına sebep olur. Bazen de kısa zamanda hazırlanılan konserler ve buna bağlı yapılan yetersiz çalışma, ses için uygun olmayan saatlerde sesin ısınmasını beklemeden zamansız çalışmalar zarar verebilir. Sesini sabahları ısıtamayan kişilerin sabah saatlerinde yapılan çalışmaları sese zararlı olabilir. Bu nedenle ders ve çalışma programlarının hazırlanmasında bu önemli durum göz önünde bulundurulmalıdır.

Tekniğin yanlış kullanımı

Sese zarar verebilecek etkenlerin başında gelir. Bazı kişiler tekniklerinin hiç bozulmayacağını düşünsede, zamanla karın kaslarının desteğinin kaybolması, göğüs kafesine yüklenme sese zarar verebilir. Ayrıca seslerini bozmayacaklarını düşünerek beğendikleri bir sesi taklit ederek sesi zorlama hatadır.

Bazen de kendi seslerinin olmak istedikleri ses olmadığını düşünerek teknik çalışmaların farklı ses sınırlarına yönlendirilmesi zararlıdır. Sesi olduğundan başka yönlendirme yapmak hatadır.

Alışkanlıklar, ses tellerine zarar verebilir. Sigara, pipo, puro aşırı kuruma, tahriş yaparak mukoza da etki bırakabilir. Sesini meslek olarak kullanan kişiler sigara içmemeli ve sigara içilen ortamlarda bulunmamalıdır. Sigara içimi sonrasında ses telleri mukozasında tahriş, akciğerlerin kapasitesinin azalması gibi şarkı söyleyen kişinin performansını etkilemesi söz konusudur. Aynı şekilde alkol kullanımı da sesin tınısını ve kalitesini değiştirebilir. Mukozanın yaptığı salgıları bozar ve damarların genişlemesine sebep olur. Çok az içildiğinde bile kasların ince motor ayarını bozabilir. Emek vererek uzun bir zaman diliminde yapılan çalışmalar bir anda yok olabilir. Bilhassa konser öncesi yatışma anlamında alkol içimi kesinlikle yapılmamalıdır.

Ses tellerinde kanamaya ve travmalara sebep olacak uyuşturucu niteliğinde ilaçlar kullanılmamalıdır. Bir zaman sonra ses tellerinde tahrip olacağı için sesin titrek çıkması da engellenemeyecektir. İhsana maddi-manevi olarak zarar veren ve mesleki ahlakını olumsuz yönde etkileyen uyuşturuculardan kesinlikle uzak durulmalıdır.

Duman ses kanalı boyunca hafif ödem, yaygın iltihaba sebep olur. Hem dumanın kendisi hem de sigaranın sıcaklığı önemlidir. Bazı tiyatrolarda sahneden salona doğru fan yerleştirilerek sanatçının etkilenmemesi sağlanmıştır. Az miktarda alkolün etkisi tartışmalıdır. Birçok uzman vazodilatasyon (damar genişlemesi) yaptığı ve mukozada değişikliğe yol açtığı için alkole karşı çıkmalarına rağmen az miktarda olsa alkol alırlar. Fakat birçok sanatçının bazı şarap ve biralara alerjileri vardır (Ömür,1990:3).

Bazı yiyecekler

Konser öncesi yenildiğinde boğazda tahriş, kuruluk dolayısıyla sürekli temizleme hissi oluşturur. Kuru yemiş, dondurma, çikolata, kahve rahatsızlık oluşturur. Limon, kekik, ıhlamur ile yapılan çayların yararları olabilir.

Gece geç yeme alışkanlığı

Reflü larenjit (yemek borusundan üst hava yoluna mide içeriğinin geçmesi ile oluşan reaksiyon) hayat tarzlarından dolayı şarkıcıların ortak sorunudur. Gece yenilen yemek dolayısıyla dolu mideden gelen asitle uyarı sonucunda larenksteki kıkırdak kas yapılan ve ses telleri etkilenir. Sabah kalkıldığında ağızda kötü koku, acı bir tat vardır. Boğazda bir şey varmış gibi hissedilir ve sesin ısınması için uzun süreye ihtiyaç vardır. (Ömür, 1990: 3).

Farkına varılmayan işitme kaybı, şarkıcılarda çok önemlidir. İşitsel feed-back şarkı söylemenin esaslarındandır. Eğer şarkıcı işitme kaybının farkında değil ise kontrol

mekanizmasındaki değişiklikler ses üretiminde farklılıklara sebep olabilir. Orkestranın gürültüsü, salonların akustiğinin yeterli olmaması, sesi duyurma için çaba harcama ses kirliliğine sebep olabilir. Sürekli gürültü, kulaklıkla yüksek seste dinleme işitme kaybının azalmasına yol açabilir.

Genel sağlık durumu

Şarkı söylemek, birçok fiziksel fonksiyonun uyumlu çalışmasını ve iyi bir kondisyonu gerektiren atletik bir aktivitedir. Bedenin herhangi bir yerindeki hastalık sesi etkileyebilir. Karın kasları ve solunum egzersizlerinin ihmal edilmesi sesin zayıflamasına neden olur. Sesini kullananlar böyle zayıflıkları kompanse etmek için özellikle boyundaki uygun olmayan kas gruplarını kullanmaya çalışırlar. Sonuçta da ses bozuklukları çıkar. Opera sanatçılarının kilolu olması gereği yaygın bir mantık olmasına rağmen bu yanlıştır. Aşırı kilo sağlığı bozabilir. Aynı zamanda kilo kaybı da düzensiz olursa ses problemine yol açar (Ömür, 1990:3).

Lombard etkisinin bilinmemesi

Yani gürültülü ortamlarda sesin şiddetinin arttırılması eğilimi hatadır. İyi bir şarkıcı bu eğilimin nasıl kompanse edileceğini bilir ve sesi için zararlı olacak şiddette sesini yükseltmez. Klasik müzik sanatçıları daima bu eğitime sahiptirler ve sıklıkla sadece bir piyano ile şarkı söylerler. Fakat büyük salonlarda orkestra ile çalışanlar veya operalardaki şarkıcılar tecrübesiz dönemlerinde aşırılığa kaçarlar ve seslerini zorlarlar.

Çalışma ortamının iyi olmaması

Havasız, toz içinde olması sağlıklı bir sesin kaybına sebep olur. Şarkı söylemeye uygun olmayan konser salonlarında sesi duyurmak için sesi volümlü çıkmaya zorlamak rahatsızlıklara sebep olur.

Gribal enfeksiyon

Böyle durumda ergen hastalığın başlangıcında ise şarkı söylememelidir. Soğuk algınlığı boğaza iner ve iltihabi durumlar söz konusu alabilir. Ağrı geçtikten ve enfeksiyon iyileştikten sonra ses hala çıkmayabilir. Sesin esnekliğini kazanabilmesi için zamana ihtiyaç vardır.

Limon ve bal gibi yumuşatıcı içecekler, bazı sütlü içecekler, kaynar suyun içine nefes açıcı damlalar damlatmak ve solumak soğuk algınlığına her zaman iyi gelmektedir.

Yolculuk yapma

Yolculuk esnasında değişim gösteren ani iklim değişiklikleri ve havalandırma dikkat edilmesi gereken bir noktadır. Bilhassa uçak de yapılan yolculukta, akılda tutulması gereken tek

şey susuz kalmamaktır. Uçakta yaklaşık %2 nem bulunur bu yüzden uçuş öncesi ve sonrasında bol sıvı alınmalıdır.

Zorlanma

Vokal sistemdeki denge yoksunluğundan kaynaklanır. Nefes basıncının dengesi, nefes borusu ağzındaki doğru kaslara karşı, destek kaslar tarafından tutulur. 'Notanın başlangıcı", konu olan ünlünün anında şekillendirilmesi ve ünlülerin nefes ile etkileşmesi sonucunda oluşur. Ünlü merkezi doğru olarak anlaşılmaz ise yeteri kadar sabit nefes desteğine sahip olunmadığı zaman zorlanma oluşur. Ayrıca boyun üzerinde göze çarpan kırmızı damarlar, doğal olmayan çene pozisyonu, mutsuz bir yüz ifadesi, yanlış duruş zorlanmanın sebebi olabilir (Salaman, 1990:80).

Konuşma sesinin desteksiz olması

Şarkı söyleme anında dikkat edilen nefes desteği konuşma anında önemsenmez. Oysaki şarkı söylemekten çok konuşma gerçekleştirildiği için dikkatli olmak gereklidir. Bilhassa ergenlerde desteksiz konuşma sıkça görülmektedir. Ayrıca aşırı telefon kullanımı, aşırı ve hızlı konuşma desteksiz olursa, ses tellerinin tahrip olmasına ve boğaz ağrılarına sebep olmaktadır.

Korku

Müzikle uğraşanlarda sahne öncesi yaşanan stres ve korku sahnede korku yaratabilir. Güvensizlik, dinleyici karşısında şarkı söylemek, başarı olayının negatif düşünülmesi korkuya sebep olabilir ve bir an sesin çıkmayacağı görüntüsü oluşabilir.

Ağırlık kaldırma

Yorgunluğa sebep olacağı için olumsuz sonuçlar doğurur. Taşınabilecekten daha fazla kaldırılan yük kasları zorlar. Dolayısıyla ağrılar ve kasılmalar oluşur. Omurilikte sertleşme hissedilir. Direkt boyun kaslarına zorlama yapar.

Hava kirliliği

İnsanların burun, göğüs, sinüs, gırtlak ve akciğer bölgelerini ayrıca psikolojik yapısını etkileyen çok önemli rahatsızlıktır. Hava kirliliği burun gerisine akıntı, öksürük hapşırık, sinüzit, nefes alma zorlukları, kronik öksürük, ses problemleri (özellikle kronik kısıklık ve larenjit) ve baş ağrısına sebep olmaktadır. Bilhassa insan sayısının gün geçtikçe artış gösterdiği büyük şehirlerde hava kirliliği, önlem alınmadığı bölgelerde yaşayanlarda ciddi rahatsızlıklara sebep olmaktadır. "Asit yağmuru" da denilen, göllerde ve ırmaklarda yaşamı bitiren, ormanları mahveden, tohumları yok eden olaylara da sebep olabilir. Dışarıdaki hava kirliliği

daha çok petrol, gazolin ve kömür yakmakla oluşur. %50'den fazlasını otomobil egzozları yapar. Otomobillerde kirliliği önleyici araçlara ve kurşunsuz benzine rağmen bu oran yine de geçerlidir. Her gün trafiğe çıkan araç sayısının fazlalığı, otomobillerden yayılan ana duman bileşikleri ozon ve karbon monoksitin artması demektir.

"Doğal gaz"ın kullanımıyla birlikte azalma olduysa da, trafikteki araç sayısının artmasıyla solunan hava, birçok hastalığın oluşmasına sebep olmaya devam edecektir.

Ergenlik Döneminde Seste Oluşan Rahatsızlıklar

Fonksiyonel Bozukluklar

Mutasyon Falset Sesi: Çocuk sesinden de incedir. Bir çeşit kafa sesi gibidir.

Oluşumu, ses telleri kaslarının çok daha fazla kasılması ile oluşur. Bu durum giderek ses tellerini ilgilendiren bir başka kasın körelmesine neden olur. Oluşumu psişik de olabilir. Anneye aşırı bağlılık, sınıftaki arkadaşlarının henüz çocuk sesiyle konuşması, evde yeni sesini kıyaslayacak bir erkek sesinin olmayışı.

Belirtiler ise; konuşma tonu mutasyon öncesine göre daha da incedir (la – do 1 arasında veya daha da ince). Ara sıra kalın sesler duyulabilir. Ayrıca ses kısıldığı, sesi forse etmek, boğazı kazıma hissi, diplofoni (seste ton bozukluğu), parestezi (duyu bozukluğu) gibi belirtiler de vardır.

Tamamlanmamış mutasyon: Ses bir oktav yerine yalnızca 4-6 yaran ton kalınlaşır.

Oluşumu, mutasyon sırasında sese yeteri kadar özen göstermemek (yanlış ve gereğinden fazla şarkı söylemek), ruhsal gelişim bozukluğu, yüksek derecede işitme kaybı ve sağırlık.

Belirtiler, seste tipik erkek tınısı yoktur. Kadınlarda ise ses daha çok çocuk sesine benzer.

Uzun süre devam eden (veya eksik kalmış) mutasyon: Burada ses değişimi uzun yıllar

devam eder. Genellikle kronik larenjit ile karıştırılır. Belirtiler, ses kısık ve havalıdır. Kafa sesi ile göğüs sesi arasında gidip gelir. Ayrıca diplofoni, boğazı kazıma hissi ve kataral belirtiler (allerjik veya enfeksiyonel dönemin bol akıntılı, ödendi dönemi) de vardır.

Çok çabuk oluşan mutasyon: Çok kısa sürede oluşan kuvvetli bir ses değişimi söz

konusudur.

Mutasyonun gecikmeli başlaması: Koroda ve solist olarak uzun süre şarkı söyleyen

erkek çocuklarda görülür. Aynı grubun içinde yer alan fakat arkadaşlarından ses yönüyle farklılık gösteren çocuklar, öğretmenleri tarafından başka gruplara alınmalıdır.

Erkeklerde görülen mutasyon bas sesi: Mutasyon sırasında konuşma tonu, ileride

kesinleşecek konuşma tonuna karşın daha kaimdir. Eğer bu geçici bas konuşma sesi değişmez ise, buna mutasyon bas sesi denir. Aynı olaya kadınlarda da rastlamak mümkündür, örneğin bazı caz şarkıcılarında görüldüğü gibi.

Oluşumu, bu tür ses caz şarkıcılarını taklit etmekten veya sesi gereğinden fazla yormaktan ötürü oluşabilir.

Kızlarda bazı pervers mutasyon durumları: Kız çocuklarda sesin tenor veya bariton ses

karakteri göstermesi durumudur. Endokrinolojik (hormonal) bozukluklar kanıtlanamamıştır.

Organik Bozukluklar

Hormonlara bağlı bozukluklar;

Çocuk sesinin devam etmesi: Püberte (ergenlik) öncesi hormon salgı bezlerinin

faaliyetlerinin durması sonucu, çocuk sesinde artık bir değişiklik olmaz. Püberte sonrası testisin herhangi bir şekilde kaybı sese etki yapmaz.

Geciken mutasyon: Geç başlayan yaşından önce cinsiyet organlarının erken

gelişimi sonucu mutasyonun beklemeden erken başlaması durumudur.

Çok erken başlayan mutasyon: Erkek ve kız çocuklarda 8 yaşından önce cinsiyet

organlarının erken gelişimi sonucu mutasyonun beklemeden erken başlaması durumudur.

Kızlarda bazı pervers mutasyon durumları: Kız çocuklarda üreme organlarının

gelişimi sırasındaki mutasyon bozukluğundan dolayı ses, erkek konuşma sesi kadar kalınlaşır.

Hamilelik mutasyonu: Çok nadir görülen bir hastalıktır. Nedeni

bilinmemektedir. Gebelik sırasında ses, bir oktava yakın kalınlaşır Konuşma sesi si tonundadır. Ton tutma yeteneği yok olmuştur. Larenks, erkek larenks yapısı görünümü verir. Başka erkeğe has cinsiyet özellikleri taşıma hali yoktur.

Larenks Asimetrileri

Ses değişimi larenksin bir tarafının gelişmemesi sonucu postmutasyonel

(Mutasyon sonrası) olarak oluşabilir.

Geciken mutasyon: Geç başlayan mutasyon söz konusudur.

Çok erken başlayan mutasyon: Erkek ve kız çocuklarda (Cevanşir,Gürel,

1982:121 – 124).

ERGENLİK DÖNEMİNDE YAPILAN SES EĞİTİMİ ÇALIŞMALARI

Sesin eğitiminin doğru koşullarda gerçekleştirilmesi ve iyi sonuç alınabilmesi için öncelikle konuşma dilimizdeki bazı hatalı söyleyişleri düzeltmek gereklidir. Birçok insan konuşurken öyle hatalar yapar ki bunun farkına bile varmaz ya da varmak istemez. Bölgesel farklılıklar, çevrenin etkisi, günün moda konuşmaları Türkçe'nin bozuk konuşulmasına sebep olmaktadır. Oysa dilimizi güzel, kuralları gereği kullanan kişilerin, konuşmaları dikkat çeker ve hoş bir dinletinin oluşmasına sebep olur.

Bilhassa eğitim kurumlarımızda eğitim veren Türk dili öğretim elemanlarının bu dersi amaçlı olarak işlemesi, yetişen neslin ortama uyarak değil de konuşmaları gerektiği gibi konuşmalarının sağlanması, bu tür hataların azalmasına sebep olacaktır, öğrencilere 'Türk Dili" dersi içerisinde diksiyon ve fonetik eğitimi verilmelidir. Dilin yanlış kullanımı; dil bilgisi kurallarına uyulmaması, kendi kusurlarımızı düzeltmeme, özen göstermeme halinde oluşmaktadır. Dikkat edilerek konuşma, kısa zamanda bu kusurların ortadan kaybolmasına yardımcı olacaktır. Diksiyon, güzel bir söylenişin esas kurallarını verir ve söylenişte yapılan ihmali yenmeye çalışır. Bunun için fonetik, diksiyonda seslerin meydana gelmesini ve ses organlarının gerekli durumlarını inceleyen yardımcı bîr bilgidir. Diksiyona başlayanlar, onu; konuşma hatalarını ve şive bozukluklarım düzeltmek için kullanırlar. Diksiyon konuşma dilini, yazı diline göre inceler. Tarih de bize konuşma dilinin yazı dilinden önce olduğunu birçok delillerle gösterir (Şenbay, 1990:31).

ERGENLE TANIŞMA VE SES EĞİTİMİNE BAŞLAMA

Sesin eğitimine başlamak için o sese ait özellikleri incelemek gereklidir. Her öğrencinin sesinin ergenlik döneminde gelişimi farklılık göstereceği için, öğrenciyi tanımadan ve ses yapısını bilmeden çalıştırmak olumsuz sonuçlar ortaya çıkarabilir. Ergenlikte sesinin değişiminin son safhalarında bulunan öğrencilerin sesleri sınıflandırma da, eğitime yeni başlayacak olanlar için sınıflama yapmak hata olur. Çünkü eğitim almamış ses, ergenlik dönemi özelliği yüzünden değişim halinde olacaktır.

Ses eğitimi çalışmalarına yeni başlayacak öğrenci ile tanışma ve dersin amacını anlatma çok önemlidir. Müzik eğitimi bölümüne gelinceye kadar toplu derslere girmeye alışkın olan ergenler, ses eğitimi dersinin birebir işlenmesini bazen tuhaf bulmaktadırlar. Anadolu Güzel Sanatlar Liseleri öğrencilerinin müfredatlarında, ses eğitimi ile ilgili sadece koro eğitimi dersi olduğu için bazen bu liselerden gelen öğrenciler de derslerin başlangıcında çekingen bir tavır sergilemektedir. Ergenliğin farklı problemleri ile karşı karşıya bulunan ergen, bilhassa erkek ergenlerin bazıları ses eğitimi dersini gereksiz bulduğunu ifade edebilmektedir. Çünkü şarkı söylemeyi bırakın, konuşmada bile ifade zenginliğine sahip değildir. Karşılıklı amaçlı sohbetler sonucunda ergenin sesini duymak istediğinizde bazen gırtlağa sıkışmış kalmış, bazen çok renkli çıkabilen sesler duyabilmekteyiz. Çok azı ses eğitimi konusunda

bilinçli bir çalışma yaptığı için çoğu ergen aynı koşullardadır. Çoğunun sesi de ilk duyulduğunda sıkışık çıkar. Sıkıntılı, sesini duyurmaktan utanan yüz ifadeleri ile karşılaşılır. Bu durumda yüzü incelediğinizde hareketi kısıtlı bir çene yapısı, iyi boğumlama yapamayan dudaklar, çatılmış kaşlar, sıkışık nefes alışları görülebilir. Bazen de şarkı söylemekten son derece hoşnut olan ama aynı sıkışık ifadelere sahip ergenlerle de karşılaşabiliriz.

Karşılıklı yapılan ilk derste öğretmen bu derste gördükleri ve duydukları seslerle ilgili düşüncelerini, yapılması gerekenleri anlatırken çok dikkatli ve sevecen olması gerekmektedir. Sevecenlik olumlu veya olumsuz ruh hali içerisinde bulunan ergenin ilk dersinde derse bakış açısını belirlemektedir. Ses eğitimcisi ses eğitiminin öncesinde, öncelikle eğitimci olarak öğrenciye yaklaşabilmeli ve öğrenciyi olumlu olarak etkileyebilmelidir. Çünkü ses eğitiminde anlatılması gereken ve yapılması gerekli çalışmalar ilk derste öğrenciye yapılamaz gibi gelebilmektedir. Şimdiye kadar söylediği şarkı söyleme biçiminin belki de değiştirilmesi ya da söyleyiş biçimine eklemeler yapma gereği doğmaktadır.

Ses eğitimcisinin karşılaştığı sorun, soyut düşüncelerin somut gerçekliklere aktarılması, açıklamaların öğrencinin zihninin en küçük hücrelerine erişecek düzeyde kesin ve belirgin kılınmasıdır. Bunu gerçekleştirmek için öğrencinin vermesini istediği sesin niteliklerini belirten kesin terimler kullanılır. Bu terimler aracılığıyla fiziksel edim ve sonuç arasındaki bağlantıyı kurmaya çalışır. Fakat söz konusu terimler zihnin iç ışığına ulaşamadıklarında doğru olanın algılanmasını sağlayamazlar. Bu terimlerin şarkı söylemeyle ilişkisini algılayamayan öğrenci sesi "yayma" ya, "boğma" ya, "yerleştirmeye" çalışırken harcadığı her çaba farkına varamadığı ve çoğu kez düzeltilmesi çok fazla zaman ve emek harcanmasını gerektirecek durumlara yol açan fiziksel sonuçlar doğurur. Burada, zihne ulaşılamamakta ve algılama uyarılamamaktadır. Çünkü, direktiflerin soyut doğası, öğrenciyi öğretmenin aradığı ses üretiminin öğelerini anlamaktan alıkoyar.(Manchester, 1990:163).

Öğrenciyle tanışma, dersin amacı ve ses eğitiminin nasıl yapılacağı baklanda bilgi verildikten sonra başlayabilir. Piyano ile sesin tanışması ve sesleri algılamanın egzersiz anında nasıl olacağı küçük Örneklerle ifade edilebilir. Henüz çalışmanın başlangıcında direkt egzersizlere geçmek öğrencide ses çalışmasının başlangıcının bazen anlaşılmaması demek olabilir, öğrencinin seviyesine göre dersin programı belirlemek gerekir.

Başlangıçta öğrencinin uyum sağlayamaması müziksel duygudan nasip almamış hissini verse de, asıl olan öğrencinin piyano sesine yabancı olmasıdır. Aynı kimse tanıdığı sazla veya insan sesiyle verilen tonu kolayca tekrarlayabilir. Ritimlerde de aynı şey görülebilir. En sade batı ritmini tekrarlamakta zorluk çekenler, en çarpışık ritimleri kolayca ifade edebilirler. Bu çeşit adaylardan erkekler tiz sesleri ya falset ile veya avazı çıktığı kadar bağırarak falso söylerler. Tecrübesi olmayan bir Öğretmen bu halde adayın tizleri olmadığı inancına varır. Kız öğrencilerin çoğu pes seslerde seslerini bastırarak sesin cinsini ayırt etmekte yanıltabilirler. Bu gibi sesleri hakiki altodan ayırt etmek çok kolaydır. Bu sesler orta seslerde birden

bire bambaşka bir renk alır. Ses kalitelerini belli ederler. Peşlerdeki bastırmaların sesin cinsinin anlaşılmasındaki yanıltıcı rolü çok kuvvetlidir. Bir sesin peşlerinin tabii olup olmadığım anlamak için ona kalından başlayarak gam yaptırılmalıdır. Ses, gamın belirli tonlarında birdenbire karakter değiştirebilir. Ya da falso yapar. Böylece söyleyenin zorlama yaptığı anlaşılır. Çok defa peşleri alto hissini veren adayın incelerini dinleyince yüksek soprano olduğu anlaşılmıştır (Altan, 1965:25).

Öğrencinin şarkı söyleme sesinin oluşturulması için gerekli çalışmalar, her ders tekrarlar, yeni bilgilerin eklenmesiyle farklılık ve güç kazanacaktır. Öğrencinin problemsiz çıkarabildiği ses sınırına bakılarak pes ve tiz sınırın egzersizler vasıtasıyla gelişme göstereceği söylenmelidir. Egzersizlerin kromatik olarak yapılacağı gösterildikten sonra, küçük örnekler beraberce yapılabilmelidir. Hem öğrenciyi derse hazırlamak, hem de öğretmenle bireysel çalışmanın öneminin vurgulanması ve öğrencinin rahatlaması açısından bu çalışma önem kazanmaktadır.

Küçük alıştırmaların yapılmasıyla birlikte, deneyimi olamayan öğrenciye şarkı söyleyebilmesi için doğru koşulların neler olduğu da derslerin işleyişi ile birlikte ilave edilmelidir.

Başlangıçta bu derslerin öğrencinin aklında kalabilmesi için, üst sınıflardaki öğrencilerin yardımı istenebilir. Aynı yaşlarda farklı zaman dilimlerinde Müzik eğitimi bölümlerinde olan öğrenciler, yeni başlayan öğrencileri çok iyi motive etmektedirler. Çünkü ergenlik sorunları onların da içinde olduğu ve seslerinin gelişiminin sağlandığı bir ders olarak gözlerinin önünde duyulmaktadır ve onların kafalarındaki birçok problemlerin giderilmesi böylelikle sağlanmıştır.

Öğrencilerin en büyük problem olarak gördükleri seslerinin dengesinin olamaması, seslerinin birden değişikliğe uğrayarak kendilerini şaşırtmasıdır. Öğrencinin ses sınırına bakıp alt ve üst sınırını belirlerken değişime uğrayan sesleri de belirlenmelidir. Ses köprüsü olarak belirlenen seslerde öğrencinin sıkıştığı, bir iki nota sonra tekrar rahatladığı görülmektedir. Bütün çıkarılabilen ve çıkarılamayan seslerin zamanla bir bütünlük kazanacağı ve her derste bir önceki dersten daha iyi ifadenin kazanılacağı söylenmelidir. Ayrıca her öğrencinin kendi ses yapısına göre geçiş sesleri farklılık kazanmaktadır.

Geçiş sesleri ile ilgili problemler kafada halledildikten sonra, uygulama yapmak üzere, öncelikle basit egzersizler seçilmelidir. Egzersizlerin öğrencinin önce beyninde şekillenmesi, sonra ifade etmesi istenmelidir. Çünkü egzersizi anlamayan veya zor bulan öğrenci, sürekli hata yapabilmekte ve bunun stresini yaşayabilmektedir.

Ergenin ses eğitimi süresince kesip yapıştırma yöntemiyle öğretime her zaman güvenilemeyeceğini ve her ne kadar etkili olursa olsun sabit bir alıştırma formülünün işe yarayamayacağını çok geç öğrenirler. Egzersizler sonuca ulaşmak için kullanılan araçlardır ve alıştırmaların sonuçla ilişkisinin açık olması gerekir. Ayrıca sonucu doğuran sürecin öğrencinin

zihninde yer etmesi zorunludur. Öğrencinin zekası egzersizlerin en kapalı anlamlarını kavramadıkça ve alıştırmaların kendisiyle ilişkisini kuramadıkça hiç bir alıştırma ya da alıştırmalar dizisi ne kadar hünerli olurlarsa olsunlar öğrencinin sesini kontrol etmesini sağlayamaz ve ses üretiminin önünde duran engellerle başa çıkmasına yardımcı olacak koşulları oluşturamaz.

SONUÇ VE ÖNERİLER

"Ses Eğitiminin Ergenlik Döneminde Ses Fonksiyonları Üzerindeki Etkisi" konulu araştırmamız, ergenin yaşadığı toplum, ailesi ve çevresi ile sürekli etkileşim içerisinde olduğu; sosyal, ekonomik ve psikolojik etkenlerin ergende farklı özellikler doğmasına ve yerleşmesine neden olduğu ve bu durumun ergenin sesine de yansıdığı, farklı boyutlarda etkilediği gerçeğini ortaya koymuştur.

Birçok kültürlerde olduğu gibi, gerek aile gerekse toplum, ergenden çok şey beklemektedir. Toplumun belirlediği kurallar ve yasaklar, standart yapılaşma ergeni kısıtlamaktadır. Her toplumda farklılık gösteren bu değişik yapılaşma, ergenin farklı boyutlarda davranışlar sergilemesine yol açmaktadır. Demokratik toplumlarda, ergenin kendi çabası ile belirli bir olgunluğa eriştiği gözlemlenmektedir.

Çocuklarının büyümesini ve toplumda üretken bir erişkin olmasını isteyen aileler, bazen olumsuz davranışlarını veya abartılmış olumlu görüşlerini onlara aktarmaktadırlar. Ailelerinin davranışlarından etkilenen ergenler, farklı tepkiler vermekte ve kişilikleri de bu doğrultuda gelişme göstermektedir, bu durumda sese yansımaktadır. Ergenlerin olgunlaşma dereceleri, yararlı ilişkiler kurabilmeleri, problemsiz bir dönem atlatabilmeleri, ailelerin onlara karşı tutumlarına bağlıdır. Ailelerin çocuklarında olumlu değişiklikler beklentisine girebilmesi için, kendi içlerinde tutarlılık, saygı ve sevgi dolu beraberlik, demokratik bir yaşantı koşullan sunmaları gerekli görülmektedir.

Ergenlik döneminde çok farklı etkileşimler içerisinde olan ergenin beslenmesinin, gelişimine katkısı inkar edilemez. Farklı bedensel gelişimlerin söz konusu olduğu bu devrede, organizma enerji toplamak zorundadır, İklimin getirdiği özelliklere göre vitamin dengesi, yeme alışkanlıklarının değiştirilmesi sağlıklı bir beslenme şekli oluşturulmaya çalışılmalıdır.

Ergenin yaşamış olduğu iklim, bölgesel ayrımlar, aynı bölge içinde farklı kesimler ve sosyo-ekonomik değerler farklılık gösterdiği için, sorunlar da değişik boyutlarda kendini göstermektedir. Sorunların çözümü ergene uygunluk derecesinde çözümlenebilir.

Çevre kirliliği, hava kirliliği ve ses kirliliğinin insan yaşamındaki önemini düşündüğümüzde, sürekli artan nüfus oranı karşısında önlemler almanın gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Ergenin gelişmekte olan organizmasının bu koşullardan etkilenmemesi düşünülemez. Bilhassa gürültüye maruz kalma, yüksek sesle müzik dinleme, gürültülü ortamlarda bağırarak

konuşma isteği, belirli bir süre sonra genç organizmalarda strese, bitkinliğe yol açmaktadır. Çevre kirliliği ve hava kirliliğinin üst solunum yollarında oluşturduğu öksürük, hapşırık, sinüzit, nefes alma zorlukları, ses problemleri bilhassa kronik kısıklık ve larenjit v.b. gibi rahatsızlıklar düşünüldüğünde, gerekli önlemleri almak gerekir. Böyle durumlarda, kirlilik konusunda ergenler için programlar hazırlamak ve anlatımında bizzat onlara görev vermek gereklidir. Çevreyi korumaya ve kirliliği önlemeye çalışmak için çeşitli kuruluşlarla müşterek çalışmalar yapmak, ses kirliliğine karşı şiddetli gürültüye maruz kalmamak, ergene ses şiddeti hakkında sürekli bilgiler verip, oluşabilecek rahatsızlıklardan örnekler vermek yararlı olacaktır.

Ergenin çevresi ile etkileşimi, kişiliğine dolayısı ile araştırma konumuzda yer alan değişim içerisinde olan sesine, etki etmekte olduğu sonucuna varılmıştır. Birçok ergenin eğitim alamadığı için ergenlik döneminde sesinin değişime (mutasyon) uğraması bilindiği halde, eğitim alan ergenlerin seslerindeki farklılıklar sadece konu alanımız olmuş ve gözlemlediğimiz öğrenciler sonuçların oluşmasında yardımcı olmuşlardır.

Öğretmenin, ses çalışmalarında, doğru ve yanlışı belirginleştirmesi, öğrencisini doğru koşullara yönlendirmesinin yararlı olacağı gözlemlenmiştir.

Araştırmada ortaya çıkan sonuçlar öneriler halinde sunulmuştur.

Müzik Eğitimi Bölümü öğrencisi olan ergeni ses eğitimi dersinde problemler bekleyebilir. Çünkü ses eğitimini diğer dallardan ayıran yanı somut olmayışıdır. Öğrencilere uygulanan yöntemler farklılık göstereceği gibi, aynı sonuca ulaşmada da zorluklar olabilir. Soyut anlatımlar öğretmenin anlatımı öğrencinin anlama yeteneği ve uygulamaların olumlu sonuçlanması için dikkatli çalışmalar yapılmak, bol örnekler verilmeli, uygulama içerisinde izlenmeli, gözlemlenmelidir.

Ses çalışmaları sırasında yapılacak egzersizlerde gırtlak serbestliği, sesin diyafram nefesiyle yönlenmesi, çene, dudak ve dil kontrolü sağlanmalıdır. Güzel bir konuşma sesinin, doğru koşullarda telaffuzun önemi üzerinde ısrarla durulmalıdır.

İnsanlar birbirleriyle ilişkilerinde çok farklı beden duruşu içerisindedirler. Çocukla yetişkinin duruşu, otururak veya ayakta durarak bir anlatımı gerçekleştirmek farklılık arz etmektedir. Ses eğitiminde dik bir beden duruşuna sahip olmanın, şarkı söyleme sırasında insanın kendine olan güvenini arttıracağı vurgulanmalıdır. Beden duruşuna bağlı olarak mimikler, başın kullanımı, bakışlar, ayakların dengede olup vücuda eğim vermesi, seslendirilecek şarkının daha iyi yorumlanmasına imkan verecektir.

Ses üretiminin anlatıldığı "Ses eğitimi" dersinin amacı, şarkı söyleme sırasında sesin oluşumunu sağlayan organların çalışmasını anlayıp, uygulamada olumlu sonuca gitmektir. Bu derslerde ergenin sesinin hazırlanması, denetlenebilmesi ve sesin sağlıklı gelişimine dikkat edilmesi gereklidir.

Müzik öğretmeni olacak ergen için şarkı söylemek ve yorumlamak, bir meslek boyu sürecek çalışmalardır. Kendisinin de içinde bulunduğu, öğretmen olunca da öğrencilerinin aynı problemleri yaşayacağı ergenlik döneminde, seste oluşan problemleri kavramak, uygun koşullarda çalışma ortamı hazırlamalıdır. Şarkı söyleme hazırlığında, ses değişimine göre ön çalışmaların yapılması gereklidir.

Nefesin ses eğitimindeki önemi düşünüldüğünde, etkili bir ses tonu ile konuşma, yorulmadan konuşabilme ve diyaframa hareket özgürlüğü veren solunum egzersizlerini yapabilme becerisinin kazandırılması gereklidir.

Ergenin ses kolaylıkları, zorlukları, hangi egzersizleri yapabilip – yapamadığı belirlenmelidir. Başlangıç aşamasında basit egzersizler seçilip ton ve register geçişleri üzerinde geliştirici çalışmalar yapılmalıdır.

Değişebilir ses sınırı ve ses renklerine göre;

Kaynak araştırması yapılmalı ve elde bulunan eserlerin bir kaç tondan yazımı sağlanmalı,

Sesin değişimi içerisinde kullanılacak olan şarkıların özellikleri saptanmak,

Eğitim maksatlı şarkılara öncelik verilmeli,

Ergene yönelik, ses eğitimi repertuarına kazandırılacak eser arayışına

Bestecilerle işbirliği içerisinde uygun özelliklerde yeni eserlerin yazılması sağlanmalı,

Mutasyon döneminde bulunanları aydınlatabilecek ve uygulama alanı olabilecek eserleri içeren bir metot hazırlanmalıdır.

Müziksel işitme Okuma Yazma derslerinde ses değişimleri göz önünde bulundurularak grup çalışmasına önem verilmelidir.

Koro ve Eğitimi dersi için geçerli olmak üzere birlikte şarkı söylemeye elverişli, yumuşak, etkili kendi içinde kaynaşan (homojen) bir tek ses elde etmek için yerine göre tek ve grup çalışmalarına önem verilmelidir.

Sesindeki değişimleri bazen kabullenmekte zorluk çeken öğrencilere, bu dönemde yardımcı olabilecek üst sınıf öğrencilerinin sesleri dinletilmeli. Bu arada aynı problemleri geçmişte onların da yaşadığı belirtilmelidir.

"Sesin Korunması" adı altında derslerin daha çok programa koyulması gereği ortaya çıkmıştır. Bu dönem ergeninin sesi, üniversite öğrencisine göre daha taze gelişim içerisinde olduğu için dönem hakkında açıklamalar yapılmalıdır. Dersin içeriği "Şan" dersinin içeriği gibi düşünülmeyip, sesi korumaya, korurken de geliştirmeye yönelik olmalıdır. Seslere uygun repertuarın seçilmesi ve uygulama sonuçlarında sesin kontrolünün sürekli yapılmasına önem verilmelidir.

Sesi değişimde olup, farklı eğitim ve zaman diliminde olanlar için;

Eğitim süreçlerinin başlangıçlarında ses organlarının kontrolünü yaptırmalı, fonksiyonel bir rahatsızlığın olması durumunda gerekli çözüm yolları aranmalı,

Bulundukları ortamlara KBB uzmanlarını, ses pedagoglarını, ses eğitimcilerini davet edip düzenli olarak seminerler yapılmalı, bilgi alış-verişi sağlanmak,

Eğitimciler bizzat öğrencilere mutasyon hakkında açıklamalar yapmalı ve oluşan problemlerini anlatmaları için güven vermelidirler.

Ergenlik döneminde sesi değişim içerisinde olan ergenlerde, en çok gözlemlenen rahatsızlık, ses kısıklığıdır. Ses kısıldığının birçok nedeni olabilir. Soğuk algınlığına bağlı olarak üst solunum yolları enfeksiyonları, uzun süreli, sesi yoran çalışmalar, çok yüksek sesle konuşma seste kısıklık oluşturabilir. Ses fısıltı halinde, çatlak, belirli bir zorlamanın oluşumunda, uygun olmayan şekilde kullanımda rahatsızlık oluşabilir. Bu durumda ergenin sesinin dinlendirilmesi ve sesin kullanış biçiminin yeniden düzenlenmesi gereklidir. Ses kısıldığı 2-3 haftadan uzun sürüyorsa yutma problemi, boğazda kitle hissi ve seste ciddi değişimler oluşuyorsa KBB uzmanına mutlaka gidilmelidir.

Ses kısıklığının tedavisi bir nedene yönelik olup, doktorların önerilerini dikkatle uygulamak gereklidir. Sigaranın içilmemesi, içilen ortamlardan uzaklaşılması, bol bol sıvı alınması, bulunulan ortamın nemlendirilmesi, baharat ve alkolden uzak durulması, konuşma ve şarkı söylemeden bir süre uzak kalınması gereklidir.

Ergenlik döneminde, sesinin kullanımında problem olan ergeni müzikten soğutmamak için çalgıya yönlendirme sağlanmalıdır. Bu durumların her ergen için geçerli olabileceğini anlatıp, çalgılarıyla yapılabilecek çalışmaların önemi belirtilmelidir.

Sesin olumlu koşullar içerisinde gelişebilmesi için düzenli ve sürekli çalışmanın gerekliliği belirtilmelidir. Ergenlik döneminde ergenin sesiyle ilgili olası sorunlara karşılık, çözümlerin de olduğunu bilmesi gereklidir. Bu dönemde çevresinden destek görmeyen olumsuz koşulların kendisi için var olduğunu zanneden gençlere kaybedilmiş değil de, yeniden kazanılabilir düşüncesiyle destek olmak gereklidir. Güvenilir bir yol gösterici, doğru zamanda doğru eğitim, koşulların hazırlanması, hiç umulmadık bir anda problemlerin ortadan kalkmasını sağlayacaktır.

Bütün bu bulguların ve yorumların ışığı altında, ses eğitimcilerinin ve müzik öğretmenlerinin ergenlere yaklaşımlarını tekrarlarsak;

Öğretmen ergenin sesini bulunduğu yaş grubuna göre isabetli bir şekilde sınıflandırabilmeli,

Sesi hasta olan ergenlere, bir müddet hastalığının derecesine göre şarkı söyletmemen, seste dinlendirilmeli ve gerekliyse buna bağlı olarak tedavi yoluna gidilmeli ve sonrasında yapısına uygun egzersizlerle sesine işlev kazandırabilmeli,

Sabırlı ve bilgi dolu çalışmaları öğrencilerine sunabilmeli,

Amaca ve öğrenciye göre egzersizleri belirleyip, uygulayabilmeli,

Şarkı söylerken, yöresel şivelerin değil de, standart Türkçenin gerekliliğini anlatabilmeli, bu doğrultuda artikülasyon çalışmalarına önem vermeli,

Ergenin sesine tını, şiddet, ton v.b. özelliklerini kazandırmak ve sesin sağlıklı gelişimini sağlamak için, bilimsel temellere dayanan çalışmaları ve araştırmaları sürekli yapabilmeli,

Ergenin sesinde olası problemlerin çözümü sonrasında, aynı problemlerin tekrar oluşmaması için önlemler alabilmeli,

Günün eğitim koşulları düşünüldüğünde, yetişkinlik devresine kadar sesi gelişim ve değişim içerisinde bulunan ergenin, her devrede sesinin gelişeceği fikrini kabul edip, döneme göre koruma, geliştirme çalışmaları yapabilmelidir.

Kaynakça

BIBLIOGRAPHY (1994). *Ana Britannica Genel Kültür Ansiklopedisi*. İstanbul: Hürriyet.

ADAMS, J. (1995). *ERGENLİĞİ ANLAMAK.* (B. ONUR, Dü.) Ankara: İmge.

BOONE, D. (1992). Profesyonel Sesin Biyolojik Düşmanları. *Ses ve Ses Bozuklukları Konferanslar Dizisi.* İstanbul: Haseki Hastenesi.

CEVANŞİR, B., & GÜREL, G. (1982). *Foniatri. Sesin oluşumu, bozuklukları ve korunmasında temel ilkeler.* İstanbul: İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi.

ÇEVİK, S. (1997). *Koro Eğitimi ve Yönetim Teknikleri.* İstanbul: Doruk Yayınları.

ELMAS, Y. (1987). Ses Eğitiminde Gecikme ve Yarattığı Sorunlar. *Yayınlanmamış doktora tezi*. İstanbul.

GANDER, M., & GARDINER, H. (1993). *Çocuk Ve Ergen Gelişimi.* (B. ONUR, Dü.) Ankara: İmge.

İKESUS, S. (1965). *Ses Eğitimi ve Korunması.* İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.

LOWEN, A. (1996). *Biyo Enerjitik.* İstanbul: Arıtan.

MALKOÇ, T. (1996). Ergenlik Döneminde Gençlerde Oluşan Ses Değişimlerine Eğitimci Gözüyle Bakış. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Sempozyum Bildirisi.* İstanbul.

MALKOÇ, T. (1998). Ses Eğitiminin Ergenlik Döneminde Ses Fonksiyonları Üzerindeki Etkisi. *Marmara Üniversitesi Yayınlanmamış Doktora tezi*. İstanbul.

MANCHESTER, A. (1990). Ses Üretiminin Temel İlkeleri Üzerine Oniki Ders. *Folklora Doğru*(59), 161.

OĞUZKAN, D. (Dü.). (1990). *Türk Eğitim Derneği VII. Öğretim Toplantısı.* Ankara: Türk Eğitim Derneği Yayınları.

ONUR, B. (1995). *Gelişim Psikolojisi.* Ankara: İmge.

ÖMÜR, M. (1990). Profesyonel Ses Sanatçılarının Sorunları. *Otolarengolojide ve Sanat Dallarında Disfoniler Enternasyonel Sempozyumu.* İstanbul: Cerrahpaşa Tıp Fakültesi.

ÖMÜR, M. (1994). Farinelli: Kralın şarkıcısı veya Müzik Aletlerinin Kralı. *Cumhuriyet Bilim ve Teknik*(419), 8.

POPOV, V. (1989). Çocuk Koroları Eğitimi. *TRT Çocuk ve Gençlik Koroları İçin Eğitim ve Yönetim Seminer notları.* Ankara.

SALAMAN, E. (1989). *Unlocking Your Voice: Freedom to Sing.* London: Victor Gollancz.

ŞENBAY, N. (1991). *Alıştırmalı Diksiyon Sanatı.* İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.

UÇAN, A. (1994). *Müzik Eğitimi.* Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları.

YAVUZ, D. (1974). *Ergenlik Çağında Gelişmeyi Etkileyen Güçler.* İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.

MARMARA ÜNİVERSİTESİ

ŞARKI SÖYLEME EĞİTİMİNDETEMEL KONULAR VE YAKLAŞIMLAR

KEY ISSUES AND APPROACHES IN VOICE TRAINING

Ayhan HELVACI*

Öz

Şarkı söyleme becerisi doğuştan getirilen bir yetenek olmasına rağmen, sesin sanatsal amaçlar için eğitilmesi, müzik pedagojisinin zor ve ustalık gerektiren alanlarından biridir. İnsanın, yapısında "en mükemmel çalgıyı" barındırdığı söylenebilir. Fakat bu mükemmel çalgının kalitesini, şarkı söyleyenin fiziki – ruhsal durumu ve eğitim ile kazanmış olduğu teknik beceriler doğrudan etkilemektedir. Şarkı söyleme eğitimi; diğer eğitim dalları içinde ayrıcalığı olan bir eğitimdir. Bazı ayrıntılar dışında somut olan bir yanı yok gibidir. Bir öğrenciye uygulandığında iyi sonuç veren bir yöntem, bir başka öğrencide aynı sonucu vermeyebilir. Bu nedenle şarkı söyleme eğitimi, pahalı bir dolma kalemle su üzerine yazılan yazıya benzetilebilir. Bazen yazı daha yazılmadan yok olurken, bazen de akıllara durgunluk verecek bir şekilde sanki mermere yazılmışçasına suyun üzerinde kalabilir. Bu eğitim, bir takım alıştırmalar ve anlatımlar ile yürütülür. Bu da, öğretmenin anlatma, uyguladığı yöntem ve öğrenenin anlama yeteneğine bağlıdır. Somut olmayan bir takım anlatımları, öğrencinin öğretmeninin düşündüğü şekilde anlaması ve algılaması gerekmektedir. Bu çalışmada; şarkı söyleme eğitimindeki temel konulara vurgu yapılmış ve bu konulara ilişkin yaklaşımlar ele alınmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ses Eğitimi, Temel Konular, Yaklaşımlar

Abstract

Altough the ability of singing is a natural talent that comes from birth, the training of the voice for artistic skills is a hard and expertise required field of music pedagogics. It can be said that humans hold "the perfect musical instrument" within their structure. But the quality of

* Doç. Dr, Uludağ Üniversitesi, Güzel Sanatlar Fakültesi, Sahne Sanatları Bölümü, ayhanhelvaci@gmail.com

this instrument is effected by the physical and psychological conditions and technical skills gained from training. Singing training is an education that have a precedence among other trainings. Except some details, it almost has no substantial sides. A method that gives perfect results with a student may not achieve same results in other students. Thus, singing training can be assimilate to writing on water with an expensive fountain pen. Sometimes the writing disappears before it is written completely but sometimes it can stay on waterlike in a mind blowing way like it was written on a marble. This training is carried out with certain exercises and expressions. And this depends on the teachers deception, method and the students capacity of understanding. Certain deceptions which are not intangible are required to be understood by the student, in the way the teacher expresses them. In this study; the key issues in singing training are emphasized and the approaches to these issues are examined.
Keywords: Voice Training, KeyIssues, Approaches

Giriş

İnsan sesi, yalnızca insanların birbirleri ile iletişim kurmak için kullandıkları bir araç olarak düşünülmemelidir. İnsan sesi, bunun çok daha fazlası bir anlam taşımaktadır. Pek çok kaynakta vurgulandığı gibi insan sesi, ilk ve en önemli müzikal çalgı olarak düşünülebilir. Şarkı söyleme ve konuşmayı birbirinden ayıran başlıca fark, şarkı söylemede sesli fonemlerin uzatılması ve çeşitli yükseklikteki perdelerin kullanılmasıdır. İnsanda ses, belli bir basınçla akciğerlerden gelen havanın gırtlak içerisinde ses tellerini titreştirmesi ile oluşmaktadır. İnsanda sesi oluşturan organların diğer canlılara göre oldukça gelişmiş olduğu görülmektedir. İnsan sesinin oluşumunda katkı sağlayan pek çok etmen vardır ve bunlar bir araya gelince iki insanın konuşmasının tıpkı parmak izi gibi aynı olma ihtimali yok denecek kadar azdır.

İnsan sesinin normal çıkabilmesi için;

Vücudun dik ve dengede olması,

Göğüs kafesi, akciğerler ve solunum kasları gibi solunum sistemini oluşturan organların sağlam olması,

Hava üfleyen organlar dışında sesin ince ayarını yapan gırtlağın tüm parçalarının sağlam olması,

Sesin rengini belirleyen rezonans boşluklarının sağlıklı olması gereklidir (Helvacı, 2012)

Şarkı söyleme becerisi doğuştan getirilen bir yetenek olmasına rağmen, sesin sanatsal amaçlar için eğitilmesi, müzik pedagojisinin zor ve ustalık gerektiren alanlarından biridir. İnsan, yapısında "en mükemmel çalgıyı" taşıdığı söylenebilir. Fakat bu mükemmel çalgının kalitesini, şarkı söyleyenin fiziki – ruhsal durumu ve eğitim ile kazanmış olduğu teknik beceriler doğrudan etkilemektedir.

Bu çalışmada, şarkı söyleme eğitimindeki temel konular aşağıdaki gibi belirlenmiş ve bu konulara ilişkin görüş ve yaklaşımlara yer verilmiştir. Temel konular;

Doğru Duruş(Postüre)

Doğru Nefes ve Nefes Kontrolü

Fonasyon

Atak (Ton Hamlesi)

Rezonans

Artikülâsyon

Register

Vibrato

Ses Türlerinin Sınıflandırılması

Repertuar Seçimi ve Müzikal Yorum olarak sıralanmıştır.

Doğru Duruş

Bir kişi nasıl ki bir müzik aletini çalmayı öğrenmeye başlarken önce çalgısını doğru tutmayı öğreniyorsa, şarkı söyleme eğitimi alan kişi de ilk olarak doğru vücut duruşunu öğrenmelidir. Kafa, göğüs ve kalçanın omurga tarafından hepsi birbirinin altına gelecek şekilde desteklenmesi ideal duruş olarak söylenebilir. Bu durumda kafanın duruşu, çenenin serbest olmasına izin verecek şekilde olmalı, boğazı geriye çekmemeli dolayısıyla bu bölgede bulunan kasların gerilmesine meydan vermemelidir. Kafanın bu duruşu, boyunda bulunan organların serbest kalmasını sağlayacaktır. Yüksek ya da dışarıda olan göğüs omuzların geriye gitmesini gerektirir. Fakat omuzlar bu durumda rahat olmalı, göğüs ve omuzların bu duruşu sağlanırken hazıroldaki bir askerin duruşu gibi, vücutta gerginlik olmamalıdır.Bir ucu kafanın tam üzerine ve bir ucu göğüs kafesine bağlı iplerle asılı olan bir kuklayı hayal etmek, düzgün duruş için yardımcı olabilecek bir yöntemdir. Bu yöntem, kafayı dik tutmamızı sağlayacak, göğsü kaldıracak ve kalçanın yukarıda belirttiğimiz gibi şarkı söylemeye uygun pozisyonda durmasını sağlayacaktır.

Şarkı söyleme eğitimine yeni başlayanlar için doğru duruş olarak sözünü ettiğimiz durum başlangıçta zorlayıcı olabilir. Beden bilinmeyen ama hissedilen ve büyüyen doğal solunumun hareketini yerleştirmek için tepki verirken doğru duruş pozisyonu benimsemeye başlayacaktır. Sonra alışılmamış olan garip gelen bu duruş hissi azalır ve tam olarak yok olur (Helvacı, 2012).

Doğru Nefes ve Nefes Kontrolü

Solunumun temel işlevi, organizmanın oksijen gereksinimini karşılamak ve ses üretimi için gerekli enerjiyi sağlamaktır. Nefes sistemi sesi oluşturan hava kitlesinin vibratöre iletilmesini sağlayan organlardan oluşmaktadır (Çevik, 1997). İçeride, aşağıda ve dışarıda sözcükleriyle özetlenebilecek olan doğru nefes almaya en uygun nefes biçimi Diyafram Nefesi'dir. Nefes almada diyafram aşağıya itilip düzleşmekte, göğüs ve karın bölgesi genişlemektedir. Nefes vermede ise, göğüs ve karın duvarı çökmekte, diyafram gevşeyerek yukarıya doğru bombeleşmektedir.

Şarkı söylemenin hiçbir evresi, nefes alıp verme konusu kadar eğitimcilerin ilgisini çekmemiştir. Bunları üç grupta toplamak mümkündür.

Birinci grup; şarkı söylemede nefesin en önemli faktör olduğuna inananlar.

İkinci grup; şarkı söylemede nefes faktörünün gereksiz gerilime yol açtığı için zararlı olduğuna inananlar.

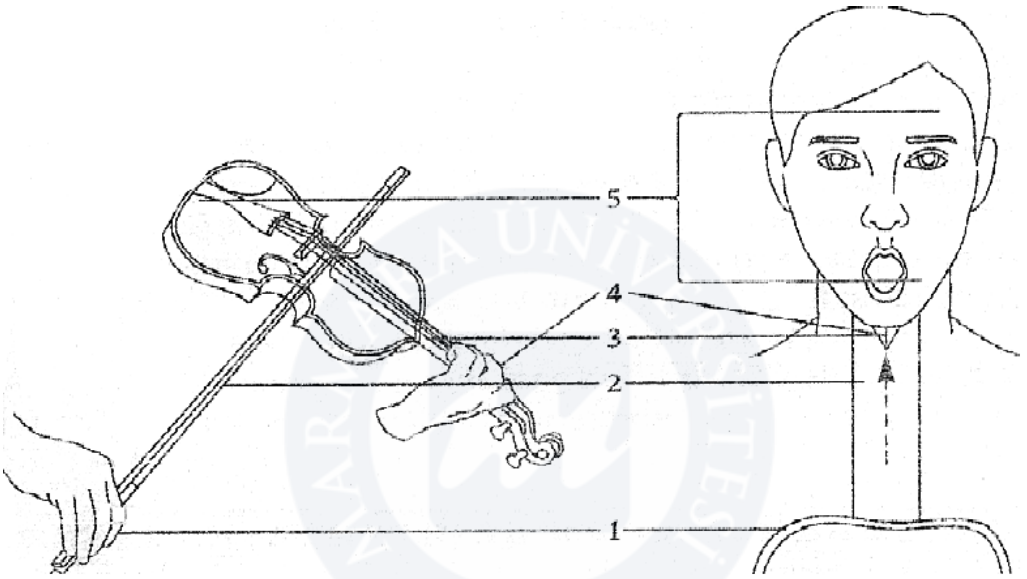
Üçüncü grup ise; nefesi kontrol etmeye çalışmanın ne fayda ne de zarar verdiğine inananlar. Tüm bu görüşlere rağmen; şarkı söylemedeki rahatlığın doğru bir şekilde nefes alıp vermeye bağlı olduğu konusunda hiçbir şüphe yoktur. Şarkı söylemede nefes ilk sıradadır. Fakat onu anlamak ve öğrenmek kolaydır. İyi bir şekilde öğrendikten sonra da, öğretmenin yardımı olmaksızın pratiği yapılabilir (Vennard, 1967).

Şarkı söylemede nefes kontrolü çok önemle üzerinde durulmasıgereken konulardan biridir. Sesin bilinçli, denetimli ve kontrollüüretiminde nefes desteği ve kontrolü çok önemli rol oynar.Şarkı söylemede nefes, şarkıcının ağız, yutak ve gırtlağına gönderdiğiiç dirençlere göre düzenlenmektedir. Nefes desteği; nefesalma kaslarının, nefes almada hava ile dolan bölgelerdeki çöküşekarşı koyma direncidir (Töreyin, 2008). Örneğin ses eğitimi almamış,nefes almak için sık sık duran ve kelimeleri bölerek nefesalan bir sesi uzun süre dinlemek çok güçtür. Eğitim görmüş seslerinbu problemi çoğunlukla aşmış olduğu görülür. Bunu başarabilmekancak nefesi çok kontrollü kullanmayla olabilir.

Fonasyon

Nefes alındıktan sonra dışarıya ses olarak verilmesine "Fonasyon" denmektedir.Soluk verme sırasında soluk borusu yoluyla gelen havanın ses tellerini titreştirmesiyle, ses üretilir. O halde ses bir üründür. Ses üretme olgusu, ses tellerinin fonasyon sırasında santral sinir sistemi tarafından değişik frekanslara göre ayarlanması (mioelastik) ve belli kuvvetteki soluk basıncının etkisiyle bu tellerin pasif hareketleri (aerodinamik) sonucunda meydana gelir (Cevanşir ve Gürel, 1982).

İnsanda sesin üretilmesi süreci akustik bir çalgı aracılığı ile üretilen sesin oluşum süreciyle benzerlikler göstermektedir. Fakat kontrol etme bakımından bu süreç oldukça farklıdır. Örneğin bir kemanla insan sesini karşılaştıralım:



Keman Sesi ile İnsan Sesinin Karşılaştırılması (Lessac, 1997)

Kemanda sağ el insanda diyafram, kemanda arşe insanda nefes borusu ve nefes, kemanda sol el ve teller insanda gırtlak ve ses telleri, kemanda ses kutusu insanda maske tabir edilen sinüs boşluklarına karşılık geldiği görülebilir. Sesi kontrol etmede; elin, yayın ve telin ustalıkla kullanımı, tamamen ve bilinçli bir şekilde kemancı tarafından sağlanmasına karşın; nefes – üfleme ve ses – ses tellerinin titreşimi performansı sergileyen kişi tarafından direkt olarak hissedilip kontrol edilememektedir.

Luchsinger'e(1965) göre, fonasyon Havalı, Sert, Yumuşak ve Sıkıştırılmış (Forse) olmak üzere 4 şekilde gerçekleşir.

Havalı Fonasyon: Ses telleri birbirine yaklaşır fakat tam anlamı ile birbirlerine değmezler. Bundan dolayı ses havalı çıkar.

Sert Fonasyon: Glottis, fonasyona başlamadan önce kapanır. Hava akımı daha çok kuvvetlenir ve ton, ses tellerinin yeniden açılması sırasında çıkar (Glottik çarpma).

Yumuşak Fonasyon: Ses tellerinin yavaşça oluşan Abduksiyon'u sonucu, önce Glottis'te elips şeklinde ince bir yarık meydana gelir. Hava basıncının giderek artması ile periyodik

olarak artan ses titreşimleri oluşur. Bu tür fonasyon, konuşurken ve şarkı söylerken mutlaka tercih edilmelidir.

Sıkıştırılmış (Forse) Fonasyon: Sıkıştırılmış fonasyonda ses telleri tümüyle sıkıştırılmıştır. Gırtlak yukarı çıkmış, düşen epiglot, gırtlak girişini kapatmıştır. Ses sert ve detone tınlar.

Bu fonasyon şekillerinden Yumuşak Fonasyon dışında kalanlar, hatalı fonasyon biçimleridir. Fonasyondaki hatalar ciddi ses rahatsızlıklarına yol açabilir. Bu nedenle öğrencide oluşan fonasyon biçimi ses eğitimcisi tarafından denetlenmelidir.

Atak (Ton Hamlesi)

Atak, ton elde etmek için gırtlağa yapılan ilk hamledir.Fonasyona başlama anında nefesin denetimi ve kontrolü ile yapılan ilk hamle olarak da tanımlanmaktadır.Gırtlakta bir rahatlık yaratan "atak" (ton hamlesi), nefes alma sürecinin başlangıcı sayılabilir. Daha sonra nefes borusunun ağzı kapanır. Bu tamamen nefes destekli şarkı söylemenin ilk başlangıcıdır. Nefes konusunda yapılan bir ders hiçbir zaman yalnızca sessiz nefes egzersizlerinden oluşmamalı, daima "atak" çalışmaları ile desteklenmelidir.

İyi bir atak yapabilmek için iki önemli nokta vardır: Ses telleri iyi bir şekilde kapanmalı ve en iyi şekilde nefes çıkışı sağlanmalıdır. Bu iki hareket iyi bir şekilde ve uyum içinde gerçekleştirilirse kendiliğinden güzel bir atak yapılmış olacaktır. Örneğin öksürük; glottal şok olarak adlandırılan ve ses tellerine doğru yapılan yanlış bir ton hamlesi (atak) örneğidir. Ses tellerini yıpratıcı bir harekettir. Bu nedenle ses tellerine yapılan ani ton hamleleri yumuşak olmalıdır.Dengeli kullanılan ataklarla, ses üretme, rezonatörlerin kullanımı, entonasyonun denetimi, ses gürlüğünün dengelenmesi, cümleleme bilinci ve müzikal duyarlılık arasında doğrudan bir ilişki söz konusudur (Helvacı, 1995).

Rezonans

Ses, kaynağından çıktıktan sonra çevrenin akustik özellikleriyle de şekillenerek nitelik kazanır. Buna rezonans olayı denir. Konuşma ve şarkı sesi armonikleri zenginleştirilmiş karmaşık seslerdir. İnsan sesine dilin tüm inceliklerini kazandıran rezonansın niteliğidir.

Üretilen sesin kalitesinde ve volümünde, damak ve gırtlağın boyutları da önemlidir. Geniş bir soluk borusu ve gırtlak iyi ve kaliteli bir sesin özellikleridir. Büyük ve geniş rezonans bölgeleri, güzel, volümlü ve tınılı bir sesin üretilmesinde önemli bir etkendir. Geniş, yumuşak ve esnek bir damak, küçük ve sağlıklı bademcikler, düzgün çıkışlı sessizler için uygun bir dil-diş yapısı, rezonans olayının gerçekleşmesi ve sesin tınısını olumlu yönde etkilemesi bakımından önemli anatomik yapılardır (Belgin, 1996). Rezonans boşlukları; kafa ve göğüs boşlukları olmak üzere iki kısımda incelenebilir. Özellikle kalın tonlarda göğüs

boşluklarındaki rezonans, el göğüsün üzerine konularak hissedilebilir. Kafadaki rezonans boşlukları ise, daha çok ince seslerde belirgindir. Ses tellerinin üzerinden başlayarak farenks ve ağız boşluğunu içine alan, dudaklara ve burun deliklerine kadar olan bölgenin tümü bu bölümde incelenebilir. İyi bir ses eğitiminden geçmiş olan bir kişi bu bölgelerdeki çeşitli ses değişimlerini dinleyiciye hissettirmemelidir (Helvacı, 2003).

Ses tellerinden başlayarak burun ve dudaklara kadar uzanan, farenks (geniz), ağız boşluğu, burun boşlukları, sinüsler, hatta bir bakıma göğüs boşluğunu da içine alan, ses tellerinde oluşan sesi büyütüp belirli bir karaktere ulaşmasını sağlayan sisteme rezonatör denir. Rezonatör sistemde yer alan organlara da rezonatörler adı verilmektedir.

Gould'a (1991) göre; sesin şekillenmesini ve artikülasyonunu sağlayan kısım, rezonans bölgesidir. Ses telleriyle üretilen sesin çeşitli rezonans bölgelerindeki özellikleri farklıdır. Bu bölgede üretilen sesin frekansı, ranjı, fiziksel ve psikofiziksel özellikleri rezonans boşluklarının özellikleri ile belirlenir. Bu bölgedeki yapılar uyumlu olmalıdır. Ses kalitesi, ses üretim organlarının birbiriyle uyumlu çalışmasının eğitimiyle sağlanabilir

Artikülâsyon

İnsanların yüzlerindeki kaş, göz, burun, ağız gibi organlar tek tek bakıldığında çok az farklılıklar göstermelerine rağmen hepsi birleşince nasıl bir insan diğerine benzemiyorsa, oluşumunda katkıda bulunan etkenlerin çeşitliliği açısından konuşmamız da benzer durumdadır ve her insanın farklıdır.

Dünyanın dört bir yanında insanlar birbirinden farklı diller konuşurlar fakat bu insanların tamamı artiküle organları aracılığı ile benzer sesler oluştururlar. Her iki dudakları ile "P" ve "B", dudak ve dişleri ile "F" ve "V", dilin ön kısmı ile "T" ve "D", dilin arka kısmı ile de "K" ve "G" seslerini çıkarırlar. Bu nedenle, konuşma organlarının bazen birlikte bazen de kendi başına hareket ederek en geniş anlamı ile ağzın belirli bir durumunda dilin sesleri meydana getirmesine Artikülâsyon denir (Tansu, 1963). Artikülasyondaetkin rol alan organlara da artiküle organları olarak tanımlanmaktadır.

Rezonatör ve Artikülatör organlar iki önemli fonksiyonu yüklenirler:

Ses tellerinde oluşan tonun kuvvetlenmesine, sesin renklenip

parlaklaşmasına.

Harflerin oluşmasına.

Sesli harfler, ses tellerinde meydana gelen sesin, çene ve dilin karakteristik bir şekil almasıyla, sessiz harfler ise bu bölgelerdeki çeşitli dil, diş, dudak, damak hareketleriyle sızdırılarak,

patlatılarak ya da dokundurulmak suretiyle çeşitli engeller oluşturularak meydana getirilirler (Selen, 1979).

Doğru nefes, rezonans, register, atak ve fonasyonu içine iyi bir ton elde etme net bir artikülasyon ile sağlanır. Bu nedenle şarkı söyleme eğitiminde artikülasyon üzerinde önemle durulmalıdır. Bu nedenle artiküle organlarının özellikleri ve vokallerin oluşumlarındaki aldıkları görevler iyi bilinmelidir.

Register

Register teriminden anlaşılan; birbirinden sonra gelen homojen, pestlerden tizlere doğru çıkıcı tonların aynı mekanik prensiplerle üretilmiş olmasıdır ve onu farklı kılan yine bir dizi şeklinde olan farklı mekanik prensipte üretilmiş ses dizileridir. Aynı registerin kapsamı içerisinde bulunan bütün tonlar aynı türden sayılırlar. Tınlamaları ya da güç farklılıkları değişse bile doğal yapıları hep aynıdır. Registerların küçük bölümleri birbirleri ile örtüşmektedir. Öyle ki bir bölgenin kapsamı içerisinde bulunan tonlar aynı zamanda iki tane biribirinden farklı registerin kapsamı içerisinde de bulunabilir (Maksimof, 1993).

Vennard'a (1967) göre; insan sesi üç registere sahiptir.

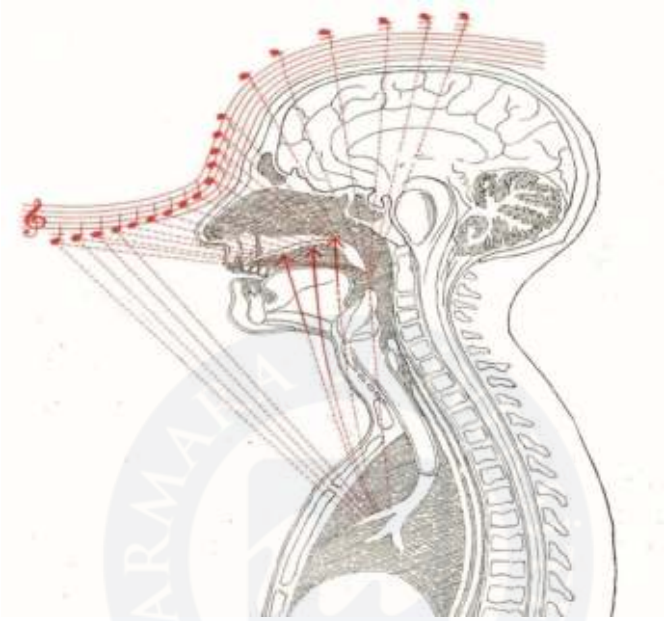
Göğüs(Chest) registeri-alt register: Düşük frekanslı farenksin altında, göğüste oluşur.

Orta (Middle) register-karışık register: Göğüs ve diğer rezonatörlerin ortaklaşa çıkardıkları sesler karışık ses (mixedvoice) olarak adlandırılır. Doğru vokal ifadeyi tanımlayan bu seslerde larenks normal pozisyondadır..

Kafa (Head) registeri-üst register: En üst rezonatörlerin titreşimi ile oluşur. Çıkarılabilen en yüksek frekanslı sesler olup şarkı söylemede kullanılır.

Bu registerlerin kaynaştırılıp harmanlanması, geçiş tonlarında köprülerin kurulabilmesi sonucunda ses, tek bir register olarak duyulur. Geçişlerde bu düzenlemeleri yapamayanlarda, ayrı renkte üretilen sesler hemen fark edilir. İyi eğitilmiş seslerde register geçişleri duyulmamaktadır. Erkek seslerinde kafa registerinin hafif gürlükte kullanılmasıyla elde edilen bir register daha vardır ki buna, yalancı ses (kadın sesi karakterinde) anlamında falset (falsetto) denir. Aşırı incelikteki kadın seslerinde genellikle beşinci oktav 'do' dan sonra duyulan flageolet (ıslık sesi) sesler mevcuttur (Belgin, 1996).

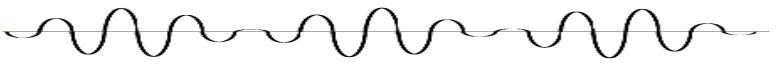
Lehmann (1902) vokal registerı; sıra seslerin gırtlak, dil ve damağın aldığı konumlara göre söylenmesi olarak tanımlamıştır.



Lehman'a (1902) göre; Soprano ve Tenor Seslerde Register Geçişleri

Şarkı söyleme eğitiminde register kavramı üzerinde önemle durulmalıdır. Bu kavramı sadece ses perdesi ile değil, şiddeti ve rezonansı ile birlikte düşünmek gerekir. Dizi çalışmaları, bir registerden diğerine crescendo ve decrescendo ile geçme, ses kırılmalarını ve geçiş tonlarındaki sorunları ortadan kaldırmak için yararlı egzersizlerdir. Şarkı söyleme eğitimi alan bir kişi, ses tekniğinde köklü değişiklikler yapmadan kesintisiz ya da aralıksız bütün perdeleri üretebilir ve ses kırılmalarını önleyebilir. Birçok ses eğitimcisinin peşinde olduğu amaç da budur. Onlara göre pedagojik psikoloji gereği hiçbir öğrenciye register sorunları olabileceği anlatılmamalıdır. Öğrenci teknik olarak en güçlü olduğu sesle çalışmalarına başlamalı ve bu alanı giderek genişletmelidir.

Vibrato



Vibratonun Şekille Gösterimi

Sesin frekansı ve şiddetinde periyodik değişiklikler yapma olayına vibrato denmektedir. İyi şarkıcılar vibratoyu öğrenerek sesin tını ve şiddetindeki dalgalanmayı güzelleştirmeyi

başarabilen kişilerdir. Kulağa çok hoş gelen bir sesin içinden vibratolar çıktığında, o ses çok yavan, sert, kuru, renksiz, duygusuz ve rahatsız edici gelmeye başlayacaktır. Tıpkı yeni keman çalmaya başlayan birisinin kemandan çıkardığı ilk sesler gibi. Vibratoyu yapabilmek için mükemmel bir kas uyumu gerekir ki bu ancak çok uzun süren bir şarkı söyleme eğitimi ile gerçekleştirilebilir.

Ses organları kötü kullanıldığında ve yaşlanıldığında vibrato dolayısıyla ses kalitesi bozulur. ¼ ile ¾ tonlar arasında yapılan vibrato normaldir. ¼ tonun altında ses mat, sert ve kötü tınlayacaktır. 1 tonun üzerindeki vibratoda ise sesin sallanmasından söz edilebilir. Saniyede 5 ile 7 periyotluk bir vibrato normal kabul edilirken, 5'in altındameleme, 7'nin üstünde tremole sesi ortaya çıkar ki bu sesler kulağa hiç hoş gelmeyen, rahatsız edici sesler olarak algılanır. Vibrato ses sağlığının barometresi olarak kabul edilebilir. Çünkü yaşanan pisikolojik durumlar hemen sese etki eder ve ses sallanmaya başlar. Örneğin heyecanlanan, ani üzüntü yaşayan, ağlayan birinin sesinin dalgalanmasından ruhsal durumu hakkında fikir sahibi olabiliriz. Estetik açıdan çok hoş bir duygu yaratan vibrato ile şarkıcılar yarım ton aralığında dinleyicilere fark ettirmeden ton değişikliği yapabilirler (Ömür, 2001).

Ses Türlerinin Sınıflandırılması

Seslerin sınıflandırılması şarkı söyleme literatüründe ayrıntılı olarak tartışılan bir konudur. Kısaca tarihçesine baktığımızda sesleri türlerine göre sınıflandırmanın gerekliliği ancak 18. Yüzyılın ikinci yarısında ortaya çıkmıştır. Çok sesliliğin hâkim olduğu dönemde ses sanatçıları sadece tiz ve pes seslere göre sınıflandırılıyorlardı ve bu kategoriler, ses sanatçılarının aryaları kendi ses alanlarına aktarmayı tercih etmeleri nedeniyle barok opera döneminde de pek değişikliğe uğramamıştır. Mozart, dramatik ve psikolojik inandırıcılık kaygısıyla opera kahramanlarını ses bakımından tiplere ayıran ve böylece yorumcuları kaçınılmaz bir uzmanlaşmaya yönelten ilk bestecilerden biridir. Ses sanatçılarından beklenen teknik performansın artması, böyle bir uzmanlaşmayı gerekli kılmış olabileceği düşünülebilir. Genellikle ses eğitimcileri tarafından algısal olarak yapılan ses türlerinin sınıflandırması, şarkı söyleme eğitimine yeni başlayan bir kişinin en çok merak ettiği konuların başında gelmektedir. Çünkü kendi sesini dinlediği güzel seslere benzetmek ve o sınıfa sokmak istemektedir. Hâlbuki bir sesin sınıflandırılması belli bir süreç isteyen ve acele edilmemesi gereken konulardan biridir. Ses eğitimcisinin öğrencinin ses rengini belirlemede onun merakına boyun eğmeyip çok dikkatli ve sabırlı olması gerekmektedir. Seslerin sınıflandırılması farklı teknik parametreleri esas almaktadır.

Seslerin sınıflandırılmasında farklı teknik parametrelerden başlıcaları aşağıdaki gibi sıralanabilir:

Müzikal açıdan kullanılabilir sınır notalarla belirlenen ses genişliği,

Ses sanatçılarının kolaylıkla çıkarabildiği seslerin bütününü kaplayan ses alanı,

Sesin rengi, tınısı ve gücü.

Bütün bu nitelikler değişik biçimlerde birleşebilir ve şarkıcılar, farklı bir ses alanıyla aynı genişliğe veya farklı bir renkle aynı ses alanına sahip olabilirler. Burada önemli belirleyici olan sesin rengi ve tınısıdır. Ses gelişimini tamamlamamış seslerde ses sınıflandırması yapmak neredeyse imkânsızdır. Bu seslerde içinde bulunulan döneme özgü sık sık kırılmalar meydana geldiği için düzgün ve doğru register geçişleri elde edebilmek oldukça güçtür (Helvacı, 2012).

Repertuar Seçimi ve Müzikal Yorum

Zengin ve çeşitli bir repertuar oluşturmak makul bir seviyede ustalık kazanmış öğrenciler için daha kolay ve rahattır. Daha öncede belirttiğimiz gibi sabırlı olmak, merdivenleri sırasıyla çıkmak müzik eğitiminin ve özellikle şarkı söyleme eğitiminin temel kuralı olarak karşımıza çıkmaktadır. Sesin teknik gelişimi ve yeterliğin çalışılacak parçaya olan uygunluğu mutlaka göz önünde bulundurulmalı, baş edilemeyecek parçaları söylemek için asla zorlama yapılmamalıdır. Temel müzik bilgisinde eksiklikler var ise öncelikle bunlar giderilmelidir. Çalgı eğitimi alan bir kişinin izlediği süreç örnek olarak alınabilir. Bir çalgıcı ilk önce çalgısının temel mekanik yönlerini öğrenir ve yorum hakkında kaygı taşımaz. Onun başlıca ilgisi müzisyenliğin ses ilkelerini teknikle birlikte inşa edebilmektir. Bu çalışmalar sonucunda çalgıcı müzikal çalmaya başlar ve sonra cümleleme, zıtlık, vurgulama ve ritm gibi temel prensipleri yorumlamaya başlar. Şarkı söyleme eğitiminde de bu süreç izlenirse hem vokal teknik hem de müzikal altyapı birlikte gelişim çizgisi izleyecektir.

İyi bir müzikal yorum için;

Sesin temel prensipleri edinilmeli, uzunca bir süre müzikal cümleleme çalışmaları yapılmalıdır.

Legato şarkı söyleme düşüncesi, ses yumuşaklığı ve sesli vokallerle register geçişlerinin uyum içerisinde yapılmasına dikkat edilmelidir.

Net bir artikülasyon ile doğru duruş ve doğru solunum unutulmamalıdır.

Çalışma için seçilecek olan repertuar müzikal yetenek ve teknik yeterlik arasında dengede götürülmelidir.

Kişiden kişiye değişen bir zaman süreci sonrasında müzikal yorum gelişirken serbestçe söyleme alışkanlığı da edinilmiş olacaktır (Helvacı, 2012).

Sonuç

İyi bir eğitim süreci geçirmiş ve şarkı söyleme bilincine erişmiş bir şarkıcı için ses, içsel enerjilerin uzantısındandaha fazlasıdır ve bu enerjilerin dinamikleri üzerinde sesin yaratıcı-kontrol etkisi vardır. Yaratıcı bir araç olarak ses bize, yaşamınönemini keşfetmek, bu enerjileri test etmek, geliştirmek ve yalnızcaduygularımızı ifade etmek için değil, aynı zamanda da yenidinamikler, yeni görseller, yeni görüntüler algılamak için de izinverecektir. Ses, bu yönüyle beklenmedik yorum ve duygular içinmuazzam bir olanak ve seçenekler silsilesi sağlayan güçlü bir kaynaktır.

İnsan bedenini bir çalgı aleti olarak düşündüğümüzde,olumsuz koşulların yokluğunda bedenin nasıl çalışması gerektiğiancak dikkatli bir gözlemin kaliteli ton ve mükemmel ses için iyibir kılavuz olduğu önermesinden hareket edebiliriz. Beden mükemmeltonları üretirken, bu aşamada etkin rol alan organlarörneğin gırtlak zorlanmaz, ses, üretimine devam eder ve zahmetsizceyankılanır. Bu yankı şarkı söyleme eğitiminin başlıca amacı olan, sesin kalitesi yüksek, gür, zengin, sıcakve renkli bir tınıya sahip olmasına neden olacaktır.

Şarkı söyleme eğitimialmaksızın mükemmel sese sahip olan çok sayıda şarkıcı ile karşılaşabiliriz.Şarkı söyleme eğitimi yoluylabu şarkıcılara, ses mekanizmasını anlatmanın önemli faydaları olacaktır. Planlanan öğrenme süreciyle gelişip, sorunları çözmeyi,önlemeyi ve bu birikimle uzun yıllar şarkı söylemeyi başarabileceklerdir. Bu nedenle şarkı söyleme sürecinde ses mekanizmasınıöğrenmek ve egzersizleri bu mekanizmayı bilerek uygulamak,eğitim sürecinin daha da verimli geçmesini sağlayacaktır. Bu bağlamda, diğer eğitim dallarında olduğu gibi şarkı söyleme eğitiminin olmazsa olmazı olarak kabul edilen konular bu çalışmada tekrar ortaya konulmuş ve yaklaşımlar ele alınarak bir süreç olarak belirtilmiştir.

Ayrıca; şarkı söyleme eğitimi alan ve şarkı söyleme eğitimi veren kişilere bir yol haritası çizilmiş önemle üzerinde durulması gerekenkonular somut hale getirilmeye çalışılmıştır.

Şarkı söyleme eğitiminde uygulamaya yönelik aşağıdaki önerilerim faydalı olacağı düşünülmektedir:

Egzersiz mükemmeli yakalamak için bir araçtır. Yalnızca doğru yapılan egzersiz kayda değer sonuçlar verebilir, aksi takdirde kötü alışkanlıkların egzersizini yapmak boşa zaman harcamaktan öte gitmeyecek bir süreçtir. Uzun dönemde doğru egzersiz ancak gerçek egzersiz olarak adlandırılabilir.

Sürekli tekrar eden hatalar şarkı söyleme eğitiminde istenilen hedeflereulaşmayı önlediği gibi, geleneksel egzersizleri tekraretmekten öteye de gitmeyecektir. Şarkıcının ton kalitesigeçici bir durumla ilgiliyse, yani o anki durum sağlıksız birgelişmenin sonucu ise, yapılacak olan egzersizlerin durumlailişkili olarak değiştirilmesi gerekir. Kalıcı değer taşımayansürekli tekrara dayanan egzersizlerin hiçbir yararıolmayacaktır.

Ses eğitimiyle ilgili herhangi bir teorik bilginin uygulamaçalışmaları yani egzersizler olmadan başarılı olması mümkündeğildir. Egzersizler söylenmesi hedeflenen şarkılarınküçük parçaları olarak görülebilir. Bazı egzersizler diğerlerindendaha elverişli olmasına karşın, hepsinin özünde birdeğersizlik olduğu her zaman hatırlanmalıdır. Her egzersizdoğru ya da yanlış yapılabilir ve gösterilen çabanın durumunagöre yapılan egzersizler son derece yararlı da olabilir. Ancak yararsız olsa da burada önemli olan faydalıolanları özümseyebilmektir.

Ses ve konuşma eğitimindeki bazı yaklaşımlar, taklit, ezber,hayal gücü ve manyetik kişilik tarzına fazlasıyla bağlıdır.Bu yöntemler geçici yararlar sağlar, ama çoğunluklauzun ömürlü, bilinçli kontrol ve güçlü sağlıklı ses sağlamakkonusunda başarısızdırlar.

Kuşkusuz taklit bırakması zor bir davranış biçimidir. Rahatolsa da yararlı değildir. Güçlü bir motivasyon olmaksızınolması gerekenden fazla bir gelişme söz konusu olduğunda,öfkeli ses öfkeli kalacak, çekingen ya da samimiyetsizses sürecek ve pek çok taklitçi şarkıcının avlandığı güçlügibi görünen fakat doğal olmayan ses kalıcı hale gelecektir.

Denetimsiz uygulamalara karşı birçok ikna edici iddiamevcuttur. İlk olarak, öğrencisini geliştirebilecek öğretmeninson derece iyi eğitilmiş bir kulağa ihtiyacı vardır.Bunun yanı sıra öğretmenin, algılama, analiz etme ve herdurumda, seste oluşabilecek pürüzleri giderebilecek yetenekteolması gerekir. Bu yetenek uzun çalışmaların, zekicegözlemlerin ve deneyimin bir ürünüdür. Her şarkıcı birkaç ders aldıktan sonra ancak denetim olmadan günlükyarım saati geçmeyecek uygulama çalışması yapmalıdır.Sadece teknik olarak gelişmiş, algısal yeterlik kazanmışolan kişiler kendi kendilerine yardım etme yeteneğine sahiptirler

Denetimsiz uygulamaya karşı ikinci iddia ise, sayısız aşamalardangeçerek gelişmektir. Gelişim adım adım gerçekleşenbir süreçtir. Kimi zaman hedeflere ulaşılır, kimi zamanulaşılamaz. Bu açıdan bakıldığında, eğitimin belirleyicievreleri vardır. Farklı şarkıcılarda farklı şekilde uygulamazorunlulukları yine şarkıcı tipine bağlı olarak uygulamanınilerleme veya gerilemesine neden olabilecektir.Uygulamada ileri ya da geri adım atılması, uygulama yapankişinin o anki teknik gelişimine bağlı olarak ortaya çıkar. Uygulama sırasında herhangi bir geçici durumu pekiştirmegirişimleri kişinin gerilemesine neden olabileceğiiçin son derece dikkat edilmelidir.

Üçüncü iddia ise, kalite nedeniyle yanlış davranışların geliştirilmesive gelişimin yanlış bir şekilde yönlendirilmesitehlikesidir. Genellikle kendini öğretmenine teslim edenöğrenciye kalitesinin iyi olduğu söylenmektedir. Buradasık sık yapılan hata bu kalitenin geçici bir durum olmasındansa,kalıcıymış ve öğrencinin kişiliğinin bir parçasıymışgibi gösterilmeye çalışılmasıdır, bu da gelişmeyiengelleyen bir unsurdur. Doğru gelişme; neyin doğal biryetenek olduğunu belirlemek, tekniği sınırlayan unsurlarıhızlı bir şekilde ortadan kaldırmak ve kaliteli olmanın gerekliliğiniyerine getirmekle olacaktır.

Yukarıdaki bahsi geçen düşünce biçimindeki yanlışlık, hatalarınkabul edilerek kişinin onurlandırılmasıdır. Ton kalitesideğişkendir ve hatalı süreçlerle oluşmaktadır. Hatalıolan bu süreci kabul etmek yerine, çoğu öğretmen bu durumukalıcı ve temel bir sonuç olarak düşünmektedir.Yanlışlıkla kabul edilen bu kalitenin, kalıcı değer olduğunainanılır ve yöntem daha da zorlayarak benimsetilmeyeçalışılır. Egzersizler, ezber ve statik kalite durumu sürdürülerekyapılmaya çalışılır. Ancak bu tür eğitim kişiyi geriletecekve kısa dönemde başarılıymış gibi görünse de uzunvadede kazanılan çok fazla bir şey olmayacaktır. Ezberuygulamalar vokal tepki konusunda hataları artık bir alışkanlıkhaline getirdiği için, bu uygulamaların öğrenciyiyanlış yönlendirdiği kesindir. Öte yandan, duyulan seslerbir süre sonra özgürlüğü kısıtlamaya başlayacaktır. Bunedenle zorlukların üstesinden gelebilmenin en iyi yolununkatı bir denetim uygulaması olduğu unutulmamalıdır.

Kaynaklar

Belgin, E.,(1996), Ses Anatomisi, Doktora Programı Ders notları, Gazi ÜniversitesiGazi Eğitim Fakültesi Müzik Bölümü, Ankara.

Cevanşir, B. ve Gürel, G., 1982, Foniatri, İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp FakültesiYayınları, s.52, 86, İstanbul.

Çevik, S.,(1997), Koro Eğitimi ve Yönetim Teknikleri, Doruk Yayımcılık, s. 35-45, Ankara.

Gould, W. J.,(1991), CaringfortheVocal Professional, Otdoryngology,Volume III (Head andNeck), Chapter 30, Third Edition, W. B.SaundersCompany, pp. 2273-2282, Philadelphia.

Helvacı, A.,(1995), Ses Eğitiminde Nefes ve Atak, Yayınlanmamış YüksekLisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Helvacı, A., (2003), Ses Eğitiminde Register ve Rezonans Bölgelerinin Kullanım Özelliklerinin Ses Kalitesine Yansıması, Yayınlanmamış DoktoraTezi, Gazi Universitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Helvacı, A.,(2012), Şarkı Söyleme Eğitimi – Temel Konular ve Uygulamalar, Ekin Yayınevi, Bursa.

Lehmann, L.,(1902), MeineGesangskunst, Verlag Der Zukunft, pp.15-25,Berlin.

Lessac, A.,(1997), TheUseand Training of the Human Voice, Coverby

David Simon, Fourth Printing, Feb. 1965, pp. 20-79.

Luchsinger, R.,(1965), Voice Speech Language, Wordsworth PublishingCompany, pp. 25-51, Belmound.

Maksimof, İ.,(1993), Vokal Fonoloji – Ses Bilimi, Muzika Sofya, s. 156-164,Sofya.

Ömür, M.,(2001), Sesin Peşinde Pan Yayımcılık, s. 13, 24, 45,52, İstanbul

Selen, N.,(1979), Akustik Ses Bilimi ve Türkiye Türkçesi, Türk Dil KurumuYayınları, A.Ü. Basımevi, s. 10-15, Ankara.

Tansu, M.,(1963), Durgun Genel Ses Bilgisi ve Türkçe, Türk Tarih KurumuBasımevi, s. 38, Ankara.

Töreyin, M.,(2008), Ses Eğitimi – Temel Kavramlar-İlkeler-Yöntemler,Sözkesen Matbaacılık, s. 95,119,136, Ankara.

Vennard,W.,(1967), Singing (TheMechanismandTheTecnic), Carl FisherİInc., s. 18,22,35,52-60,80-90, New York.

MARMARA ÜNİVERSİTESİ 1883
MARMARA ÜNİVERSİTESİ

SES EĞİTİMİ METOTLARINDA TÜRLER VE FORM YAPILARI

TYPES AND FORM STRUCTURES IN VOICE TRAINING MATERIALS

Mehmet Şahin AKINCI*

Öz

Müzik eğitiminin üç ana boyutu müziksel işitme-yazma eğitimi, çalgı eğitimi ve ses eğitimidir. Bu eğitimler geçmişten günümüze kadar gelmiş metotlar ve yazımı devam eden metotlar ile sürdürülmektedir. Müzik eseri icracılarından bestecilerinin oluşturmuş olduğu yapıya bağlı kalarak eserleri seslendirmeleri ve bu eserlerin form elemanlarına dikkat ederek yorumlamalar yapmaları beklenmektedir. Bu bağlamda ses eğitimi alanına ait ülkemizde çoğunlukla kullanılan metotlar incelenmiş, içerikleri taranmış ve ses eğitiminde en çok kullanılan ses-vokal müzik türleri tespit edilmiştir. Konuya dikkat çekilmesi amacıyla bu eserlerin bestecilerinin yazdıkları şekilde doğru yorumlanmalarının sağlanabilmesi, doğru seslendirmenin ve öğretiminin kolaylaştırılması için belirlenmiş olan vokal eserlerin müzik form yapıları analiz edilmiş ve bu vokal türler müzik biçimleri/müzik formları dersi kural ve bilgileri ile ilişkilendirilerek açıklanmaya çalışılmıştır. Bu çalışmanın bulguları sayesinde ses eğitimcilerinin vokal müzik eserlerinin doğru yorumlanmasını daha etkili-yeterli olarak öğretebilecekleri ve ses eğitimi alan öğrencilerin ise vokal müzik eserlerini doğru, yeterli ve müzikal olarak beklenen yeterlikte yorumlayabilecekleri düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Müzik formları, müzikal yorum, vokal müzik, vokal müzik türleri

Abstract

The main three dimensions of music education consist of musical hearing-writing, instrument instruction, and voice training. These exercises are pursued through materials dating back to early times, or those that are currently being written. Performers of musical pieces are expected

* Dr. Öğr. Üyesi, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Devlet Konservatuvarı, *mehmetsahinakinci@hotmail.com*

to vocalize these pieces by remaining faithful to the form established by the composers, and to interpret them without ignoring the form elements. With this in mind, the most commonly used materials in our country have been analyzed, contents of these materials have been reviewed, and the most frequently used voice-vocal music types have been identified. In order to draw attention on the matter; musical form structures of the vocal pieces that are identified with an aim to ensure their accurate interpretation in the way composed by their composers, and to ease the process of their correct vocalization and its instruction, have been analyzed. Then, these vocal types are tried to be explained further in association with the rules and knowledge of the music types/musical forms lesson. With the help of the findings, vocal instructors are believed to be able to teach the accurate interpretation of vocal music pieces more effectively and sufficiently; and vocal trainees will be able to vocalize these pieces more accurately, effectively and expectedly.
Keywords: Musical forms, musical interpretation, vocal music, vocal music types

1.Giriş

İlkel çağlardan itibaren insanlığın yanında olan sesler var oldukları evrendeki yaşam geliştikçe ve anlaşıldıkça farklı boyut ve özelliklerde yaşamaya ve gelişmeye devam etmiştir. İnsanlar duygularını ve sosyal yaşamdaki yaşam faaliyetlerini seslerle ilişkilendirerek öncelikle anlamsız ses bütünlüğü olan ürünler olarak sunmuşlardır. Aklını, bedenini ve fiziksel araç-gereçleri kullanarak sesleri daha güzel çıkarmayı nasıl başaracaklarını öğrenen insanlar sayesinde sesler de güzelleşmeye ve değişime uğrayarak bireyselleşmeye başlamıştır. Müzik ismini alan bu anlamlı ses bütünlükleri her geçen gün kullanım ve oluşturum açısından daha da güzelleşmiş, bilimleşmiş, kuşaktan kuşağa gelişerek sanatsal boyutta değerlendirilme özelliğine ulaşmış, gücünü ve etkililiğini göstermeyi başarmış, varlığını ve gerekliliğini kabul ettirmiştir. Zamanla kurallaşmış ve çeşitlenmiş olan müziksel ürünler öğretilen bir alan özelliği kazanarak insanların bilişsel ve duygusal gelişimlerine sunduğu olumlu kazanımlar ile yaşamını sürdürmüş ve sürdürmektedir.

Müzik eserleri çalgı müziği eserleri ve ses müziği (vokal müzik) eserleri olarak ikiye ayrılmaktadır. Ses müziği-vokal müzik Saraç (1985) tarafından "Ses için, sesle okunmaya özgü" (Ünal, 2001) olarak tanımlanmıştır. Müzik literatüründe farklı ses özelliklerine göre yazılmış sayısız vokal müzik eseri mevcuttur. Vokal müzik eserleri bestelenme yapıları itibariyle kendi içinde farklı tür isimleri almışlar ve gelişmişlerdir. Hatta bu eserler müzik tarihsel dönem özellikleriyle ilişkili olarak farklı yorumlama stilleri özelliklerine göre yenilenmiş ve değişik duyuş-armonik özellikleri ile birlikte dinleyenlere farklı işitsel ürünler olarak sunulmuş ve sunulmaktadırlar.

Vokal müzik eserlerinin seslendirilmesi konusu ile ilişkili olarak yorum kavramı da incelenmesi gereken bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Say (2002)' ye göre yorum: "Seslendiricinin öznel bireysel katkısıyla ulaşılan üst düzey müzikal anlatım değerleri" olarak

tanımlanmaktadır. Yorum kavramı beraberinde dili ve dilsel özellikleri de ortaya çıkarmaktadır. Her ulusun kendine özgü bir dili, dilsel özellikleri, o dili gerek kendi ulusu içinde gerekse diğer uluslar içerisinde anlaşılabilir kılacak olan birimleri vardır. Bu birimler: cümleler, kelimeler, heceler ve bazen de noktalama işaretleridir. Günlük konuşma dilimiz basit olarak incelendiğinde, cümleler, kelimeler, heceler, gerektiğinde noktalama işaretleri bile anlatımda gereken yeri vurgulamak için kullanılabilmektedir (Akıncı, 2011).

"Müzikal anlatımda da, konuşma ve yazı dilimizdekine benzer cümlecik ve cümleler vardır" (Özdemir, 2001). Müzik sanatında anlatım kavramı incelendiğinde, müzikal yorumun genel prensipleriyle yani: eserlerin tonalitesi, formu, hızı, cümlelemeleri, dilsel aksanlamaları-yabancı ise anlamı, nüansları ve karakteristik anlatım öğeleriyle karşılaşılmaktadır. Vokal müzik eserleri de yorumlayıcılar tarafından müziksel anlatımda uyulması beklenen bu kurallara uyularak yorumlanmaktadır.

Profesyonel yorumcu sanatçılar açısından düşünüldüğünde çalgısal ve ses tekniksel olarak belirli seviyeye ulaşmış yorumcuların seslendirim açısından müzik eserlerinin belirtilen öğelerine dikkat ederek ve hatta bireysel katkılar sağlayarak müzikal yorumlar sunmaları normal bir durum olarak karşılanabilir. Amatör birer yorumcu sayılabilecek olan müzik eğitimi alan öğrencilerden müzik eserlerini yorumlarken müzik eserinin tonalitesine, hızına, notalarının temizliğine, çalgısına göre değişebilen çalım tekniklerine, nüanslarına, sözlü ise sözlerine, anlatım terimlerine, duygusal iletisine ve yorumda en önemli etken olarak görülebilecek olan müzik biçimsel ögelere yani motiflere, cümlelere, dönemlere (periyod) uyması beklenebilecek bir yeterlilik durumu olmaktadır.

Anlatım-ifade ve yorum için gerekli olan bu kurallar mesleki ve sanatsal boyutta müzik eğitimi alan öğrencilere Müzik Biçimleri-Müzik Formları ana kapsamında ve ayrıca Armoni-Kontrpuan, Müziksel İşitme-Okuma-Yazma ve çalgı eğitimi dersleri ile işbirliği içinde destekleyici olarak verilebilmektedir. Müzik sanatında yorum için çok önemli olan bu dersler tüm çalgı alanları için önemli olmakla birlikte özellikle Bireysel Ses Eğitimi ve Şan dersleri için daha fazla önem arz etmektedir. Çünkü bu derslerin materyalleri sözleri olan şarkılardır. Bestecilerin şiirsel çerçevede kelime ve cümleleri ile anlatmak istedikleri duygular-mesajlar, müzik eserleri içindeki notalar yardımıyla müzikal cümle ve motiflere gizlenmektedir (Akıncı, 2011).

Ses müziği eserlerini yorumlayan kişiler eserlerin işitsel, armonik, müzik biçimsel-formsal özelliklerine dikkat etmekle kalmayıp anlatım ve yorumda çok önemli olan sözlere de dikkat etmek durumundadırlar. Fakat kimi öğrenciler Müzik Biçimleri/Müzik Formları dersinden aldıkları kazanımları eser yorumlamalarında uygulamakta, kimi öğrenciler de sadece eser içindeki notalara yoğunlaşarak notaları doğru çalmaya veya söylemeye özen gösterip motiflere ve dolayısıyla cümlelemelere dikkat etmemekte, etkili müziksel yoruma özen göstermemektedir (Akıncı, 2011). Bu görüş Hodeir ve Usmanbaş (1951/ 2003) tarafından da şu

şekilde desteklenmektedir: "Çalıcı çoğunlukla bütün gücünü notaları yorumlamak, bir başka deyimle, kaba dışını yorumlamakla geçirir. Üstelik on kişiden dokuzunun yapı sorunlarından tüm habersiz olduklarını da unutmayalım".

Müzik eserlerine biçim-form anlayışından habersiz duygusal bir tavırla yaklaşmak günümüzdeki yorumcularının en önemli sorunudur. Biçimden habersiz olarak müzik eserlerini incelemek ciddi eksiklikler meydana getirmektedir. Eserlerin biçimsel yaklaşımını kavrayamayan, birbirinden farklı formları karşılaştıramayan bir yorumcu örneğin Liszt'in herhangi bir eserini seçerken, romantizmin yüzeysel dış görünüşlerine aldanarak yanlış tercihlerde bulunabilir (Eren, 2007).

Müzik eserlerindeki müzik form ögeleri (motif, cümle, periyod) bestecileri tarafından bestelenirken dikkatle yazılmıştır ve yazılmaktadır. Müzisyenlerden ve vokal eser yorumlayıcılarından da genel geçer kabul görmüş, kurallaşmış bu bilgiler ışığında bestecinin anlatmak istediği duygulardan yola çıkarak oluşturulmuş müzikal motifleri, cümleleri ve dönemleri bestecisinin oluşturduğu şekliyle yorumlaması beklenebilecek bir durum olmaktadır.

Bu çalışmada Müzik Biçimleri/Müzik Formları ve Ses Eğitimi dersleri bir bütünlük içinde incelenmiştir. Bu ilişki ile doğrudan bağlantılı olarak ülkemizde kullanılan ses eğitimi metotlarının içindeki ses müziği türlerinin çoğunlukla kullanılanlarının saptanması, bu türlerin birer örneklerinin alınarak form yapılarının analiz edilmesi, bu işlemlerle birlikte ses eğitimcilerinin kullanacakları ve ses eğitimi alan öğrencilerin çalışacakları belli başlı ses müziği türlerinin form yapılarını kavramalarına yardımcı olunması ve yönlendirilmesi, vokal müzik yorumlayıcılarının daha etkili, başarılı ve sanatsal boyutta yorumlar sunmalarına yardımcı olunması amaçlanmıştır.

Belirtilmiş olan amaçlarla birlikte çalışma, ses eğitiminde kullanılmakta olan ses müziği eserlerinin belli başlıcalarının form yapılarının analiz edilmesi ve ses müziği eserlerinin profesyonel, sanatsal, etkili ve başarılı sunulmasında yol gösterici olması ve bu yönüyle ses eğitimi alanına ve vokal müzik yorumlama alanına özel bir çalışma olması nedeniyle önem arz etmektedir.

Çalışmanın belirtilmiş olan amaç ve önemi ile ilişkili olarak ülkemizde kullanılan ses eğitimi metotlarında çoğunlukla kullanılan vokal müzik türlerinin neler olduğu, bu türlerde yazılmış olan birer tane vokal müziği eserinin müzik form yapısının nasıl incelenebileceği ve bu türlerin hangi şarkı formu ile isimlendirilebileceği sorularına yanıt aranmaya çalışılmıştır.

2. Kuramsal Çerçeve

2.1. Müzik formları ve form ögeleri

Müzik yapıtları incelendiğinde müziksel kurallar birleşimi olduğu görülebilir. Müzik yapıtlarındaki her notanın müziksel kurallar çerçevesinde bir açıklaması mevcuttur. Müzik eserlerinin gerektiği şekilde yorumlanması için en önemli alan olarak kabul edilebilecek olan

Müzik Biçimleri/Müzik Formları dersi, içeriğindeki konuları itibari ile Müziksel İşitme-Okuma-Yazma ve Armoni-Kontrpuan dersleri içerikleri ile ilişkili olarak yürütülebilmektedir. Müzik yapıtları yorumlanmadan önce yapıtın Müziksel İşitme-Okuma – Yazma ve Armoni-Kontrpuan dersleri kuralları ile ilişkilendirilerek teorik çözümlemesi yapılmakta ve ortaya çıkan teorik çözüm Müzik Biçimsel-Formsal ögelerle ilişkilendirilerek yorumlama evresine geçilmektedir (Akıncı, 2011)

Müzik eserlerinde biçim: bestecinin kurgusu, ele aldığı malzemeleri birbiriyle ilişkilendirerek meydana getirdiği düzen veya yapıdır (Eren, 2007). Hodeir ve Usmanbaş' (1951/ 2003)'e göre müzikte biçim: "Genel olarak biçim bir eserin nasıl çatıldığını anlatır" şeklinde ifade edilmiştir. Bu görüşte "çatılmak" kelimesi ile müzik eserinin nasıl oluşturulduğu, neye-nelere göre oluşturulduğu kastedilmektedir. "Eserlerin kuruluşunu ve biçimini çözümleyerek ve bilerek dinlemek, daha iyi anlaşılmasını sağlayacağı için, bir dinleyici olarak da müzik formlarını bilmenin büyük yararı vardır" (Cangal, 2004). Yine başka bir tanımı ile Hodeir ve Usmanbaş (1951/ 2003)' e göre biçim "Bir eserin birlik ve bütünlüğe erişme yoludur".

Biçim kaygısı olmayan bir müzik eseri düşünemeyiz. Bu kaygı yoksa ortada müzikte yoktur denilebilir. Biçimciliğe karşı çıkmış olan izlenimci besteciler bile eserlerini belirli bir kuruluş özelliği ile yaratmışlardır. Bir müzik cümlesi ne denli güzel olursa anlatımının en başarılı noktasına ancak dolayındakilerle tam bir uyuşum içinde olduğunda varır (Hodeir ve Usmanbaş, 1951-2003). Hodeir ve Usmanbaş' ın (1951/ 2003) sözlerinde geçen "dolayındakiler" kelimesi ile anlatılmak istenen müzik biçimleri ögelerle birlikte çeşitli müziksel teorik yazınsal ögeler, müzikal dinamikler ve bu ögelerin müzik eserini anlamak ve etkili yorumlamadaki önemidir. Müziksel anlatı ve duygusal ifade bakımından söz öbekleri, cümleler, paragraflar müzik dilinde ve müzik biçimlerinde motif, cümle, periyod olarak karşılık bulmaktadır. Yeterli ve başarılı ses müziği yorumu için gerekli olan bu kavramlar biçimsel öge-eleman olarak adlandırılmaktadır.

Vokal müzik eserleri seslendirilmeden önce bir takım incelemeler ve hazırlıklar yapılmalıdır. Öncelikle eserin biçimsel bakımdan incelenmesi ve biçim ögelerinin saptanması, formunun belirlenmesi ve bu doğrultuda eserin nefes yerlerine dikkat edilerek müzikal dinamiklerin uygulanması için hazırlıkların yapılması gerekmektedir. Bu hazırlanma durumu günlük konuşmalarda iletişim kurarken de yapılanın aynısıdır. Konuşmaya başlamadan önce bir nefes hazırlığı yapılmakta ve kelimelerin arasında nefes alınmayarak anlatım bozulmamaktadır.

Müzikte formun öncelikli amacı müzik eserinin anlaşılmasıdır. Bir müziksel fikir (motif, cümle, tema) ve onun gelişimi ile bu gelişimin nedenlerini izleyen bir dinleyici, müziksel yazımlarla açıklanabilecek olan güzellik kavramına çok yaklaşmış olabilecek ve müzikteki gerilimlerden sonraki çözülümlerde rahatlığa erişmiş olabilecektir (Cangal, 2004).

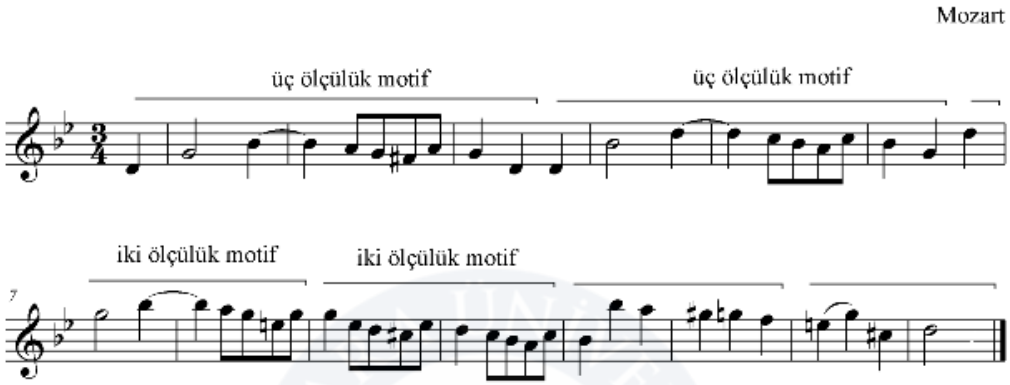
Bu açıklama ile sadece müzisyenler için değil, dinleyiciler içinde müzik eserlerinin yeterli anlaşılması için biçimsel yapıya dikkat edilmesinin gerekliliğine dikkat çekilmeye çalışılmıştır. Güzel ve etkileyici müziksel yorumlamayı sağlamak için müzik biçimsel ögelerin başlıcaları olan "motif", "cümle" ve "periyod" ögelerinin anlaşılması ve uygulanmasının önemli olduğu söylenebilir. Bu sayede müzik ile bireyler arasındaki iletişim kolay ve etkili biçimde sağlanabilecektir. Müzik biçimleri ögelerine dikkat edilmediği takdirde ortaya çıkan müziksel ürün, müziksel ifade olmadan sadece nota okuma, sözleri söyleme ve çalgı partisini çalma yani etkili müziksel ifadeyi baltalamak olarak kabul edilebilir (Akıncı, 2011).

2.1.1. Motif

Müzikte gelişmeye elverişli en küçük fikir ve en küçük form öğesidir. Bu haliyle müzik eserinin en önemli temel taşıdır (Cangal, 2004). Latince *movere:* hareket etmek sözcüğünden kaynaklanmakta olan motif müzikal anlatımda en küçük, en yoğun ve en karakteristik parçadır (Say, 2002). Tamında da belirtildiği gibi müziksel bir fikir olarak motif, bestecinin eserinin içinde verdiği mesajların, anlatmak istediklerinin en küçük bölümü olarak belirtilmektedir. Koray (1957) motifi genellikle iki, nadiren üç, çabuk eserlerde bazen dört ölçüden oluşabilen; en az iki sesi ve bir vurgusu bulunan; melodi, armoni ve ritim bakımlarından özel bir karakter sahibi olabilen en küçük form elemanı şeklinde tanımlayarak müzik yazınsal ve teorik olarak özelliklerini belirtmiştir. Eserlerin anlatmak istediği her duygu ve düşüncenin bu küçük parçalar olan motiflerden başladığını-kaynaklandığını düşünürsek motiflerin etkili seslendirme bakımından önemli olduğu anlaşılabilmektedir. Motifler eser içinde bestecinin isteğine göre çeşitli kısalma, genişleme, uzama, ezgi aralıklarını genişletme gibi değişimlere de uğrayarak yenilenme şansına sahip olabilmektedirler.

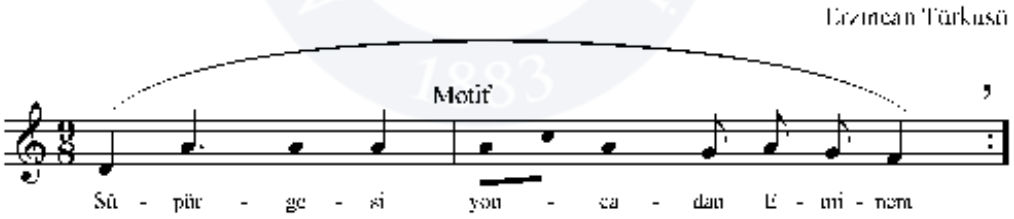
Bir müzik yapıtının çeşitli yönlerden birliğini sağlayan küçük birimdir. Bu birim, bir yapıtın ritminde (tartımında), melodisinde (ezgisinde) ya da armonisinde (ahenginde, uyumunda) yinelendikçe kendini belli etmektedir (Sözer, 2005). 18. yy.'dan bu yana bir bestenin anlam taşıyan en küçük organı olarak tanımlanan motif, kendi içinde bütünlüğü olan en az iki notadan oluşabilmekte olan en küçük melodi, armoni ya da ritim parçacığıdır (Aktüze, 2003). Şekil 1 ve Şekil 2 de motif örneklerine yer verilmiştir.

Motif Örneği



Şekil 1. Koray, F. (1957). Müzik formları. (1. Baskı). İstanbul: Maarif Basımevi.

Motif Örneği



Şekil 2. Cangal, N. (2004). *Müzik formları.* Ankara: Arkadaş Yayınevi.

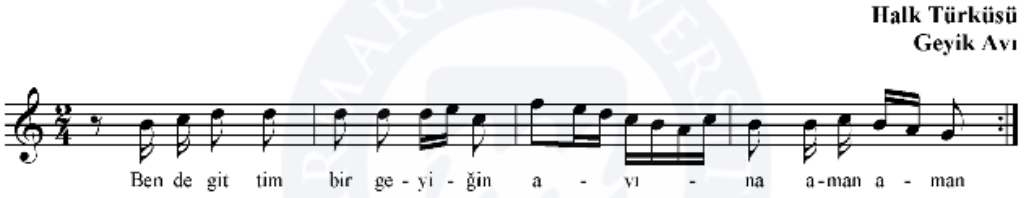
2.1.2. Cümle (Müzik Cümlesi)

Motiften daha büyük yapıya sahip olan biçim ögesi müzik cümlesidir. Dilimizde kullandığımız cümleler ile eşdeğer anlamda ve kullanımda olduğu söylenebilir. Müzik eserleri motiften daha büyük yapılarda anlatmak istediklerini cümleler ile sunmaktadır.

Çoğu kez birbirini tamamlayan iki motiften oluşan, derli toplu bir fikri bize açıklayan ve bir anlam bütünlüğüne varabilen biçim ögesidir. Cümledeki motiflerin arasında çoğunlukla bir küçük durak, bir nefes yeri bulunabileceği gibi cümle hiç bölünmeden bir bütün de olabilir. Cümlenin sonu ya tam ya da yarım karar ile bitiş yapar. Bu kararlar esas tonda olduğu gibi, dominant tonu ya da paralel tonda da olabilir (Cangal, 2004).

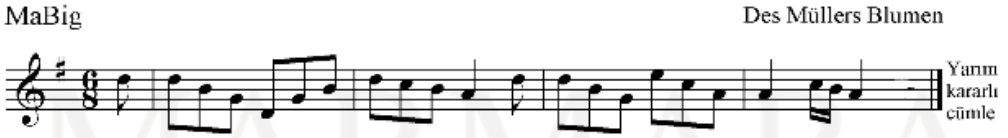
Motiften doğarak gelişen, kendi içindeki melodik, armonik, ritmik hareketiyle bütünlük yaratan özelliğiyle müzik eserlerinin anlamlı parçasıdır. Dilde, dolayısıyla edebiyat sanatında sözcüklerin oluşturduğu anlamlı bütüne cümle dendiği gibi, müzikte de seslerin akışını kendi mantığı içinde tamamlayan anlatım birimidir (Say, 2002). Genellikle 8 ölçüden oluşan, motiften uzun, periyottan kısa, anlamlı, duygu yaratan, polifonik bütünlüğü olan müzik bölmesidir (Aktüze, 2003). Genellikle iki bazen üç motifin birbirini tamamlamasından meydana gelen toplu müzik fikridir (Koray, 1957).

Cümle Örneği



Şekil 3. Cangal, N. (2004). *Müzik formları.* Ankara: Arkadaş Yayınevi.

Cümle Örneği



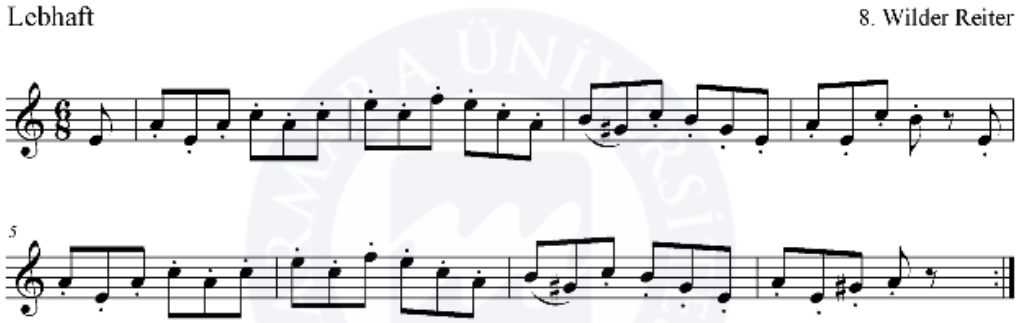
Şekil 4. Cangal, N. (2004). *Müzik formları.* Ankara: Arkadaş Yayınevi.

2.1.3. Periyod (Dönem)

Aralarında bir bağlılık bulunan iki cümle çoğunlukla bir bütün olan dönem' i (Periyod' u) oluşturur. Birinci cümleye öncül de denir ve genellikle yarım karar ile durak yapar. Ardcıl (soncul) adını da alan ikinci cümle ise, öncülü tamamlar ve tam karar ile sona erer. Cümleler çok kez bu kararlarla sona ermekle beraber, değişik kararlı cümleler de görülebilir (Cangal, 2004). Bu açıklama ile cümleden daha büyük yapıda olan periyodun; müziksel bir deyiş olmasına rağmen dilimizdeki gibi bir giriş yani konunun anlatılmaya başlandığı ilk cümle ve konuyu sona götüren ikinci cümleden oluşabileceği belirtilmektedir.

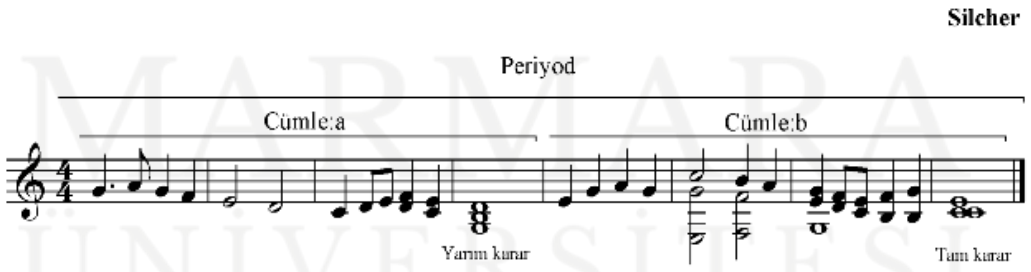
Ritmik ve melodik bakımlarından aynı özelliklerde olan iki cümlenin birbirini tamamlamasından veya bir cümlenin önce açık veya yarım kadansla, ikinci defasında tam kadansla sona ermesinden de meydana gelebilir (Koray, 1957). Aralarında bağlılık bulunan, bazen 2-4 arası, kuralda 8 ölçü olan, ancak 12 ya da 16 ölçüye kadar ulaşabilen ve otantik bir kadansla sona eren birkaç cümlelik tam bir müzik düşüncesidir (Aktüze, 2003).

Periyod Örneği



Şekil 5. Cangal, N. (2004). *Müzik formları.* Ankara: Arkadaş Yayınevi.

Periyod Örneği



Şekil 6. Koray, F. (1957). *Müzik formları.* (1. Baskı). İstanbul: Maarif Basımevi.

2.2. Vokal müzik formları

Besteciler müzik eserlerini oluştururken çalgı müziği veya vokal müzik için geçmişten günümüze kadar gelmiş ve kullanılagelmiş olan çeşitli formları kullanmışlardır. Bu bakımdan müzik formları, çalgı müziği ve vokal müzik formları olarak iki kısımda incelenebilir.

Vokal müzik formları şarkı formları olarak da bilinmektedir. Vokal müzik bestelemelerinde çoğunlukla kullanılmış olan formların bazıları aşağıda anlatılmıştır.

2.2.1.Tek bölümlü (bir bölmeli) şarkı formu

İlk cümle sonu genellikle yarım kararlıdır ve müzik cümleleri dörder ölçüden oluşur. Türküler, oyun havaları ve okul şarkılarının çoğunluğu bu formdadır (Cangal, 2004). Giriş ve bitiş isimli iki cümleli periyoddan oluşabileceği gibi giriş, arafikir ve bitiş cümlelerinden de oluşabilir (Koray, 1957).

2.2.2.İki bölümlü (iki bölmeli) şarkı formu

Birbirleri ile ilişkili olan ve birbirlerini tamamlayan iki dönemden oluşur. Birinci bölüm genellikle esas tonun tam kararı veya yarım kararı ile biter. Fakat dominant tonalitesine veya komşu tonlardan birisine de gidebilir. İkinci bölüm ise esas tonda biter (Cangal, 2004). İki bölümlü küçük şarkı formu olarak bilinen form, sekizer ölçüden oluşan bölümleri olan ve toplam 16 ölçüden oluşan eserlerdir. İki bölümlü büyük şarkı formu ise bölümleri 12-16 ölçüden oluşan periyodlara sahiptir. İkinci bölümün sonuna bazen birkaç ölçülük koda (koda: eserlerin sonuna eklenen bitiş bölümü) eklenmiş olabilir (Koray, 1957).

2.2.3.Üç bölümlü (üç bölmeli) şarkı formu

Birinci ve üçüncü bölümleri birbirinin aynısı olan ya da benzeyen, genellikle sekizer ölçüden oluşan bölümleri olan şarkı formudur. Birinci bölüm tam – yarım kararlı, dominant tonunda tam karar, minör tonda ise dominantında karar veya majör tonalitesinde tam kararlı kalış yapabilir. İkinci bölüm genellikle başka bir tondadır ve üçüncü bölüme kolay geçiş yapılabilmesi için ilk bölümün dominant kararındadır (Cangal, 2004). Küçük üç bölümlü şarkı formu birinci bölüm 8 ölçü, orta bölüm 4 ölçü son bölüm ise 8 ölçüden oluşur (Koray, 1957).

2.3.Ses Eğitiminde kullanılan metotlar ve bu metotlarda mevcut olan vokal müzik eseri türleri

Ses eğitimi veren kurumlarda öğretmenlerin kullandığı metotların ve repertuar kitaplarının günümüzdeki durumları incelendiğinde oldukça çeşitli olduğu ve ulaşılma-elde edilme açısından da eskiye nazaran daha kolay durumda oldukları söylenebilir. Ses eğitimi veren kurumlardaki eğitimin amacı ile ilişkili olarak kullanılan metot ve repertuar kitapları kendi içlerinde üç başlıkta sınıflanabilir.

1 – Ses eğitimi ve koro eğitimini teorik olarak anlatan kitaplar (Ses eğitimi ders kitabı veya koro ders kitabı),

2 – Ses açma – ses egzersizi kitapları,

3 – Vokal müzik (bireysel-toplu) alanında çeşitli tür örneklerinin verildiği kitaplar.

Ülkemizde ses eğitimi alanında kullanılan metotlar ve repertuar kitapları incelendiğinde karşılaşılan ses müziği türlerinin çeşitlilik açısından oldukça fazla sayıda olduğu tespit edilmiştir. Tespit edilen ses müziği türleri: Etüt, Aria Antiche, Aria, Lied, Romans, Napoliten, Türkü ve Bestelerdir (Şarkı). Bu türler oluşum açısından birbirlerinin ardılı durumda kabul edilebileceği gibi gelişmiş biçimler olarak birbirlerini yenilemiş ve bazen de yöresel-bölgesel özelliklere bürünerek kullanılagelmişlerdir.

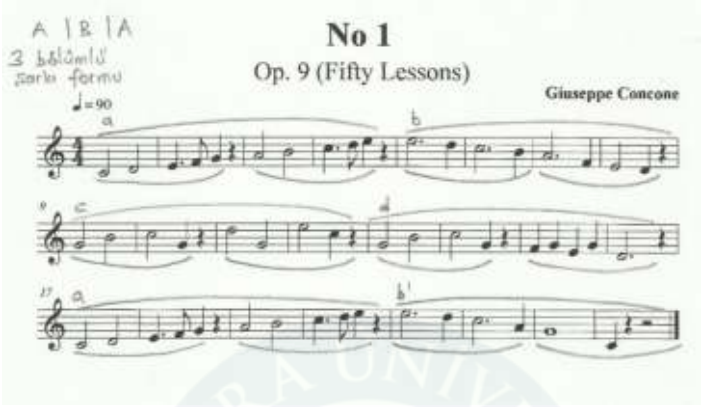
3. Bulgular

Bu bölümde ses eğitimi metotlarında çoğunlukla mevcut olan vokal müzik eseri türlerinin formları başlıklar halinde sunulmuş ve açıklanmıştır.

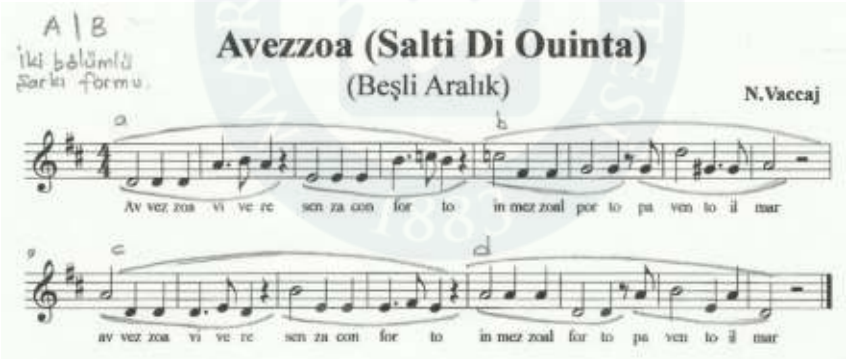
3.1. Etüt

Ses ve çalgı tekniğini geliştirmek, zorlukların üstesinden gelebilmek amacıyla yazılmış olan ayrıca beste yapısı itibariyle üstün müzik değeri olan kısa parçalardır (Aktüze, 2003). Çalgı ve ses eğitiminde bireysel teknik ve müzikal gelişimin daha kolay sağlanması amacıyla çeşitli etütler yazılmış ve metotlaştırılmıştır. Ses eğitimi açısından bakıldığında etütler 18. yy sonlarında Nicola Vaccai' nin "Metodo pratico de canto" isimli bir dizi ses geliştirme etütleri ile başlamış sayılabilir. Vaccaj bu metotlarda hem müziksel işitme ve teori çalışmalarını içeren (aralık çalıştırma, farklı nota şekillerini seslendirmeyi geliştirme) ve müzikal söyleme becerisini geliştirme üzerine besteler yapmıştır.

Ses eğitimindeki bu gelenek daha da özele inerek 19. yy' da Giuseppe Concone' nin sözsüz etüt kitapları ile devam etmiştir. Besteci, öğrencilerin teknik gelişimine de önem vermiş ve onların farklı ses karakterlerine ve teknik seviyelerine uygun olan ses eğitimi etütleri yazmıştır. Hem Concone' un hem de Vaccaj' nin etütleri çeşitli ses renklerine uyarlanmış ve ses renklerine uygun seçeneklerle ses eğitiminde kolaylık sağlanmıştır. Şekil 7 ve Şekil 8'de bu türlerin örnekleri verilmiş ve form yapıları analiz edilmiştir.



Şekil 7. *Vokal sözsüz etüt form analizi*



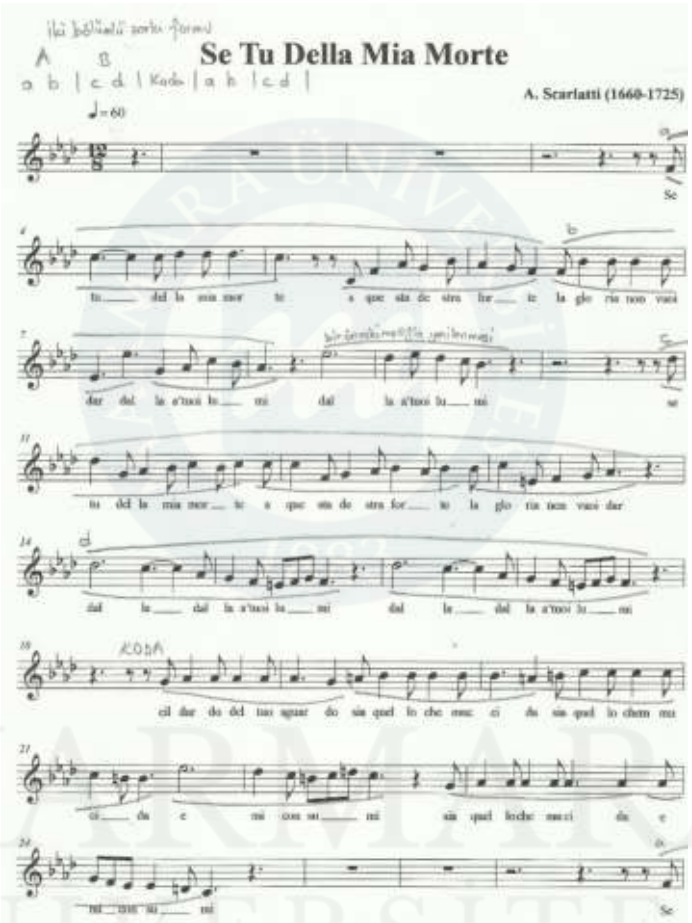
Şekil 8. *Vokal sözlü etüt form analizi*

3.2. Aria Antiche (Arya Antik)

Operanın ilk oluşum süreçlerinde ortaya çıkan, genellikle Barok Öncesi ve Barok Dönemlerde bestelenmiş olan bireysel vokal müziği türüdür. Ses eğitimcileri ses eğitiminin başlangıç aşamasında büyük, ses sınırları daha da geniş ve zor frazlarıyla öne çıkmış aryalarla başlamadan önce arya antik türünde eserler seçmekte ve tercih edebilmektedirler. Sesi eğitilen öğrencinin tekniği geliştikçe büyük yapıda olan arya antiklere ve aryalara geçilerek eğitime devam etmektedirler.

Kendisinden sonra gelen ses müziği türü Arya' ya göre daha basit, kısa melodik yapı, motif ve cümleye sahip olduğundan; armonik yapı olarak ise barok yapısı olan kontrupuantal deyişin öne çıkmasından dolayı, oluşumu açısından bakıldığında bu ilk aryalara Aria anthic

(Arya antik-Eski Arya) denilmiştir. Bu nedenlerle kendisinden sonra gelen Aria (Arya) ile arasında fark oluşmuştur. Arya antikler genellikle müzik formu olarak ABA yapısındadır (Birinci bölüm: A, ikinci bölüm: B ve tekrar birinci bölüm: A). Bestecisinin yaşadığı müzik tarihi dönemi besteleme kurallarına göre bu form farklı yapılarda da olabilmektedir. Say (2002)'ye göre Da Capo Arya olarak da bilinir. Formu A-B-A dır ve üç bölümlüdür.



Şekil 9. *Aria Antihce form analizi*

3.3. Aria (Arya)

Opera, lirik dram ve oratoryolarda orkestra eşliğinde söylenmesi için yazılmış olan ses müziği türüdür (Gazimihal, 1957). Belli bir kalıp içinde, orkestra eşliğinde söz ve müziğin birleşimidir (İlyasoğlu, 1994). Hodeir (1951)'in "genellikle orkestra eşliğinde söylenen ya da çalınan ses ya da çalgı için büyük çapta bir ezgi" tanımıyla ise aryanın sadece ses için bir tür

olmadığı, çalgısal bir tür olarak da görülebileceği vurgulanmıştır. En yaygın tercih edilen arya biçimi "da capo" aryadır. Bu arya "ABA" form yapısındadır. 17. yy sonu ve 18. yy sonu arasında İtalyan ve Fransız operalarında örnekleri rahatlıkla görülebilir. Mozart zamanında ise "Cavatina" isimli arya kadar yoğunlaştırılmış türden besteler de yapılmıştır.

Genelde orkestra eşliğinde söylenen, opera, oratoryo, kantat gibi türlerde solo olmasının yanında düet veya trio şeklinde de söyleyenebilen ve söyleyenlerin ses yeteneklerini ortaya çıkarmayı amaçlayan üç bölümlü ses müziği türüdür. Da Capo Aria, Aria Cantable, Aria di Portamaento, Aria di Bravura, Aria d'lmitazione, Aria all'Unisono, Aria Senza Accompagnamento, Aria da Chiesa, Aria Concertata, Aria d'Entrata, Aria Aggiuanta, Aria Buffa, Aria Fugata, Aria Tedesca ve Aria di Mezzo Crattere isimli türlerinin olduğu belirtilmektedir (Yurga, 1995). Arya üç bölümlü şarkı formundadır: A-B-A (Say, 2002).

Aria vokal müzik türüne örnek olarak W. A. Mozart' ın Cosi Fan Tutte Operasından Despina' nın aryası (Schon ein Madchen von funfzehn Jahren) incelenebilir. Bu aryanın form olarak incelenmesiyle 3 bölümlü şarkı formunda yazılmış olduğu gözlenebilir. Müzik form yapısı ise A-B-B' ve koda şeklinde formüle edilebilir.

3.4.Lied (Liid)

Hodeir (1951)' e göre lied, kısa bir şiir üzerine yazılmış olan, genellikle piyano eşliğinde söylenen; melodié, volkslied, kuntslied türlerine benzetilen fakat birbirlerinden farklı olan, özellikle 18. yy sonlarında klasik bestecilerden itibaren önem kazanmış olan, Gluck, Mozart, Haydn tarafından az da olsa eserleri bestelen, en parlak dönemini romantik dönemden itibaren yaşamaya başlayan vokal müzik türüdür. Schumann ve Schubert, dönemin en iyi şiir yazarları olan Goethe, Schiller ve Heine'nin sözleri üzerinde unutulmayan liedler bestelemişlerdir. Basit form yapısında (iki bölümlü şarkı formu) ve daha geniş form yapısında (üç bölümlü şarkı formunda) örnekleri mevcuttur. Say (2002)'ye göre biçim açısından lied: gelişkin, olgun biçimiyle üç bölmeli şarkıyı temsil eder ve A-B-A formu olarak anılır.

L. Senfl, L. Lechner, H.L. Hassler, R. De Lassus, H. Schütz, G. P. Telemann, J. S. Bach, J. F. Reichardt, ile gelişmiş olan lied türü R. Strauss, F. Mendelssohn, F. Liszt, R. Wagner ile gelişmiş ve F. Schubert liedleri üstün lied örnekleri olarak sayılmıştır. Romantik lied Beethoven' ın liedleri ile başlamış ve J. Brahms' ın liedleri ile devam etmiştir. Diğer dönemlerde ise H. Wolf, G. Mahler, A. Schönberg, A. Berg ve A. Webern de lied türüne örnek besteler sunmuşlardır (Yurga, 1995). Olgun liedler üç bölümlü şarkı formundadır. A-B-A yapısındadır. B bölümü A1 ve A2 olarak da isimlendirilerek ara bölme özelliği de sağlamış olur (Say, 2002). Da capo arya benzeri üç bölmeli şarkı formundadır A-B-A (Aktüze, 2003).



Şekil 10. *Lied form analizi*

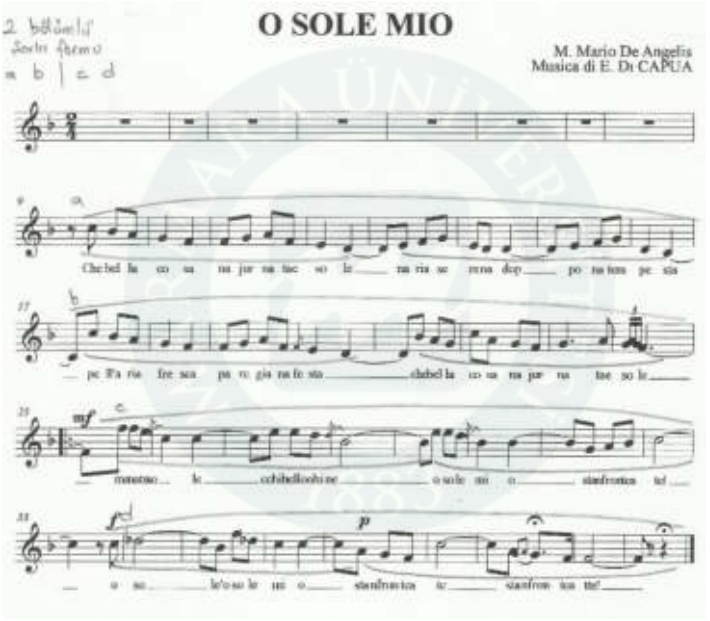
3.5. Romance (Romans)

Romans, operada genellikle kıtalara bölünmüş şarkılı kısa şiirlerdir (Gazimihal, 1957). Kökleri 12. yy' a kadar uzanmakta olan Romans özü itibari ile Fransız şövalyelerinin aşklarını konu alan edebi türdür. 19. yy' da ise gözde ses müziği türlerinden biri haline gelmiş olan Romans yoğun sevgi anlatımları için akla ilk gelen türlerden olmuştur. Fransa' da yaygınlaşmış olan Romans zamanla diğer ülkelere de yayılmış W. A. Mozart, L. V. Beethoven, F. J. Gossec önemli örneklerini vermişlerdir (Yurga, 1995). Romantik öncesi ve romantik dönemde yaygınlaşmış olan Romans duygusal nitelikte sevgi şarkısıdır ve ezgisine katkıda bulunabilecek drama/trajedi gibi ek özellikleri olmadığı için ballad'dan ayrılmaktadır. Ses için yazılmış olanlar halkın değil seçkinliğin havasını taşımıştır (Hodeir, 2003). İleriki süreçlerde G. Verdi ve P. I. Çaykovski önemli lied örnekleri bestelemişlerdir. Say (2002)' ye göre Lied' in kendine has bir form yapısı yoktur. Genellikle Lied ve Rondo formlarında bestelenmişlerdir.

Romans vokal müzik türüne örnek olarak V. Bellini' nin "L' Abbadono" isimli Romansı incelenebilir. Bu Romansın, bestecisi tarafından alışılagelmiş form yapıları dışında bestelenmiş bir eser olduğu ve sıradışı bir yaklaşım ile 4 bölümlü şarkı formu yapısında yazılmış olduğu gözlenebilir. Bunun nedeni olarak klasik batı müziği tarihsel dönemleriyle ilişkili biçimde klasik dönemden itibaren bestecilerin duygularını daha yenilikçi yapılarla ifade etmek isteyişi ve teorik olarak kabul edilmiş form yapılarının dışına çıkmak isteyişleri gösterilebilir. Bu eserin müzik form yapısı ise: intro, A-B-C-A' ve koda şeklinde formüle edilebilir.

3.6. Napoliten

İlk oluşma tipi Madrigal' e benzetilmiştir. Güney İtalya' da yaygınlaşmıştır. Bu popüler şarkıların genellikle söz bölümleri minör tonda ve nakarat bölümleri majör tonda bestelenmiştir (Aktüze, 2003). Napoli balıkçılarının söylediği halk şarkıları olan napolitenler opera aryalarını bile etkilemiş hafif müzik türüdür (Sözer, 2005).

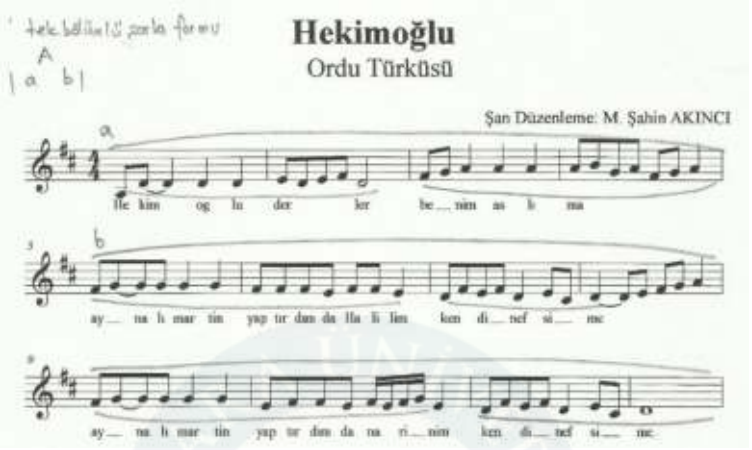


Şekil 11. *Napoliten form analizi*

3.7. Türkü

Türk halk edebiyatında da bir tür olan türkü, kelime anlamı olarak Türk' e ait, anlamına gelmektedir. Kırık havalar da denilen ritimli ezgiler olarak bilinir. Çoğunlukla hece vezni ve nadiren aruz vezni ile yazılmış olan halk şarkılarıdır. Çoğunlukla tek cümleli ve bir bölümlüdürler (Emnalar, 1998).

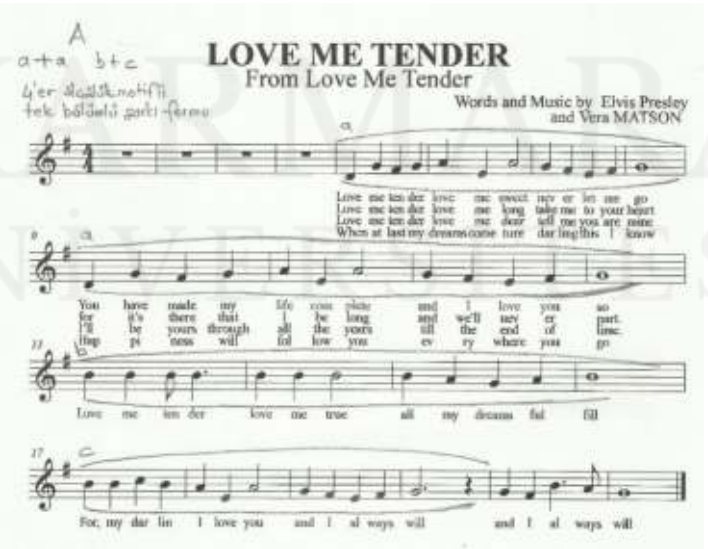
Halk müziğimizde geniş bir ürün alanını temsil eden köklü, yaygın biçimdir. Kırsal kesimde hava olarak da bilinir. Halk şiirlerimiz üzerine bestelenmiş kolay anlaşılır, makamsal ezgilerdir. Bestecileri bilinmez ve anonimdirler. Tek bölümlü ve tek cümlelidirler (Say, 2002). Türkünün şiirsel yapısı iki bölümden oluşur Ana kıta: Bent, her kıta sonrası yinelenen Nakarat-kavuştak'tır (Sözer, 2005).



Şekil 12. Türkü form analizi

3.8.Beste (Şarkı)

Müzikte teknik ilkeler ve kuralların meydana getirdiği özgün, yaratıcı eserlerin notaya alınması ile oluşan türdür. İnsanların kendilerini ifade etmek için seslendirdikleri ve oluşturdukları kısa, yalın ses müziği biçimidir. Şarkı geleneği öncelikle Almanya'da lied'ler ile başlamış ve sonradan Fransa'da Chanson, İtalya'da Canzone, İngilterede Song isimleri ile çok yaygın bir ses müziği biçimi halini almıştır (Say, 2002).



Şekil 13. Beste (Şarkı) form analizi

4. Öneriler

Bir müzik yapıtını yorumlama öncesinde ve yorumlama sırasında bireyden, o yapıtın bestecisi tarafından belirtilen orijinal özelliklerine dikkat etmesi (hız, nüans vb müzikal dinamikler), yapıtın bestelenmiş olduğu müzik tarihsel dönemle ilişkilendirilebilen yorumlama biçimlerine göre nitelik kazanmış olan stil özelliklerini bilmesi, uygulaması, yapıtın biçimsel ögelerini analiz etmesi ve yapıtı biçim ögelerine dikkat ederek seslendirmesi beklenmektedir.

Vokal eserlerin sadece notalardan oluşmuş, müzik yazınsal ve teorik kurallarla meydana getirilmiş ürünler olduğunu düşünmek ve bu yönde yorumlamalar yapmak sanatsal ve bilinçli müzikal yorum sayılamayacaktır. Vokal eserlerin sanatsal ve müziksel kurallar açısından bilinçli olarak yorumlanabilmesinde müzik formları ve form ögelerinin göstermiş olduğu yolun önemi büyüktür. Vokal eserler ölçü sisteminden hız terim ve değişikliklerine, nüans terimlerinden en bas ve tiz notasına, lisanından piyano eşliğine kadar bir bütün yapının sunumudur. Bu fikirle aynı bağlamda Egüz' ün (1991) "Bir müzik cümlesinde sesler tek, tek düşünülüp söylenmemeli, bir bütün halinde söylenmelidir" düşüncesi de konuya ilişkin etkili bir destekleyici fikir olarak gösterilebilir.

Bu bilgilerle ilişkili olarak müzik eğitimi veren kuruluşların bilinçli ve sanatsal boyutta yorumlayıcılar yetiştirebilmeleri amacıyla müzik form ve müzik biçimleri dersine olan ilgi ve başarıyı yeterli oranda sağlayabilmek için okullarında bulunan tüm müzik eğitimcilerinin konuya hassas yaklaşmaları ve dikkat etmeleri konusunda gerekli çalışmalar yapılmasının; ses eğitimcilerinin mümkün olduğu süreç ve sıklıkta vokal müzik eserlerinin biçim-form yapılarını incelemelerinin ve öğrencilerine vokal eserleri yorumlamaları öncesinde biçim ve form analizleri yaptırmalarının ve gerekirse birlikte yapmalarının; bu tür inceleme ve analizleri hem kendileri hem de öğrencileri için alışkanlık haline getirmelerinin, gerekli durumlarda ses kayıtları aracılığı ile de inceleme ve analizlerin yapılmasının, öncelikle bestecisinin istediği ve oluşturduğu orijinal eser özelliklerinin tam olarak sunulabilmesine yardımcı olabileceği ve konuya ilişkin başarılı, etkili ve sanatsal yorumlamaları ortaya çıkarabileceği ve sürekliliğini sağlayabileceği düşünülmektedir.

Kaynakça

Akıncı, M. Ş. (2011). *Müzik eğitimi öğretmenliği anabilim dalı 3. sınıf öğrencilerinin ses müziği yapıtlarını yorumlamada müzik biçimleri dersine ait kazanımlarını kullanabilme durumları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Aktüze, İ. (2003). *Müziği anlamak – ansiklopedik müzik sözlüğü.* (1. Basım). İstanbul: Pan Yayıncılık.

Cangal, N. (2004). *Müzik formları*. Ankara: Arkadaş Yayınevi.

Egüz, S. (1991). *Toplu ses eğitimi-I*. Ankara: Ayyıldız Matbaası.

Emnalar, A. (1998). *Türk Halk Müziği ve Nazariyatı*. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.

Eren, O. (2007). *Müzik sanatında biçim ve yorumlama*. Yayınlanmamış sanatta yeterlik tezi, Eskişehir Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gazimihal, M. R. (1957). *55 Opera*. İstanbul: Maarif Basımevi.

Hodeir, A. (2003). *Müzikte türler ve biçimler.* (Çev. Usmanbaş, İ.) İstanbul: Pan Yayıncılık. (Eserin orijinali 1951' de yayımlandı).

İlyasoğlu, E. (1994). *Zaman içinde müzik.* Yapı Kredi Yayınları.

Koray, F. (1957). *Müzik formları.* (1. Baskı). İstanbul: Maarif Basımevi.

Özdemir, M. (2001). *Armoni.* İzmir: Kanyılmaz Matbaacılık.

Say, A. (2002). *Müzik sözlüğü* (1. Basım). Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları.

Sözer, V. (2005). *Müzik ansiklopedik sözlük*. İstanbul: Remzi Kitapevi.

Ünal, Ş. (2001). *Barok dönemde Avrupa ve Osmanlı' da vokal müziğin karşılaştırılması.* Yayınlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yurga, C. (1995). *Müzik Tarihinde Türler ve Ülkeler.* Malatya: Özmert Ofset Matbaacılık ve Ticaret

MARMARA ÜNİVERSİTESİ

KONTRTENOR SESİN ÖNEMİ VE EĞİTİMİ*

Melike BOLAT BAŞOĞLU**

Öz

Bu çalışmada; kontrtenor kelimesinin kökeniyle beraber, kontrtenor ses türünün ne olduğu, nasıl teşhis edildiği, nasıl çalıştırıldığı, alan yazını içerisindeki kaynaklar taranarak incelenmiş ve derlenmiştir. Ayrıca Kontrtenor repertuvarı ve tarihteki ünlü konrtrenorlara yer verilmiştir. Çalışmanın amacı kontrtenor ses türü konusunda kaynak yaratmak ve kontrtenor sesin ne olduğuna dair genel bir fikir vermektir.
Anahtar Kelimeler: Kontrtenor, ses eğitimi, ses türü, ses aralığı, repertuvar

Abstract

In this study; what the countertenor and countertenor voice type is, how it is diagnosed and how its training, in sources in the literature were examined and compiled. In addition, the countertenor repertory and famous countertenors in history are included. The aim of this work is to create a source for the type of counterpoint sound and give a general idea of what the countertenor sound is.
Keywords: Countertenor, vocal training, vocal type, vocal range, repertory

Kontrtenor'un Terminolojisi

Ülkemizde ve dünyada opera ses sistemi içerisinde henüz yer bulmaya başlayan kontrtenor ses türü için ses eğitimcilerinin aklında türlü sorular belirir. Teşhisi, repertuvarı ve çalıştırılmasının zorluğu sebebiyle, içerisinde türlü gizemler barındıran bu ses türünü ses

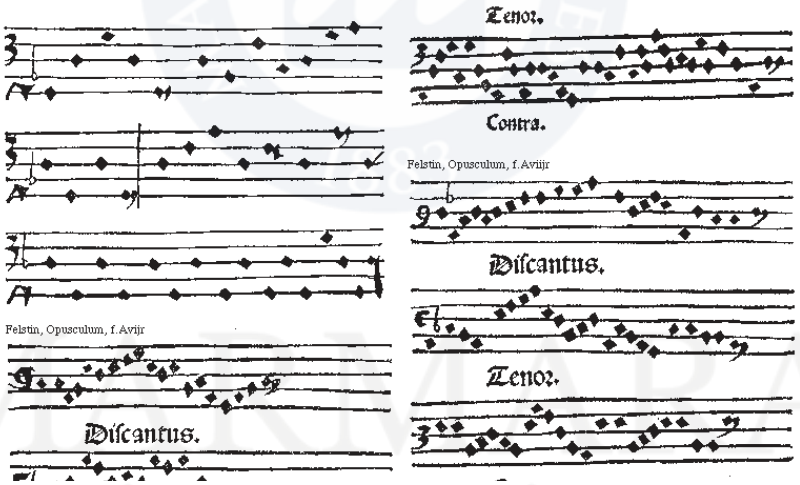
* Bu bildiri 26-28 Nisan 2017 Tarihinde Marmara Üniversitesinde düzenlenen "Ses Eğitimi Çalıştayı"nda sunulmuştur. E-Posta: bolat.melike@beun.edu.tr

** Dr.Öğr.Üyesi, Sahne Sanatları Bölümü Opera Anasanat Dalı, Bülent Ecevit Üniversitesi Devlet Konservatuvarı

eğitimcileri yer yer çalıştırmaktan kaçınabilir. İlk başta göz korkutan bu ses türünü tanıdıkça, gereksinimlerini anladıkça ilginç bir serüvene benzeyen çalışma süreci de başlamış olur.

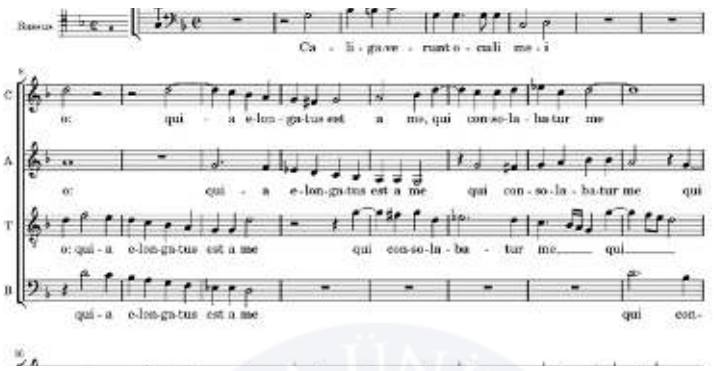
Ancak ses türlerini sınıflandırmak, kategorize etmek anlamında kullanılan" Fach System", 19.yüzyılın sonlarına doğru Alman Operasında, operadaki tüm roller için olduğu kadar seçmelere da yardımcı olmak için geliştirildiğinde kontrtenor ses türünü henüz kapsamıyordu.

Kontrtenorun kelime anlamına baktığımızda ise kökeninin çok daha eskilere dayandığını görmekteyiz. Çoksesli eserlerin pek çoğunun üç ses için yazıldığı Binchois ve Dufay zamanında, ezgisel bir cantus yada discantus, bir tenor (ki bu da ezgisel), bir de ikisi arasında bütünüyle ezgi dışı bir partide iki dış parti arasındaki armoniyi doldurmak için sık sık atlayan çoğu zaman tenorla kesim yapan bir ses partisi anlamına gelen contratenor yada kısaca contra denen kontrtenor kelimesini görürürüz.(Sachs,1965:81)



Şekil 1. (Lebedev, Giger, Lebedeva ve Mathiesen)

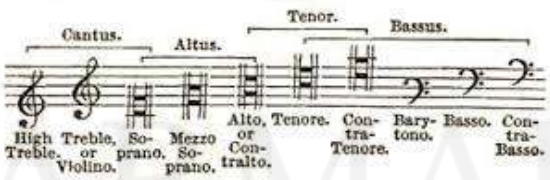
Felemenkli Jacob Obrecht ise çokseslilik yapılanmasını terim bilgisi yönünden farklılaştırdığı konttenor (contratenor) partisini ikiye ayırmıştır (Say, 2006:120). Tenor partisinin altına yerleştirilen partiye "contratenor bassus" (bas-karşı tenor), tenorun üzerine yerleştirilen partiye de "contratenor-altus" (üst – karşı tenor),olarak adlandırılırken, en üst partinin adı da "superius" idi. Zaman içinde "contratenor bassus" teriminin "basso"ya, "contratenor altus" teriminin "alto"ya, superius ie İtalyanca'da yüksek anlamındaki "sopra" kökünden "soprano"ya dönüşmüştür. Tenor ise, Fransızca'da "teneur", Latince'de tutmak anlamına gelen "tenere" filiinden ve "tenor" biçimini almıştır (Boran, Şenürkmez, 2007:.27, 50).



Şekil 2. (Tomas Luis de Victoria)

Fransızlar, yüzyıllar boyu contra altus'un Fransızca karşılığı olan "hautecontre" terimini (aslı ne kastrato ne de falsettist olan anlamına gelen «haute-contre») kullanırken, insan sesi için İtalyanlar ve İspanyollarla beraber "contralto"yu benimsemişlerdir.

İngilizler alto sesi için eski contratenor terimine bağlı kalmışlardır Nasıl 'Tenor' terim eski, bugünkü anlamıyla insan sesleri arasında belirli bir alanı ve rengi olan parti anlamına gelmeye başlamışsa (Sachs, 1965:86) soprano, bas ve kontrtenor da aynı şekilde kullanılmaya başlanmıştır.



Şekil 3. (A Dictionary of Music and Musicians)

15.yy'dan 17.yy'a kadar olan süre içinde dini korolarda, soprano – alto partileri, falsettist yahut tenorini veya alti naturali denen erkek okuyucular tarafından söylenmiştir. 2. soprano ile 2. alto alanları arasındaki geniş mesafeyi gereğince söyleyebilecek ses niteliğine sahip olan yüksek tenor ve kaliteli falset şarkıcılar, dönemin korolarında bu türlü ses gruplarını meydana getirmiştir. Zamanında falsettist veya tenorini terimleriyle vasıflandırılmış olan bu türlü okuyucuların yerini, 16.yy'dan itibaren kastrad diye adlandırılan okuyucular almıştır. O tarihlerde, dini müzikte kadınlara yer verilmeyip, koroların sırf erkek okuyucularla düzenlenmesi, sadece Azizlerden Kutsal Paul'un deyişlerinden birine dayanan dini taassuptan ileri geliyordu. (Altar, 1993:75-76).

"Bir kadın sessizlik ve tam itaat altında öğrenmelidir. Bir kadının öğretmesine veya bir erkeğin otoritesinin üstünde yer almasına almasına izin vermiyorum: kadın sessiz olmalı. Çünkü önce Adem yaratıldı ve sonra Havva. Aldatılmış olan Adem de değildi. Aldatılan ve günahkar olan kadındı." (A woman should learned in quietness and full submission. I do not permit a woman to teach or to assume authority over a man: she must bu quiet)For Adam was formed first, then Eve. And Adam was not the one deceived; it was the woman who was deceived and became a sinner.) St.Paul,1. Timothy 2:11-14

Fransa'da ise haute-contre olarak adlandırılan tipik yüksek tenor, önde gelen erkek rolü için tercih edilen ses olarak yerini almış olsa da, İtalyan operasında, on yedinci yüzyılın sonlarına dek kastratiler ağırlıklı olarak yer almıştır. Kastrato modasının yükselişe kadar, kontrtenorların erken dönem opera rollerinde fazla kullanılmadığı görülmüştür.

Kastratolar Dönemi

Kastrato uygulaması ilk kez 1565'de Roma'da Sistine kilisesinin korosu için yapılmış 1574'den sonra Münih'te olağanlaşmış. 16. Yüzyılda ise her operanın bir yıldız kastrato sanatçısı olmuştur (Yorulmaz, 2012). Koroda yeteneği ve güzel sesiyle dikkat çeken "soprano" çocukların aileleri, ömür boyu sürecek iş ve yaşamı sağlamak için çocuklarının kastrato olmalarına razı olmuşlardır (Say, 2006: 191). Yılda yaklaşık 4000 erkek çocuğun hadım edildiği düşünülmektedir. Niteliksiz uygulayıcılar tarafından yapılan hadım edilme işleminin ise sıklıkla başarısızlıkla sonuçlanmış, enfeksiyonlar sebebiyle pek çok çocuk ölmüş, herşey yolunda gitse bile kastre edilen erkek çocukların sadece %1'i başarılı şarkıcılar olabilmiştir. Kastratoların sesi, ergenliğe giren bir delikanlıdan çok farklı olurken, vücudunun büyümesi sorunsuz şekilde devam etmiş, ağız boşluğu, farinks ve göğüs boşluğundan oluşan rezonans boşluklarının sorunsuz büyümesi, yoğun bir ses eğitiminden çok daha etkili olmuştur. Bir kastratonun otopsisinde larinksin belirgin derecede küçük ve ses tellerinin yüksek soprano bir kadın kadar uzun olduğu görülmüştür. Ses perdesinin kadınlara benzemesinin yanında, tınısının görkemi, parlaklığı, etkileyiciliği ve farklılığı bugün ancak tahmin edebileceğimiz farklı bir şarkı söyleme duyumunu üretmiştir (Çapacı).

"Doğaya aykırı ama erkek hançeresinin gücüyle ses güzelliğini kendinde birleştirmiş hadım erkek" olarak kastratolar soprano sesini koruyarak reçitatifin geride kalıp aryaların opera sanatında önemli bir yer tutmasıyla bağlantılıdır (Sachs, 1965:159). Kastratolar, drama içindeki tavırlarıyla, soprano – alto arasındaki geniş alanı gerektiği gibi söyleyebilen seslerine uygun hızlı ve bol süslemeli ezgilerin bestelenmesiyle, operada bel-canto geleneğine yeni bir soluk getirmişlerdir. Tarih boyunca ünlü kastratolara baktığımızda; zamanın tanınmış trompetçisi ile bahse giren Farinelli (1705-83), çalışamaz hale geldikten sonra servetiyle prensin arazisini ve çiftliklerini olduğu gibi satın alan Caffarelli (1710-83), Mozart ile Paris'e giden 18.yy'ın en şöhretli kastradlarından Anton Raaff (1714 – 1797) ve 19.yy'da büyük

şöhrete sahip elde olan Velluti (1780-1861)'yi görürüz. İtalya'nın Fransız Anayasasına geçmesi ile birlikte hadım suç olarak sayıldığından bir daha bu işlem yapılmamıştır ve bu sese sahip şarkıcılar zamanla yok olmuştur. Bilinen son kastrato Moreschi, 1922 yılında ölmeden önce birkaç plak yaptığı için bu geleneğin ses örneği günümüze kalmıştır (Yorulmaz, 2012). Moreshi'nin yaşlılık dönemine gelse de sesinin gücüne hayranlık duyulacak bu ses kayıtlarına şu an internet üzerinden de ulaşabilmekteyiz.

Günümüzde kastratoların repertuvarını seslendirebilecek, Natural Castrato (Doğal Castrato) denilen ses sanatçıları nadir de olsa ortaya çıkmaktadır. Michael Maniaci (d. 1976) ve Radu Marian (d. 1977) doğal kastratolara örnek olarak verilebilir.

Kontrtenor Ses Türü

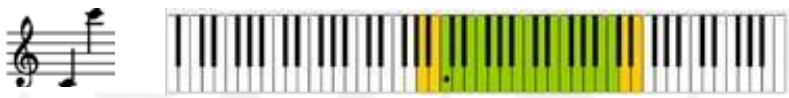
17. yüzyılın ortalarında İngiltere'de kullanıma giren ve 17. yüzyılın sonlarına doğru geniş bir kullanım alanı bulan kontrtenorların (veya kontra tenör), vokal aralığı genelde G3'ten D5 veya E5'e kadar uzanan, kadın contralto veya mezzo-soprano ses türlerine eşdeğer klasik bir erkek ses türlerinden biri olarak tarif edilir. Kontrtenorları çoğunluğu, pes notalar için çoğu "göğüs sesi" (konuşma aralığına benzer şekilde) biçiminde kullanırken tiz aralıklar için falsetto ses üretimi ile şarkı söylemesi kabul edilmektedir(https://en.wikipedia.org/wiki/Countertenor).

Yanlış ses anlamına gelen Falset (falsetto) kelimesi erkek ses karakteri yerine kadın ses karakterlerinin oluşturulmasıdır. Ses tınısının üst kısmi tonlardan yoksun olup, glottik kapanmayla beraber fonasyon sırasında ses tellerinin 2/3 ön bölgesi titreşmesidir. bu ses alanı da bazı foniatristlere göre kafa rejisterinin hafif (piano) şekilde oluşturulanıdır (Cevanşir, Gürel,1982:49)

Erkek klasik şarkıcılarla ilişkilendirilen Falsetto, kontrtenorlarda daha bütüncül ve larenksi tamamen kapatmayı sağlayan nefes enerjisini aynı derecede gerektirmez ve tamamen erkek sesi ile üretilir. Kontrtenorlardaki falsetto, sadece ses tellerinin birbirine yaklaşması – yani ses tellerinin boşluk kalmadan tamamen kapanmasıdır – ve kapanmasıyla açıklanamaz. Artan nefes desteği ile falsettonun tam ses oluşmasını sağlar. Bazı erkek seslerinin falsetto yeri, tam ses söylediği yerden (voce completa) daha güzeldir. Kontrtenorun özel becerileri arasında olan yüksek hız kapasitesi sayesinde, hızlı akan pasajları genelde kafa sesi (voce piena in test) olarak tanımlanan bölgede kullandığı yüksek falsettolardaki pianissimo dinamik seviyesinin üstesinden kolayca gelir. Mezzo ya da kontraltonun pes tonlarını göğüs bölgesine taşıdığı gibi yapmayı amaçlayarak normal pes tonlarını kullanabilen pek çok kontrtenor, falsetto yerini geçit tonunun (primo passaggio) birkaç perde aşağısına taşıyabilir, ancak bu olurken sesin güç ve kalitesinde belirgin bir değişim olur. Dizi inişlerini kusursuz bir şekilde başarmak pek çok kontrtenor için büyük bir zorluktur. Falsetto bölgesinden, inici dizi üzerinden konuşma sesiyle bağlı olan ses pes bölgesine geçildiğinde, tınısında değişiklik

olmaksızın register/bölgeler arasını nasıl birleştireceğini ve performans anında sorunsuz bir şekilde yönetmeyi ve öğrenmesi gerekir. Bazı cesur erkek şarkıcılar, olağanüstü hız kapasitesi, ince dinamik kontrolü, genellikle üç oktav performans gösterdiği eşi görülmemiş ses alanı ve falsetto ses bölgesinde edinebildiği söyleyebilme yeteneğini mükemmelleştirmeyi seçerek kontrtenor olarak performans sergilemeye karar verir. O dakikadan sonra aslında sıklıkla bariton ya da tenor olup kontrtenor ses rengini kullanacak şekilde eğitimlerine devam ederler ve performanslarında kontrtenor renklerini kullanırlar. Bugünün "kontrtenoru" geçtiğimiz elli yada altmış yılın ürünüdür ve artık İngiliz katedral yada şapel geleneğinin kontrtenoru gibi değildir (Miller, 2000:19-21).

Tablo 1. (Çapacı)

Kontrtenor ses aralığı (E3-E5)	
Tenor ses aralığı (C3-C5)	
Bariton ses aralığı (A2 – A4)	
Mezzosoprano ses aralığı (A3 – A5)	
Soprano ses aralığı (C4 – C6)	

Kontrtenor ses aralığını diğer ses türü aralıklarıyla genel olarak karşılaştırdığımızda Tablo1 ile karşılaşırız.

Yöntem

Araştırma, genel tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen varolan bir durumu varolduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırmalara uygun bir model olmakla beraber (Karasar, 1999: 77); çok sayıda elemanlardan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacıyla evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir" (Karasar 1994:79) Betimleyici araştırmalar bize o olgunun niçin öyle olduğunu, o ilişkinin niçin öyle kurulduğunu açıklamazlar, onun yerine olgularda neyin olduğunu, nelerin neler ile birlikte olduğunu bildirirler. Betimsel araştırmalar (survey) olayların insan gruplarının bazı özelliklerinin tek tek ne olduğunu veya iki ve daha çok özelliğinin ilişkisel düzeyde nasıl olduğunu açıklamaya çalışır (Çetin, 2016).

Sonuç

Kontrtenorlar ne sadece doğuştan ne de üretimdir; her erkek kontrtenor sesini daha iyi kullanmayı öğrenebilir (Howell,2010).

Kontrtenor ses, klasik müzik ses sınıflandırma sistemi içinde akla yatkın olan bir seçimdir. Diğer klasik ses türüne benzer güzellik, ifade ve uzun ömür kabiliyetine sahiptir. Bugün Avrupa'da kullanılan Fach sistem içerisinde ses türlerini kategorize etmek için; insan vücudunun üretebildiği ses aralığı (range), sesin hafifliği-parlaklığı – ağırlığı-gücü – koyuluğunu ifade eden sesin ağırlığı (weight), üretilen sesin miktarı ve dramatik etkisini yaratan boyutu (size), sesin – benzersiz ses kalitesi ve dokusunu oluşturan tını veya renk (timbre/color), göğüs – orta-kafa sesinin geçiş noktaları (transition points), ses üretilen bölge (register), konuşma bölgesindeki aralık seviyesi, şarkı söylemek için en rahat aralığın yer aldığı eserler (tessitura),fiziksel karakterler, yaş ve deneyim esas alınır (Banis, 2012). Bugün ise kontrtenor ses türü Fach sistem içerisindedir.

Günümüzün kontrtenorları birçok klasik müzik biçimini seslendirmede çok talep görmektelerdir. Operada aslında kastratolar ve kadın sesleri için için yazılmış pantolon rolleri gibi birçok rol kontrtenorlar tarafından söylenmekte ve albüm kayıtları yapılmaktadır.

20. ve 21. yüzyıllarda yeni bestelenen operalarda kontrtenorlara rol verilmektedir. Aşağıdaki tabloda kontrtenor rollerinden birkaçına yer verilmiştir.

Tablo 2. (https://en.wikipedia.org/wiki/Countertenor)

• Joad, *Athalia* (Handel) • Claire, The Maids (John Lunn) • La Fortuna,*Giustino*, (Handel) • Childerico,*Faramondo*, (Handel) • David, *Saul* (Handel) • Athamas, *Semele* (Handel) • Joseph, *Joseph and his Brethren* (Handel) • Hamor, *Jephtha* (Handel) • Vera Loman, *Vera of Las Vegas* (Hagen) • The Refugee, *Flight* (Dove) • The Guest, The voice behind the scene, *Luci mie traditrici* (Sciarrino) • Franz, Fritz, *Doctor Ox's Experiment* (Bryars) • Voice of Apollo, *Death in Venice* (Britten) • Death, Ithuriel, Raphael, *Paradise Lost* (Penderecki) • Prince Go-Go,*Le Grand Macabre* (Ligeti) • Edgar,*Lear* (Reimann) • Akhnaten, *Akhnaten* (Glass) • Military Governor, *A Night at the Chinese Opera* (Weir)	• Raphael, *Tobias and the Angel* (Dove) • Adschib ("the Wayward"), *L'Upupa und der Triumph der Sohnesliebe* (Henze) • Trinculo, *The Tempest* (Adès) • Artemis (travesti role), *Phaedra* (Henze) • Fox/Coachman, *The Adventures of Pinocchio* (Dove) • Herald, *Medea* (Reimann) • Prospero, Ferdinand, *The Enchanted Island* (Pasticcio) • First Angel/Boy, *Written on Skin* (Benjamin) • Bishop Baldwin, *Gawain* (Birtwistle) • Orpheus, *The Second Mrs Kong* (Birtwistle) • Snake Priestess and Innocents, *The Minotaur* (Birtwistle) • Oberon, *A Midsummer Night's Dream* (Britten) • David, *Chichester Psalms* (Bernstein) • Annas, *Jesus Christ Superstar* (Lloyd Webber) • Priest, *Taverner* (Davies) • Mephistophiles, *Historia von D. Johann Fausten* (Schnittke)

Yirminci yüzyılda kontrtenorların yeniden canlanmasının en görünür kişisi, otantik rönesans ve erken barok müzik performansının şampiyonu olan İngiliz şarkıcı Alfred Deller olarak gözükmektedir. Britten'in Death in Venice (1973)(Venedikte Ölüm) eserindeki kontrtenor Apollo rolü, yeni nesil İngiliz kontrtenorlarının en bilinenlerinden James Bowman tarafından var edilmiştir. Russell Oberlin ise Rönensans-Erken Barok müziğinin başka bir öncüsü olmakla beraber onu takip eden kontrtenorların başarıya ulaşma yolunu açmıştır (https://en.wikipedia.org/wiki/Countertenor).

David Hansen, Paul Eswood, Philipp Jaroussky, Andreas Scholl Alex Newell, Chriss Colfer, Max Emanuel Cencic, Yuriy Mynenko, Vince Yi, Xavier Sabata, Christopher Lowrey, Franco Fagioli günümüzün başarılı kontrtenolarından birkaçıdır.

Tartışma

Kadın ve erkek seslerinin doğal kullandığı bölgelerdeki farklılık "kafa sesi" ve "göğüs sesi" denilen rejisterler olup doğuştan gelmektedir. Ancak özel ses eğitimi alanların haricindeki erkeklerde kafa sesi yoktur (Maksimoff (1993) Akt.Töreyin, 2008:124). Kontrtenoların kullandığı için falsetto teriminin aşağılayıcı olduğunu düşünen ve bu çağrışıma tepki olarak, üst registerı "kafa sesi" olarak adlandırılmasını kullanmayı reddeden görüşler mevcuttur. Birçok ses uzmanı, modern tipik opera tenorunun ses üretiminde kullandığı kısmen düşük larenksin eşlik ettiği tiz bölgenin zayıflaması için "kafa sesi" adlandırmasının muhafaza ederek, bu terminoloji seçimi konusunda hemfikir değildirler (Miller,2000:19-21).

Kontrtenorları, falsettist, sopranist ve kastratolardan ayıracak birkaç noktayı belirtmek gerektmektedir. Falsettistler erkek şarkıcılar olup, ses bölgelerinin doğalının dışında şarkı söyleme eğitimi alarak falset bölgesinde şarkı söylerler. Ses tellerinde tamamen kapanma olmaz. Sopranistler ise erkek şarkıcılar olup ses renkleri sopranodur. Kastratolar, ergenlikleri sınırlanmış ancak erkek bedenleri içinde soprano – alto ses aralığına sahip olan şarkıcılardır. Günümüzün doğal kastratoları, kastrato tonuna en yakın ses olarak nitelendirilen, falsetto bölgeyi kullanmadan asıl ses aralığı soprano olan, kafa-göğüs sesini aynı güçte kullanabilen erkek şarkıcılardır. Ses tellerinin gelişmemesi hormonal bir bozukluktan ileri gelmeyip sadece fiziksel bir olaydır. Bu yönüyle Radu Marian, Jorge Cano gibi erkek sopranolardan ayrılmaktadır (Çapacı)

Kontrtenorlar kastrato değillerdir ayrıca kastratoların sahip olduğu fiziksel ve ses özellikleri ile donatılmamışlardır. Kontrtenorlar, diğer erkek şarkıcılardan vücut olarak farklı değillerdir. Buna rağmen hormonal durumları tamamen göz ardı edilmemesi gerektiği önemli bir nottur. (Thoresen, 2012:14)

Öneriler

Kontrtenor olarak şarkı söylemek her ne kadar bariton ve tenor ses rengine sahip olanların seçimleriymiş gibi gözükse de; sesi tellerini kontrtenor olarak söylemeye yönlendiren hormonların etkisi de göz ardı edilmemelidir.

Ses eğitiminin geleceğine ışık tutmak açısından kontrtenorların hormonal durumlarını kapsayan genişletilmiş araştırmalar yapılmalıdır.

Kadın seslerinde "kafa sesi", erkeklerde "göğüs sesi" denilen rejisterlerın doğal olup doğuştan gelmesinden dolayı erkeklerde (özel ses eğitimi alanlar kariç) kafa sesi yoktur (Maksimoff (1993) Akt.Töreyin, 2008:124). Ancak kontrtenor öğrencilerin nitelikli şarkı söylemek ve başarılı performans sergilemesi için geniş registerda sesini kontrol etmeye ve müzikalitesinden taviz vermeden hızlı pasajların ve uzun nefes gerektiren bağlı cümlelerin üstesinden gelmeye ihtiyacı vardır. Ses eğitiminin en önemli amaçlarından birisi de, bireyin sesini geniş bir aralıkta kullanabilmesi için, register geçişlerini hissettirmeden yapabilmesini sağlamaktır. Yani kullanılan ses tek bir rejister gibi duyulmalıdır (Töreyin, 2008: s.124). Bu konuda ise ses eğitimcilerine büyük görevler düşmektedir.

Ses eğitimcileri, öncelikle kontrtenor öğrencileri kabullenmeli ve diğer ses türüne sahip öğrencilerinden ayırmamalıdır. Ayrıca kontrtenor ses türünü teşhis edebilmeli ve kontrtenor öğrenciyi bariton yada tenor olarak söylemeye zorlamamalıdır.

Bireysel farklar gözetilerek yaygın ve ideal olarak uygulanan ses tekniği ile uygun kontrtenor tekniği arasında pek çok benzerlik olmasına rağmen, incelenmesi gereken bazı belirli farklar bilinmeli, öğrenilmeli ve repertuvar seçimi öğrencinin seviyesine uygun olarak yapılmalıdır.

Koro eğitimcileri kontrtenor öğrencilere soprano yada tenor olarak değil alto olarak koroda yer vermelidir.

Kontrtenorun ne olduğuna dair farkındalığı olan dinleyiciye ihtiyaç vardır. Dinleyicinin dikkatini çekmenin dışında müzik okullarında öğrenci olan bireyler kontrtenor ses türü konusunda bilgilendirilmelidir.

Ses eğitimi süreci şarkı söyleyen yada tüm geleceğini şarkı söylemek üzerine kurmak isteyen bireylerin serüveninde uzun bir yoldur. Bunun için öğretmen ve öğrencinin zamana ve sabırlı olmaya ihtiyacı vardır.

Howell (2010), " Kelimeler önemlidir; Kontrtenor olarak şarkı söylemeye yönelik sağlıklı bir teknik yaklaşımı tanımlamak için kullanılan terminolojinin standartlaştırılmasına yardımcı olmayı umuyoruz" diyerek; insan sesinin yeteneklerinin sergilendiği her konuyu aydınlatmaya inandığını, sadece geçmişte yapılmış olanları değil bilimsel çalışmaları ve pedagoji kitaplarını incelerken uygulayacağımız standart bu olması gerektiğini önermiştir.

Kaynakça

Altar, C.M. (1993), *Opera Tarihi*, Cilt II, Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.

Boran, İ., Şenürkmez, K.Y. (2007), *Kültürel Tarihin Işığında Çoksesli Batı Müziği*, İstanbul: Yapı Kredi Kültür Sanat Yayıncılık.

Cevanşir, B., Gürel G. (1982), *Foniatri Sesin Oluşumu, Bozuklukları ve Korunmasında Temel İlkeler*, İstanbul: Şanal Matbaacılık.

Karasar, N. (1994) Bilimsel Araştırma Yöntemi.5. Basım, Ankara: 3A Araştırma ve Eğitim Danışmanlık Ltd. 3

Karasar, N. (1999) Bilimsel *Araştırma Yöntemi*, Ankara: Nobel Yayınevi.

Sachs, C., (1965), *Kısa Dünya Musikisi Tarihi* (çev. Usamanbaş, İ.), İstanbul: Milli eğitim Basımevi.

Say, A. (2006), *Müzik Tarihi*, 6. Baskı, Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları.

Töreyin A.M. (2008), *Ses Eğitimi*, Ankara:Sözkesen Matbacılık.

Elektronik Kaynaklar

Banis, O., (2012). *Voice Types and the Fach System. What's Your Vocal Category*, http://choirly.com/voice-types-fach-system/ son erişim: 19.07.2017.

Çapacı,K. http://www.kazimcapaci.com/kastrato.htm), Son erişim: 21.03.2017.

Çetin, O (2016).http://oguzcetin.gen.tr/bilimsel-arastirma-yontemleri.html

Howell, I. (2010). Welcome to *The Countertenor Voice* – by Countertenors, for Countertenors. The Countertenor Voice: An Online Journal, http://blog.counterpointspublishing.com/2010/11/welcome-to-the-counterpoints-blogzine-by-countertenors-for-countertenors/ Son erişim: 21.07.2017.

Lebedev, S., Giger A., Lebedeva, O.,, Mathiesen, T.J. (1996). *Thesaurus Musicarum Latinarum*, http://www.chmtl.indiana.edu/tml/16th/FELOP_07GF.gif son erişim: 18.07.2017.

Miller, R. (2000). Countertenoring, *Journel of Singing*, *57*(2), 19-21

Thoresen, P. G. (2012), *Teachıng Countertenors: Integratıng Countertenor Pedagogy Into The Collegıate Studıo*, (Doktora Tezi), Indiana University Jacobs School of Music, Indiana University.

Tomas Luis de Victoria (Composer); Nancho Alvarez (Transcribed and edited) http://www.traditioninaction.org/religious/Music_P000_files/P036_Caliga.htm Son erişim: 20.07.2017.

Yorulmaz, H.(2012). Kastarato nedir, Kontrtenor nedir? https://musicalmessage.wordpress.com/2012/10/18/kastarato-nedirkontrtenor-nedir/) Son erişim: 19.07.2017)

A Dictionary of Music and Musicians, https://en.wikisource.org/wiki/A_Dictionary_of_Music_and_Musicians/Notation Son erişim: 20.07.2017.

http://www.vocalzone.com.tr/ses-telleri/ses-teli-hastaliklari/

https://en.wikipedia.org/wiki/Countertenor

SESİ İYİLEŞTİRMEDE EGZERSİZLERİN ÖNEMİ

IMPORTANCE OF EXERCISES IN BETTERING THE VOICE

Şamil GÖKBERK*

Öz

İnsan sesi birçok problemle karşı karşıya kalabilir. Bu problemlerin çözümünü bazen bilebilir doğal olarak çözüm bulabilir bazen de bir destek almak zorunda kalabilir. Birinci problem terminoloji ile ilgilidir. Ses eğitiminde kullanılan birçok terim yabancı dillerden, başka disiplinlerden(bilimler, başka sanatlar, tabiat) alınmıştır. Genellikle öğrenci ve hoca arasında terimlerin ne anlama geldiği konusunda ortak bir fikir yoktur. Diğer bir problem ses üretimindeki mekanizmanın ve taktiklerin kullanılmasıyla ilgilidir. Ses eğitimine mekanik açıdan yaklaşanlar; doğru aksamın doğru yer ve zamanda kullanılmasının önemini vurgularken, konuya mental imaj kullanımıyla yaklaşanlar vokal mekanizmanın her kısmına dikkat edilmesinin gereksizliğini savunurlar. Sıklıkla durum her iki ekstrem arasında gider gelir ve aslında her ikisinin birleşimidir. Belli zamanlarda bazı öğrenciler üzerinde mekanistik yaklaşım çözüm sağlarken bazı başka durumlarda mental imaj yoluyla yaklaşım sonuç getirir. Muhtemelen her iki yaklaşımın kombinasyonu çok daha etkili olacaktır.
Bu bağlamda araştırmada; ses eğitimine ait problem görülen ve bilinmesi gereken bilgiler verilecektir.
Anahtar Kelimeler; ses eğitimi, destek eğitimi, egzersizler

Abstract

Human voice may encounter many problems. Sometimes the solutions for these problems may be known and they can be solved; sometimes another kind of support might be needed. First problem is related to terminology. Most of the terms used in vocal training are taken from other languages or disciplines (science, other arts, nature). Usually, there's not a common idea between teachers and students about what the terms mean. The other problem is about the usage of the mechanism and the tactics in voice production. While those who approach the vocal

* İstanbul Devlet Opera ve Bale Sanatçısı, Ses Eğitimcisi

training through mechanic point of view emphasize the importance of the use of right portions in the right time and right place; those who approach the topic through usage of mental image suggest that it is unnecessary to pay attention to every part of the vocal mechanism. Often the situation goes between these two extremes and it is actually a combination of both. While mechanistic approach provides solutions for some students at certain times, in some other cases the mental image approach is the better choice. A combination of these two approaches would probably be more effective.

In this context, this research will give information which is seen as problems and should be known about the vocal training.

Keywords: vocal training, support training, exercises.

Son derece komplike ve soyut olan insan sesininin eğitiminde karşılaşılan bir çok problem bulunmaktadır.Birinci problem terminoloji ile ilgilidir.Ses eğitiminde kullanılan bir çok terim yabancı dillerden,başka disiplinlerden(bilimler,başka sanatlar,tabiat) alınmıştır.Genellikle öğrenci ve hoca arasında terimlerin ne anlama geldiği konusunda ortak bir fikir yoktur.

Diğer bir problem ses üretimindeki mekanizmanın ve taktiklerin kullanılmasıyla ilgilidir.Ses eğitimine mekanistik açıdan yaklaşanlar;doğru aksamın doğru yer ve zamanda kullanılmasının önemini vurgularken,konuya mental imaj kullanımıyla yaklaşanlar vokal mekanizmanın her kısmına dikkat edilmesinin gereksizliğini savunurlar.Sıklıkla durum her iki ekstrem arasında gider gelir ve aslında her ikisinin birleşimidir.Belli zamanlarda bazı öğrenciler üzerinde mekanistik yaklaşım çözüm sağlarken bazı başka durumlarda mental imaj yoluyla yaklaşım sonuç getirir.Muhtemelen her iki yaklaşımın kombinasyonu çok daha etkili olacaktır.

Problemin merkezinde hem enstrüman ve hem de enstrümancının aynı yapı ,aynı bünyede bulunması gerçeği vardır.Östaki borusuyla orta kulağa intikal eden,kemik ve kas dokusuyla iletilerek değişime uğrayan sesin sübjektif değerlendirmelerle manipüle edilerek hata yapma olasılığı yüksektir.Bütün bu sebeplerle vuku bulan yanlışlar seste bazı bozulmalara hatta patolojik bazı durumlara sebebiyet vermektedir.Bu durumda bozulmuş sesi iyileştirmede ses ve vücüt postürüyle ilgili egzersizler büyük önem taşımaktadır.Önce de belirttiğim gibi madem ki hem çalgı ve hem de çalan aynı bünyede yani aynı vücutta bulunuyor;vücut fonksiyonlarının kolay ve verimli olması,organların görevlerini uygun bir biçimde yapabilmeleri için postür (duruş) çok önem kazanmaktadır.Uygun duruş,iyi bir postür nefes makanizmasının, larenks ve rezonatör sistemin fonksiyonlarını kolaylaştırır.Uygun düzen sağlandığında gereksiz tansiyon elemine edildiğinden fonasyon çok daha kolay ve verimli olur.Bu yüzden öncelikle iyi bir postür tesis etmeye çalışmak gerekir.İyi bir postüre ulaşmak için öncelikle kas tonusu uygun hale getirilmelidir.-Tonus; kas dokusunun uyarılara kolay cevap verebilmesi için gerekli olan hafif ve sürekli bir tansiyondur.-Ses üretiminde karşılaşılan bazı problemler ve vokal hatalar genellikle postür bozukluğundan ileri gelmektedir.Bu yüzden

kas tonusunu elde etmek , ses sisteminde oluşabilecek gereksiz tansiyonu defetmek ve iyi bir postür tesis etmek için dizayn edilmiş egzersizlerle başlamak yerinde olacaktır.

1-Önce sağ sonra sol el ve sonra her iki elle yukarıya bir şeye ulaşırcasına uzanıp vücudu esnetin.(topukları kaldırmadan)

2-Başı serbestçe öne düşürüp, yedi-sekiz saniye süresince yer çekimine bırakın.Sonra yavaşça doğrulun.

3-Başı arkaya düşürüp ,yine yedi-sekiz saniye süresince yer çekimine bırakın (zorlamadan).Ve yavaşça doğrulun.

4-Başı yavaşça sağ omuza doğru düşürüp yedi-sekiz saniye beklediten sora önden arkaya evet anlamında sallayın.Hareketi ters istikamette tekrarlayın.

5-Önce sağ sonra sol omuzu ilk olarak önden arkaya sonra arkadan öne doğru 5,6 kere çevirin.

6-Bel bölgesini önce soldan sağa sonra tersine 5,6 kez daire çizer gibi çevirin.

7-Ayakları birbirine yaklaştırıp parmak uçlarını kaldırmadan topukları birbiri ardına kaldırıp hareketi tril haline gelinceye kadar hızlandırın.

8 – Çeneyi serbestçe bir kaç kez düşürdükten sonra – ya-sesi çıkarın.Büyük bir lokma yiyeceği abartılı bir şekilde yer gibi yapın.

9-Dudak trili.

10-Önce çene eklemi üzerindeki, sonra şakaklar üzerindeki adaleyi bir kaç kez ovuşturun.(masaj yapın)

11-Bending egzersizi.

Bu egzersizler genel kas tonusunu iyileştirip,vokal mekanizmayı çevreleyen bölgeye karışan gereksiz tansiyonu elemine edecektir.

DURUŞ

Ayaklar: Ayak açıklığı aşağı yukarı omuzlar hizasında olmalı,vücut ağırlığını eşit olarak dengelemelidir.Bir ayak biraz önde,uçlarının gösterdiği doğrultu az çok –V-biçimindedir.Öndeki ayak değiştirilebilir.Hanımlar bir ayağının topuğunu diğerinin iç kısmına doğru yaklaştırabilirler ya da ayakların hafif ayrık olması daha iyidir.

Bacaklar:Bütün vücudun ağırlığını taşıdıkları için tamamiyle gevşek olmaları düşünülemez; en iyisi esnek ve her an harekete hazır hissetmelidir.

Dizler: Yine esnek ve harekete hazır hissetmeli,asla dizleri geri çekip orada kilitlememelidir.Bu durum alt bacak kaslarında, kabalarda tansiyona neden olacağından kanın kalbe geri dönüşünü sınırlar hatta beynin yeterince kanlanmasını engeller.Bazı koro üyelerinin,askerlerin bayılma sebebi bu yüzdendir.

Kalça ve kabalar:Biri diğerine göre çıkıntı yapmamalıdır.Bu duruş uzatılmış bir – S – şeklinde tanımlanabilir.Bir kalça diğerine göre çıkıntı yapmış,bir omuz aynı tarafa doğru düşüktür.Bu durumda yük tamamiyle bir bacak üzerine binmiş; baldır ve uyluk kasları, kalça kasları kasılmış, belde aşırı tansiyon birikmiştir.İki bacak üzerine vücut ağırlığı eşit olarak binmeli,kabaları hafifçe aşağı ve öne doğru kıvırma düşüncesiyle bel kavisini düzleştirme imajı destek için daha uygun bir durum hazırlayacaktır.

Karın: Öne doğru itilmemelidir, bu bel kavisini daha da arttırır.Görsel açıdan da estetik değildir.Yukarıda ifade edilen kalçayı hafifçe aşağı ve öne kıvırma hareketi alt karın kaslarını aktive edeceğinden fonasyon esnasında yardımcı olacaktır.

SES ÜRETİM EVRELERİ

1-İnhalation-Nefes alma-

2-Suspension-Duraksama-

3-Phonation-Fonasyon, (ses meydana getirme)-

4-Recovery-Dinlenme-

NEFES ALMA: Nefes alma evresinde diyafram ve interkostal rib kasları aktif rol oynarlar.Diyafram bir tendon ve üç kas gurubundan müteşekkildir.Önde sternuma bağlı olan lifler pars sternalis,kostalara bağlı olan lifler pars costalis ve bel kemiğine bağlı olan lifler pars lumbalis ismini alır.Göğüs kafesinin ön tarafındaki ribler arka taraftakilere nazaran daha yüksek olduğundan diyafram önden arkaya doğru eğimlidir.nefes alındığında diyafram kasılarak aşağı doğru iner; iç organları sıkıştırarak karın bölgesinin dışarı doğru çıkıntı yapmasına sebep olur.Üst ve alt karın bölgesinde görülen bu hareket iç organların yer değiştirmesidir,diyafram hareketiyle karıştırılmamalıdır.

Nefes burundan ve ağızdan alınır.Eğer müzik izin veriyorsa; burunun süzme, ılındırma ve nemlendirme fonksiyonlarından istifade etmek için bu yolla nefes alınmalıdır.Ağız kapalı olarak nefes alırken iyi bir larenks postürü sağlamasından dolayı 'çiçek koklama' imajı kullanılmalıdır.Bu imaj gereken düşük larenks pozisyonunu temin eder.Aşırı bastırılmış larenks yoğun kas tansiyonuna ve dolayısı ile yorgunluğa sebep olacağından tercih edilmemelidir.

Ağızdan nefes alırken ise; yine uygun larenks pozisyonunu hazırlamasından dolayı 'esnemeye başlama' imajı kullanılabilir,bu imaj asla tam esneme pozisyonu dağildir, tam esneme durumu ses üretimi için uygun olmayan bir durumdur.Esnemeye başlarmış gibi bir hisle

nefes aldığınızda; alt çenenin nasıl serbestçe soketine oturduğunu, larenksin nasıl derinleştiğini ve yumuşak damağın nasıl yükseldiğini gözlemleyebilirsiniz.Bu durumda nefes alırken havanın içinize , akciğerlerin altına doğru nasıl eforsuz bir şekilde aktığına dikkat edin.

DURAKSAMA (SUSPENSİON): Fonasyon için hazırlık,destek balansı için duraksama fazıdır.Nefes alma tamamlandığında kısa bir süre işlemi durdurun; nefes alıp vermeden birkaç saniye bekleyin,nefesinizi kort vokallerinizde veya burnunuzda tutmayın ,kort vokaller açık kalsın.Bu durma süresinin amacı fonasyon için gereken desteğin hazırlanmasıdır.Uygun bir şekilde yapıldığında eforsuz bir tona başlama garantisini verir.Doğal solunumun bir evresi olmadığından alışkanlık haline gelinceye kadar çalışılmalıdır. Suspension fazı analiz edildiğinde;nefes alan mekanizmayla(diyafram ve internal rib kasları) nefes veren makanizmanın (karın kasları ve eksternal rib kasları) birbirlerine antagonist (zıtlaşma) davrandığı anlaşılmaktadır.Nefes alan ve nefes veren sistem arasındaki kontr balans ses desteğini meydana getirmektedir.

FONASYON: Şarkı solunumunun üçüncü fazı olan kontrollü nefes verme işleminin kord vokallerle koordinasyonu neticesinde fonasyon meydana gelir.Fonasyonun birinci evresi tona başlama fazıdır.Eğer suspension gereği gibi yapılırsa iyi bir ton başlangıcına zemin hazırlar.Fonasyona suspension pozisyonunda havanın kord vokallerle aynı anda koordinasyonuyla başlamalıdır.Sert bir ton başlangıcı (kord vokallerin önce kapanıp hava basıncıyla patlaması şeklindeki başlama) tercih edilmez.Ayrıca önce havanın bolca verilmesi ve sonra kort vokallerin kapanması da uygun değildir .Ancak her iki durum da bazı vokal hataları gidermek için kullanılabilir.En iyisi hava akımının kord vokallerle aynı anda buluşmasıyla gerçekleşen dengeli bir ton başlangıcıdır. Suspension periyodundaki durumu muhafaza etme düşüncesi (vücudun orta bölmesindeki genişlemeyi muhafaza etme veya sürekli olarak genişliyormuş gibi bir imaj) fonasyonun ikinci evresi olan tonu sürdürme evresinin garantisini verir.Ayrıca legato ve sostenuto için gereken sürekli desteği de tesis eder.Fonasyonun üçüncü evresi tonu bitirme fazıdır.Bitiriş fazı anlık bir oluşumdur.Nefes desteği bitiriş anına kadar devam etmelidir.Bitiriş boğazda kıstırılarak hava akımını kesme şeklinde yapılmamalıdır. Artikülatör sistem, kort vokaller ve destek sistemi aynı anda serbest bırakılarak yapılmalıdır.

DİNLENME: Her nefesin sonunda solunumla ilgili bütün adalelerin relaks duruma geçebilmesi için bir süre ayrılmalıdır.Bu fonasyonla ve artikülasyonla ilgili bütün adalelere uygulanmalıdır.Bu faz şarkı söylemede sıklıkla anidir; çünki müzik birdenbire harekete dönmeyi gerektirebilir.Gevşeme ve dinlenme evresi için yeterli zaman yoksa ve buna performans stresi de eklenince adaleler daha fazla gerilim altında kalır.Bu durum bu fazı dikkate almayan,önemsemeyen öğrencilerde tansiyonun daha fazla birikmesine neden olur.Bu nedenle bu evre yavaş yavaş,bilinçli olarak ve önemsenerek yapılmalıdır.Rütin çalışmalar hem duraksama fazının ve hem de dinlenme fazının süresini anlık anlamda düşürecektir.

Egzersiz

1-Üç sayıncaya kadar nefes alın.

2-Üç sayıncaya kadar duraksayın (Suspension)

3-Altı sayıncaya kadar 'tsssss'layın.

4-Üç sayıncaya kadar gevşeyin ve dinlenin.

Bu işlemi uzun bir zaman tekrarlayın. Alışkanlık durumu elde edilince duraksama ve dinlenme fazını önce ikiye sonra bire düşürerek devam edin.

Müziğin nefes almaya izin vermediği durumlarda 'hayret nefesi' alınabilir, ancak bu gereksiz tansiyona sebep olmamalıdır.Kısa zaman da bol miktarda nefes almak için en iyi yöntem; hava pasajını bütünüyle açık bırakarak,hayret etmiş veya bir sürprizle karşılaşmış gibi bir hisle nefes almaktır.Eğer çeneyi düşürmek ve nefes almak senkronize edilmişse kısa zamanda gerekli hava alınabilir.

NEFES HATALARI

Üst göğüs nefesi: Diyaframın aşağıya doğru olan hareketini engeller ve verimli değildir. Göğüs ve omuz adalelerindeki tansiyon boyun ve boğaza nakledildiğinden o bölgede gerilime sebep olur.

Düzeltme işlemi:

1-Doğru postür egzerizleri uygulanır.

2-Doğru nefes teknikleri öğretilir.

3-Epigastriumu içeri çekme eğiliminde olanlar için bu bölgeyi dışarı iterek ön bölgedeki genişleme elde edilmeye çalşılır.

4 – Yatar durumda epigastrium üzerine kalınca bir kitap konur,uykuya dalma anı telkin edilerek solunum en doğal hale getirilir, bu bölgedeki yukarı ve aşağı hareketin farkındalığı sağlanır.

Hypofonksiyonel nefes: Nefes sistemindeki aktivitenin azlığıdır.Doğru nefes teknikleri ugulanır.Gerekli aktivite sağlandıktan sonra hyperfonsiyon oluşmamasına dikkat edilmelidir.

Hyperfonksiyonel nefes: Profesyonellerde görülür.Sebebi çok fazla hava miktarının uzun cümleleri yapmak için gerekli olduğu inancı ve seyirci önünde nefessiz kalma korkusudur. Uzun fraz yapabilme kort vokallerin fonksiyonuyla ilgilidir.Eğer hava kaçağı varsa gerekli prosedür uygulanmalıdır.Çok miktarda hava almaktan ziyade ortalama bir nefesle kord vokallerin dinamik ilişkisi sağlanmalıdır.

DESTEK HATALARI

Hypofonksiyonel nefes desteği: Yeni başlayanlarda görülür.Sebebi suspension fazının önemsenmemesi,enerjisiz postür ve vokal konseptin cansız olmasıdır.

Düzeltme işlemi:

1-Doğru nefes ve destek tesis edilir.

2-Öğrencinin yanan bir mum hayal etmesi ve söndürmek için kuvvetlice üflemesi istenir. Üflemeyi alt karın kaslarını içeri çekerek yapması istenir.Gerekli aktivite sağlandıktan sonra bir hafif, bir de kuvvetli 'tsss' lama yapması istenir.İkisi arasında karın kaslarıyla ilgili olarak ne olduğunun farkına varması istenir. Tekrar bir hafif, bir kuvvetli 'tsss' lama yaptırılır. Ve sonra aynı nota üzerinde 'van – van-van' hecesiyle önce yumuşak daha sonra kuvvetli ses verdirilir.Alt karın kaslarının aktivasyonu hissedilmelidir.

3-Epigastriuma hafifçe bastırılır; öğrenciden öksürmesi istenir ve parmakları iten harekete odaklanılır.Öksürmedeki refleks kullanılarak öğrenciden 'hey' diyerek uzaktaki birine seslenmesi istenir. Yalnız durumun hyperfonksiyona doğru gitmesine izin verilmemelidir.

Hyperfonksiyonel nefes desteği: Gerçekte olduğundan daha büyük ses çıkarma isteği,-yanlış vokal model, uygun olmayan eserler hyperfonksiyona sebep olabilir.Suspension (duraksama) fazının önemsenmemesi ,aşırı postürel tansiyon ve şarkı söyleme işlemine kassal yaklaşım destek adalelerinin aşırı çalışmasına neden olur.

Düzeltme işlemi:

En iyi yaklaşım epigastrium bölgesindeki aşırı lokal eforu azaltmaktır.Bu halledildikten sonra ses üretim evrelerinin dört fazı sabırla ve bilinçli olarak çalışılmalıdır.

FONASYON HATALARI

Ses kullanımında larengeal mekanizmanın hatalı işlemesiyle ortaya çıkan kusurlardır.İki temel tiptedir: 1 – hypofonksiyonel 2 – hyperfonksiyonel.

Hypofonksiyonel fonasyon: Larengeal mekanizmanın yeterli aktiviteyi gösterememe durumudur.Eğer düzeltilmezse bütün bir ömür sürebilir.Yetersiz ve tamamlanmamış glotis kapanması, kort vokallerin birbirine yeterince yaklaşamama durumudur.Sonuç havalı fonasyondur. Kort vokaller arasından fazlaca hava kaçağı olduğundan nefes kontrolünün sağlanamama durumunu da beraberinde getirir.

Düzeltme işlemi:

1-Sol-fa-mi-re-do

Hım————————— – (Dudaklar kapalı dişler birbirine değiyor,dudaklar, burun kemiği ve maksiler sinüslerde titreşimler hissedilir.Bu tip ağız kapalı egzersiz yaparken çene serbestçe düşürülüp ağız açık duruma geçilebilir ama kapalı yaparken elde edilen titreşimler devam etmeli veya mümkün olduğunca ağız tavanında vibrasyon elde etmeyi düşünmelidir.

2-Egsersiz yaparken makul ağırlıkta bir nesneyi taşımak fayda verebilir.Taşınan obje çok ağır olmamalıdır zira; epiglotis,larengeal collar ve hatta yalancı ses telleri bile kapanma eğilimi gösterir.Bu durum fonasyonu tamamiyle imkansızlaştırır.

3-Postür ve ses üretim evreleri titiz bir şekilde çalışılmalıdır.

4-Öğrencinin destek mekanizmasından haberdar olmasını sağlamak için öksürme refleksindeki epigastrium hareketinin 'hey' diye uzağa seslenirken senkronize olarak sesle birlikte olması istenmelidir.(Seste hava kaçağı yoksa)

5-Yine seste hava kaçağı yoksa salonun en arka sırasında oturan birisine sesini duyurması istenebilir. 4. ve 5. Madde uygulanırken hiperfonksiyon tehlikesini de göz ardı etmemelidir.

6 – -i – ve –e – gibi frontal vokaller tabiatları gereği diğer vokallere nazaran daha tansiyonludur ve bu sebeple havalı fonasyonu iyileştirmede fayda sağlarlar.Eğer çalışmazsa öğrenciden üst dişlerini yukarı çekmesi istenebilir.Bu durum çene kaslarının gerilimine sebebiyet verse de geçici bir çare olarak, öğrencinin havasız sesi deneyimlemesi ve larengeal aksiyonu tecrübe etmesi açısından kullanılabilir.Havasız ses elde edilince bu pozisyondan gevşek çene durumuna geçilmelidir.Nazal konsonlar (m,n,ng) sıkı dudak aksiyonuyla havalı sesi bertaraf etmek için kullanılabilir.

7-İnici beş nota egzersiziyle:

-sol – -fa – -mi – -re – -do-

Ding-ding-ding-ding-ding

Bum-bum-bum-bum-bum

Vum-vum-vum-vum-vum

No – no – no – no – no

Ni – ni – ni – ni – ni

Zum-zum-zum-zum-zum

Bu hecelerin hangisi öğrencide çalışıyorsa o heceler kullanılmalıdır.

8 – Eğer öğrenci durumdan haberdar değilse bir ses kayıt cihazıyla durumun farkına varması sağlanmalıdır.

Zorlanmış havalı ses: Larengeal makanizmadaki hypofonksiyona destek mekanizmasındaki hyperfonksiyonun eşlik etme durumudur.Abdominal kasları sert bir şekilde içeri çekme kord vokallere çok fazla hava basıncı yükler,zaten havalı olan fonasyon daha da kötüleşir.

Düzeltme:

1-Hyperfonsiyonel nefes desteği düseltilmeli,ses üretim fazları itinalı bir şekilde çalıştırılmalıdır.

2-Hypofonksiyonel kusurları giderme egzersizleri yaptırılmalıdır.

Hyperfonksiyonel fonasyon: Larengeal mekanizmanın aşırı zorlanması sonucu ortaya çıkan; sıkı, gergin, zoraki, kasılmış olarak nitelenebilen aşırı eforlu söyleyiş biçimidir.Birinci sebebi kord vokallerdeki yoğun tansiyon ve larenks çevresindeki kasların suça iştirak etmesidir.İnatla kullanılırsa ciddi vokal problemlere sebep olur.Bu tip ses kullananlar medikal bir kontrole sevk edilmelidir.Kötü bir şekilde ses kullanmanın en yaygın neticesi ses kısıklığıdır. Beş on dakika söyledikten sonra ses kısıklığı her zaman tekrarlıyorsa veya konuşma sesinde kronik bir kısıklık varsa en iyi yol bir K.B.B. uzmanına baş vurmaktır.Diğer bir belirti beş on dakika söyledikten sonra 'range' kaybıdır.Kayıp ekstremlerde ortaya çıkar; yüksek veya alçak pitch seviyelerinde veya her iki bölgede birden görülür.Kadın seslerinde ise ses aralığının orta bölgesi civarında bir yerde gözükebilir.Diğer bir belirti sıkı fonasyon sebebiyle ortaya çıkan limitli vibratodur; larengeal tansiyon normal vibratoyu engelleyici bir faktördür.

Hyperfoksiyonel fonasyonda payı bulunan faktörler:

1-Yanlış ses sınıflaması.

2-Optimum pitch seviyesinin altında veya üstünde konuşmak.

3-Gürültülü ortamlarda şarkı söylemek veya konuşmak.(Lombart etkisi)

4-Bağırma alışkanlığı.

5-Yanlış destek konsepti.

6-Yanlış nefes tekniği.

7-Yanlış vokal model.

8-Personalite problemlerinin neticesi olan tansiyon,korku,sıkılganlık.

Düzeltme prosedürü:Atak sırasında oluşan glotal patlama elemine edilmelidir.Hard atak aşırı olursa kort vokalleri kaplayan ince membran zarar görebilir.Kartilajlar arasında kontak ülserler oluşabilir.Vokal nodül, polip, polipoid dejenerasyon ve kontak ülserler aşırı zorlamalı ses kullanımından ileri gelir.

Sert atakta önce kordlar kapanır sonra hava basıncı uygulanır.Havalı atakta ise önce hava akımı ve daha sonra kordların kapanması gerçekleşir.Dengeli atakta ise hava ve kortlar

simultane olarak buluşurlar.İyi bir atak belirgin bir tansiyon veya hava kaybı olmadan gerçekleşmelidir.

İyileştirme prosedürü:

1-Gevşeme ve postür egzersizleri.

2-Ayna önünde çalışın.(gereksiz tansiyon ve hareketleri gözlemleme)

3-İnhalasyon ve suspensiyon fazında atak ile ilgili gerekli mental ve fiziki hazırlığı özenle yapın.

4-Fonasyona hazır olunduğunda destek mekanizmasını kendi haline bırakarak tona sadece onu yapmayı düşünerek başlayın.'one' hecesini 'n'leri uzatarak; arada boşluk bırakmadan, bir 'n' den diğerine kolayca akışına konsantre olarak yapın.

5-Egzersizi bu sefer konuşma tonundaki bir bölgede şarkılayarak tekrar edin. Bunu yaparken akıcı, düzgün bir legato sağlayın, 'n' konsonunun bir tonu diğerine taşımasına izin verin.Bütün rutini önce 'no-no' sonra 'ne-ne', son olarak 'nu-nu' şeklinde tekrarlayın.Beşli aşağı inen egzersiz 'you – you', 'maw-maw' heceleriyle yapılmalıdır.

Bütün bu prosedür uygulanırken larengeal tansiyonun terkedildiği ve larenkse çok fazla hava basıncı uygulanmadığı gözlemlenmelidir.Her şey uygun olduğunda vibrato çalışmaları yapılabilir.

William Vennard'ın hyperfonksiyonel ses kusurlarını iyileştirmeyle ilgili yöntemi de iyi bir çaredir: Net bir vokalden önce abartılı bir –h – ile vokale başlayın.Bu havalı atak temin edildikten sonra tona başlamadan önce harcanan aşırı hava miktarı gittikçe azaltılarak – h – hayali bir hale gelene kadar çalışılmalıdır.Yine bu problem için Vennard'ın 'yawn sigh' egzersizi de çok iyi bir çaredir.

REGİSTER

Rejisterler kaynağını larengeal fonksiyondan alır; kort vokallerin titreşim modeliyle ilgilidir.Bütün rejisterler larengeal fonksiyonla ilgili olduğuna göre rejisterlerin göğüste veya kafada olduğunu söylemek anlamsızdır; bu bölgelerde oluşan titreşimler rezonans fenomeniyle ilişkilidir.İnsan sesinde dört rejister bulunmaktadır:

1-Vocal fry

2-Modal voice (normal ses)

3-Falsetto

3-Whistle (ıslık)

Bu dört rejisterin kendine özgü titreşim modeli, kendi pitch bölgesi, (bazı üst üste binişler olmasına rağmen) ve kendilerine mahsus 'sound'u vardır.Her ses bu dört rejisteri yapmaya muktedir değildir.

Vocal fry: Çok düşük fundamental frekasların (34-37 Hz) tıngırdama ya da patlama sesi haydana getirmesi için gevşek bir glotal kapanmayla havanın fokurdamasına izin vermesiyle oluşur.Bu sound orgun pes seslerindekini andırır.

Modal ses: Konuşmada ve şarkı söylemede kullanılan normal rejisterdir.Bu rejisterin alt bölgelerinde kord vokaller takoz biçimindedir ve karşı karşıya gelen yüzleri geniştir. Kapandıktan sonra açılma kort vokallerin altından başlar, en son üst taraf açılır; bu kordlara akışkan bir dalga hareketi verir. Peslerden tizlere doğru gidildiğinde kord vokallerin uzunluğu artar,tansiyonları artar ve karşı karşıya gelen yüzleri incelir. Sürekli olan bu progresif değişimler engellenirse; larengeal fonksiyonların statik olma eğilimi yükselir ve kırılma oluşur.Bu kırılma sıklıkla rejister sınırları veya rejister geçiş bölgesi olarak tanımlanır.Kırılma sebebi rejister geçişleri değil; gerekli değişimlere izin vermeyen statik larengeal fonksiyon ve rezonans problemidir.

Falsetto:Bu rejisterde kort vokaller bütünüyle harekete iştirak etmez;sadece vokal ligamentler titreşime geçer,kort vokallerin ana gövdesi az çok gevşektir.

Falsetto iki şekilde oluşur:

Glotisin kartilaj kısmı açık bırakılarak vokal ligamentlerin ön 2/3 lik bölümü titreşime geçer.(mutationel chink)

Bütün glotis her 'cycle' açılıp kapanır; sadece vokal ligament titreşir, ana gövde az çok gevşektir.

Kadın sesleri de falsetto üretebilir.Anlaşılamamasının sebebi; ton farkı ve dinamik değişimlerin erkek seslerinde olduğu kadar belirgin olmamasıdır.Pek çok genç alto ve mezzo modal sesin üst bölgelerinde falsetto kullanır; bu sebeple yanlış bir şekilde soprano olarak sınıflandırılabilirler.

Bazı araştırmacılara göre falsettonun yoğun kullanımı ses problemlerine sebep olur. Fonksiyonel olarak modal sesin üst bölgelerini elde etmek,ses aralığını genişletmek için de kullanılabilir.

Whistle (ıslık rejisteri): Sopranoların tiz 'do'(1047 Hz) dan sonra ürettikleri ıslık sesini andıran bir rejisterdir.Bazı yazarlara göre kord vokaller ıslık çalan dudak biçiminde büzülmüş bir formdadır.Bazı araştırmacılara göre ise; epiglotis aşağıya larenksin üzerine doğru yaklaştığından fimini çekmek güçtür.(M.Greene)

Şan hocaları arasında modal veya normal ses rejisterinde bütün ses aralığı boyunca her hangi bir değişiklik olmadan,tek biçimli ve devam eden bir tutarlılıkla ses üretilmesine dair tam bir fikir birliği oluşmuştur.Modal ses rejisteri yaygın bir şekilde tanınan segmentlere

sahiptir.Bu segmentler erkek seslerinde göğüs ve kafa olmak üzere iki, kadın seslerin de ise göğüs, orta ve kafa şeklinde olmak üzere üçtür.(McKinney)

REZONANS

Bir yapıda hasıl olan titreşimlerin başka bir yapıda kendisiyle uyumlu titreşimlere sebep olma durumudur.

İnsan sesinde iki temel rezonans vardır:

1-Sympathetic (sempatik) rezonans: Kord vokallerde başlayan fundamental sesin larenks (collar tüp), farenks ve ağız boşluğunda armonik titreşimler oluşturmasıdır.Burada iki yapı arasında fiziki bir bağ yoktur.

2-Conductive (iletilmiş) rezonans: Kord vokallerde başlayan vibrasyonlar; kemikler,kıkırdaklar, ense boyun kasları vasıtasıyla başa ve üst göğüse iletilir ve onların vibrasyona geçmesine sebep olur.Burada iki yapı arasında fiziki bir bağ vardır.

En az yedi vokal rezonatör vardır:

1-Göğüs ve sinüsler: Eksternal sese ne derece katkısı olduğunu ifade eden kesin bilgiler yoktur.

2-Tracheal tree (ters – y-) :Bu bölge trachea ve bronşların birleştiği ters – y – yi andıran bölgedir.Kendi titreşim frekansının yarattığı negatif bir akustik empedansın eksternal sese ne derece etki ettiğine dair kesin kanıtlar yok.Ancak bazı araştırmalara göre ters –y – de oluşan negatif akustik empedansın geçit notalarında problemlere sebep olduğu ifade ediliyor. Eğer böyleyse bu problem rejister geçişi ile ilgili olmayıp,rezonans ayarlamalarıyla ilişkilidir.(McKinney) Yapılan son araştırmalarda bu bölgede (do-sol) tracheada bir bükülme meydana gelmektedir.Tracheada ki bu bükülmenin ters-y-deki nagatif empedansa karşı bir hareket olduğu düşünülebilir.

Larenks (collar tüp): Kord vokallerle epiglotis arasındaki bölgedir.Sundberg'e göre 2800-3000 Hz aralığındaki frekansların (ringing in the voice) meydana geldiği birincil rezonatördür.Bu rezonatör şarkıcı formantı diye bilinen ve sesin orkestrayı aşıp duyulabilmesini sağlayan rezonansları üretir.Sundberg'in araştırmalarına göre şarkıcı formantı her seste bulunuyor ve bu formant için en uygun durum larenksin makul bir düzeyde düşmesini sağlayan esnemeye başlama pozisyonudur.

Farenks ve ağız boşluğu: Lokasyonu ,boyutları ve ayarlama derecesinden dolayı en önemli rezonatörlerdir.Farenks ağız boşluğuna göre birincil olarak düşünülür.Ağız boşluğu; değişken ve ayarlanabilir yapısı ve hacmi dolayısıyla farenksle birlikte vokal formantların oluşmasında rol oynar,megafona benzer yapısıyla sesi dışarı atma fonksiyonu vardır.

Nazal kavite:Üç nazal konsonun (m,n,ng) üretiminde rol oynar.Hareketli değildir;fakat yumuşak damağın hareketiyle rezonatör sisteme dahil edilir veya sistem dışında bırakılır.

REZONATÖRLERİN AYARLANMASI

Larenksin pozisyonu: Ekstrinsik larenks kasları; lareksi yukarı kaldırmak , aşağı indirmek ve sabitlemek için önemli bir görevi üstlenirler.Bu kaslar iki gruba ayrılır:1-Larenksin üst kısmında olan ve larenksi yukarı kaldıran kaslar (supralarengeal muscles) 2-Larenksin alt kısmında olan ve larenksi aşağı indiren kaslar (infralarengeal muscles) Bu iki kas grubu antagonizm prensibi dolayısıyla larenksi dengede tutar. Larenksi aşağı çeken kaslar esnerken,-yukarı çeken kaslar ise yutkunma esnasında çalışan kaslardır.

Bir çok otorite ve şan hocası iyi bir larenks pozisyonun bir dereceye kadar düşük larenks olduğu,arzu edilmeyen vokal tonun ise yüksek larenksle ilişkili olduğu konusunda hem fikirdirler.Bu fikirler bilimsel olarak tesbit edilmiş ve doğruluğu kanıtlanmıştır.

Ne derece düşük olması gerektiğine dair şu deneyi yaparak karar verebilirsiniz: Parmağınızı adem elması üzerine koyun ve esnemeye başlama anında ne olduğunu gözlemleyin: Alt çenenin serbestçe düştüğünü, larenksin hafifçe indiğini , yumuşak damak civarında hafif bir yükselme olduğunu ve serin havanın derinleşen boğazınızdan geçerek aşağıya indiğini hissedeceksiniz.

Şimdi de tam bir esneme oluşuncaya kadar hareketi devam ettirin.Esneme başlangıcı ve tam esneme durumunda şarkı söylemeyi deneyin.Birinci pozisyonun kolay fonasyon için uygun,diğerinin ise şarkı söylemeye ters düştüğünü fark edeceksiniz.Tam esneme durumu aşırı bir şekilde düşük ve bastırılmış larenks (deppressed larynks) olarak bilinir ve bundan kaçınmalıdır.

İdeal larenks pozisyonunda larenksin boyutu ve duvarlarının tansiyonu pozitif yönde etkilenirken; yüksek larekste farenksin uzunluğu azalıyor,duvarları sertleşiyor,konstriktör kasların hareketiyle yatay ölçüsü daralıyor.Bütün bu oluşumlar farenksin rezonans kapasitesini kısıtlama eğilimindedir.

'Açık boğaz' terimiyle istenen durum düşük larenks pozisyonuyla aynı neticeyi vermektedir.Yani esnemeye başlama pazisyonu her iki durum için gereken bir düşüncedir. Şarkıcı bu pozisyonda efor harcamadan çok iyi sonuçlar elde edebilmektedir.

Nazal rezonatör hareketli değildir ancak önce de belirttiğim gibi yumuşak damağın hareketiyle rezonatör sisteme dahil edilir veya sistem dışı bırakılır.Yumaşak damak en yüksek pozisyonunu – i – vokalinde alır, patlamalı konsonlarda da durum böyledir.

REZONASYON HATALARI

1-Nazaliteyle ilgili olanlar

2-Vokal ton kalitesiyle ilgili olanlar

Nazal rezonansla ilgili olan hatalar iki kategoriye ayrılır: a) hypernazalite (yoğun nazal rezonans) b) hyponazalite (yetersiz nazal rezonans

Hypernazalite: Nazal kavitenin tamamiyle rezonatör sisteme katılmasıyla elde edilen –m-,-n-,-ng-konsonlarında görülür.Ancak bu bir rezonans problemi değil, bu konsonların tabiatı icabı oluşan bir durumdur.Gerçek nazalite; nazal portun tamamıyla açık olup eksternal ses üzerinde baskın bir etki yaptığı durumlardır.Yumuşak damağın nazal portu kapatamadığı durumlarda görülür(post nazalite). W.Vennard gibi bazı otoriteler nazal konsonlar dışındaki vokallerde nazal portun tamamen kapalı olması gerektiğini, diğer bazıları ise nasal portun kısmen açık olmasını savunurlar.

Hyponazalite: Bu ikinci tip nazalite forced nasalite veya nasal twang olarak adlandırılır. Aşırı bir şekilde burun merkezine sıkıştırılmış bir ses olarak tarif edilebilir.Burada durum gerçek nazaliteden farklıdır.Çünki bu tip nazalitede nazal port tamamıyla kapalıdır.Fareksin bazı bölgelerindeki veya tamamındaki sıkışıklık ve daralma,bu bölgelerdeki tansiyon veya ağız açıklığının yetersizliği 'nasal twang'in sebebidir.

Hypernazalite için iyileştirici prosedür: Hypernazalite veya 'nazal honk'un sebebi yanlış vokal model ve aktif olmayan yumuşak damak kaslarıdır.Eğer organik bir sebep varsa çare madikaldir.Eğer yoksa öğrencinin bu durumun farkına varması sağlanmalı sonra buna neyin sebep olduğu araştırılmalıdır.(yabancı hoca, tonal tercih, bu şekilde kolay söyleme gibi)... Post nazal ses ve normal ses gösterilerek öğrencinin yeni bir tonal model geliştirmesine yardımcı olmalı,rezonans bölgesini daha çok sert damak civarına yönlendirmesi istenmelidir. Eğer post nazalite inatla devam ediyorsa yumuşak damağın aktivitesini arttırmak için nazal konsonlar kullanılmalıdır.Bu çare paradoks gibi gözükse de nazal konsonlar yumuşak damağın daha iyi çalışmasını temin ederler.

Ding, gan, zum, hang, bum, vum heceleri kuvvetlice ve kesinlikle nazal konsonlar uzatılarak yapılmalıdır.Bilhassa – ng – konsonundan sonra g kullanılması fayda verir. Hang-ga, ding-ga gibi...Ayrıca –p-,-b – gibi patlayıcı konsonlar nazal portu kapattığı için kullanılmalıdır.Balon üfletmek yumuşak damak kaslarını kuvvetlendirir.Son adım olarak 'sesin burnun arkasından ağıza düştüğü' imajı kullanılmalıdır.

Nazal twang için iyileştirici prosedür:

1-Bütün vücüdu gevşetmeye yönelik egsersizler uygulanır.

2-Özellikle ense ve boyun kaslarını gevşetici egsersizler ve esnemeye başlama pozisyonu dikkatlice çalıştırılmalıdır.

Normal ton ve nasal twang arasındaki fark gözterilmeli farkındalık yaratılmalıdır.

Uzun bir ton tutarken ağzını daha çok açması ve sesi burnunun önünden ağzının içine düşürmesi istenmelidir.

TON RENGİ İLE İLGİLİ HATALAR

Çok önde ve çok arkada olarak nitelenebilir.

1-Çok önde(çok açık, çok beyaz,çok parlak)

2-Çok arkada(çok koyu, çok boğuk,yutulmuş gibi)

Her iki gruptaki hatalar rezonatörlerin uygun bir dengede olmadığının işaretidir. Çok önde; rezonatör olarak ağızın ön bölgesinin çok fazla vurgulanması ve farenks bölgesindeki rezonansların yetersizliğidir.Çok arkada; tam tersine,farenks çok fazla vurgulanmış, ağız rezonansı yetersiz kalmıştır.Tercih edilen ise her iki rezonans bölgesinin birlikte çalışması, armonik spektrumun her iki ucunun bulunmasıdır.

Çok önde,çok açık seslerdeki kusuru hazırlayan faktörler:

1-Yüksek larenks veya farenks konsriktör kaslarının aksiyonu sebebiyle farenks hacminin daralması.

2-Yanlış tonal model.

3-Dudakları geri çekerek zorlama bir gülümseme.

4-Yumuşak damak 'arches' larında ve dudaklarda yoğun tansiyon.

İyileştirici prosedür:Sıkı fonasyon açık fonasyonla birlikte bulunduğundan iyileştirici işlemlere tansiyonu azaltmayla başlamalıdır.

1-Postür nefes destek kontrolü.

2-Ense boyun ve artikülatör sistemi gevşetme.

3-Esneme başlangıcı pozisyon kapsamlı çalışılmalı,böylelikle farenksteki konstriksiyon elemine edilir.

4-Açık ton yerine dengeli bir ton oluşturulur.

5-Sesin derinde oluştuğunu imajlayıp dikkatini ağızdan uzaklaştırmaya çalışılır.

-o-,-u-gibi derin ve koyu vokaller esnemeye başlama pozisyonuyla kombine edilerek egzersizler yaptırılır.

7-Adem elması kontrolü yapılarak larenksin yukarı hareketi engellenmeye çalışılır.

Çok koyu ses kusurunu hazırlayan faktörler:

1-Esneme kaslarının aşırı kullanılışı; dil,çene ve dudak pozisyonuyla ilgili oral kavite darlığı.

2-Yanlış tonal model.

3-Larengeal duvarların fazla gevşek olması.

4-Dili farenkse doğru geri çekme.

İyileştirici prosedür:Koyuluk hem fazla tansiyon ve hem de az tansiyondan ileri geldiği için spesifik sebepler araştırılmalıdır.Seste hava olup olmadığına bakılır,varsa gereği yapılır. Sesinin farkındalığı sağlanıp,yeni bir vokal model oluşturulur.Ses yumuşak damak bölgesinden sert damak bölgesine yönlendirilir.(ön dişlere,maska, dışarı) Dil gerideyse gevşetilir.Dil trili yaptırılır.Dil öne getirilir,aşagı inen beşli egzersiz 'e-a' vokalleriyle kombine edilerek yaptırılır.(i-e)gibi ön vokallerle egzersiler yaptırılır.

Sol fa mi re do

e – a – e – a – ea

KOORDİNASYON

Öğrenci şarkı söyleme olayındaki fiziksel işlemlerin bilincine vardıktan sonra onları koordine işlemine başlar.Koordinasyon azlığı veya bozukluğu ve başarısızlık neticesinde muhtelif işlemler değişik derecede ilerleyecektir.Vokal tekniğin alanları çok kuvvetli şekilde öğrencinin çeşitli fonksiyonları koordine edebilme kabiliyetine bağlıdır.Öncelikle ideal bir ton meydana getirmek için gerekli vücut fonksiyonlarını hazırlamalı, postür ve nefes – destek sistemiyle kordineli bir fonasyon elde etmelidir. İdeal vokal ton alt ve üst partiyalleri ihtiva eden bir tondur.Yeterli alt partiyaller sese zenginlik, sıcaklık, yumuşaklık verir.Yeterli üst partiyaller ise sese parlaklık(ringing in the voice) verir.Elde edilen bu ideal tondan sonra sıra ; aynı özellikleri kaybetmeden bir vokalden diğerine geçebilme yetisini kazanmaya gelmiştir.

Bu işleme bazı yazarlar 'vokal miksaj', bazı hocalar 'vokal birliği',bazı otoriteler 'vokalleri eşitlemek', bazıları ise'lining up the vowels' demektedirler.Bu işlemi vokallerin fonemik hususiyetlerini bozmadan ortak bir noktada buluşturmak şeklinde de tarif edebiliz.

Vokalleri eşitlemek: Bir vokalden diğerine geçerken pozisyon öyle ayarlanmalıdır ki minimum eforla ve artikülatörlerin en az hareketiyle mümkün olsun.Dil vokal üretiminde birinci derecede rol oynar; bu sebeple vokalden vokale geçişte ortalama ve temel bir dil pozisyonu olmalıdır.Merkezi veya naturel pozisyon bu isteğin hemen hemen çok yakınındadır ve esnemeye başlama pozisyonuyla ilişkilidir.Bu temel pozisyonu hazırladıktan sonra onları ortak bir nokada uzlaştımak gerekir. Ör:-a – için çene çok açıktır,-i – ve-u – için en az açıklık gerekir.Eğer –a – için çene açıklığı biraz azaltılırsa,-i – ve –u – için biraz arttırılısa;her vokal kendi fonemik özelliğini koruduğu gibi sahip oldukları ses kalitelerini de korumuş olurlar.

Dudak yuvarlaklığı gerektiren vokallerde ise dudak; vokalin gerektirdiği fonemik özelliği vermesinden daha fazla naturel pozisyondan ileriye uzatılmamalıdır.

Bir ton üzerindeki bir vokali başka bir tona transfer ederken de aynı tonal kalitelerin ve fonemik özelliklerin bozulmadan taşınmasına dikkat edilmelidir.Ton transferi geniş intervallerde;beşli ve oktav atlama şeklinde çalışılabilir. İnterval önce glisando şeklinde yapılır, sonra glisando hızlandırılır ve daha sonra da legato bir bağla transfer sağlanır.

Skalanın peslerinden tizlerine doğru giderken şu üç faktör kullanılmalıdır:

1-Enerji

2-Açıklık

3-Derinlik

ENERJİ: Alt seslerden üst seslere giderken doğal bir enerji artışı olur.Bu enerji artışı gidilen tonun gerektirdiği miktarda ve çok doğal olmalıdır.Bu artış bütün vücutta, genel bir enerji artışıdır ve tedricen olmalıdır.Her türlü lokal efor faydadan ziyade zarar verir. Tiz tonlardan pes tonlara doğru giderken durum tersinedir yani vücut katılımı derece derece azalır.

AÇIKLIK: İkinci faktör tizlere doğru giderken açıklığın artmasıdır.Daha fazla açıklık için iki kaynak vardır;birincisi çene açıklığı(oral kavite) ,ikinicisi ağızın arka tarafının – farenks boşluğu – açıklığıdır.Bu iki açıklık da esnemeye başlama pozisyonunun tedricen arttırılmasıyla olmalıdır. Maksimum açıklık çene eklemlerinde aşırı gerginliğe sebep olur.Her türlü aşırı tansiyondan kaçınmalıdır.Skalanın tizlerinden peslerine doğru giderken durum tersinedir,her ton bir öncekinden daha az açıklık gerektirir.

DERİNLİK: İnsan sesinin doğal eğilimi frekans yükseldikçe sesin incelmesi ,sıkışması ve beyazlaşmasıdır.Bu durum supralarengeal kasların çekimi sebebiyle larenksin yukarı kalkması şeklinde olmaktadır.Bu kaslara konstriktör kasları da katılır; böylelikle ses üretme imkanı kısıtlanır.Bu yüzden tizlere doğru gidildiğinde yavaş yavaş artan bir derinleşme imajı larenks pozisyonunu tutarlı bir ton üretmek için uygun hale getirir.Derinleşme imajı larenksin doğal olan yükselme eğilimine kaşı bir direnç oluşturarak,ses üretimi için ideal bir pozisyonda kalmasını temin eder.Ayrıca destek mekanizmasının da daha derinliştiğini düşünmek ve daha derin bir ağırlık merkeziyle ilişkilendirmek de larenks ve diyaframın doğru pozisyonda kalmasını temin edecektir.Tizlere doğru giderken öğrenci kendi ağırlık merkezinin aşağı doğru hareket ettiğini hayal etmelidir. Pes tonlara giderken prosedür tersine işlemelidir.

TİZ TONLARA GİDERKEN YAPILAN HATALAR

1-Mental olarak tiz notaya ulaşmaya çalışmak.

2-Fiziki olarak üst çeneyi kaldırmak, kafayı arkaya bükmek.

3-Üst karın bölgesini içeri çekmek.

4-Ağız köşelerini geriye çekmek.Bu tizler için yardım eder gözükse de larenksin yukarı kalkmasına,yumuşak damak ve fareks duvarlarına aşırı tansiyon bindirerek,tonun beyazlaşmasına sebep olur.

PES TONLARA GİDERKEN YAPILAN HATALAR:

1-Mental olarak pes tona inmeyi düşünmek.

2-Çeneyi aşağıya doğru bastırmak,kafayı öne eğmek.

3-Çok fazla destek kullanmak.

4-Ağızı çok açık bırakmak.

5-Sesin havalı ve koyu olmasına izin vermek.(Daha kompakt ve ağız merkezli düşünülmelidir.)

VİBRATO

Uzatılan bir tondaki volüm ve bununla birlikte frekans ve timbre (tını) değişimleridir.Değişimler 'pulse'lar halindedir.Vibratonun ortalama hızı saniyede 5-7 pulse arasındadır.Ortalama frekans genişliği (pitch) 1/2 sestir.Sabit pitch seviyesinden 1/4 ses tizleşme ve 1/4 ses pesleşme şeklindedir.Volümdeki değişiklik ise2-3 desibel arasındadır.

Vibrato ton güzelliğiyle ilgili olduğu kadar fizyolojik sebeplerle de gereklidir.Vibratodaki volüm ve frekans modülasyonu kas sisteminin nöbetleşe olarak gerilimin artıp azalmasıyla dinlenmesini sağlar.Düz tonda bu böyle değildir, ses mekanizması sürekli olarak gerilim altindadır.

Vibrato hatalarının iki ana sebebi vardır:1-larengeal mekanizmadaki yoğun tansion.2-dengesiz nefes desteği.Bazen biri veya her ikisi birden olabilir.

Üç tip vibrato hatası vardır:

1-Bleat (meleme): Sebebi şarkı söylerken abdominal kasları içeri çekmektir.Bu giderilmeli ve destek mekanizması dengeli bir hale getirilmelidir.Bundan sonra kort vokallerin bir 'kavrama ve bir bırakma' hareketi yerine devam eden bir fonasyonda kalması öğretilmeli ve çalıştırılmalıdır.Gevşek destekle larenks stabil hale getirilmeli ve humming egzersizleriyle çalışılmalıdır.Sonra nefesi sıkıştırmadan beşli inen egsersiz 'one,one' (van) hecesiyle yaptırılmalıdır.

2-Düz ton: Esas sebebi larengeal sistemdeki tansiyondur.Bir başka sebep ise; şarkıcının çok fazla vibrato yaptığına dair aldığı eleştirilerden dolayı düz bir tona odaklanmış

olmasıdır. Çare: 1 – ½ ton tril çalışması yaptırılır.2-Öğrencinin uzun bir 'tsss' lama yaparken destek kaslarının yardımıyla volüm vibratosu yapması istenir.Önce beş pals daha sonra dokuz pals yaptırılır.Başarılırsa sesle vibrato çalışmalarına geçilir.

3-Wobble (sallanma) veya okyanus dalgası: Yaşlı şarkıcılarda görülür.Gençlerde gözükmesinin sebebi vibratonun öyle yapıldığına dair yanlış bir algı,diğer bir sebebi ise vokal egsersiz azlığı veya yokluğu,kas tonusu kaybı,düşük postür ve zayıf kord vokal kaslarıdır. Çare: Fiziki egsersizler, vokal egsersizler,kas tonusu ve postür çalışmalarıdır. Vokal egzersizler günde birkaç kez 10-15 dakika süreyle yapılmalıdır.

MARMARA ÜNİVERSİTESİ

SES TÜRLERİ VE SES TÜRLERİNİN SAPTANMASINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN FAKTÖRLER*

Cemalettin BAYDAĞ**

Öz

Müzik eğitimi genel hatlarıyla düşünüldüğünde, müzik eğitiminin alt boyutlarından en önemlisini hiç şüphesiz ses eğitiminin oluşturduğu görülmektedir. Ses eğitimi, bireye belli yöntemler doğrultusunda, planlanan hedeflere ilişkin davranışlar kazandırmakla kalmaz, aynı zamanda kişilerin konuşmasına katkı sağlama potansiyeline eş değer olarak anatomik ve fizyolojik yapı özelliklerini de öğretir. Bu anlamda farklı ses türleri ve ses türlerinin saptanması aşamasında dikkat edilmesi gereken faktörlerin bilinmesinin, eğitim sürecinde yer alan öğrenciler ile konuşma ve ses eğitimi alanında hizmet içi eğitim alan bireylere önemli katkıları olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda, ses türlerinin saptanarak, bireylerin anatomik yapılarına ilişkin bilgi sahibi olmalarının sağlanması, hem bu alanlarda eğitim gören öğrencilere hem de özengen müzik eğitimi alan bireylere katkılar sağlayacaktır.
Anahtar Kelimeler: ses, ses türleri, ses eğitimi, ses renkleri.

Abstract

When we consider the music education in general terms, the most important subcomponent of the music education, beyond any doubt, is voice training. Through certain methods, voice training not only brings certain behaviours to the individual in the direction of his/her aims but also teach him/her physiological and anatomical structure features in accordance with the contributions to his/her speech. In this regard, knowing the points to take into the consideration during the determination of voice types may be useful both the students having training and the individuals taking in service training in the field of speech and vocal training.

* Bu çalışma, 26-28 Nisan 2017 tarihleri arasında Marmara Üniversitesi tarafından düzenlenen *Ses Eğitimi Çalıştayı* kapsamında, "*Ses Türleri ve Ses Türlerinin Saptanmasında Dikkat Edilmesi Gereken Faktörler*" isimli sunulan bildiriden geliştirilmiştir.

** Dr., Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Devlet Konservatuvarı, cemalettin.baydag@beun.edu.tr

In this context, by determining voice types, providing knowledge about anatomical structures of individuals will contribute to both the students taking education in this field and the volunteer individuals taking music education.

Keywords: voice, voice types, vocal education, voice colour.

GİRİŞ

İnsan sesi, tıpkı parmak izlerinin ayırt edici bir özelliği gibi, kişiye özgü, benzeri olmayan, karakteristik özelliği olan bir yapıya sahiptir (Özçimen ve Yaldız, 2011). Bir nebze kişinin kimliği (Nutku, 2012) olarak da görülen insan sesi; çoğu kez farkına varılmayan bir faktör gibi görülse de, insanın varlığını ve kişiliğini yansıtan bir ayna görünümündedir (Gerçeker, Yorulmaz ve Ural, 2000, Akt. Özçimen ve Yaldız, 2011). Bu ayna, aynı zamanda insanların birbirleriyle iletişim kurmasını da sağlamaktadır (Yıldız, Arıöz, 2016). Nasıl ki müzik aletlerinin yapısı gereği işlevleri yerine getirildiğinde güzel ses elde edilir ve çalmaya başlanırsa, insan sesi için de aynı işleyiş söz konusudur. Tür, renk ve duygudurum gibi bir çok etkileyicilik özelliğini içerisinde barındıran insan sesi; insanoğlunun kendi sesini keşfetmesi ve güzel kullanmaya çalışması sayesinde ilk çağlardan günümüze kadar gelişme göstermiştir. Bunun yanında insan sesi, konuşmacı tarafından verilen mesajın nasıl algılandığından, sesin dinleyici üzerinde nasıl bir duygusal dönüt uyandırdığına kadar bir çok farklı çerçevede güçlü bir etkiye sahiptir. Dolayısıyla ses, sadece konuşmanın sözlü içeriği değil, konuşmacının psikolojik ve fizyolojik durumu hakkında da güçlü bir iletici konumundadır (Waaramaa ve Kulmala, 2009). Kişiliği yansıtmaya paralel olarak, konuşma üzerinde de olumlu ya da olumsuz yönde etkileri mevcuttur. Örneğin, konuşma sesinden hareketle, konuşmacı hakkında fikir sahibi olunabilmektedir (Yüksel, Fırat ve Selçuk, 2005).

İnsan sesinin olumlu etkileri elbette sesin sağlıklı, doğru ve etkili kullanılmasıyla mümkün olmaktadır. Nitekim insanlar arasında fiziksel farklılıklar olduğu gibi, ses türü ve renklerinde de değişiklikler olmaktadır (Adıgüzel, 2005). Bu değişiklikler; fiziksel özellikler, anatomik yapı ve ses genişliklerine uygun olarak, en kalından en inceye doğru sınıflandırmalara ayrılmaktadır. Anatomik ve fizyolojik farklılıklar, ses türlerinin ve genişliğinin belirlenmesinde büyük önem taşırken, bu özelliklerden en başta geleni ses tellerinin boyutlarıdır (Aycan, 2005; Özçimen ve Yaldız, 2011).

Yukarıda yapılan açıklamalar ışığında, ses türleri ve ses türlerinin saptanması aşamasındaki faktörlerin yalnızca önemli olmadığı, aynı zamanda insan sesinin hayatın hemen her alanında etkili bir konumda olduğu düşünüldüğünde gerekli olduğu da ifade edilebilir. Dolayısıyla, bu araştırmanın amacı; ses türleri ve ses türlerinin saptanmasında dikkat edilmesi gereken faktörlerin incelenmesi olarak belirlenmiştir.

Ses Türleri

Ses eğitiminde, kadın sesleri ses özelliklerine göre tizden pese doğru soprano, mezzo soprano ve alto; erkek sesleri ise, tenor, bariton ve bas olarak üç ana grupta sınıflandırılmaktadır.

Kadın Sesleri

Soprano: En ince kadın sesidir. Ergenlik dönemi ya da mutasyon dönemi öncesinde çoğunlukla tüm çocuk sesleri de soprano olarak kabul edilir. Kadın sesleri içerisinde sıklıkla karşımıza çıkan bir sestir.

Mezzo Soprano: Orta kalınlıktaki kadın sesidir. Bu ses grubu, soprano ve alto seslerinin arasında yer almaktadır.

Alto: Koyu bir rengi olup, gelişmiş göğüs seslerine sahip kalın kadın sesidir (Aycan, 2005).

Kontralto: Altodan daha kalın, erkek sesi gibi çıkan kadın sesidir. Kontralto, özellikle koyu alto seslerinin yerine kullanılsa da, alto ve kontralto koordineli olarak kullanılır. Literatürde ikisi arasında bir ayrım bulunmamaktadır. Tınısı koyu ve gırtlaksıdır (http://raympoon.playgroundhk.com/bbs/musicpo1.htm). Kuvvetli ve ağır bir ses olması (Özçimen ve Yaldız, 2011), eski eserlerin söylenmesinde tercihi arttırmıştır. (Örnek Eser: G. Mahler: Das Lied von der Erde).

Nitekim opera literatüründe yukarıdaki ayrımın daha da arttığı görülmektedir. Kadın ve erkek sesleri, ana ses türü sınıflandırmasına ek olarak, kendi içerisinde de dramatik, lirik ve leje gibi alt renklere ayrılmaktadır.

Kadın seslerindeki alt sınıflandırma;

Dramatik soprano	-	Lirik dramatik	-	Dramatik mezzo
Lirik soprano	-	Lirik spinto	-	Lirik mezzo
Leje soprano (Leggiero)	-	Subret (Soubrette)		
Koloratur soprano	-	Dramatik Koloratur	-	Koloratur mezzo

Dramatik soprano: Soprano olmanın verdiği bir parlaklığın yanı sıra, tiyatral ifadeyi gırtlakta verebilmesinin özelliğini taşıyan bir esneklik mevcuttur (Özçimen ve Yaldız, 2011). Dramatik sese sahip olan şarkıcı, metalik tınılı büyük bir sese ve geniş bir ses aralığına sahip olmalıdır. Ayrıca fiziksel olarak da sahneyi yönetebilmelidir (Otacıoğlu, 2012). Soprano özelliği taşımasına rağmen, dinlenildiğinde Mezzo-Sopranoyu andıran bir tınısı vardır. Yoğun duyguların yaşandığı operalarda tercih edilen dramatik sopranolar; çok dayanıklı, tok ve güçlü bir sese sahiptir. (R. Strauss'un Elektra Operası, G.Verdi'nin Otello Operası – Desdemona). G.Puccini, G.Verdi, P.Mascagni ve G. Meyerbeer operalarında, R.Wagner'in müzikli

dramlarında, operadaki duyguyu izleyiciye aktarmada ve büyük orkestral eşliklerle mücadele etmede önemli bir yer tutar. Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Eva Marton.

Lirik dramatik: Bu ses türünde, hem lirik sesin parlaklığı ve rahatlığı, hem de dramatik sesin ihtişamı ve gücü vardır. Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Teresa Stratas.

Dramatik mezzo: Mezzo soprano olmasına rağmen dinlenildiğinde alto ses türüne benzer bir tınısı vardır. Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Eugenie Grunewald.

Lirik soprano: Yumuşak tiz sesleri, ses kalitesi, rahatlığı ve parlaklığının yanında, operalarda sıklıkla tercih edilen bir ses rengidir. Kadın seslerinin büyük çoğunluğu bir ses rengine sahiptir. Bu ses rengi, daha çok müzikal komedi ve küçük ölçekli opera eserleri için uygun ses olmasına rağmen, büyük opera eserlerinin de altından kalkabilecek bir yapıya sahiptir. Lirik soprano için örnek eser: Giuseppe Verdi'nin La Traviata Operası Sempre Libera. Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Angela Gheorghiu.

Subret (Soubrette): Genellikle şarkı söyleme eyleminin orta tonlarda gerçekleştiği bir ses rengine sahiptir (Otacıoğlu, 2012). Subret; koloratur sopranoya benzer niteliklere sahip olsa da, yüksek perdeleri kullanmak ve kıvrak bir sese sahip olmak zorunda değildir (İşsever, 2004). Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Rita Streich.

Koloratur soprano: Kadın sesleri içerisinde en tiz seslere rahatlıkla çıkabilen sestir. Ajilite, süsleme, hız ve kıvraklık gerektiren eserlerin üstesinden rahatlıkla gelebilecek bir yapısı mevcuttur. Bu ses rengi, gırtlak hareketlerini çok kolay ve rahat bir şekilde yapabildiğinden ses cambazı olarak nitelendirilmektedir (Özçimen ve Yaldız, 2011). Operalarda sık sık kadın kahraman rollerinde tercih edilen bir ses rengidir. (Örnek Eser: W.A.Mozart'ın Sihirli Flüt Operası Gece Kraliçesi'nin Ariası ve Leo Delibes Lakme Operası, Bell Song). Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Natalie Dessay.

Dramatik koloratur: En ince kadın sesi olmasının yanında, dramatik sesin gücü ve ihtişamına da sahiptir. Koloratur sopranodan farklı olarak ondan daha güçlü ve koyudur. Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Diana Damrau.

Koloratur mezzo: Mezzo soprano olmasına rağmen lirik soprano tınısı mevcuttur. Ajilite, hız ve kıvraklık gerektiren eserler için uygun bir sestir (A. Vivaldi'nin La Griselda operasından Agitata Da Due Venti) Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Cecilia Bartoli.

Erkek Sesleri

Tenor: En ince erkek sesidir. Erkek sesleri içinde en parlak olan ve tiz seslere rahatlıkla çıkabilen ses rengi tenordur. Tenor sesleri de soprano ses türü gibi alt türlerine göre sınıflandırılır. Bunlar Buffo, Leje, Lirik, Lirik Legge, Dramatik, Robusto ve Kontrtenor'dur. (Örnek eser: G. Donizetti'nin Aşk İksiri operası'ndan Una Furtiva Lagrima Ariası, G. Puccini Manon Lescaut operası'ndan Addio Fiorito Asil).

Bariton: Orta kalınlıktaki erkek sesidir. Erkek sesleri içerisinde en çok rastlanan erkek sesidir (Kazancıoğlu, 2008). Tenor ve Bas seslerinin arasında yer alır ve kadın sesleri ile karşılaştırıldığında ise karşılığı Mezzo – Soprano'dur. Özelliği olan doğal tını gereği şan eğitiminde çok çabuk gelişme gösterirler (Kazancıoğlu, 2008) ve korolarda bas partisini (Eserin bulunduğu bölüm) seslendirirler (Örnek Eser: G. Donizetti'nin Don Pasquale operası'ndan Bella Siccome Un Angelo).

Bas: En kalın erkek sesidir. En kalın seslere rahatlıkla inebilen bu ses türü, nadir olarak karşımıza çıkmaktadır (Örnek Eser: G.Verdi'nin Ernani Operasından Infelice! e tuo credevi ariası).

Kontrtenor: Kadın sesi gibi çıkan erkek sesi. Dinlenildiğinde erkek sesinden çok, kadın sesine benzeyen bir ses rengidir. G3'ten D5 veya E5'e kadar uzanan vokal aralığı, genelde kadın kontralto veya mezzo-soprano ses türlerine karşılık gelen klasik bir erkek ses türüdür (Örnek Eser: H. Purcell, Cold Song). Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Andreas Scholl – Philippe Jaroussky.

Konuyla ilgili daha önce ifade edildiği gibi, kadın ve erkek sesleri ana ses türü sınıflandırmasına ek olarak, kendi içerisinde de alt renklere ayrılmaktadır. Bu ayrım, koyu ve güç tınısından, parlak ve yumuşak ses türüne doğru; dramatik, lirik ve leje olarak farklılık göstermektedir. Kadın ve erkek seslerinin kendi içerisindeki sınıflandırmalarda, tanımsal değişikliklere pek rastlanmamaktadır. Özetlemek gerekirse; dramatik bir sesin, kadın ya da erkek sesleri içerisinde koyu, tok ve güçlü bir ses anlamına gelmesi; dramatik soprano, tenor ya da bariton içinde aynı anlama gelmektedir. Dolayısıyla dramatik soprano ve dramatik bariton arasındaki fark sadece, dramatik soprano'nun koyu, tok ve güçlü olmasına ek olarak lirik mezzo sopranoyu andıran bir tınıya sahip olması; dramatik bariton'un ise lirik bas ses tınısını andıran bir tınıya sahip olmasıdır.

Erkek seslerindeki alt sınıflandırma ise şu şekildedir;

Dramatik tenor (bariton)-		Dramatik spinto	-	Helden (Robusto)
Spieltenor (tenor buffo)-		Lirik tenor (bariton)	-	Lirik leje tenor
Leje tenor	-	Kontrtenor	-	Verdi/Wagner baritonu
Bas buffo	-	Bas bariton	-	Bas profondo

Dramatik tenor: Tenor sesleri içerisinde en koyu, tok ve güçlü olan bir ses tınısına sahiptir. Baritona benzer bir tınısı vardır. Helden, dramatik spinto ve tenor robusto ile benzer tanımlamalara sahiptir. Bu tür sesler, genellikle eğitim başlangıcında yüksek bariton (Tenora yakın bariton) olarak eğitilir (Örnek Eser: G. Bizet'in Carmen Operasından La Fleur que tu m'avais jetée ariası). Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Jonas Kaufmann, Placido Domingo.

Dramatik bariton: Daha önce de ifade edildiği üzere, dramatik soprano ve dramatik tenor gibi koyu, tok ve güç bir ses tınısına sahiptir. Ses tınısının kuvvetli ve dramatik yapısından dolayı çoğu zaman Bas Bariton olarak da sınıflandırılır. Tını bakımından bas ses hissine sahiptir (Özçimen ve Yaldız, 2011). Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Giorgio Zancanaro.

Dramatik spinto: Dramatik bir sesten çok daha koyu ve güçlüdür. Hem lirik hem de dramatik rollerde şarkı söyleyebilen yüksek tenoral özelliğe sahip bir sestir (Otacıoğlu, 2012). Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Franco Corelli – Giuseppe Giacomini.

Tenor robusto (Helden): Baritona yakın tenordur. İtalyan operalarındaki yüksek seslerde (tiz nota-perde) çok büyük ses gücüne sahiptir. İyi gelişmiş orta ve alt registerlere sahip metalik bir sestir (Otacıoğlu, 2012). Genellikle kariyerlerinin başlangıcında genç tenorların söylemek istediği eserler, bu ses türünün repertuvarında yer almaktadır. Genel olarak L.V. Beethoven Fidelio operası ile R. Wagner'in bestelediği operalarda bu ses türü karşımıza çıkmaktadır. Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Ben Heppner.

Buffo tenor (Spieltenor): Bu ses türü genellikle komik karakterlerin rol aldığı operalarda yer almaktadır. Sesindeki yumuşaklık ve rahatlıktan dolayı falsettoyu en iyi kullanan tenordur. W.A.Mozart'ın Sihirli Flüt operasında Monastatos karakteri bu sese örnek olarak verilebilir (Özçimen ve Yaldız, 2011). Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Uwe Peper.

Lirik tenor: Hafif bir ses repertuvarına sahip bu ses türü Lirik soprano'nun karşılığıdır. Tizleri parlak, tını olarak yumuşak ve dramatik tenorun aksine renk olarak daha açıktır. Genellikle İtalyan operalarında baş erkek ya da kadın rollerini, lirik tenor ya da lirik sopranolar seslendirmektedir. (Örnek Eser: G. Verdi'nin Rigoletto Operasından Questa o quella ve La donna e mobile ariaları). Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Luciano Pavarotti – Alfredo Kraus.

Lirik Legge: Lirik bir sesten daha parlak ve açık bir ses tınısına sahiptir. Tiz sesleri lirik bir sese göre daha yumuşak ve rahattır. (Örnek Eser: W.A. Mozart'ın Don Giovanni Operasından Dalla sua pace, G.Donizetti'nin La Fille du Regiment (Alayın kızı) operasından Ah mes amis). Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Juan Diego Florez.

Bas buffo: Bu ses türü genellikle komik karakterlerin rol aldığı operalarda yer almaktadır. Komik bas sesi. Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Robert Huard.

Bas bariton: Bas ve bariton arasındaki ses türüdür. Bas'ın alt ses sınırına kadar inemeyen ya da tersi durumda bariton'un üst ses sınırındaki aralıklara sahip olmayan bir ses tınısına sahiptir. Bas ve bariton ile kaynaşan bir sestir. (Örnek Eser: W.A.Mozart'ın Don Giovanni Operasından Madamina il catalago è questo ariası). Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Bryn Terfel.

Bas profondo: Bas sesleri içerisinde en koyu ve tok olan ses türüdür. Tını olarak; çok güçlü, tok ve koyu pes tonlara sahiptir. Özellikle operalarda, rahip ve büyücü gibi asil rollerde oynarlar (Özçimen ve Yaldız, 2011). Bu ses türüne örnek opera sanatçısı Vladimir Miller.

Daha önce anlatılan bilgiler ışığında temel ses türlerine ek olarak ortaya çıkan bu sınıflandırmalar; opera içerisinde yer alan rollerin yapısına ve opera sanatçısının yansıtması gereken duyguya sesiyle eşlik edebilmesine olanak sağlamaktadır. Bu açıdan düşünüldüğünde, temel ses türlerinin içerisindeki alt sınıflandırmanın önem arz ettiği sonucu ortaya çıkarmaktadır. Bu kapsamda gerçekleştirilen diğer araştırmalardan elde edilen bulgular ve bu konuda çalışan araştırmacıların çalışmaları incelendiğinde (İşsever, 2004; Otacıoğlu, 2012) ses tür sınıflandırmasının sadece yukarıda anlatılanlar gibi olmadığı görülmektedir. Bu araştırma sadece genel ses türleri hakkında bilgi vermeyi amaç edinmiş olup, anlatılanlar dışında ses türlerine göre ulusal yaklaşımların farklılaştığı ve kendi içlerinde de sınıflandırmaları bulunduğu görülmektedir (bkz. Alman-İtalyan-Fransız ve İngiliz Ekolleri).

Ses Türlerinin Saptanması

Ses türleri; vücut yapısı, larenks yapısı, ses tellerinin yapısı, ses rengi ve büyüklüğü, ses kapasitesi, ses aralığı, ses tellerinin yapısı, yumuşak damağın şekli, konuşma tonu, registerlerin dağılımı ve register geçişleri, çevirme tonu gibi faktörlere bağlı olarak değişiklik göstermektedir (Cevanşir ve Gürel, 1982; Otacıoğlu, 2012). Bu değişiklikler, insan yapısının farklı özelliklerini düşündüğümüzde (fizyolojik-anatomik) ses türünü saptamada belirleyici rol oynamaktadır. Ancak ses türünü sadece belli başlı kriterler doğrultusunda anlamaya çalışmak bazı durumlarda yanlışa sürükleyebilmektedir. Bu çerçevede dikkat edilmesi gereken faktörlerden biri ve en önemlisi sesin geçiş ve çevrim noktalarıdır. Aşağıda ses türlerinin saptanmasında belirleyici rol oynayan faktörler hakkında genel bir bilgilendirme yapılmış olup, anlatılan bilgilerin dışında başka faktörlerin olduğunun da hatırlatılması ve unutulmamasının altı önemle çizilmiştir.

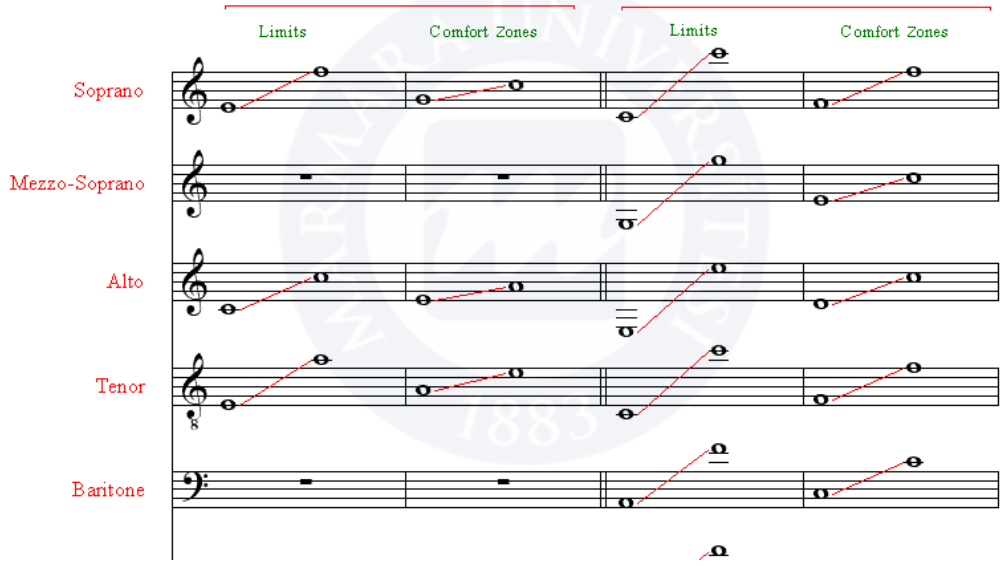
Ses Aralığı (Range)

Fizyolojik olarak ölçüldüğünde larenskin anatomik yapısının her birey için neredeyse aynı olduğu görülmektedir (Özgür, 2016). Ancak bu benzer olma durumu, frekans aralığında önemli bir değişim oluşturmazken, ses aralığında farklılıklar görülmektedir.

Ses aralığı, on dokuzuncu yüzyılda insan seslerinin iki ya da üç türü arasında ayrım yapmak için en uygun araçtır (Otacıoğlu, 2012). Lycke (2013)'de; ses aralığı, tını ve ses perdesini, ses geçişlerinde önemli bir sınıflandırma kriterleri olarak kabul etmiştir. Seslerin sınıflandırılması aşamasında temel olarak sesin tınısının en kaliteli olduğu yer belirlenir ve

ses aralıkları dahilinde, sesin rahatlığı ile derinliğinin nerede olduğu dikkate alınır. Ancak teknik eksiklik, bir şarkıcının gerçek ses aralığının farkına varılmasını engelleyebilmektedir. Örneğin, sınırlı tiz seslere sahip tenor bir ses, bariton olarak değerlendirilebilmekte, ya da geniş bir ses aralığına sahip sesleri doğru bir şekilde sınıflandırabilmek mümkün olamayabilmektedir. Buna ek olarak, şarkıcının oynadığı rolün ses aralığı, gerçek ses aralığından daha küçük ya da büyük olabilir (Otacıoğlu, 2012).

Aşağıdaki şekilde ses türlerinin rahat oldukları ve profesyonel eğitim sonucunda çıkabilecekleri ses aralıkları verilmiştir.



Şekil 1. Ses Türlerine Göre Ses Aralıkları (http://www.rawilliamsmusic.com/essays/Essay_Range.html).

Register (Ses Bölgesi)

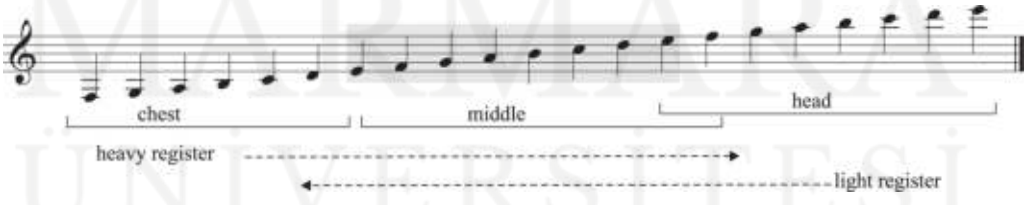
Register (Rejistr), şarkıcıların ses aralığı ve geçiş noktaları ile ilgili olan tartışmalı pedagojik bir konudur. Bu kavram, orgla (kilise orgu) birbirinden farklı tınıları elde edebilme imkanı sonucunda doğmuş olup, register ile ilgili ilk ve anlamlı bilgiler Manuel Garcia (1850) tarafından ortaya çıkarılmıştır (Helvacı, 2003). Rezonans ile ilgili olmayıp, yalnızca ses tellerinin değişik hareketlerine verilen isim olan (Otacıoğlu, 2012) register, sadece bir ses perdesini değil, aynı zamanda tonun parlaklık ve kalite özellikleriyle de ilişki içerisinde olan bir mekanizmadır (Vennard, 1968). Genellikle eğitim başlangıcında bu mekanizmayı geliştirme çabasında olan öğrencilerin, kendilerine göre doğru ya da yanlış bir teknik geliştirme

çabası içine girmesi (Erdoğan, 2008), onların başkalarını taklit etmesine sebebiyet vermektedir. Dolayısıyla öğrenci bu davranışıyla hem kendi anatomik yapısına uygun olmayan ses çıkarmaya çalışacak, hem de bu yanlış yapının bir çok olumsuzluğunu üstlenmek zorunda kalacaktır. Bu ve benzeri durumlarda, register geçiş yerlerinin belirlenmesi, uygun ses sınıflandırması için gerekli bir durumdur. Bu tercihin sebebi; geçiş bölgelerinin seslerin yapılarına ve renk farklılıklarına göre kendi içlerinde belli sınıflandırmalara ayrılmasıdır. Eğer bu geçiş yerleri dikkate alınmaz ya da geçiş tonları gelmeden önce seste bir hazırlık yapılmazsa, aynı fonksiyon ile ses çıkarmak mümkün olmayacaktır (Otacıoğlu, 2012).

Daha ayrıntılı bir şekilde anlatmak gerekirse; ses egzersizi ya da şarkı söyleme esnasında kalın seslerden ince seslere doğru, belirli bölgelerde rezonans boşlukları nedeniyle sesin uyumu bozulur ve istenilen sesi çıkarmak mümkün olmaz. Böyle durumlarda rezonans boşluklarının hacimleri, ses uyumu yapabilmek için yeniden değiştirilir ve bu değiştirme bölgelerine geçiş tonları denmektedir (Ekici, 2016). Bu ses geçişleri her sesin doğal yapısında var olsa da; nefes, ağız, dil ve damak pozisyonunun sesi çıkaracak rahatlığa uygun hale getirilmesi gerekmektedir (Wolverton, 1993). Böylece tüm tonlar eşit bir tını kazanmakta ve her ses birbirinden bağımsız olarak tek bir register olarak duyulmaktadır.

Registerler, temel olarak göğüs registeri, orta register ve kafa registeridir. Buna ek olarak, falset registeri, bas seslerde strohbass ve soprano seslerde ıslık registeri (flageolet) bulunmaktadır.

Göğüs Registeri: Tamamen ses tellerindeki kas hareketi ile oluşmaktadır. Tınının göğüste olması ile ilgili değildir (Otacıoğlu, 2012). Şarkıcı, göğüs registerine bastırmadan, üst ve alt register bölgelerini kaynaştırılabilmelidir (Kazancıoğlu, 2008). Erkeklerde göğüs sesi tüm gamın 2/3'ünü oluştururken, kadınlarda bu oran 1/3'tür (Ömür, 2001).



Şekil 2. Göğüs-Orta ve Kafa Register Bölgeleri ve Geçiş Notaları. (https://www.memrise.com/user/Tommo_Valkonen/).

Orta Register: Göğüs ve kafa registerinin karışımı (Göğüş, 1995) olan orta register, göğüs registerinden yukarı doğru bir oktav, kafa registerinden ise aşağı doğru bir oktav alınabilmektedir. Bundan dolayı, orta registerin varlığı konusu hala bir tartışma halindedir.

Kafa Registeri: Üst tonlara gidildikçe kafa rezonansı artmaktadır (Ömür, 2001: 52). Yüksek frekanslı seslerin titreşimi daha çok kafa boşluklarında hissedilirken, ses telleri gergin

ve incedir (Sabar, 2008). Kafa sesi, ses tellerinin serbest kenarlarının titreşimi ile oluşmakta, rezonans ya da titreşimin kafada algılanması ile ilgisi bulunmamaktadır (Otacıoğlu, 2012).

Falset Registeri: Bazı kaynaklarda kafa registerinin pianosu olarak tanımlanmakta olan falset registeri, ingilizce'de false 'yanlış ses' ya da yalancı ses anlamlarını da taşımaktadır. Nitekim bu tanımlama, hem erkek sesinin kadın sesi karakteri taşımasından, hem de kadın orta ve kafa registerlerinin erkek falsettosuna daha çok benzemesinden kaynaklanmaktadır (Miller, 2000; Akt.Otacıoğlu, 2012). Larenks kaslarının kenarları titreştiği için, 9 yaşına kadar çocuk sesleri falsetto karekteri taşımakta (Çevik, 1999), ancak falset bir sesin yüksek volüme ulaşması zor olmaktadır (Ömür, 2001).

Islık Registeri: Koloratur soprano literatüründe karşımıza çıkan ıslık registeri, kadınlarda do^6 diğer bir deyişle 1046 Hz'ten sonra oluşan frekansları kapsamaktadır (Özgür, 2016).

Çevirme

Şarkıcılar ya da şan öğretmenleri, ses sınıflandırması saptamasında sık sık geçiş noktası/bölgesi (ses çevirme) terimlerini kullanmaktadır (Allen, 2012).

Ses çevirme olarak tabir edilen durum, register geçişlerini kolaylaştırmak ve sesin tek register olarak tınlaması için gerekmektedir. Ses çevrilmesi sırasında larenks aşağıya iner ve epiglot dikleşir. Dolayısıyla bu durum, süpraglotik rezonatör bölgenin genişleyerek ve sesin yoğunluk kazanmasını sağlar. Çoğunlukla şarkıcılar sesi çevirmek için fonetik kimliği ya da fonem özelliklerini değiştirmek yolunu tercih etse de, nitekim böylesine bir çaba sesi çevirmeye her zaman yeterli olmayabilmektedir. Burada dikkat edilmesi gereken önemli nokta, sesi çevirmek için mutlaka fizyolojik kas koordinasyonunun gerekli olduğu yönünde olmalıdır. Çünkü sesin çevrilmesi, krikotiroid kasın kasılması ile sağlanmaktadır (Cevanşir ve Gürel, 1982; Kazancıoğlu, 2008; Otacıoğlu, 2012; Özgür, 2016).

Fiziksel Özellikler

İnsan sesleri; fiziksel özellikler, anatomik yapı ve ses genişliklerine göre, en kalından en inceye doğru sınıflandırılmaktadır. Fiziksel olarak kişiler birbirinden farklı yapıda olduğundan, sesleri de birbirinden farklı özelliklere sahiptir (Adıgüzel, 2005). Dolayısıyla anatomik ve fizyolojik farklılıklar, ses türlerinin ve genişliğinin belirlenmesinde büyük önem taşımaktadır (Aycan, 2005, Özçimen ve Yaldız, 2011). Kişinin hacmi, vücut yapısı, anatomik yapısı, ses genişliği, ses tellerinin uzunluk kısalığı, rezonans boşluklarının şekli ve hacmi, ağız ve dudak yapısı, konuşmadaki temel frekans, ses tınısı ve genel kas yapısı gibi bir çok anatomik ve fizyolojik farklılıkları içermektedir. Özellikle boyun ve göğüs yapısı, vokal sınıflandırmada belirgin organlardan sayılabilir (İşsever, 2004).

Ses Türleri Arasındaki Fiziksel Kriterleri Sıralarsak (İşsever, 2004; Otacıoğlu, 2012);

Soprano ve Tenor – Kısa boyun, geniş gövde, kısa ve geniş ses telleri, yumuşak damak formu,

Mezzo-soprano, Uzun ses telleri,

Bariton: En uzun ses telleri,

Bas: Uzun boyun, dar omuz, düz bir göğüs yapısı, orta boy ses telleri, larenks diğer ses türlerine göre en aşağıda olması, tenor bir sese göre daha belirgin adem elması.

Ses Telleri

İnsan yapısının farklı özellikleri düşünüldüğünde; ses tellerinin gerginliği, uzunluğu ve kısalığı (Mıchels ve Vogel, 2015) insandan insana değişiklik göstermektedir. Erkeklerin ses telleri ve ses üretim yolları kadınlarınkinden daha uzun (Puts, Hodges, Cárdenas ve Gaulin, 2007) olduğu için, erkeklerin sesleri kadınların seslerinden daha kalındır (Çölok, 2005). Bu durum, daha düşük temel frekans (F0) ve biçimlendirici frekansların (biçimlendirici ayırım/dağılım, df), erkeklerde kadınlara göre daha yakın mesafeli olmasına sebep olmaktadır (Puts, Hodges, Cárdenas ve Gaulin, 2007). Bununla birlikte, erkeklerin birincil akustik yükselme ilintisi olan temel frekans (F0), kadınlardan yaklaşık yarı yarıya daha yüksektir (Titze, 2000, Akt. Puts, Hodges, Cárdenas ve Gaulin, 2007).

Başka bir açıdan bakıldığında ise, enstrümanlar ile ses tellerinin çalışma prensibi arasında benzerliklerin olduğu görülmektedir (Çölok, 2005). Esasında iki yapı incelenirse, enstrümandaki tellerin ses yaratma prensibinin tam olarak ses telleriyle aynı olmadığı anlaşılmaktadır. Ancak uzun ve kalın tellerin daha kalın sesler yaratması, iki olay için de geçerli bir mantık olduğunu göstermektedir (Çölok, 2005).

Ses türlerine göre temel ses tellerinin boyutları ise şu şekildedir (Belgin (1996);

Soprano	: 14 mm – 17 mm
Mezzo Soprano	: 18 mm – 21 mm
Kontralto	: 18 mm – 19 mm
Tenor	: 18 mm – 20 mm
Bariton	: 21 mm – 27 mm
Bas	: 24 mm – 25 mm

Sonuç

Araştırmadan elde edilen bilgiler, ses türleri ve ses türlerinin ortaya çıkarılmasında bir çok etmenin varlığını ve önemini ortaya koymuştur. Söz konusu etmenler; ses eğitimi öğrencileri ve ses eğitimciler için bilgilendirici olması yanında, bu etkenlerin dışında farklı etmenlerin varlığının da olduğunu belirtmek gerekmektedir. Ses eğitiminde ses türlerinin saptanması, sesin şekillenmesinden repertuvar aşamasına kadar önemli bir konumda

bulunmaktadır. Bu noktada eğitimcilerin; öğrencilerin yaşadığı çevre, coğrafi konum, çocuklukta yaşadığı travmalar, yetiştiriliş tarzı (Nutku, 2012), fiziksel etmenleri, yaşı, yorgunluk ve alışkanlıkları (Tosun ve Aydın, 2013) gibi birçok faktör hakkında bilgi sahibi olması, öğrenciler üzerinde sesin kalitesini etkileyen etmenler hakkında bilgilendirici olabilecektir. Yukarıda değinilen bilgilerden herhangi biri ya da birkaçı öğrencinin hem psikolojik hem de var olan sesini göstermesine engel teşkil edebilmektedir.

Başka bir yaklaşım olarak ise, çocukluk döneminde sesi çok ince olan erkek çocuklar gösterilebilir. Söz konusu erkek çocuklar ya çevresinden görüp örnek aldığı kişilerin seslerini taklit etmeye ya da sesinin inceliğinin arkadaşları tarafından alay konusu olması nedeniyle, sesinin olması gereken yapısını değiştirmeye çalışabilmektedir. Mutasyon (ergenlik) dönemlerinde sıklıkla yapılan bu yanlış hareketler, larenksin yanlış şekillenmesine yol açacağı gibi, kişinin sesini profesyonel olarak kullanma evrelerinde ciddi sorunlarla karşı karşıya bırakmaktadır. Dolayısıyla çocukken kendiliğinden öğrenilmiş bir güdü, zamanla değişir, farklılaşır ve çevresel faktörlerin empoze ettiği koşullara dönüşür.

Öneriler

Ses sınıflandırılması, özellikle ses eğitiminin ilk aşamalarında sesin doğru kullanılması, ses sağlığı ve korunması açısından son derece önemli bir konudur. Ses sınıflandırmasının mümkün olduğunca erken yapılması ve eğitimin ona göre yapılandırılması (Ekici, 2016) elbette önemlidir, fakat yanlış bir sınıflandırmanın da kişinin eğitim süreci ve gelişim aşamalarına olumsuz etki edeceğini unutmamak gerekmektedir. Bu yüzden ses eğitimcilerine düşen görev, ses eğitiminin ilk evrelerinde öğrencilerinin başka sesleri taklit etmesini engellemek ve nasıl doğru ses üretebileceğinin yolunu öğrenebilecekleri ortamı hazırlamak olmalıdır (Brown, 2000, Akt.Yazan, 2007). Bu çerçeve doğrultusunda yapılması gereken; eğitim başlangıcında hangi ses türü olduğu fark etmeksizin en uygun çalışma şeklinin orta ton ses aralığı kullanılması yönünde olduğudur. Çünkü orta tonların doğru bir yapıda eğitilmesi, sesin alt ve üst ses bölgelerine gidildiğinde öğrenilen yapının entegre edilmesini kolaylaştırmaktadır.

Başka bir yaklaşım ise şu şekildedir; dramatik yapıya sahip bir ses rengi, komik opera eseri seslendiremeyeceği gibi, tersi durumda söz konusu olamamaktadır. Her sesin fizyolojik yapısı gereği, üstesinden gelebileceği roller bulunmaktadır. Dolayısıyla sesin kapasitesinin dışında fazlasını beklemek, 600 kg bir yük ağırlığı ile sınırlandırılmış bir araca, 1000 kg yükleyip gitmesini beklemekten öteye gitmeyecektir. Ülkemizde maalesef konservatuvarlar, müzik eğitimi bölümleri ya da genç solistler, bu ve benzeri durumlarla karşı karşıya kalıp, solistlik deneyiminin başlangıcında operayı bırakmaya karar verecek kadar olumsuz durumla karşı karşıya kalabilmektedir. Bu bağlamda, ses türlerinin doğru saptanarak başlangıç

ve gelişim evreleri doğrultusunda kolaydan zor eserlere doğru bir yol seçilmesinin, yanlış uygulamaların düzeltilmesine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Adıgüzel, B. (2005). Aktörlere Yönelik Ses – Konuşma – Vücut Eğitimi ve Geliştirilmiş Uygulama Yöntemleri. Yüksek Lisans Tezi. Bilkent Üniversitesi Müzik ve Sahne Sanatları Enstitüsü. Ankara.

Allen, J. (2012). An Analysis and Discussion of Zwischenfach Voices. Degree Doctor of Musical Arts. Arızona State Unıversıty.

Aycan, K. (2005). Opera Sanatına Yönelik Ses Eğitiminde (Şan) Nefesin, Sesin Oluşumu ve Fiziksel Özelliklerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

Belgin, E. (1996). Ses Anatomisi, Doktora Programı Ders notları, G. Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Müzik Bölümü, Ankara.

Cevanşir, B., Gürel, G. (1982). Foniatri: Sesin Oluşumu, Bozuklukları ve Korunmasında Temel İlkeler. İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi. İstanbul: Sanal Matbaacılık.

Creswell, J. W. (2016). Araştırma Deseni: Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları. (8. Bölüm, Nicel Yöntemler, Bursal, M.). Eğiten Kitap, Ankara.

Çevik, S. (1999). Koro Eğitimi ve Yönetim Teknikleri. Yurt renkleri yayınevi. Ankara.

Çölok, A.A. (2005). Ses, Nefes, Konuşma ve Beden İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Bilkent Üniversitesi, Müzik ve Sahne Sanatları Enstitüsü. Ankara.

Ekici, T. (2016). Bireysel Ses Eğitiminde Ses Kusurlarının Tanımlanması ve Düzeltilmesi. Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi. 4 (26): 327-343.

Erdoğan, S. (2008). Ses Eğitiminde Terminoloji ve Temel Kavramlar Bazında Öğrenci Yeterliliklerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Helvacı, A. (2003). Ses Eğitiminde Register ve Rezonans. Cumhuriyetimizin 80. Yılında Müzik Sempozyumu Bildirisi, İnönü Üniversitesi, Malatya, s. 124-129. Göğüş, İ.M. (1995). Ses Eğitiminde Yapılan Yanlışlıklar. Orkestra Aylık Müzik Dergisi. 34 (256): 38-48.

İşsever, İ. (2004). Ses Eğitiminde Ulusal Okullar. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Kazancıoğlu, M.A. (2008). Şan Eğitiminin Bariton Sese Etkisinin Akustik ve Larengostroboskopik Olarak İncelenmesi, Doğru Ses Elde Edebilmek İçin Egzersiz Önerileri. Sanatta Yeterlik Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü, İzmir.

Lycke, H. (2013). Identıfıcatıon of Three Natural Voıce Groups by Phonetography A data driven approach. Doctoral thesis in Biomedical Sciences.

Mıchels, U. ve Vogel, G. (2015). Müzik Atlası. S. Uçar (Çev.). Alfa basım.

Nutku, Z. (2012). Çağımız Tiyatro Eğitiminde Ses-Nefes-Beden İlişkisi. Süleyman Demirel Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Dergisi. ISSN 1308-2698.

Otacıoğlu, S. (2012). Ses Türlerini Belirlemedeki Kriterler. Sanatta Yeterlik Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

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

Özçimen, A.ve Yaldız, G. (2011). Sesin Karakterini ve Kalitesini Belirleyen Etmenler. Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi. 32: 149-168.

Özgür, C. (2016). Şan Eğitiminde Rezonatör Bölge Kullanımı. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.

Puts, D.A., Hodges, C.R., Cárdenas, R.A. Gaulin, S.J.C. (2007) Men's voices as dominance signals: vocal fundamental and formant frequencies influence dominance attributions among men. Evolution and Human Behavior. 28: 340–344. doi:10.1016/j.evolhumbehav.2007.05.002.

Sabar, G. (2008). Sesimiz, Eğitimi ve Korunması. Pan Yayıncılık. İstanbul.

Tosun, D. ve Aydın, S. (2013). Konuşma Eğitimine Yönelik Hazırlanan Kitaplarda Yer alan Ses Özellikleri Konularının Değerlendirilmesi. Buca Eğitim Fakültesi Dergisi 35.

Waaramaa, T., Kulmala, Mäkı (2009). Emotions in Voice. Acoustic and Perceptual Analysis of Voice Quality in the Vocal Expression of Emotions. Academic Dissertation. University of Tampere Department of Speech Communication and Voice Research Finland.

Wolverton, V.D. (1993). Classifying Voices for Choral Singing. Rehearsal Breaks. American Choral Directions Association. 31.

Vennard, W. (1968). Singing the Mechanism and the Technic. New York, Carl Fischer, Inc.

Yazan, E.İ. (2007). Konservatuvar Şarkıcılık Lisans Programlarında Solfej Eğitiminde İzlenen Kaynak ve Yöntemlerin Analizi. Yüksek Lisans Tezi. Başkent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Yıldız, A., Arıöz, U. (2016). Analysing Human Voice and Classification of Voice Frequencies According to Smoking Effect. 24th Signal Processing and Communication Application Conference (SIU). DOI: 10.1109/SIU.2016.749.5696. s. 653-656. Zonguldak.

Yüksel, A.H., Fırat, E. Selçuk, M. (2005). Din hizmetlerinde iletişim ve halkla ilişkiler. Anadolu Üniversitesi Yayını, No: 1048. Isbn: 975-492-809-6.

İnternet Kaynakçası

https://www.memrise.com/user/Tommo_Valkonen/

http://raympoon.playgroundhk.com/bbs/musicpo1.htm

http://www.rawilliamsmusic.com/essays/Essay_Range.html

ŞAN TERAPİSİNDE YARI TIKAYICI SES YOLU (YTSY) EGZERSİZLERİ

SEMİ-OCCLUSIVE VOCAL TRACT EXERCISES IN VOCAL THERAPY

Elif ŞAHİN ORHON*

Öz

Sanatsal dışavurum amacıyla sahnede seslerini en üst seviyede kullanan profesyonel ses kullanıcılarının mesleklerini sağlıklı ve başarılı bir şekilde sürdürebilmeleri en temel ihtiyaçlarındandır. Bunun için özellikle elit ses icracıları öğrencilik yıllarından tüm profesyonel meslek hayatları boyunca seslerini teorik ve pratik uygulamalarla geliştirmeye çalışırlar. Şan sesinin yapılandırılması ve geliştirilmesi, içinde pek çok faktörü barındırmasından dolayı zorlu bir süreci gerektirir ve bu süreç içerisinde ses icracısı pek çok ses sorunuyla karşılaşılabilir. Bu sorunlar her zaman ses kısıklığı olarak ortaya çıkmaz. İstenilen bir notaya çıkılamaması ya da inilememesi, rejister geçiş problemleri gibi teknik sorunlar da icracının kariyerini ve melek hayatını olumsuz etkileyen sorunlar arasındadır. Pedogojik vokoloji şan sesinin geliştirilmesi için gerekli teorik bilgilendirmenin yanında yaşanılan teknik problemlerin ortadan kaldırılmasına ya da engellenmesine yönelik çeşitli uygulamalı yöntemleri de kullanır. Bu yöntemler şan terapisi uygulamalarının birer parçasıdır ve temeli şan pedagojisine dayanmaktadır. Bu çalışmada, sağlıklı ve ekonomik ses üretimi için asırlardır şan pedagogları tarafından iyi bilinen ve kullanılan yöntemlerden olan ses yolunun inertansını artırarak ses kıvrımlarının verimli ve etkin çalışmasını sağlamak için fonasyon sırasında ses sistemine geri basınç oluşturma ve fiziksel olarak ses yolunun yapay olarak uzatılması prensibini barındıran Yarı Tıkayıcı Ses Yolu (YTSY) egzersizlerinin türleri, etki mekanizmaları ve uygulama biçimleri derlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Şan pedagojisi, Vokoloji, Şan terapisi, Yarı tıkayıcı ses yolu (YTSY) egzersizleri

* Şan Eğitmeni, PhD., Medical Park İzmir Hastanesi, Vokoloji Kliniği

Abstract

Maintaining their jobs in a healthy and a successful way is one of the basic needs of professional voice users who use their voices at the highest level on the stage with the purpose of artistic expression. Elite vocal performers try to improve their voices with practical and theoretical practices through their entire career, starting from their student years. Since it contains many different factors, constructing and developing the singing voice is a difficult process and during this process vocal performer may encounter many voice problems. These problems don't always occur as hoarseness. Technical problems such as not being able to sing the high notes or low notes, register transition problems are among the problems that affect the performer's life and career negatively. Pedagogical vocology also uses various practical methods to eliminate or prevent technical problems besides giving theoretical information about improving the singing voice. These methods are part of voice therapy practices and they are based on vocal pedagogy. In this study, types of semi-occlusive vocal tract exercises, which are one of the methods that is known and used by vocal coaches for centuries for healthy and economical voice production, their mechanisms of actions and practice styles are gathered together. Semi-occlusive vocal tract exercises are based upon the principle of extending the vocal tract artificially and creating backpressure on vocal system during the phonation in order to make the vocal folds work efficiently and actively by increasing the inertance of vocal tract.
Keywords: Vocal Pedagogy, Vocology, voice therapy, Semi-occlusive vocal tract exercises.

Giriş

Ses, bireyin sosyal çevresiyle iletişim ve etkileşiminde rol oynayan temel öğelerin başında gelir. İnsan, sesin anlam ve gücünü arttıran renklerinden ve çeşitliliğinden yararlanarak dış dünya ile iletişimini daha güçlü hale getirir. Birey sesini kullanarak kendini ifade eder. Ayrıca ses bireyin iç dünyasından açılan bir penceredir, duygularını sesiyle ifade edebilir. Seslerini profesyonel olarak kullanan, geçimini sesleriyle sağlayan kişiler için sesin önemi daha da büyüktür. İnsanlık için çok büyük bir önem arz eden ses son yıllarda bilim dünyasının da ilgi odağı haline gelmiştir.

Ses fizikçisi Ingo Titze ve KBB uzmanı Dr. George Gates tarafından "insan sesinin habilitasyonu ile ilgili bilimsel çalışmalar ve pratik uygulamalar" olarak tanımlanan "vokoloji" terimi insan sesine olan ilgi ve merakın artmasıyla birlikte klinik ve pedagojik disiplinlerin aktif katılımıyla daha geniş bir alana hitap eder olmuştur. Denizoğlu [1], vokoloji kavramına daha geniş bir perspektiften bakarak söyle tanımlamıştır: "İnsan sesinin oluşmasını çok yönlü çok boyutlu olarak araştırma, ölçme ve değerlendirme, klinik uygulamalarla ses hastalıklarının tanı ve tedavisidir. Ayrıca pedagojik uygulamalarla profesyonel sesin geliştirilmesi, korunması, sağlıklı ve verimli bir şekilde ve istenen performans seviyesinde kullanılmasını ve sürdürülmesini sağlamak için çalışan bilim dalıdır." Günümüzde vokoloji bilimi, araştırmalarına multidisipliner çok boyutlu bir bakış açısıyla yaklaşmaktadır.

Vokoloji üç alanda çalışır. Bunlar laboratuvar ve uygulama alanlarıdır. Laboratuvar alanı temel vokoloji, uygulama alanları ise pedagojik ve klinik vokolojidir [1].

Temel vokoloji, ağırlıklı olarak sinyal işleme üzerinde çalışır. Sistemin dışarıdan algılanabilen/ölçülebilen sinyaller (akustik, elektriksel, aerodinamik sinyaller ve görüntüleme bulguları) aracılığıyla işleyişinin açıklanmaya çalışılması söz konusudur. Temel vokoloji içinde akustik, aerodinamik, biyomekanik, biyofizik, sibernetik, elektrik-elektronik, nöro-elektrofizyoloji, gibi disiplinler çalışır. Temel Vokoloji, insan sesinin laboratuvar ölçme ve değerlendirilmesi ile ilgili disiplinleri içerir.

Vokolojinin uygulamalı alanları pedagojik vokoloji ve klinik vokoloji olarak nitelendirilebilir. Foniyatrinin içinde yer alan klinik vokoloji, ses hastalıklarının tanı ve tedavisi ile ilgili bakış açısıdır. Tanıda kullanılan objektif laboratuvar yöntemlerin yanında sübjektif yöntemler (hasta veya klinisyen algısına dayalı testler) de bu alana girer. Tedavi için ses terapisi yöntemlerinin geliştirilmesi ve uygulanması klinik vokolojinin temelidir.

Pedagojik vokoloji; ses sanatçısı, tiyatro sanatçısı gibi sahne sanatçılarından spiker, öğretmen, avukat sahne sanatları dışında mesleğini sesiyle idame ettiren meslek gruplarına kadar her seviyede profesyonel ses kullanıcılarının ses problemlerine ve mesleki ses ihtiyaçlarına yönelik çözümler aramaktadır.

Pedagojik vokoloji, ses icracılarının hem profesyonel olmadan önceki eğitim sürecinde sesin gelişimine destek olmak, hem de mesleki olarak icra sesinin sürdürülebilir olması için çalışır. Yanlış yorumlanabilen pedagojik vokolojinin şan pedagojisinden farkı şöyle tanımlanabilir: Pedagojik vokoloji, şarkı söylemeyi öğretmeyi değil; sesle ilgili bilimsel tabanlı bilinç sağlamayı, şarkı söylerken ses sağlığını korumayı ve bunu geliştirerek sürdürmeyi amaçlar. Pedagojik vokoloji kapsamında şan eğitimi sırasında dersler yoluyla teorik bilgilendirme, sesle ilgili sportif ihtiyaçları geliştirecek doğrultuda katkı sağlama, aynı zamanda bozulan ses sağlığını düzeltme uygulamaları bulunur [1].

Vokolojinin temeli doğal olarak şan pedagojisine dayanmaktadır. Vokoloji şan pedagojisinin güçlü sanatsal sezgiler ile ortaya çıkardığı insan sesinin geliştirilmesine yönelik çeşitli teknik ve öğretileri bilimsel bakış açısı ile irdeleyerek bilimsel temellere dayamayı amaç edinmiştir. Bu pedogojik öğretileri hem pedagojik vokoloji hem de klinik vokoloji her seviyedeki profesyonel ses kullanıcısının sesini mesleki olarak sürdürülebilir halde korunması ve geliştirmesi için kullanır. Bu bilimsel tabanlı öğretiler ses ve şan terapisi yöntemlerini oluşturmaktadır.

Şan Terapisi

Sesin iyileştirilmesine yönelik yapılan uygulamalı tedavi yöntemlerinden olan ses terapisi tüm dünyada bilinmek ve yaygınlık kazanmakla birlikte şan terapisi son yıllarda hem

klinik hem de "profesyonel ses" dünyasının gündemine oturmaya başlamıştır. Şan terapisinin uygulama kitlesi tamamıyla şarkı söyleyen profesyonel ses kullanıcılarıdır. Profesyonel ses icracısı (ses sanatçısı) sesini kullanarak geçimini sağlayan, sesi ile ilgili bir sorun yaşadığında maddi geliri ciddi derecede etkilenen, hatta mesleğini idame edemeyecek duruma gelen ve kariyerinde ciddi sorunlarla karşılaşan kişidir. Profesyonel ses kullanıcısına yönelik klinik yaklaşımda iki temel süreç yer almaktadır: Birincisi, profesyonel sesin oluşturulması, geliştirilmesi ve korunması ile ilgili uygulamaların yer aldığı geliştirme (habilitasyon) sürecidir. Buradaki amaç profesyonel ses icracısının (şarkıcı) sesini, mesleğini idame ettiği sürece güvenli ve en etkin şekilde kullanabilmesi için gerekli tüm yapılandırmanın sağlanmasıdır. Doğru kas kullanımı, ilkel ses, nefes, postür ve doğru rezonans kullanımı gibi teknik süreçleri kapsayan şan eğitimi süresince şan pedagoguyla birlikte seste uzmanlaşan bir klinisyenin de yer alması olumlu sonuçlar doğurmaktadır. İkinci süreç ise ses problemleri yaşan ses icracısının sesini sağlıklı hale getirmeye yönelik uygulamaların yer aldığı iyileştirme (rehabilitasyon) sürecidir. Sesin tedavisiyle ilgili klinik yaklaşımda sadece var olan ses problemlerine yönelik uygulamalar yer almaz. Mesleğin güvenli bir şekilde sürdürülebilmesini sağlayan koruyucu önlemler ve ses tekniğinin geliştirilmesine yönelik çalışmalar da bu süreçler içerisinde yer almaktadır. Bu nedenle klinisyen (hekim, ses ve konuşma terapisti) ve şan pedagogunun bu süreçte beraber çalışmaları gerekmektedir. Şan eğitimi sürecinde kullanılan bazı uygulamalar ile klinik uygulamalar arasında benzerlikler gösterir. Sanat ve bilim arasındaki sonsuz bağ doğanın farklı dillerle anlatılmasıyla açıklanabilir. Doğadaki işleyişi bilim insanı matematiksel formüllerle, rakamlarla ifade ederken, sanatçı renkleri, sesleri ve şekilleri kullanır. Şan terapisi de bilim ve sanatın buluştuğu uygulama alanlarındandır [1].

Ses terapisi ve şan terapisi uygulama açısından birbirleriyle benzerlikler gösterse de gerek uygulama kitlesi gerek kullanılan teknikler açısından farklılıklar yer almaktadır. Ses terapisi, kişinin sahip olduğu fizyolojik ve anatomik sınırlar içinde sosyal ve mesleki ihtiyaçlarını karşılayacak, o kişi için ulaşılabilir ses seviyesine ulaştıracak yöntemleri içerir. Şan terapisinde ise amaç sahne sesinin iyileştirilmesidir. Ses sanatçısının mesleki performansını artırmak, sahip olduğu beceriyi bir üst seviyeye getirmek, sahip olduğu kuvveti ve performansı arttırmak ve icrayı mükemmelleştirmek gibi özel ihtiyaçları bulunur. Bir ses sanatçısıyla bir ses profesyoneli olmayan kişinin ses gereksinimleri çok farklıdır. Ve klinik yaklaşımda apayrıdır. Bir ses sanatçısının sesi, konuşması sırasında dışarıdan tamamıyla normal olarak algılanabilir. Ancak ihtiyacı olan, mesleki gereksinimi karşılayacak olan durum oldukça farklıdır. Ses terapisinin genel felsefesi ve yöntem programlaması şan terapisinde de geçerlidir. Ancak şan terapisinde bir anlamda profesyonel sporcu olarak tanımlanabilecek profesyonel ses icracılarının performansını korumaya ve artırmaya yönelik yöntem ve yaklaşımlar söz konusudur. Bu yöntem ve yaklaşımlar ses terapi yöntemleri, klinik uygulamalar ile şan pedagojisindeki uygulamaların kesişim kümesi gibi de değerlendirilebilir.

Profesyonel Ses Kullanımının Mesleki Seviyeleri

Koufman ve Isaacson [2], profesyonel ses kullanıcılarını, ses bozukluğunun mesleki performansı etkilemesine göre sınıflandırmıştır. Denizoğlu, Koufman ve Isaacson sınıflamasından uyarlayarak ses kullanım seviyelerini, sesin sanatsal icrası veya mesleki amaçlarla kullanımına göre iki ana seviyede incelemiştir [3]. Her iki seviye de kendi içinde, sesin kalite ve yoğunluk açısından kullanım özelliklerine ve ses bozukluğunun mesleki/günlük yaşantıyı etkilemesine göre üç alt seviyeye ayrılmıştır:

Seviye 1 (Ses İcracıları)

Seviye 1a (Elit Ses İcracıları): Sesin sanatsal icrasına dayalı mesleki ses kullanıcılarıdır. Sahne sanatları çerçevesinde sanatsal dışavurum için seslerini icra amaçlı müzikal bir enstrüman olarak kullanırlar. Olimpik ses sporcuları olarak değerlendirilebilecek bu grupta sanatsal açıdan sesin kalitesi ve profesyonel anlamda sürdürülebilirliği ön plandadır. Seslerinde olabilecek en küçük değişikliklerde bile ciddi bir şekilde etkilenerek mesleklerini sürdüremeyebilir veya yaptıkları kontratları yerine getiremeyebilirler. Ses bozukluğu veya yetersizliği (bir notayı uygun bir şekilde çıkaramamak) kişi için ciddi bir psikolojik baskı oluşturur. Maddi gelirinde değişiklik olmasa dahi (kadrolu memuriyet nedeniyle) bu kişiler erken emeklilik veya istifayı düşünerek mesleklerini sürdüremeyecek hale gelebilirler. Bu grupta başta solist opera şarkıcıları olmak üzere çoğu ses sanatçıları ve bazı tiyatrocular bulunur. Maddi gelir sağlamaksızın sadece sanatsal amaçlarla virtüözite derecesinde sanatsal ses icrası yapan kişiler de bu gruba ayrıca dahil edilmelidir.

Seviye 1b (Profesyonel Ses İcracıları): Sesin icra seviyesinde kullanımına dayalı, ses kalitesinin önemli olduğu, sesle ilgili sanatsal açılımların bulunduğu mesleklerdir. Hafif bir ses bozukluğu mesleği olumsuz etkiler, bu durum süreklilik kazanırsa mesleki kariyerin devamlılığını engelleyebilir veya mesleğin sonlanmasına sebep olabilir. Çoğu profesyonel korolar, bazı şarkıcılar, tiyatrocular, mevlithanlar, din görevlileri, bazı radyo ve televizyon spikerleri bu grupta yer alır.

Seviye 1c (Yarı Profesyonel Ses İcracıları): Şan ve tiyatro öğrencileri, amatör korolarda korist veya solist olarak şarkı söyleyenler, dini amaçlarla amatör olarak (müezzinlik, mevlithanlık şeklinde) ses icrası yapanlar, ses kullanımı ile düzenli maddi gelir sahibi olmayanlar bu grupta sayılabilir. Ses bozukluğu, kişinin maddi gelirini pek değiştirmez, ancak katıldığı aktivitelerin kısıtlanmasıyla yaşam kalitesini düşürür. Bazı durumlarda kısmi maddi kazanımlar (para dışında davet edilen yerlerdeki seyahat masraflarının karşılanması vb) buna ilave edilebilir. Şan ve tiyatro öğrencileri için eğer ses bozukluğu kalıcı özellikte ise profesyonel hayata geçiş mümkün olmayabilir. Öğrenci iken ses icrası ile maddi gelir elde eden grup, çalışma yoğunluğuna göre bir üst seviyede de (Seviye 1b) incelenebilir.

Seviye 2 (Mesleki Ses Kullanıcıları)

Seviye 2a (Profesyonel Mesleki Ses Kullanıcıları): Ses kullanımına dayalı mesleklerde çalışan, çalışma hayatlarının büyük bir bölümünü seslerini kullanarak geçiren kişilerdir. Sanatsal kaygı olmamakla birlikte (Seviye 1b ile farkını belirleyen anahtar kelime icradır) mesleğin ifasının ses kullanımına dayalı olması nedeniyle orta dereceli bir ses bozukluğunda, yapılan işin kalitesi düşer, yetersizlik uzarsa mesleki faaliyetlerini sürdüremezler. Bu grubun belirgin özelliği, genellikle *ikna sesini* kullanan meslekler olmasıdır. Bu mesleklerde ses kalitesi o mesleğin seçimi ve uygulanmasında önem arz eder. Öğretmenler, sekreterler, telefon santrali memurları, müşteri hizmetleri görevlileri, tezgâhtarlar, resepsiyon görevlileri, sekreterler, kâtipler, avukatlar ve politikacılar bu grupta yer alır.

Seviye 2b (Yarı Profesyonel Mesleki Ses Kullanıcıları): Mesleğin sürdürülebilmesi için ses kullanımının gerekli olduğu ancak ses kalitesinin önemli olmadığı mesleklerdir. Sese dayalı olmayan ancak mesleki uygulamalar sırasında sesini kullanan bu gruptaki kişiler ağır ses bozukluğunda mesleklerini sürdüremeyebilirler. Bir üst seviye olan Seviye 2a'dan farkı, sesin kalitesinin genellikle önemli olmaması, mesleki kariyeri olumsuz etkilememsidir. Bu grupta hekim, polis, çoğu memurlar, bazı işadamları yer alır.

Seviye 2c (Profesyonel Olmayan Mesleki Ses Kullanıcıları): Bu seviye mesleki olarak sesin önem arz etmediği gruptur. Bu kişilerde, ağır ses bozuklukları her ne kadar sosyal hayatları etkilense de işlerine engel bir durum teşkil etmez, maddi gelir kaybına sebep olmaz. İşçiler, yazarlar, ressamlar, ev hanımları bu grupta sayılabilir.

Şan terapisinin uygulama kitlesi Profesyonel Ses Kullanımının Mesleki Seviyeleri Seviye 1 ses icracıları kapsamında yer alan kişilere yöneliktir. Şan terapisi tüm şan icracılarına yöneliktir. Bir elit ses icracısı olan opera sanatçısından, ünlü bir pop sanatçısına ve toplum tarafından tanınmayan bir müzikli mekânda sahne alan kişi de şan terapisi alabilir. Yaptığı icra türü de ne olursa olsun THM / TSM solisti ya da koristi, caz şarkıcısı veya müzikal şarkıcısı da şan terapisi alabilir.

Şan Terapisi Uygulama Aşamaları

Üç aşamalıdır:

Eğitim ve temel yapılanma

Akademik süreçte teorik destek

Egzersiz fizyolojisi

Profesyonel yaşam

Sportif hazırbulunuşluk

Sorunlara çözüm

Modüler yaklaşım

Sorun yaşayan profesyonel ses icracısına Şan terapisi üç aşamada gerçekleştirilir. Öncelikle kişi teorik olarak bilgilendirilir. Örneğin kişiye ses fizyolojisi hakkında kısa bir bilgilendirme yapılır. Sesin nasıl oluştuğu, doğru sesin nasıl olması gerektiği gibi bazı temel bilgiler aktarılır. Sonra terapi sırasında uygulatılacak olan egzersizler hakkında kısa bilgiler verilir (ne işe yaradıklarıyla ve nasıl doğru yapılacakları ile ilgili). Böylelikle kişiye profesyonel hayatında sportif anlamda bir hazırbulunuşluk sağlanır (habilitasyon-yapabilirlik). Üçüncü basamak da kişinin profesyonel hayatında karşılaştığı sorunlara çözüm aramaktır.

Sağlıklı ve ekonomik ses, bir ses icracısının sahnede gereksinim duyacağı temel faktörlerden biridir. Çünkü sesin kısılmadan icranın sürdürebilirliğini sağlamak güvenli ve ekonomik bir ses oluşumuna bağlıdır. Sağlıklı ve ekonomik sesin oluşumu, fiziksel olarak ses tellerinin birbirileriyle çarpışırken birim alana birim zamanda düşen temas basıncını azaltmaktan geçer. Bu iki yolla gerçekleşebilir:

1. Gürlüğü azaltarak temas basıncını düşürmek (soluklu fonasyon, amplifikasyon).

2. Normal gürlük dengeli basınç dağıtımı ile birim alana düşen basıncı azaltmak.

Bu yollardan ilki istenilen bir durum değildir. Çünkü gürlüğün arttırılması gereken birçok durum vardır.

Şan Terapisi Yöntemleri

Profesyonel ses icracılarının seslerini sportif olarak geliştirme, sürdürülebilir bir ses icracılığını yapılandırma, ses bozukluklarını önleme ve var olan ses bozukluğunun giderilmesi gibi mesleki ses ihtiyaçlarına klinik açıdan şan terapisi uygulamalarıyla cevap verilir. Ses terapisine genellikle bir ses hastalığının tedavi eden yöntemler bütünü olarak bakılır, ancak ses icracısı için bu durum çok farklıdır. Çünkü iyi ve doğru şarkı söylemek, tedavi gerektiren bir durum değildir. Ses icracısının şan terapisi alması için patolojik bir ses probleminin olması gerekmez. Şan terapisi uygulamaları klinik vokoloji ve şan pedagojisinin ortak çalışma alanıdır. Ses terapi yöntemleri, temeli şan pedagojisine bağlı olan, bilimsel verilerle yapılandırılan ve tıbbi prensipler çerçevesinde uygulanan yöntemlerdir. Ancak unutulmamalıdır ki ses terapisi şablonlar halinde uygulanan birbirinin aynı monoton egzersizlerden ibaret değildir. Kişiye özel uygulamalardır. Terapi süresince karşılaşılan sorunlara ve ihtiyaçlara göre belirlenir. Bilinçsiz yanlış uygulamalar icracının tekniğini bozarak meslek hayatının olumsuz etkilenmesine yol açabilir. Şan terapisi sanata yatkın ve müzik bilgisine sahip, sahne deneyimi olan, şarkı söyleyen bir klinisyen ve bir şan pedagogu ile gerçekleştiğinde amacına ulaşabilir. Ayrıca terapi alan icracıya olan yaklaşım da çok önemlidir. Ses icracısına uygulanan ses terapi yöntemlerinin başarısı, icracının kişisel özellikleri yanında uygulayıcının/terapistin

birikimine, tecrübesine, yeteneklerine (özellikle müzik kulağına) ve sanat-bilim ilişkisini kurabilmesine bağlı olarak farklılıklar gösterebilir.

Profesyonel ses icracılarına yönelik şan terapisi yöntemleri şöyle sınıflandırabiliriz [3]:

1. Bilgilendirme, açıklama, bilinçli farkındalığı artırma
2. Ses hijyenine yönelik önlem ve uygulamalar
3. Temel elementlere yönelik uygulamalar:

a) İlkel ses (kişinin sahip olduğu gerçek tınısı. İlkel ses, doğal ihtiyaç ve durumların yansımasıdır; şaşırınca, öfkelenince, korkunca, neşelenince öylesine çıkarıverdiğimiz içgüdüsel bir cevaptır. İşte bu yönüyle ilkel sesin kendisi bedensel bir reaksiyon olarak nitelendirilebilir.)

b) Postür

c) Nefes-destek

4. Ses kaynağına yönelik uygulamalar:

a) Glotik atak

b) Vokal kas geliştirme çalışmaları

c) Ses odaklama egzersizleri

5. Ses yolu uygulamaları:

a) Vertikal larenks pozisyonu (VLP) ayarı

b) Yarı tıkayıcı ses yolu (YTSY) egzersizleri

c) Ünlü ve ünsüzlerin amaca yönelik kullanımı

6. Gevşeme ve müzikal performans anksiyetesi ile baş etme yöntemleri
7. Çevresel faktörlere yönelik önlem ve uygulamalar

Yarı Tıkayıcı Ses Yolu (YTSY) Egzersizleri

Yarı tıkayıcı ses yolu (YTSY) egzersizleri sağlıklı ve ekonomik ses üretimi için asırlardır şan pedagogları tarafından iyi bilinen ve kullanılan yöntemlerdendir. Şan pedagogları, insanlık tarihi boyunca sanatsal sezgilerini kullanarak insan sesinin geliştirilmesine yönelik bu teknikleri geliştirmişlerdir. Bilim dünyasında artan ilgi ve merak bu tekniklerin araştırılarak bilimsel temellerini ortaya koymasına neden olmuştur. Böylece bu egzersizler şan pedagojisinden tıbbi uygulamaya transfer olmuştur.

Ses yolunun inertansını artırarak ses kıvrımlarının verimli ve etkin çalışmasını sağlamak için kullanılan YTSY egzersizleri, fonasyon sırasında ses sistemine geri basınç uygulamasıdır. Modelleme çalışmalarında YTSY egzersizlerinin ses sistemi üzerinde geribasınç etkisi ile ses yolu empedansı ile glotik empedansın eşleştirilmesini sağladığı saptanmıştır [4]. Geri basınç etkisi sürekli, salınımlı (osilasyonlu) veya çok kısa süreli olabilir.

Geri Basınç Oluşturma Şekline Göre Yarı Tıkayıcı Ses Yolu (YTSY) Egzersizleri

Cihazla

Pipet: Sürekli YTSY egzersizi

Silikon/cam tüp: Sürekli YTSY egzersizi

Lax vox: Salınımlı (Osilasyonlu) YTSY egzersizi

Cihazsız

Triller (dudak, dil-dudak, dil): Salınımlı (Osilasyonlu) YTSY egzersizi

Sürtünmeli ötümlü ünsüzlerle [v], [z], [j]: Sürekli YTSY egzersizi

Nazal ([m] veya hımmlama): Sürekli YTSY egzersizi

Yarı ünlüler [y] ve [w]: Sürekli YTSY egzersizi

Duraklı ötümlü ünsüzler [b], [g], [d]: Çok kısa süreli YTSY egzersizleri

El-ağız egzersizi: Sürekli YTSY egzersizi

Özellikle dil ve dudak trilleri ile yapılan YTSY egzersizleri, şan pedagojisinde çok uzun süredir bilinen ve uygulanan egzersizlerdir.

YTSY Egzersizlerinin Etki Mekanizmaları

YTSY egzersizlerinin etkileri fiziksel ve fizyolojik olarak iki kategoride incelenebilir.

YTSY Egzersizlerinin Fiziksel Etki Mekanizmaları

Akustik, aerodinamik, biyomekanik etkileri içermektedir. YTSY egzersizlerinin fiziksel etkilerini anlamak için kapalı bir aerodinamik devrede çalışan iki farklı sistem düşünülmelidir. Sistemlerden biri kuvvet, titreşim direnci (vibratory resistance) ve rezanatör yoluyla oluşan ses sistemidir. Buna birincil sistem denilebilir. İkincil olarak var olan sisteme titreşimli ya da titreşimsiz başka bir direnç faktörü eklenir. Her iki sistemi çalıştıran tek tek bir enerji

kaynağı mevcuttur. İkincil sistem de subglotik basınç ile çalışır. Ancak geri basınç yoluyla birincil sistemi etkiler.

YTSY egzersizleriyle;

Ses yolu uzatılır: Yapay olarak ses yolunun uzunluğunu arttırmanın en önemli fiziksel etkisi birinci formantı (F1) düşürmektir. Şanda harmonik-formant akordu olarak bilinen yöntemle formant frekanslarını temel frekens değişimleri ile yakın harmoniğin frekansına yakınlaştırarak ses yolunun transfer fonksiyonunu yükseltmek mümkündür. Böylece F1 frekansı temel frekansa yaklaştıkça işitilen perde daha güçlenecek, harcanan efor ise azalacaktır [5].

Ayrıca fonasyonun kolaylaştığı, daha rezonan bir sesin oluştuğu ve fonasyon sırasında dudaklarda ve yüzde titreşimlerin hissedildiği bilinmektedir [6]. Modelleme çalışmalarında da rezonans tüpleri ile ses yolunun uzatılmasının ses yolunun inertansını arttırdığı [7] ve kaynak filtre arasında etkileşimi [8] yükselttiği, osilasyon sınır basıncını düşürdüğü [6, 9] saptanmıştır.

Dar çıkışla kesintisiz geri basınç: İnertans sistemdeki hareketi kolaylaştıran, enerji sisteminde kalmasını sağlayan bir özelliktir. İnertans akustikte, bir boru içindeki hava sütununun hareketini (basınç artışı ve ya azalışına bağlı olarak) kolaylaştıran özellik olarak tanımlanabilir. Ses yolunda inertansı arttıran en önemli faktör, akustik enerjinin önünde yapılandırılmış yüksek basınç bölgeleridir. İnertif bir ses yolundan bahsedildiğinde kaynak ve filtre arasındaki ilişkiyi arttıran ve dolayısıyla vibrasyon fonksiyonunu kolaylaştıran özelliklere sahip bir ses yolu anlaşılır. Ses kaynağının önünde yüksek basınçlı bölge oluşturularak yapılandırılan inertif bir ses yolunun akustik sonuçları şunlardır [10]:

Ses kıvrımları birbirine daha kontrollü, simetrik ve kolay yaklaşır.

Fonasyon sınır basıncı düşer.

Ses kıvrımları hızlı/kolay açılıp kapanır.

Maksimum akım düşüş ivmesi artar (Maximum flow declination rate – MFDR)

Gürlük artar.

Kapalı faz uzar.

Odaklama öne alınır.

Vibrasyon etkinliği artar.

İkincil titreşimle kesintili geri basınç: İnsan sesinin oluşumunu açıklayan lineer kaynak filtre teorisine göre, ses kaynağında sesin temel frekanları ve harmonikleri üretilir. Bu ham sestir. Ses yolumuz belli harmonikleri rezonanasa getirerek genliklerini arttırır bazıların da genlikleri baskılanarak azaltılır, yani formantlar oluşur. Bu duruma filtreleme denir.

Akciğerler tarafından üretilen sıkıştırılmış hava basıncı bernolli etkisiyle ses tellerinde akustik enerjiye dönüşür. Glottisi terk eden akustik enerji ses yoluna girer ve ses yolundaki formantlarla filtrasyona uğrayarak harmonik kompozisyonunu değiştirir ve son olarak dudaklardan dış ortama çıkar. Lineer teoriye göre çok basitçe anlatılan bu durumun bu kadar basit olmadığını açıklayan vokoloji bilimi, insan ses sisteminin her aşamada son derece komplike nonlineer dinamik bir sistem olduğunu ortaya koymuştur [11].

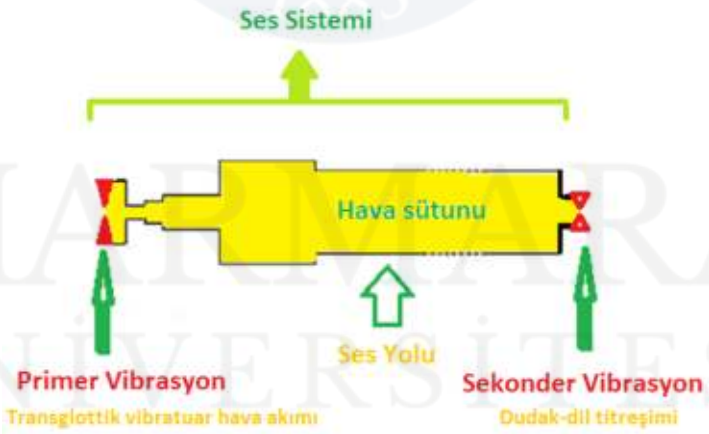
Nonlineer kaynak filtre teorisine göre, kaynak ve filtre sürekli olarak etkileşim halindedir ve inertans bu etkileşimin yoğunluğunu arttırır [10]. Glottisi terk eden akustik enerji, ses yolunda filtrasyona uğrarken aynı anda bu filtrasyon glotik işleyişi de etkiler. Yani ses yolu (filtre) kaynağın işleyişini değiştirir ve rezone eder.

YTSY egzersizlerinden dudak trili ve Lax Vox terapi tekniklerinin oluşturduğu titreşimli geri basınç, birincil ses kaynağına diğer etkilerinin yanı sıra bir masaj etkisi de vermektedir.

YTSY Egzersizleri cihazsız modelleme

Titreşimli geri basınç : Triller (Dudak trili, dil trili, dil-dudak trili)

Titreşimsiz geri basınç : Ötümlü ünsüzler

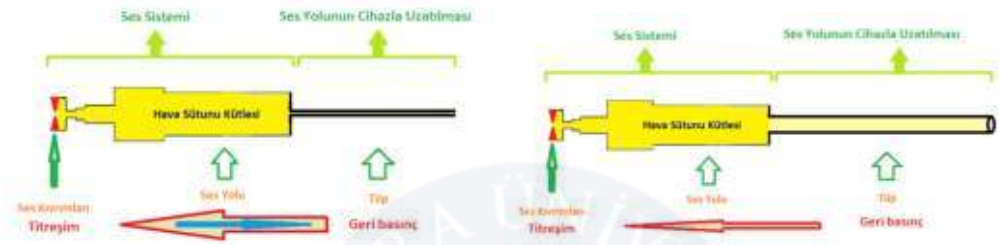


Şekil 1. Cihazsız YTSY egzersizlerine ait model.

Modellemede birincil titreşim kaynağı ve ses yolu olarak bilinen birincil rezonatör görülmektedir. Bunlara ek olarak dudaklar ve rezonatörün bir bölümüyle ikincil titreşim kaynağı sisteme eklenir (Şekil 1).

YTSY Egzersizleri cihazlı modelleme:

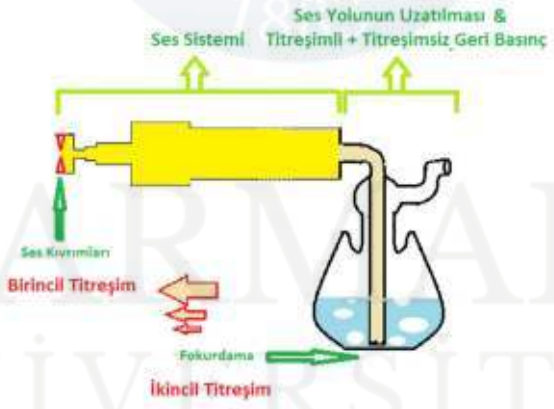
Ses yolunun uzaması + Sürekli ve titreşimsiz geri basınç: cam veya silikon tüpler, pipetler



Şekil 2. Cihazlı YTSY egzersizlerine ait modeller (dar ve geniş tüp ile).

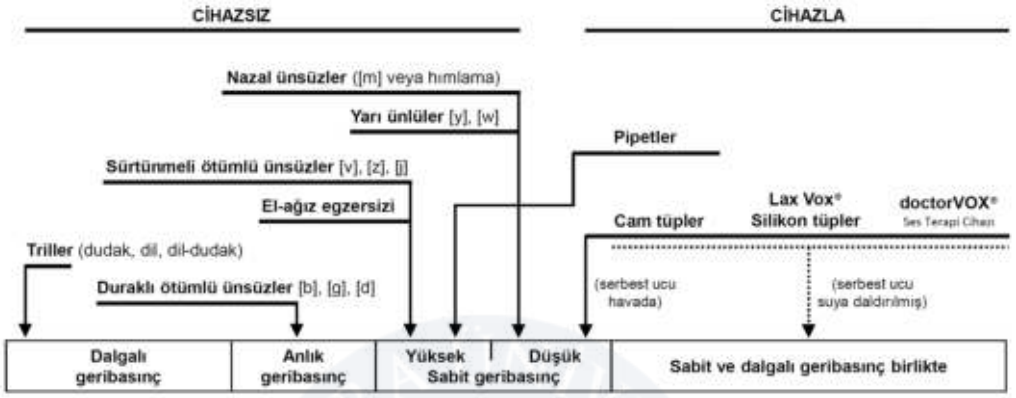
Modellemeye göre var olan birincil titreşim kaynağı ve ses yolu olarak bilinen birincil rezonatörden oluşan ses sisteminin ses yolu yapay olarak bir cam ya da silikon tüp ile uzatılır. Tüp çapı daraldıkça geriye olan basınç artar (Şekil 2).

Ses yolunun uzatılması + Titreşimli ve titreşimsiz geri basınç: lax vox tekniği



Şekil 3. Lax Vox cihazı ile yapılan YTSY egzersizine ait model.

Modellemeye göre var olan birincil titreşim kaynağı (vokal kıvrımlar-ses telleri) ve ses yolu olarak bilinen birincil rezonatörden oluşan ses sistemine eklenmiş ucu suya daldırılmış bir tüpe üflenerek su fokurdatılır (Şekil 3). Bu sistemde, tüpün kesintisiz sürekli geri basıncına, suyun derinliğine fokurdatmadan kaynaklı oluşan kabarcıklanma salınımı da eklenmektedir ve ikincil bir titreşim mekanizması oluşturulmaktadır [12].



Şekil 4. Cihazsız ve cihazla yapılan YTSY egzersizleri ve basınç ilişkisi [12].

YTSY Egzersizlerinin Fizyolojik Etki Mekanizmaları

Ses yolunun uzunluğunu arttırmak: ses yolunun uzunluğu arttırılarak F1 frekansı temel frekansa yaklaştırılır. Böylelikle işitilen perde daha güçlü olacak, harcanan efor ise azalacaktır.

Ses yolunun inertansını arttırmak: akustik enerjinin önünde yapılandırılmış yüksek basınç bölgeleri oluşturularak daha inertif bir ses yolu oluşturulur.

Larenksi düşürmek: Vertikal larenks pozisyonu ses yolu rezonanslarına ve ses kıvrımlarının biyomekanik özelliklerini etkileyerek temel frekans, gürlük ve tınıyı belirleyen faktörler arasındadır. Larenksi düşürme tekniği, klasik şan pedagojisinde bir asra yakın bir süredir uygulanmaktadır. Buna göre larenks "konforlu düşük" seviyede tutulur. Böylece larenks istirahat uzunluklarına yakın bir uzunlukta ve gerginlikte tutulur. Yüksek bir larenks pozisyonu ses yolunun daralmasına ve kasların gerilimine yol açacağından sorunlara neden olabilmektedir. Larenksin aşağı inmesi ve ses yolundaki gevşeme, rezonans hacmindeki artış ile sonuçlanır [13-15].

Sekonder solunum kaslarının fazladan çalışmasının engellenip abdominodiafragmatik solunumu kolaylaştırmak: tarih boyunca şan pedagojisinin en temel öğretilerinden olan abdominodiafragmatik solunum foniatrinin ve vokolojinin bilimsel bakış açısıyla da desteklenmiş ve bu tekniğin faydaları bilimsel olarak da açıklanmıştır. Bu solunum tekniğiyle solunuma yardımcı olan sekonder solunum kaslarının (üst göğüs, omuz vb.) gevşemesi sağlanır. Soluk alma ve verme işlemi alt karın kasları yoluyla yapılır. Solunum sırasında sternum sabit omuzlar gevşek olmalıdır. YTSY egzersizleri bu solunum yerleştirilmesinde büyük kolaylık sağlar.

Gevşeme: Gevşeme ile ses yolu geriliminden uzaklaşıp genişleyerek sesin rezonansını arttırmak

Kinestetik duyarlılığı arttırmak: kişi dokunabildiği gözü ile görebildiği alışkanlıklarını görsel ve kinestetik biyogeribildirim mekanizmalarını kullanarak değiştirebilir. Ancak ses alışkanlıkları için bu geçerli değildir. Ses kapalı kapılar ardında kalmaktadır. Ses için daha çok işitsel biyogeribildim mekanizmaları mevcuttur. YTSY egzersizleri subglotik basıncı tanımayı/hissetmeyi kolaylaştırır, rezonans boşluklarını daha iyi kullanmayı sağlar ve titreşim hissini geliştirip farengeal/larengeal gevşemeyi kolaylaştırır.

Lax Vox Ses Terapi Tekniğinin Uygulanması

Öncelikle İyi bir duruş sağlanır (rahat ama süklüm püklüm gevşek değil; dik ama asker gibi kasılı değil Omuzlar rahat ve aşağıda sternum yüksekte, baş dik konumda). Bu hem nefesi hem larenks postürünü etkiler. Yüz, boyun, sırt ve üst göğüs kasları kontrollü olarak gevşetilir. İkinci aşamada Silikon tüp 1-5 cm derinlikte ılık su bulunan bir şişeye yerleştirilir. Tercihan su kabı olarak piyasada kolaylıkla ulaşılabilen 500cc içme suyu pet şişeleri kullanılabilir. Suyun derinliği hastaya göre ayarlanır, ilk etapta 1 cm kadar derinlik yeterli olup zamanla bu derinlik değiştirilebilir. Tüpün bir ucu kesici dişlerin arasından dilin üzerine doğru birkaç mm gelecek şekilde yerleştirilir. Dilin ağız içindeki pozisyonuna da dikkat edilerek ön alt kesici dişlerin arkasına hafifçe değecek şekilde rahatlatılmalıdır. Omuzlarınızı gevşetilmelidir; bunun için şişe bedene yakın tutulur. Silikon tüpün etrafını dudakların nemli kısmıyla kapatılır (ü der gibi) Burundan nefes alınır, ağız ve boğazın içi geniş düşünülür (o veya u der gibi) Ses çıkarmak üzere nefes verilir, suya üflenir. Hedef ses buluna kadar ses çıkarılır. Daha sonra geliştirmek için yeni ses farklı fonasyon şekilleriyle kullanılır. Örneğin Ses perdesi yükseltilip alçaltılır (//hhoooo// ile melodiler), Ses perdesini tiz ve pes seslere doğru daha çok kaydırarak genişletin. En son olarak yeni sesi yerleştirmek hayata geçirmek için yeni teknik ile hece-kelime-kısa cümleler kurulur. (Sayı sayma, isim, günaydın vb.) Sesli okumalar (gazete, kitap) ile alışkanlık sağlanır ve sohbet sesine aktarılır.

Triller: Dudak, Dil Trilleri

Dudak/dil titretme egzersizi fonasyonu ve hava akımını koordine eder. Dudak/dil titretme dudakları titretmek için kava akımının kullanılmasıyla oluşturulur. Nefes verirken (tek nefeste) dudaklar/dil titreştirirken ses çıkartılır.

Bu egzersizler daha çok kasları gevşetmek için ve ağzın önünde dudaklarda ya da ön dişlerin arkasında oluşan vibrasyon duygusunu almak için kullanılırlar. Ses telleri için kolay bir çalışma olmakla birlikte bu egzersiz solunum sisteminin enerjiyle dolmasını sağlar. Bu noktada bilimsel bir gerçek vardır ki dudak ya da dil titretmelerini oluşturan basınç akımları çok

önemlidir. İlk olarak tril oluşturulurken meydana gelen titreşimin (vibrasyonun) iki kaynağı olduğunun farkına varılmalıdır. Kaynaklardan biri larenks diğeri de ağzın önüdür. Her ikisi de aynı hava akımından beslenir. Dudak titretmelerinin aynı hava akımından besleniyor olması (titreşim enerjisini kazanması) önemlidir. Enerji kaynağı dengeli bir şekilde paylaşılmaktadır. Örneğin eğer tril çok fazla enerji emerse, ses telleri yeterince titremez; ses telleri enerjiyi çok fazla emerse dudaklar yetirince titremez [16].

Dil/dudak trilleri uygulanırken öncelikle doğru postür sağlanmalıdır. Yüz gevşek olmalı, özellikle dudaklar gergin bir şekilde egzersiz yapılmamalıdır. abdominodiyafragmatik solunum ile iyi bir nefes desteği sağlanmalıdır. Burada duruşun rolü de büyüktür. Uygun solunum ve duruş sağlandıktan sonra ilkel ses çıkartılarak dil ya da dudak trili yapılmalıdır. Daha sonra hedef sesi geliştirmek için yeni ses farklı fonasyon şekilleriyle kullanılır (sostenuto, legato glissendo, portemento egzersizleri). En son olarak konuşma ya da şarkı sesine davranış transferi yapılır. Müzik eğitimi bölümlerinde ya da konservatuvarlarda dil/dudak trillerinin ses eğitimi alan öğrencilere olan etkilerine yönelik araştırmalar yer almaktadır. Yapılan araştırmalarda ses eğitimi alan öğrencilere uygulanan tril egzersizlerinin öğrencilerin ses kalitelerinde iyileşmeye neden olduğu, verilerin akustik olarak elektriksel sinyal işleme ortamında analiz edilip değerlendirilmesiyle ortaya konmuştur [17].

Sonuç

Pedagojik vokolojide şan terapisi, profesyonel ses kullanıcıları arasında seslerini etkili bir şekilde kullanan ve seslerinin kendileri için büyük önem arz eden şarkıcılar için mesleki kariyerin devamı ve gelişimi için gerekli bilgilendirme, bilinçlendirme ve çeşitli uygulamaları kapsamaktadır. Amaç ses icracısının seslerini geliştirme (habilitasyon) ve var olan ses problemini ortadan kaldırmak için iyileştirme (rehabilitasyon) sağlamaktır. Pedagojik ve klinik vokoloji çalışmalarının yöntemleri arasında yer alan YTSY egzersizlerinin ana çalışma prensibi olan ses oluşturma (fonasyon) sırasında ses sistemine sürekli ya da kesintili geri basınç oluşturma ve fiziksel olarak ses yolunun yapay olarak uzatılması olgusunun ses tellerinin verimli ve etkin çalışmasına fayda sağladığı yapılan araştırma ve çalışmalarda ortaya konmuştur. Sanat ve bilim bütüncül bir yaklaşımla değerlendirilmelidir. Sanatsal sezgilerin ve öngörülerin bilimsel bilgilerle desteklenip geliştirilmesi sanat ve bilimin ayrılmazlığını ortaya koymaktadır. Her ikisi de doğanın farklı bakış açılarıyla sunulmasından ibarettir. Şan terapisi yöntem ve uygulamalarından YTSY egzersizleri de bu felsefenin bir ürünüdür.

Kaynaklar

Denizoğlu İ. Lax Vox Ses Terapi Tekniğinin Konservatuar Şan Öğrencilerinde Etkilerinin Araştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2016.

Koufman JA, Isaacson G. The spectrum of vocal dysfunction. Otolaryngology Clinic North America 1991;24(5):985-8.

Denizoğlu İ. Şan Terapisi. Türkiye Klinikleri Dergisi J E.N.T.-Special Topics 2013; 6(2): 53-70.

Laukkanen A, Titze IR, Hoffman H, Finnegan E. Effets of a semioccluded vocal tract on laryngeal muscle activity and glottal adduction in a single female subject. Folia Phoniatr. Logop 2008;60:298-311.

Sihvo M, Denizoğlu İ. Lax Vox Voice Therapy Technique. The voice Foundation's 38th Annual Symposium: Care of the Professional Voice, Philadelphia, ABD, 3-7 Haziran 2009.

Titze IR, Laukkanen A-M. Can vocal economy in phonation be increased with an artificially lengthened vocal tract? A computer modeling study. Logopedics Phoniatrics Vocology 2007;32(4):147-156.

Story BH, Laukkanen A-M, Titze IR. Acoustic impedance of an artificially lengthened and constricted vocal tract. Journal of Voice 2000;14(4):455-469.

Spieß G. Methodische Behandlung der nerv6sen Aphonie und einiger anderer Stimmsthrungen [Methodological treatment of neurologic aphonia and several other voice disorders]. Archives of Laryngology and Rhinology 1899;9:368-376.

Simberg S. The resonance tube—a versatile device in voice therapy. Nine Papers on Logopedics and Phoniatrics from 5th Nordic Congress of Logopedics and Phoniatrics, Helsinki 2000.

Titze IR. Acoustic interpretation of resonant voice. J Voice 2001; 15 (4), 519-528.

Orlikoff RF, Baken R. Curing Diagnosis: Improving the Taxonomy of Phonatory Dysfunction. Sixth Conference on Advances in Quantitative Laryngology. Hamburg, Germany, 2003.

Şahin Orhon E, Denizoğlu İ. Semi-Occluded Vocal Tract Exercises in Singing Voice Therapy, 30th World Congress of the IALP, Ağustos 2016, Dublin-İrlanda.

Sundberg J. Formant Frequencies and Vertical Larynx Position. The Science of The Singing Voice. Dekalb: Northern Illinois University Press, 1987:113-115.

Sundberg J, Nordström PE. Raised and lowered larynx – the effect on vowel formant frequencies. TMH-Quarterly Progress and Status Report, 1976:35-39.

Austin S F. Low Laryngeal Posture And Closed Timbre. Presented in Physiology and Acoustics of Singing-2 Denver, Colorado, October 6-9, 2004.

Titze, I. (1996). Lip And Tongue Trills What Do They Do For Us? NATS Journal of Singing.

Şahin E. Esneme-İç Geçirme, Dudak Trili ve Dil Rahatlatma Egzersizlerinin Ses Eğitiminde Kullanılabilirliği, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Güzel Sanatlar Eğitimi Ana Bilim Dalı Müzik Eğitimi Bilim Dalı, 2012.

SES EĞİTİMİ VE BEDENSEL FARKINDALIK İLİŞKİSİ*

Tuğçem KAR**

Öz

Doğal ses tekniğimizden büyüme sürecinde zihinsel, sosyal ve psikolojik etmenler sebebiyle uzaklaşırız. Doğduğumuzda bize taun tarafından bahşedilen bu teknik insan anatomisine en uygun ve en doğru tekniktir. Düşünmenin ve beden kontrolünün aktif olarak çalışmadığı süreç olan ilk bebeklik çağında tüm gün ağlasak bile sesimiz hiç kısılmaz. Oysa yetişkinlik çağında ses bozuklukları daha sık görülmektedir. Doğal ses tekniğimizi tekrar kazanmak için beden farkındalığı bilinçlenmesini edinmemiz gerekmektedir. Eldeki çalışma bireyin bedensel farkındalık konusundaki bilinçlenmesinin ses eğitimine etkilerini tartışmak amacıyla yapılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ses Eğitimi, Bedensel Farkındalık, Ses Fizyolojisi.

Abstract

We are distanced from our natural voice technique due to mental, social and psychological factors in the growth process. This technique, which is donated to us by The God when we are bom, is most suitable and most accurate for human anatomy. In the age of the first infancy, in which thought and body control do not actively work, our voice is never intact, even crying ali day. However, voice disorders are more common in adulthood. In order to regain our natural voice technique, we need to become conscious of body awareness. The present study was conducted in order to discuss the effects of consciousness on the individual's body awareness on voice education.

Keywords: Voice Education, Body Awareness, Voice Physiology.

* Bu bildiri 26-28 Nisan 2017 Tarihinde Marmara Üniversitesinde düzenlenen "Ses Eğitimi Çalıştayı'nda sunulmuştur. E-Posta: tugcemkar@gmail.com

** Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü – Müzik Öğretmenliği Anabilim Dalı

Ses Eğitimi ve Bedensel Farkındalık İlişkisi

1. Giriş

Doğal ses tekniğimizden büyüme sürecinde zihinsel, sosyal ve psikolojik etmenler sebebiyle uzaklaşırız. Doğduğumuzda bize tanrı tarafından bahşedilen bu teknik insan anatomisine en uygun ve en doğru tekniktir. Düşünmenin ve beden kontrolünün aktif olarak çalışmadığı süreç olan ilk bebeklik çağında tüm gün ağlasak bile sesimiz hiç kısılmaz. Oysa yetişkinlik çağında ses bozuklukları daha sık görülmektedir. Doğal ses tekniğimizi tekrar kazanmak için beden farkındalığı bilinçlenmesini edinmemiz gerekmektedir. Eldeki çalışma bireyin bedensel farkındalık konusundaki bilinçlenmesinin ses eğitimine etkilerini tartışmak amacıyla yapılmıştır. Bedensel Farkındalık Yöntemleri dünyada şarkıcılar, sporcular, tiyatrocular, spikerler gibi birçok mesleği icra edenler için kaçınlmaz bir doğaya dönüş fırsatıdır. Yazar eldeki çalışmanın sonunda bedensel farkındalık yöntemlerinin ses eğitimi dersinde egzersizlerle beraber uygulanması üzerine resimli bir seri egzersiz de sunmuştur.

1.1. Ses Fizyolojisinin Temel Prensipleri

1.1.1. Respirasyon ve Fonasyonun Oluşumu

Respirasyon yani solunum öncelikle kandaki oksijen ihtiyacının beyindeki solunum merkezine iletilmesi ile başlar. Solunum kasları olan kaburgalar arası kaslar, abdomenler ve görevi göğüs kafesini genişletmek olan diyafram devreye girer. Düşey olarak diyafram ile yatay olarak karın kasları ve kaburgalar arası kaslar ile genişleme gerçekleştirilirken diyaframın kubbeleri düzleşir. Dışarıdaki havaya göre içeride alçak basınç oluşur ve oksijen akciğerlere emilir. Doğal solunumda enspirasyon ve ekspirasyon süresi eşittir. Arada bir es zamanı vardır. Hava, orofarenks ve/veya nazofarenksten geçerek, sırasıyla farenks, larenks, trakea, bronşlar ve bronşiyollerden geçer ve alveollere ulaşır. Burada gaz alışverişi olur ve oksijen kana karışır. Ekspirasyonda karbondioksit havayla birlikte enspirasyon sırasında izlenen yolla dışarı atılır.

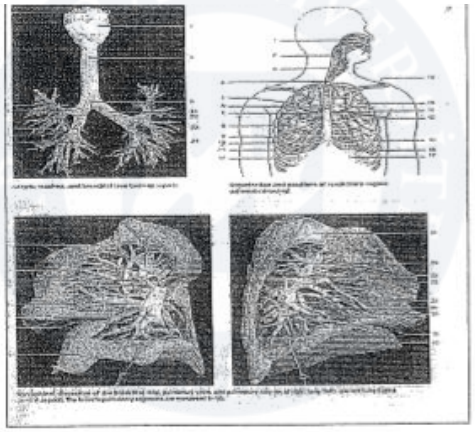
Doğal solunum sırasında soluk genellikle burundan alınıp verilmektedir. Ses telleri lateral pozisyondadır. Göğüs ve karın duvarının neredeyse eşgüdümlü hareket ettiği görülür.

Fonasyon kelimesinin kökeni Yunanca "phone" yani ses kelimesinden türemiştir. Buradan yola çıkıldığında fonasyon, ses üretme anlamına gelmektedir. Respirasyon sırasındaki genişleme hareketi ile diyafram aktif hale geçer, diyaframın kubbeleri düzleşir ve oksijen akciğerlere emilir. Şarkı ve konuşma solunumunda ciğerlere yeterince nefes alındığında, solunum kaslarının kontraksiyonu ile hava, enspirasyonda izlediği yoldan geri gönderilir. Genişleme sırasında bir iç akustik oluşur ve ses rezone olur. Bu şekilde ses güçlenir ve büyür. Alman havayı kaybetmeden sese çevirmek önemlidir. Fonasyon solunumunda verilen

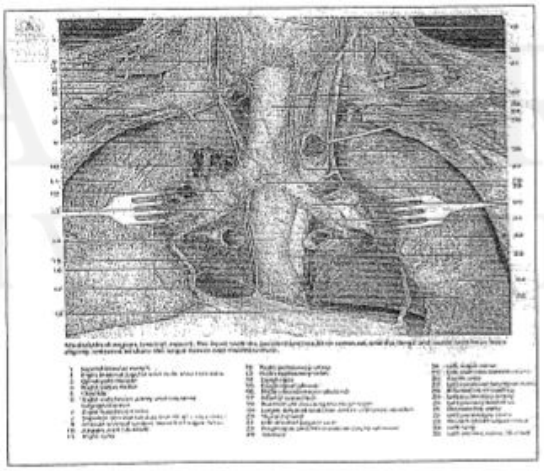
nefesin süresi cümlenin yapısına, uzunluğuna ve kısalığına göre değişir. Enspirasyon ve ekspirasyon arasında yine bir es zamanı vardır. Fonasyon solunumunda göğüsün soluk alma hareketi sonlanmadan karın duvarının soluk verme hareketine başladığı görülmektedir.

Ses üretimi için titreşen ses tellerine ve bu titreşimin gerçekleşmesi için gerekli olan hava akımını sağlayan nefes alma organlarına ve sesin ağızdan çıkmasından önce büyümesini sağlayan boşluklara yani rezonatör bölgelere gereksinim vardır (Özsan, 2010).

İnsanda solunum yolu burun delikleri ile başlar ve bunu burun boşlukları, farenks, larenks, trakea ve bronşlar takip eder. Bronşlar akciğerlerin içine gittikçe bronşiyol denen ince dallara ayrılır (Töreyin, 2008) (Bkz Resim 1).



Resim 1. Respiratory System: Bronchial Tree (Yokochi, Rohen, Lutjen-Drecoll; 2011)



Resim 2. Posterior Mediastinum: Mediastinal Organs (Yokochi, Rohen, Lutjen-Drecoll, 2011)

Not: "Resim 1 ve Resim 2 Deomed yayınevinin değerli izinleriyle kullanılmıştır."

1.2. Ses ve Beden İlişkisi

1.2.1. Şarkıcıların Vücutları ile İlgili Bilmesi Gereken 9 Şey

Peter Jacobson 4 Mayıs 2015'de şarkıcıların vücutları ile ilgili bilmesi gereken 9 şeyi aşağıdaki gibi sıralamıştır. (Jacobson, 2015)

1. Sadece vokal mekanizmanız değil; tüm vücudunuz sizin enstrümanınızdır.
2. Başın omurga üzerindeki duruşu direk olarak ses kalitesini etkiler.
3. Ağrı ve konforsuzluk kronik sıkıştırma ve kasların kısaltılmasından kaynaklanır.
4. Nefes alıp vermeye çalıştıkça kontrolünüz bir o kadar azalır.
5. Nefes almak için tıkanma boğazdaki gerginliği ve sahte vokal kıvrımlarını gösterir.
6. Her iki tarafta 12 adet olmak üzere 24 kaburgamız vardır ve bunlar hareket için tasarlanmıştır.
7. Akciğerler üst gövde üzerindedir. Diyafram bunların hemen altında oturur.
8. Diyaframı doğrudan kontrol etmek olanaksızdır.
9. Şarkı söylerken tasarımımızla işbirliği yaparak özgürlük bulabilir ve rahatlarsınız.

2. Literatür – Bedensel Farkındalık Yöntemleri

2.1. Emile Jacques Dalcroze (1865-1950)

Emile Jacques Dalcroze, hareket yoluyla müziği öğrenme ve yaşama yöntemi olan "Eurhythmics" metodunu geliştiren İsveçli müzisyen ve müzik eğitimcisidir.

Dalcroz'un ifadesiyle, yönteminin gelişimi, şiddetli ritim sorunları olan bir öğrencisi düzgün ve kesintisiz adımlarla sınıfı terk ettiğinde başladı.

Dalcroze metodu, hareket yoluyla müzikal kavramları öğretme yöntemidir. Dalcroze'a göre sağlam ve canlı bir müzikal temel oluşturmanın en iyi yolu, insan bedenini çok iyi akortlanmış bir müzik aletine dönüştürmektir.

Metodun birbirine eşit öneme sahip üç temel öğesi vardır: Eurhythmics, kulak eğitimi-solfej ve doğaçlama.

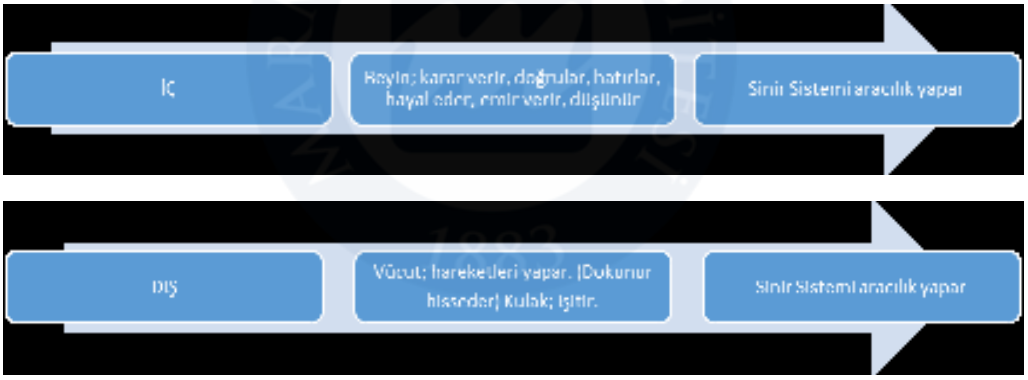
Dalcroze; deneyler sırasında müziksel dünyadaki tempo içinde çalamayan öğrencilerin gerçek dünyadaki tempo içinde yürüyebil di kİ erini; müziğe karşılık verirken ayaklannı vurup başlarını salladıklarını; kreşendolarda hareketlerini değiştirdiklerini; müzik cümlesi bittiğinde kaslarını gevşettiklerini gözlemlemiştir.

Öğrenciler devinim duygusunu harekete geçirerek kullanabilirlerse, müzik yaratımında kullanmaları gereken doğal ritim duygularını da engellerden kurtarıp açığa çıkarabilirler. Dalcroze'un uzun soluklu deneyleri de bunu kanıtlamıştır ve artık Dalcroze dersleri öğrenciler dans sahnesinde çıplak ayaklarla salınıp dans ederken yapmaya başlamıştır (www. dalcrozeusa.org).

"Bedenin, sesle düşünce arasında köprü olduğu ve duygularımızı dolandırmadan ifade etmemize yarayan bir enstrümana dönüştüğü müzik eğitim biçiminin hayalini kuruyorum."

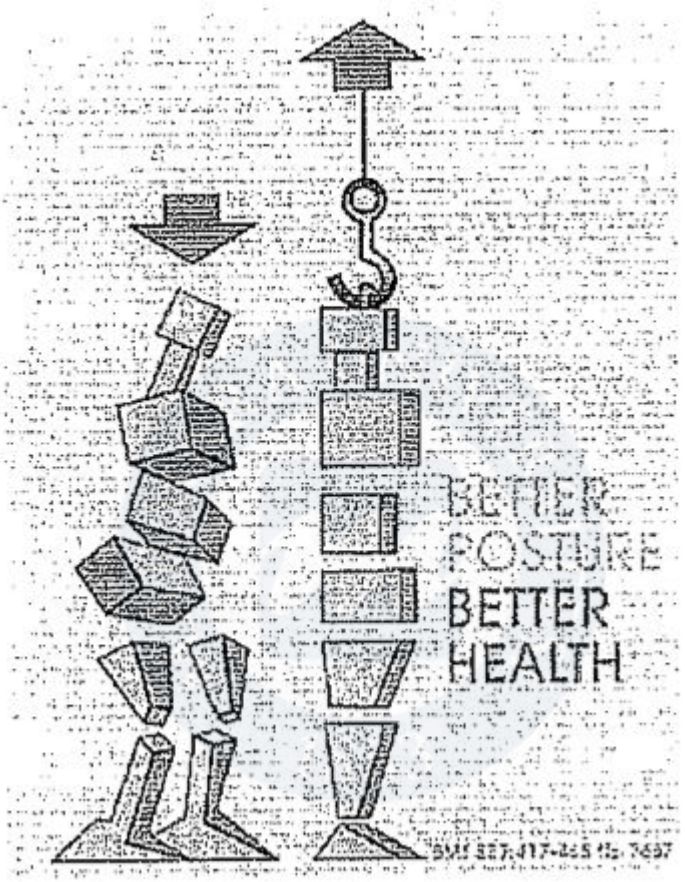
Euryhtmics; Müzikte temel elemanın ritim olduğu ve tüm müziksel ritmin kaynağının insan vücudunun doğal ritimlerinde bulunabileceği fikrine dayalı bir müzik eğitimi yaklaşımıdır.

Amaç; işiten kulak; icra eden, hisseden, sezen vücut; muhakeme eden, hayal eden, düzelten beyin arasında bağlantıyı kurmaktır.



Tablo 1. Dalcroze'un "Euryhtmics"; devinimsel müzik eğitimi yaklaşımı.

Frederick Metthias Alexander (1869 – 1955)



Resim 3. Alexander Tecnique; Daha iyi duruş (erek) daha iyi sağlık.

Alexander tekniği psiko-fiziksel bir yeniden eğitim yoludur. Bu teknik AvustralyalI bir oyuncu olan Frederick Metthias Alexander tarafından 1904 yılında geliştirilmiştir. Sahnede bir tiyatro oyunu sırasında sesinin kısılması sonucunda tedavi olmuş fakat tekrar yüksek sesle konuşmaya başladığında sorunun tekrarlamasıyla aynı sorunu yaşamaya başlamıştır. Normal konuşma sırasında olmayan bu rahatsızlığının sahnede tekrar nüksediyor olmasını araştırmak için öne ve yanlara aynalar koyarak hareketleri uygulayış biçimini ve bunlardan hangisinin konuşma sırasında daha çok belirginleştiğini, dikkat çektiğini ve bedenini nasıl yanlış kullandığını görmeye çalışmıştır. Sahnedeyken boyun, baş ve gövdesinde farklı hareketler yaptığını ve normal konuşma sırasında bu hareketleri uygulamadığını görmüştür. Sahnedeyken yaptığı hareketlerin tam tersini uygulayarak sorunu çözebileceğini düşünerek çalışmalarını bu yönde yoğunlaştırmıştır (Ergin, 2006).

Alexander; boyun, baş ve sırt bilinçlenmesine birincil kontrol adını vererek başın, olumsuz etkiler olmaksızın rahat ve dengeli duruşunun sağlanmasının gerekliliği üzerinde çalışmalarını yoğunlaştırmıştır. Çocukluk çağında başlayan ve yoğun stresli yaşam boyunca vücudumuzda biriken istenmeyen kas gerilimi, çalgı çalmanın da gerektirdiği duruş sebebiyle, kontrol edilmediği takdirde boyun, sırt ağrıları, duruş bozuklukları gibi rahatsızlıkların ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir. Bu teknikle öğrenci, çalgısını çalarken zararlı ve gereksiz hareket alışkanlıklarını teşhis ederek engellemeye ve bilinçli bir kas kontrolü sağlamaya çalışmaktadır. Alexander tekniği, müzisyenlerin çalgılarını çalarken ya da şarkı söylerken fiziksel hareket gerektiren pasajlardaki performanslarının kalitesini yükseltmelerine yardımcı olur.

2.3. Mosche Feldenkrais

Mosche Feldenkrais; yardımcı öğretmen olarak çalışmış ve futbol oynamıştır. Makine mühendisliği ve elektro teknik okumuştur. Paris'te Judo kulübünü kurarak öğretmenliğini yapmış ve bu konuda kitaplar yazmaya başlamıştır. 1940 yılında gittiği İskoçya'da futbol oynarken dizinden aldığı bir yara kötüleşmeye başlamış doktorlar ameliyat önermiş ve kendisine en fazla % 50'lik bir başarı sözü vermişlerdir. "Ameliyatın kötü geçmesi durumunda artık yürüyemeyecek, iyi geçmesi durumunda yürüyecek ama asla tekrar judo ya da bir spor yapamayacaktır. Bu durumda kendi iyileşmesinin sorumluluğunu alan Feldenkrais, batının fizyonomi, anatomi, nöroloji, sistem teorisi, bebeklerin gelişim sürecinde kullandıkları hareket serilerinin yanı sıra doğunun yaşam felsefesini ve harekete dayalı savaş sporları ile ilgili deneyimlerini birleştirerek kendi tekniğini oluşturmuştur (Ergin, 2006).

Kendi bedeni ve zihni arasındaki ilişkileri inceleyerek kendi kendine yürümeyi tekrar öğretmeyi başarmıştır. Çalışmalarında yeni bir teori geliştirmeyip, çağının bilgi birikimini değişik açılardan inceleyerek uygulamaya geçirmiştir. Eğitimini aldığı anatomi, biyomekanik, davranış psikolojisi gibi pek çok alandan öğrendiği bilgilerini özümseyip, tekniğine aktarmıştır (Feldenkrais, 2000). 83 yaşına yani, ölümünden 1 yıl öncesine dek Judo yapmaya devam etmiştir.

2.4. Kristen Linklater

Kristin Linklater, doğal sesi serbest bırakmak yaklaşımını içeren çalışması ile beden farkındalığı ve ses özgürlüğü bağlantısını kuran, oyunculuk eğitimi için ses üretimi alanında çalışan önemli bir eğitimcidir. "Freeing The Natural Voice" isimli kitabı 1976 yılında yayınlanmıştır. Ayrıca Almanya, Fransa, Belçika, İtalya, Danimarka, Avustralya, Yeni Zelanda, İngiltere ve Rusya'nın yanı sıra düzenli olarak Amerika-New York'ta konuşmacı ve seminer lideri olarak çok talep edilmektedir. Onun çalışmalan Güney Kore Ulusal Tiyatro Akademisi'nde ses çalışmalarının merkezindedir.

Kristin Linklater, doğal sesi serbest bırakmak yaklaşımını içeren çalışması ile beden farkındalığı ve ses özgürlüğü bağlantısını kuran, oyunculuk eğitimi için ses üretimi alanında çalışan önemli bir eğitimcidir. "Freeing The Natural Voice" isimli kitabı 1976 yılında yayınlanmıştır. Ayrıca Almanya, Fransa, Belçika, İtalya, Danimarka, Avustralya, Yeni Zelanda, İngiltere ve Rusya'nın yanı sıra düzenli olarak Amerika-New York'ta konuşmacı ve

seminer lideri olarak çok talep edilmektedir. Onun çalışmaları Güney Kore Ulusal Tiyatro Akademisi'nde ses çalışmalarının merkezindedir (Linklater, 2006).

2.5. Hilde Langer – Rühl

Hilde Langer – Rühl piyanist ve kompozitördür. 1974 yılında "Nefes – Ses – Hareket Eğitiminin Şarkı Söyleyenler ve Entrüman Çalanlar Açısından İncelenmesi ve Eğitimi" Bilim Dalını Viyana'da kurmuştur. "Viyana Müzik ve Sahne Sanatları Akademisi"nde solunum ve vokal eğitimi vermiştir. Hilde Langer – Rühl müzisyenler nefes, ses ve beden çalışmaları alanında bir öncü olarak kabul edilmektedir. Akciğer uzmanı Viyanalı Doktor Franz Muhar ile işbirliği içinde yürüttükleri çalışmalar her enstrümanistin diyafram kasını kullanması gerektiği varsayımına dayanmaktadır. Ayrıca müzisyenlerin doğru fiziksel hareketler sayesinde doğal nefes alıp verebilecekleri ve böylelikle müziğin ruhsal ve duygusal içeriğini daha iyi gerçekleştirebilecekleri hipotezini de vurgulamaktadır.

Çalışmaları şu tezleri içermektedir:

Müzik yaparken tüm impulslar diyafram yolu ile oluşturulmalıdır. Bu enstrümanistler için de geçerlidir.

Ancak doğru ve iyi bir nefes verişten sonra nefes alma işlemi sağlıklı ve doğal yani kendiliğinden oluşan bir hareket olarak oluştuğunda yapılabilir.

Bilinçli bir nefes verdikten sonra nefes alma işlemi refleks olarak devreye girmelidir.

Bir müzisyen ancak fiziksel olarak nefesini doğal olarak kullanabildiği kadar – müziğin duygusal ve ruhsal alanına girebilir.

Beden yorgun düşmüşse, gergin veya aşın gevşemiş durumda ise, çabuk yorulur ve tını kalitesi olumsuz bir şekilde etkilenir.

3. Yöntem

Araştırma, tarama modelli bir çalışmadır. Tarama modellerinde araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Bilinmek istenen şey vardır ve oradadır. Önemli olan onu uygun bir biçimde "gözleyip" belirleyebilmektir. Tarama modellerinin tek başına uygulandığı araştırma yöntemleri olmakla birlikte, taramanın yer almadığı bir başka araştırma modelinin tek başına var olması düşünülemez

(Karasar, 1999: 77). Araştırma yöntemini belirlerken araştırmacı kendisine neden-sonuç ilişkisi arayacak mıyım sorusunu sorar. Cevap hayırsa "tarama" araştırması yapacak demektir. Cevap evetse tarama araştırması da olabilir deneysel araştırma da olabilir (Arlı, Nazik, 2004: 38). Bu çalışmada Bedensel Farkındalık Yöntemleri tarama modeli ile betimlenirken, bu yöntemlerin ses eğitimine uyarlanması araştırmacının çalıştığı kurumda ses eğitimi dersinde uygulamakta olduğu deneysel bir model çalışmasını işaret etmektedir. Araştırmacının ses egzersizleri ile devinimsel egzersizleri birleştirdiği bu model çalışmasının içeriği verilecektir.

3.1. Ses Eğitimi Sürecine Bedensel Farkındalık Yöntemlerini Uyarlamanın Sebepleri

Araştırmacı, çalıştığı kurumda eğitim verdiği on yıl boyunca ses eğitimi dersine giren öğrencilerinde ortak bazı özellikler saptamıştır. Bu özellikler öğrencinin ses gelişimini yavaşlatmaktadırlar. Ses egzersizlerini bedensel devinim ile birleştirme modeli; ses eğitimi dersindeki öğrencileri bu engellerden uzaklaştırmak için ihtiyaca yönelik olarak şekillendirilmiştir.

Ses Eğitimi öğrencilerinin derse yönelik bazı ortak tutumları;

- Tiz seslerden korkmak ve tiz sesleri veremeyeceği endişesi yaşamak.
- Eğitimcisi piyanoda egzersizleri çalıp teknik çalışma uygulatırken, onun piyanoda çaldığı notaları takip ederek tize çıkmamasını kontrol etmeye çalışmak.
- Eğitimcisinin önünde kötü sesler çıkarmamak için bedenini kasıp, sesini sıkıştırmak.
- Müzikal çalışmaları hep sonraya bırakmak ve nüans çalışmasını en son etapta düşünmek.
- Ses Eğitimi dersinde normal yaşantısında kullandığı nefesten daha fazla, abartılı ve göğüs nefesi kullanması gerektiğine inanıp, bu yolda kendini zorlamak.
- Şarkı söylerken bedeninin doğal duruşundan uzaklaşıp, tiz sesleri verirken parmak uçlarında yükselip, başını yukarıya doğru uzatmak; pes sesleri verirken çenesini

aşağıya doğru sıkıştırıp, boynunu eğmek. Kısacası tiz sesleri yukarıda pes sesleri aşağıda aramak.

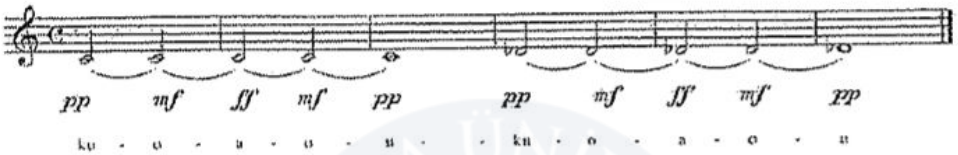
- Sesinin sadece boğazının bulunduğu bölgede oluştuğunu düşünmek.

3.2. Ses Egzersizi Olarak Kullanılacak Egzersizler

3.2.1. Messa di Voce Egzersiz; bir tonun tınısını değiştirmeden "piano"dan "forte"ye, "forte"den "piano"ya taşınmasıdır. Tutulan bir tonda, sesin "piano"dan "forte'ye geçişi, ses tellerinin geriliminin artıp eksilmesi ve titreşim amplitüdlerinin13 değişmesi ile oluşur. Soluk borusu, sesin büyümesi sırasında arkaya doğru genişler (Pars membranacea). Büyüme

sırasında kısmi tonlar artar ve yüksek frekanslar ortaya çıkar. Stroboskobik incelemede, crescendo14 sırasında ses tellerinin titreşim amplitüdlerinde belirli bir fazlalaşma olur (Gürel, Cevanşir, s:53, 1982).

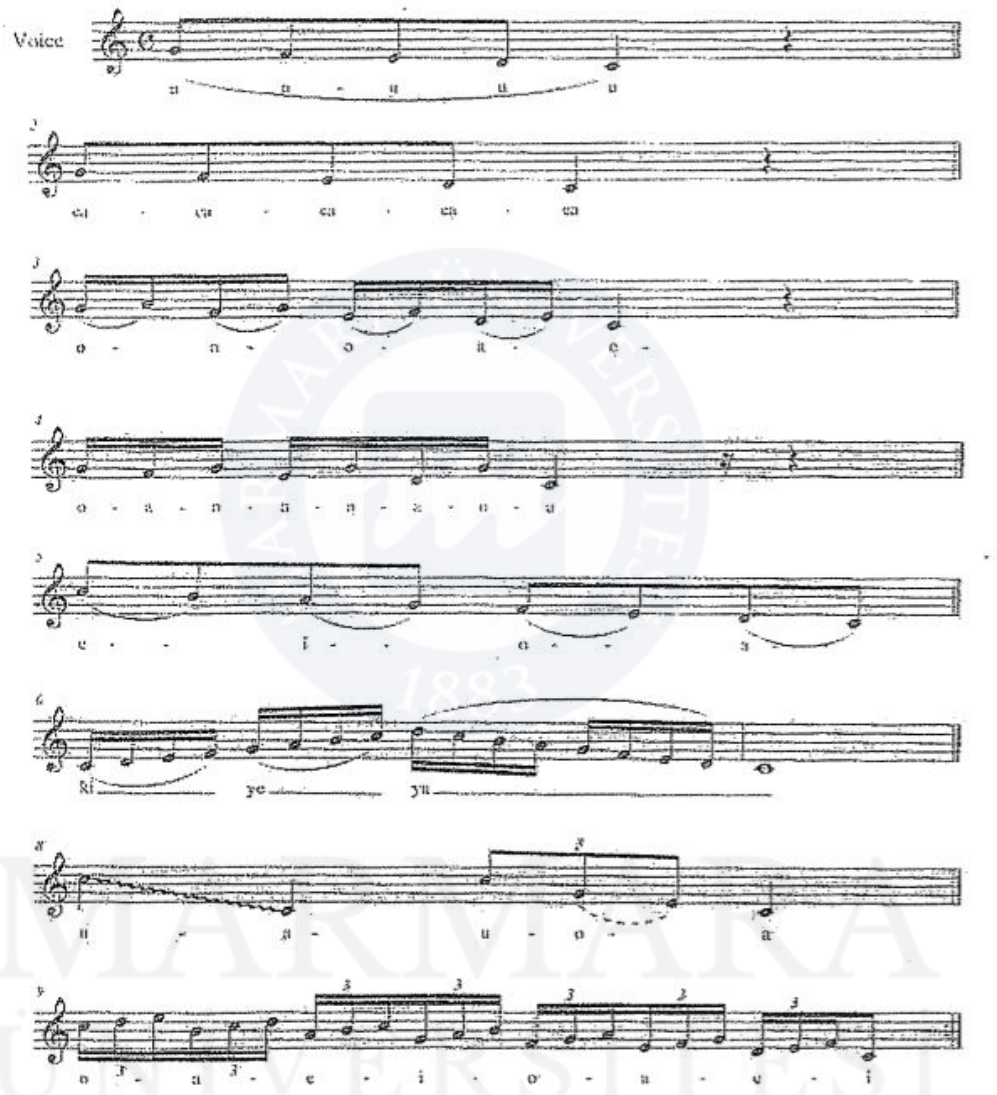
Messa di Voce Egzersiz



Tablo 2. Model çalışması sırasında araştırmacının piyano ile çalarak uyguladığı "messa di voce" ses egzersizi

3.2.2. Dudak Trili; Bu egzersiz notaya alınamamaktadır. Dişler ağız kapalı konumda, dil uyuma ve dinlenme zamanında olduğu gibi üst damağa yaslı ve dudaklar sıkıştırılmadan serbest bırakılarak kapalı bir konumdayken tizden peşe doğru seste portamento yapılması ve hava akımının dudakları, legato yaparken vokal kordun serbest kenar titreşimindeki hareketi gibi titretmesi olarak tanımlanabilir.

3.2.3. Diğer Ses Egzersizleri



Tablo 3. Model çalışması sırasında araştırmacının piyano ile çalarak uyguladığı diğer ses egzersizleri

3.3. Ses ve Devinimsel Egzersizler

3.3.1. Sandalye Egzersizi; Bu egzersiz tablo 3'te yer alan ses egzersizlerinden 1, 2, 3, 4 numaralı ses egzersizleri ile birlikte uygulanabilir. Öğrencinin taşıdığı sandalye hafif bir

materyalden yapılmış olmalıdır. Kollan yere paralel bir şekilde sandalyeyi tutarken kann kaslan yani abdomenler aktif olarak çalışmaktadır. Bedenimizde aynı anda iki noktaya kuvvet uygulayanlayız. Bu yüzden de sandalye taşırken ses ve solunum organlannın kasılmasını engellemiş oluruz. Ancak kollarda sakatlığa sebep vermemek için bu egzersizin süresi kısa tutulmalıdır. Özellikle sesini sıkıştıran ve kendini sıkan bu sebeple sesinde patolojik rahatsızlıklar olabilecek örnekl emi erde kısa sürede sonuç veren bir egzersiz olduğu gözlemlenmiştir. Resim 4'te gösterilmiştir.



Resim 4. Sandalye Egzersizi

Şişe Egzersizi; Bu egzersiz tablo 3'te yer alan ses egzersizlerinden 5 ve 6 numaralı ses egzersizleri ile birlikte uygulanabilir. Öğrencinin eline 500 ml'lik iki şişe verilip çapraz bir şekilde sallaması istenir. Kolların omuzlardan itibaren rahat bir şekilde, kontrolsüz ve kuvvetsiz olarak serbest bırakılması önemlidir. Bu şekilde kollarını adeta bir metronom gibi sallayan öğrencinin zihni ses organlarına değil kollarının salınımına odaklanır. Bu durumun da şarkı söylemede rahatlık ve doğallık sağladığı düşünülmektedir. Resim 5'te gösterilmiştir.



Resim 5. Şişe Egzersizi

Duvar Şınavı; Bu egzersiz tablo 3'te yer alan ses egzersizlerinden 9 numaralı ses egzersizi ile birlikte uygulanır. Duvar ile öğrencinin bedeni arasında bir adım mesafe olmalıdır. Öğrenci 9 numaralı egzersizdeki üçlemelerin birinde duvara doğru sanki düşecekmiş gibi kendini bırakırken son anda elleri ile beden ağırlığını geri ivmelendirir. Üçlemelerin diğerinde vücudunu duvardan iterek doğal duruş pozisyonuna ulaşır ve bu sırada ellerini aşağıya doğru sarkıtır. Bunu egzersiz sonuna kadar aynı şekilde devam ettirir. Bu egzersizde de vücuttaki stres ve gerilimin eller aracılığıyla duvara aktarılması ve bedenin uyurken sahip olduğumuz ve "sıfır noktası" denen pozisyona ulaşması hedeflenmektedir. Resim 6'da gösterilmiştir.



Resim 6. Duvar Şınavı

Vibrasyon Egzersizi – Elleri Çırpma; Bu egzersiz tablo 3'te yer alan ses egzersizlerinden 4 numaralı ses egzersizi ile birlikte uygulanır. Amaç sesin doğal titreşiminin vibrasyon tekniğinin öğrenilmesinde kullanılmasıdır. Egzersizdeki son notaya gelindiğinde kollar yana doğru açılarak bileklerden itibaren bir kuşun kanat çırpması gibi çırpılır. Vibrasyon saniyedeki beş ses değişimidir. Bu sebeple elleri çırparken beş defa yukarıdan aşağıya hareket ettirilirse daha net ve güzel bir vibrasyon elde edileceği düşünülmektedir. Resim 7'de gösterilmiştir.



Resim 7. Vibrasyon Egzersizi – Elleri Çırpma

3.3.5. Ses Grafiğine Zıt Beden Devinimi Egzersizi 1; Bu egzersiz tablo 3'te yer alan ses egzersizlerinden 7 ve 8 numaralı ses egzersizleri ile birlikte uygulanabilir. 7 ve 8 numaralı egzersizlerde notalar tizden peşe hareket etmiştir. Burada ses tizde iken bedenin çömelme (squad) pozisyonunda olması; ses peşe inerken de bedenin natürel duruşa geçişi tavsiye edilir. Bu şekilde öğrenci tiz sesler yukarıdadır önyargısı ile parmak uçlarında yükselmez aynı zamanda entonasyon için de faydalı bir egzersiz olduğu düşünülmektedir. Resim 8'de gösterilmiştir.



Resim 8. Sese Zıt Beden Devinimi

3.3.6. Ses Grafiğine Zıt Beden Devinimi Egzersizi 2; Bu egzersiz tablo 3'te yer alan 6 numaralı ses egzersizi ile birlikte uygulanır. Burada da egzersiz peşten tize doğru hareket eder ve öğrenci tiz sese ulaştığında kollarını yana doğru açarak esner. Bu şekilde göğüs kafesini genişleterek diyafram kasının görevine yardımcı olur ve akciğerlerine respirasyon için daha geniş bir alan yaratır. Ya da yine tiz sese ulaştığında dizleri üzerinde hafifçe çökerek aşağıya doğru esner, sonra tekrar düzelir ve tiz seste bedenin de yukarıda olması gerektiği önyargısını yenmiş olur.

3.3.7. Yerinde Sayarak Agilite (Atik, Hareketli Pasaj) Egzersizi; Bu egzersiz tablo 3'te yer alan tüm egzersizlerle birlikte yapılabileceği gibi, hızlı pasajlarda beden deviniminden destek almak için de kullanılabilir. Örneğin 6 ve 9 numaralı egzersizlerle olduğunuz yerde koşuyormuş gibi ama ayakların ucu daima yerde olacak şekilde beden devinimi ile uygulanabilmektedir. Bu şekilde bedenin enerjisi pasaja aktarılır aynı zamanda bedenin, hareketin verdiği esneklik içerisinde rahatladığı düşünülmektedir.



Resim 9. Yerinde Sayarak Agilite Egzersizi

4. Sonuç

Ses egzersizleri ile devinimsel egzersizlerin birleştirdiği bu model çalışması ihtiyaca yönelik olarak doğmuş ve yıllar içerisinde araştırmacının derslerindeki çalışmaları sırasında konstrüktif (yapısal) bir şekilde, öğrencilerinin sorunlarına çare bulmak amacıyla ilerletilmiştir. Çalışma henüz bir deney ve kontrol grubu seçilerek bilimsel anlamda kanıtlanmış olmasa da, uygulamada çözüm getirdiği gözlenmiştir.

- Öğrenciler bu model sayesinde devinimsel uygulamalara odaklanırken, veremem dedikleri seslerin bir oktav üstünü farketmeden verdiklerini görmüşler ve tiz seslerden korkmamaya başlamışlardır.

- Eğitimcisinin önünde kötü sesler çıkarmamak için bedenini kasıp, seslerini sıkıştırma sorunu kendiliğinden çözülmüştür çünkü devinimsel egzersizler sayesinde bedenleri yine fark etmeden rahatlamıştır.

- "Messa di voce" egzersiz sayesinde müzikal çalışmaları, eseri tamamen öğrendikten sonraya bırakmak ve ifade için vazgeçilmez bir olgu olan nüans çalışmasını göz ardı etme alışkanlıktan sona ermiştir.

- Bu egzersizler sayesinde normal hayatlannda kullandıklan doğal nefesi egzersize ve şarkıya daha rahat aktarabildikleri görülmüştür. Göğüs nefesine daha az başvurdukları gözlemlenmiştir.

- Postür (duruş) olarak daha doğal bir postür ile şarkı söyledikleri gözlemlenmiştir. Başlannın üstünden bir ip ile yukarı çekiliyormuş gibi düşünerek, doğal bir omurga duruşuna erişmişlerdir. Artık pes sesleri verirken boyunlannı sıkıştırma eğilimi göstermeyip, tiz sesleri verirken ayak parmaklannın uçlannda yükselmedikleri gözlemlenmiştir.

- Fonasyonun yani ses üretiminin sadece boğazda oluşmadığını tüm vücudun, omurganın ve hatta zihnin ses üretiminde etkin olduğunu anlama yolunda ilerledikleri görülmüştür.

Kaynakça

Arlı, M. Nazik, M.H: Bilimsel Araştırmaya Giriş, Gazi Kitabevi, Başak Matbaacılık, 3. Baskı,

Ergin, E; Ankara,2004.

Gitar Eğitiminde Karşılaşılan Önkol Hastalıklarına İlişkin Öğrenci Görüşleri", Yüksel Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2006.

Feldenkrais, M; Bedensel Farkındalığın Yolu, Okyanus Yayıncılık, Birinci Basım, İstanbul, 2000.

Gray, J; Alexander Tekniği Rehberiniz, (O. Erkoldas, Çev.), İmge kitabevi (Eserin aslının basım tarihi 1990), Ankara, 1999.

Gürel, G, Cevanşir, B: Foniatri, Sesin Oluşumu, Bozuklukları ve Korunmasında Temel İlkeler,

Karasar N: İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi, Sanal Matbaacılık, İstanbul, 1982.

Bilimsel Araştırma Yöntemi, Nobel Yayıncılık, 15. Basım, Ankara, 2005.

Linklater, K; Freeing The Natural Voice, İmagery and Art in the Practice of Voice and Language, Nick Hern Books, London, 2006.

Özsan, E; Metodik Şan Eğitimi, Moss Yayıncılık, Arı Matbaaclık, 1. Baskı, İstanbul, 2010.

Töreyin, A,M: Ses Eğitimi Temel Kavramlar – İlkeler – Yöntemler, Sözkesen Matbaacılık, 1 Basım, Ankara, 2008.

Yokochi, C. Rohen, J.W.Lutjen-Drecoll; Color Atlas of Anatomy: APhotographic Study of the Human Body, A Photographic Study of the Human Body, 7th Edition, Canadian Edition 978.145.1103151), Point (Lippincott Williams & Wilkins), 2011 Elektronik Kaynaklar

http://tx.english-ch.com/teacher/christin/level-c/healthgood-posture-proper-body-mechanics/ BMJ 337:417-468 no 7667 (resim 3)

Jacob son,P: http ://www.totalvocalfreedom. com/9-things-singers-need-know – May 2015.

www.dalcrozeusa.org

MARMARA ÜNİVERSİTESİ