

# MÜZİK ÖĞRETMENİ ADAYLARININ SES KULLANIM ALIŞKANLIKLARI İLE SES HİJYENİ VE SES HASTALIKLARI HAKKINDA BİLGİ DÜZEYLERİ<sup>1</sup>

Sevcan İLERİ<sup>2</sup>, Nalan YİĞİT<sup>3</sup>

## ÖZET

Bu araştırma müzik öğretmeni adaylarının ses kullanım alışkanlıkları ile ses hijyeni ve ses hastalıkları hakkında bilgi düzeylerini incelemeye yönelik yapılmıştır. Tarama modeli ile yapılan bu çalışmada konuyla ilgili alan yazına ve uzman görüşlerine başvurulmuş, araştırmanın amacına uygun bir veri toplama aracı olarak hazırlanan anket, 10 farklı üniversitenin Müzik Eğitimi Anabilim Dalında 2013-2014 öğretim yılında 4. sınıfta öğrenim görmekte olan 150'si kadın, 99'u erkek toplam 249 müzik öğretmeni adayına uygulanmıştır. Anketten elde edilen verilerin SPSS 21.0 paket programı ile istatistiksel analizi sonucunda müzik öğretmeni adaylarının ses kullanım alışkanlıkları açısından risk taşıdıkları, ses hijyenlerine yeterince özen göstermedikleri, ses hastalıkları ve ses mekanizmasına zarar veren davranışları bilme düzeyleri ortalamasının üzerinde olmasına rağmen bu bilgileri günlük hayatta yeterli düzeyde uygulamadıkları ve ses problemlerinin hayatları üzerinde olumsuz etkilerinin yüksek oranda olduğu tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Müzik Öğretmeni Adayları, Ses Kullanım Alışkanlıkları, Ses Hijyeni, Ses Hastalıkları, Bilgi Düzeyi.

<sup>1</sup> Aynı konulu Yüksek Lisans Tezi'nden yeniden düzenlenerek hazırlanmıştır.

<sup>2</sup> Müzik Öğretmeni-MEB. sevcanileri(at)outlook.com

<sup>3</sup> Prof.Dr.Necmettin Erbakan Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi. nyigit(at)konya.edu.tr

# THE KNOWLEDGE LEVELS OF PROSPECTIVE MUSIC TEACHERS ON VOICE USE HABITS, VOICE HYGIENE AND VOICE DISEASES

## ABSTRACT

The aim of the present study is to investigate the knowledge levels of prospective music teachers on voice use habits, voice hygiene, and voice diseases. In line with the relevant literature and expert views, a questionnaire, prepared according to the aims of the present study, was applied as a tool for data collection in the present survey to 249, 150 female and 99 male, 4th grade students enrolled at the Music Teacher Education Departments of 10 different universities during the 2013-2014 academic year. The statistical analysis of the obtained data made with SPSS 21.0package program revealed the following; prospective music teachers are in terms of voice use within a risk group, do not show enough attention to voice hygiene, despite their above average awareness about voice diseases and habits inflicting harm on voice mechanisms do not put this information into practice during their daily lives, and are effected at a high rate from voice related problems.

**Keywords:** Prospective Music Teachers, Voice Use Habits, Voice Hygiene, and Voice Diseases

İleri, Sevcan.Yiğit, Nalan. "Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Kullanım Alışkanlıkları İle Ses Hijyeni ve Ses Hastalıkları Hakkındaki Bilgi Düzeyleri". *idil* 5.20 (2016): 203-230.

İleri, S. Yiğit, N. (2016). Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Kullanım Alışkanlıkları İle Ses Hijyeni ve Ses Hastalıkları Hakkındaki Bilgi Düzeyleri. *idil*, 5 (20), s.203-230.

## 1. GİRİŞ

İnsanlar ilk çağlardan itibaren müzik için kendi seslerini kullanmışlardır. İnsanoğlu kendi sesini keşfettikçe ve onu daha güzel kullanma çabası içine girdikçe yeni yöntemler geliştirmiştir. Sesin kontrol altına alınması, onun daha doğru ve güzel kullanılmasını sağlamıştır. İletişim kurma ihtiyacı arttıkça ses ve konuşma, sosyal yaşamın önemli bir parçası haline gelmiştir.

Toplum içinde bazı meslekler vazgeçilmez şekilde sesin kullanımına dayanır ve insanlar bu sayede yaşamlarını sürdürürler. “Sesin kullanımı her meslek grubunda değişik oranlardadır. Bu yüzden ses hastalıkları sadece sesini profesyonel anlamda değil, ses hastalığı sonucunda ekonomik, sosyal ve psikolojik kaybı olabilecek herkesi ilgilendirmektedir. El emeği gerektiren vb. işlerde çalışanlar sesleri bozulduğunda işlerine devam edebilirler, öte yandan avukat veya bir öğretmen ses hastalığıyla yüz yüze geldiğinde işini devam ettiremez. Bu durum göz önünde bulundurulduğunda sesin insan hayatındaki yeri ve öneminin büyük derecede etkili olduğu sonucu ortaya çıkmaktadır” (Ömür ve Ökçün, 1996: 130).

“Güzel sesin önemi, geliştirilmesi, bakımı ve korunması ile normal ya da hastalıklı durumlarının ne şekilde incelenmesi gerektiğine ilişkin yayınlar çoktur. Özellikle, orta ve batı Avrupa’da eski zamanlardan başlamak üzere ele alınan bu konu titizlikle incelenmiş ve bir ihtisas dalı halinde bugüne dek büyük gelişmeler göstermiştir” (Burad ve Çağlar, 1972: 5).

“Bireylerin konuşma ve şarkı söyleme ile ilgili davranışlarında gırtlığın doğallığını ve sağlığını koruyarak, aynı zamanda seslendirilecek olan eserin dil ve müzik özelliklerini göz önünde bulundurarak, olumlu değişiklikleri oluşturma sürecine ses eğitimi diyoruz”(Gonca, 2003: 111).

Bilinçsiz alışkanlıklar, doğru nefes almama, bağırarak konuşmak gibi davranışlarda zamanında müdahale edilmez ise ses telleri zarar görebilmekte ve ses problemleri ortaya çıkabilmektedir. Sesin kötü kullanımına bağlı hastalıkların tedavisinde öncelikle ses eğitimi ile tedavi yöntemleri önerilmektedir.

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

sağlığını, hem de öğrencilerinin ses sağlığını korumaları bakımından önem taşımaktadır”( Töreyn, 2002: 4).

Kaufman ve Isaacson (1999) profesyonel ses kullanıcılarını, mesleklerindeki farklı derecelerdeki ses performansına bağlı olarak dört kategoride sınıflandırmışlardır. Bunlardan birinci seviye: Seçkin Ses Kullanıcıları; Bu kişilerde sesin az miktardaki kaybı bile önemli olumsuz sonuçlara sebep olabilir. Opera sanatçıları en önemli 1. Seviye kullanıcılarıdır. Pek çok ses sanatçısı ve aktör de bu gruptadır. İkinci seviye: Profesyonel Ses Kullanıcıları; Bu kişilerde sesteki ılımlı problemler bile mesleksele performanslarını kafi ölçüde engeller. Din adamları, hitabetle uğraşanlar, öğretmenler, resepsiyon görevlileri gibi meslek grupları 2. seviyenin en önemli kullanıcılarıdır.

“Öğretmenlerin profesyonel ses kullanıcıları olarak diğer meslek gruplarına göre seslerini kaybedebilme riskleri daha fazladır, çalışma süreleri ile ses problemleri iş başarılarını sınırlamaktadır ve gelecekte bu olumsuzlukların hizmet sürelerini kötü yönde etkileyeceği göz ardı edilmemelidir” (Çongur, 2000:75). Yapılan çalışmalar öğretmenler gibi öğretmen adaylarının da önemli ölçüde ve sıklıkta bu vokal belirtilere sahip olduğunu göstermektedir (Simberg ve ark., 2000; Fairfield ve Richards, 2007). Bir öğretmenin mesleğinde kullandığı en önemli araç sesi olduğundan vokal dayanıklılığı da oldukça yüksek olmalıdır. Ses bozuklukları birey öğretmenliğe başlamadan önce tanılanmalı ve tedavi edilmelidir (Simberg ve ark., 2000).

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

Müzik Öğretmenliği Anabilim Dallarında okumakta olan müzik öğretmeni adaylarının ilerleyen süreçlerde sesleri ile ilgili karşılaşacakları olası problemlerin önlenmesi, kendine olan güvenini ve başarısını artıracak, mesleki, ekonomik ve sosyal açıdan da büyük yararlar sağlayacaktır. Bu sebeple müzik öğretmeni adaylarının seslerini nasıl kullanmaları ve korumaları gerektiği konusunda yeterli derecede bilinçli ve duyarlı olup olmadıkları araştırılmalıdır.

Müzik öğretmeni adayı, mesleğini yaparken öncelikle sesinden yararlanacaktır. Müzik öğretmeni adaylarının konuşurken ve şarkı söylerken ses sağlıklarını korumaları, seslerini doğru, güzel ve etkili kullanmaları, kullandıkları dilin sözlerinin açık ve anlaşılır olması, seslerini kullanırken doğru alışkanlıklar kazanmaları için yeterince bilgi sahibi olmaları gerekir. Sesiyle ilgili tüm etkinliklerde bu bilgilerini davranış değişiklikleri olarak yaşantısına geçirmiş olacaktır. Bu nedenle araştırmada müzik öğretmeni adaylarının ses kullanım alışkanlıkları ile ses hijyeni ve ses hastalıkları hakkında bilgi düzeyleri incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaca yönelik olarak aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

1. Müzik öğretmeni adaylarının ses kullanım alışkanlıkları nasıldır?
2. Müzik öğretmeni adaylarının ses hijyeni hakkında bilgi düzeyleri nasıldır?
3. Müzik öğretmeni adaylarının ses hastalıkları hakkında bilgi düzeyleri nasıldır?

## 2. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmada izlenen yöntem, araştırmanın modeli, evren ve örnekleme ile verilerin elde edilmesi ve analizi yer almaktadır.

### 3. 1. Araştırma Modeli

Bu araştırma tarama modeli olup, veriler anket yöntemi ile elde edilmiştir. Ülkemizdeki müzik öğretmeni yetiştiren anabilim dalları 4. sınıf öğrencilerinin ses kullanım alışkanlıkları, ses hijyeni ve ses hastalıkları hakkındaki bilgileri ve ses kullanımı açısından nasıl davrandıkları belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırma konusunun belirlenmesinde Ağduk, A. (2004) “Öğretmenlerin Ses Kullanım Alışkanlıkları ile Ses Hijyeni ve Ses Hastalıkları hakkında Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi” adlı yüksek lisans tezinden yararlanılmıştır.

### 3. 2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni 2013-2014 eğitim öğretim yılı 23 Müzik Eğitimi Anabilim Dalı 4. sınıf öğrencilerinden, örnekleme ise bu evrenden rastgele seçilmiş 10 Müzik Eğitimi Anabilim Dalı 4. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır.

**Tablo 3.2.1. Müzik Öğretmeni Adaylarının Üniversitelere ve Cinsiyete Göre Dağılımı**

Üniversite	Kadın		Erkek		Toplam	
	n	%	n	%	n	%
Necmettin Erbakan Ü.	14	9,3	9	9,1	23	9,2
Gazi Ü.	20	13,3	5	5,1	25	10,0
Karadeniz Teknik Ü.	17	11,3	10	10,1	27	10,8
Uludağ Ü.	16	10,7	12	12,1	28	11,2
Abant İzzet Baysal Ü.	14	9,3	5	5,1	19	7,6
Mehmet Akif Ersoy Ü.	16	10,7	12	12,1	28	11,2
İnönü Ü.	25	16,7	10	10,1	35	14,1
Yüzüncü Yıl Ü.	9	6	9	9,1	18	7,2
Balıkesir Ü.	6	4	12	12,1	18	7,2
Pamukkale Ü.	13	8,7	15	15,2	28	11,2
Toplam	150	100	99	100	249	100

Araştırmaya 10 farklı üniversiteden Müzik Eğitimi Anabilim Dallarında öğrenim görmekte olan toplam 249 öğretmen adayı katılmıştır. Araştırmaya katılan öğretmen adaylarının 150'si kadın, 99'u ise erkektir.

### 3. 3. Verilerin Elde Edilmesi ve Analizi

Anketin hazırlanması, geliştirilmesine ilişkin işlemlerin birinci aşamasında yerli ve yabancı literatür taranarak uygulanan anketler incelenmiş bu çalışma için soru havuzu oluşturulmuştur

Anketin araştırmanın sorularına yanıt vermesi, dilinin anlaşılır olması, yazım ve noktalama kurallarına uygun olması bakımından uzman görüşleri alınarak son hali

verilmiştir. Uzman grubu 2 Ses Eğitimi öğretim üyesi ve 1 KBB (ses sağlığı konusunda uzman) doktorundan oluşmaktadır.

Anket bu araştırmanın amaç ve süresine uygun bir veri toplama aracı olarak hazırlanmıştır. Oluşturulan anket 2013-2014 eğitim öğretim yılında rastgele seçilmiş 10 Müzik Eğitimi Anabilim Dalı 4. sınıf öğrencilerine uygulanmıştır. Uygulama öncesinde müzik öğretmeni adaylarına çalışmanın amacı açıklanmış ve anketler dağıtılmıştır. Anket müzik öğretmeni adaylarına ait kişisel bilgilerle başlamakta ve 3 ana bölümden oluşmaktadır. 1. Bölümde ses kullanımıyla ilgili 15; 2. bölümde ses hijyeni ile ilgili 11; 3. Bölümde ses hastalıkları hakkında 8 soru bulunmaktadır. Anket açık ve kapalı uçlu sorulardan oluşmaktadır. Ankette bulunan kapalı uçlu sorular; evet/ hayır, doğru/ yanlış şeklinde iki seçenekli yanıtlar, dereceli yanıtlar, 5'li likert tipi ve sıralı seçenekler şeklinde düzenlenmiştir.

Araştırma için gerekli veriler aşamalı olarak, ankete verilen cevapların alınması ve istatistiki olarak SPSS 21.0 paket programı ile değerlendirilerek elde edilmiştir. Verilerin analizinde betimsel istatistiksel yöntem ve tekniklerden yararlanılarak, katılımcı sayısı (n), yüzde, ortalama, standart sapma kullanılmıştır. Bulgular tablolar halinde gösterilmiş ve açıklanmıştır.

### 3. BULGULAR

Anketten elde edilen verilerin istatistiki analizi ile çalışma da cevap aranan sorulara göre elde edilen bulgular tablolar halinde verilmiştir.

#### 3.1. Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Kullanım Alışkanlıkları Nasıldır? Sorusuna ait bulgular

**Tablo 4.1.1. Müzik Öğretmeni Adaylarının Yaşam Biçimleri Durumu**

Yaşam Biçimi	Kadın		Erkek		Toplam	
	n	%	n	%	N	%
Yalnız	112	74,7	71	71,7	183	73,5
Birisi ile birlikte	38	25,3	28	28,3	66	26,5
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3.1.1.' e göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 74,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının %71,7'si, toplamda ise % 73,5'i yalnız yaşadıklarını belirtmişlerdir. Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 25,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının %28,3'ü, toplamda ise % 26,5'i kaldıkları yeri başkaları ile paylaştıklarını belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 2. Müzik Öğretmeni Adaylarının Yüksek Sesle Konuşma Durumu**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	n	%	n	%	N	%
Yüksek sesle kon.	78	52,0	44	44,4	122	49,0
Düşük sesle kon.	72	48,0	55	55,6	127	51,0
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 1. 2'ye göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 52'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının 44,4'ü, toplamda ise % 49'u yüksek sesle konuştuklarını belirtmişlerdir. Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 48'i, erkek müzik öğretmeni adaylarının 55,6 sı, toplamda ise % 51'i düşük sesle konuştuklarını belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 3. Müzik Öğretmeni Adaylarının Yaşadığı Ortamda Televizyonun Sürekli Açık Olup Olmama Durumu**

Tv Durumu	Kadın		Erkek		Toplam	
	N	%	n	%	N	%
Açık	49	32,7	35	35,4	84	33,7
Açık Değil	101	67,3	64	64,6	165	66,3
Toplam	150	100	99	100	249	100



Tablo 3. 1. 3'e göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 32,7 'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 35,4'ü, toplamda ise % 33,7'si yaşadığı ortamda televizyonun sürekli açık olduğunu belirtmişlerdir. Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 67,3 'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 64,6'sı, toplamda ise % 66,3'ü yaşadığı ortamda televizyonun sürekli açık olmadığını belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 4 Müzik Öğretmeni Adaylarının Telefon Kullanma Sıklığı Durumu**

Telefon Kullanımı	Kadın		Erkek		Toplam	
	n	%	n	%	N	%
Çok sık kısa	26	17,3	20	20,2	46	18,5
Orta sıklıkta kısa	59	39,3	42	42,4	101	40,6
Az sıklıkta kısa	17	11,3	24	24,2	41	16,5
Çok sık uzun	13	8,7	3	3,0	16	6,4
Orta sıklıkta uzun	27	18,0	6	6,1	33	13,3
Az sıklıkta uzun	8	5,3	4	4,0	12	4,8
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 1. 4'e göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 17,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 20,2'si, toplamda ise % 18,5'i çok sık kısa telefon görüşmesi, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 39,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 42,4'ü, toplamda ise % 40,6 sı orta sıklıkta kısa telefon görüşmesi, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 11,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 24,2'si, toplamda ise % 16,5'i az sıklıkta kısa telefon görüşmesi yaptıklarını belirtmişlerdir. Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 8,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 3'ü, toplamda ise % 6,4'ü çok sık uzun telefon görüşmesi, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 18'i, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 6,1'i, toplamda ise % 13,3'ü orta sıklıkta uzun telefon görüşmesi, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 8,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 3'ü, toplamda ise % 6,4'ü az sıklıkta uzun telefon görüşmesi yaptıklarını belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 5. Müzik Öğretmeni Adaylarının Kendisini Yaşadığı Ortamda Stres Altında Hissetme Durumları**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	N	%	n	%	N	%
Stresli	61	40,7	45	45,5	106	42,6
Stressiz	89	59,3	54	54,5	143	57,4
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 1. 5' e göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 40,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 45,5'i, toplamda ise % 42,6'sı kendisini yaşadığı ortamda stresli hissettiğini belirtmişlerdir. Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 59,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 54,5'i, toplamda ise % 57,4'ü kendisini yaşadığı ortamda stressiz hissettiğini belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 6. Müzik Öğretmeni Adaylarının Kendisini Öğrenim Hayatında Stres Altında Hissetme Durumu**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	N	%	n	%	N	%
Stresli	119	79,3	61	61,6	180	72,3
Stressiz	31	20,7	38	38,4	69	27,7
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 1. 6'ya göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 79,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 61,6'sı, toplamda ise % 72,3'ü kendisini öğrenim hayatında stresli hissettiğini belirtmişlerdir. Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 20,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 38,4'ü, toplamda ise % 27,7'si kendisini öğrenim hayatında stressiz hissettiğini belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 7. Müzik Öğretmeni Adaylarının Kendi Seslerini Değerlendirme Durumu**

Ses Durumu	Kadın		Erkek		Toplam	
	N	%	n	%	n	%
Kalın	41	27,3	24	24,2	65	26,1
İnce	59	39,3	21	21,2	80	32,1
Boğuk	17	11,3	18	18,2	35	14,1
Kısık	18	12,0	12	12,1	30	12,0
Sert	6	4,0	9	9,1	15	6,0
Güçlü	43	28,7	21	21,2	64	25,7
Hafif	31	20,7	25	25,3	56	22,5

Tablo 3. 1. 7'ye göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 27,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 24,2'si, toplamda ise % 26,1'i sesini kalın bulduklarını, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 39,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 21,2'si , toplamda ise % 32,1 'i sesini ince bulduklarını belirtmişlerdir.

Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 11,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 18,2'si, toplamda ise % 14,1'i sesini boğuk bulduklarını, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 12'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 12,1'i , toplamda ise % 12 si 'i sesini kısık bulduklarını belirtmişlerdir.

Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 4'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 9,1'i, toplamda ise % 6'sı sesini sert bulduklarını, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 28,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 21, 2'i , toplamda ise % 25,7 si 'i sesini güçlü bulduklarını, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 20,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 25,3'ü , toplamda ise % 22,5 i 'i sesini hafif bulduklarını belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 8. Müzik Öğretmeni Adaylarının Konuşkanlık Dereceleri**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	n	%	n	%	N	%
Sessiz Dinleyici	9	6,0	6	6,1	15	6,0
Orta derecede konuş.	107	71,3	75	75,8	182	73,1
Son Derece konuş.	34	22,7	18	18,2	52	20,9
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 1. 8'e göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 6'sı, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 6,1'i, toplamda ise % 6'sı sessiz dinleyici olduklarını, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 71,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 75,8'i, toplamda ise % 73,1'i orta derecede konuşkan olduklarını, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 22,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 18,2'si, toplamda ise % 20,9'u son derece konuşkan olduklarını belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 9. Müzik Öğretmeni Adaylarının Seslerini Kullanırken Vücutlarının Dengeli ve Düzgün Duruşuna Önem Verme Durumu**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	n	%	n	%	N	%
Her zaman	25	16,7	12	12,1	37	14,9
Sık sık	52	34,7	37	37,4	89	35,7
Ara sıra	65	43,3	41	41,4	106	42,6
Hiç	8	5,3	9	9,1	17	6,8
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 1. 9'a göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 16,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 12,1'i, toplamda ise % 14, 9'u seslerini kullanırken vücutlarının dengeli ve düzgün duruşuna her zaman önem verdiklerini, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 34,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 37,4'ü, toplamda ise % 35,7'si seslerini kullanırken vücutlarının dengeli ve düzgün duruşuna sık sık önem verdiklerini belirtmişlerdir.

Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 43,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 41,4'ü, toplamda ise % 42,6 'sı seslerini kullanırken vücutlarının dengeli ve düzgün duruşuna ara sıra önem verdiklerini, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 5,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 9,1 'i, toplamda ise % 6,8' i seslerini kullanırken vücutlarının dengeli ve düzgün duruşuna hiç önem vermediklerini belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 10. Müzik Öğretmeni Adaylarının Konuşurken ve Şarkı Söylerken Nefesini Doğru Kullanmaya Özen Gösterme Durumu**

Nefes Kullanma	Kadın		Erkek		Toplam	
	n	%	n	%	N	%
Her zaman	61	40,7	42	42,4	103	41,4
Sık sık	52	34,7	40	40,4	92	36,9
Ara sıra	32	21,3	14	14,1	46	18,5
Hiç	5	3,3	3	3,0	8	3,2
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 1. 10 'a göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 40,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 42, 4'ü, toplamda ise % 41,4'ü konuşurken ve şarkı söylerken nefesini doğru kullanmaya her zaman özen gösterdiklerini, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 34,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 40,4'ü, toplamda ise % 36,9'u sık sık özen gösterdiklerini belirtmişlerdir.

Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 21,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 14,1'i, toplamda ise % 18,5'i ara sıra özen gösterdiklerini, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 3,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 3 'ü, toplamda

ise % 3,2' si konuşurken ve şarkı söylerken nefesini doğru kullanmaya hiç özen göstermediklerini belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 11. Müzik Öğretmeni Adaylarının Konuşurken ve Şarkı Söylerken Rezonans Boşluklarını Doğru Kullanmaya Özen Gösterme Durumu**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	n	%	n	%	N	%
Rezonans Boşluğu Kullanma						
Her zaman	15	10,0	8	8,1	23	9,2
Sık sık	49	32,7	34	34,3	83	33,3
Ara sıra	65	43,3	50	50,5	115	46,2
Hiç	21	14,0	7	7,1	28	11,2
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 1. 11'e göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 10'u, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 8,1'i, toplamda ise % 9,2'si konuşurken ve şarkı söylerken rezonans boşluklarını doğru kullanmaya her zaman özen gösterdiklerini, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 32,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 34,3'ü, toplamda ise % 33,ü sık sık özen gösterdiklerini belirtmişlerdir.

Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 43,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 50,5'i, toplamda ise % 46,2'si ara sıra özen gösterdiklerini, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 14'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 7,1 'i, toplamda ise % 11,2' si konuşurken ve şarkı söylerken rezonans boşluklarını doğru kullanmaya hiç özen göstermediklerini belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 12. Müzik Öğretmeni Adaylarının Düzenli Nefes Egzersizi Yapma Durumu**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	n	%	n	%	N	%
<b>Nefes Egzersizi</b>						
Egzersiz yapan	49	32,7	35	35,4	84	33,7
Egzersiz yapmayan	101	67,3	64	64,6	165	66,3
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 1. 12'ye göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 32,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 35,4'ü, toplamda ise % 33,7'si düzenli nefes egzersizi yaptıklarını, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 67,3'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 64,6'sı, toplamda ise % 66,3'ü düzenli nefes egzersizi yapmadıklarını belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 13. Müzik Öğretmeni Adaylarının Düzenli Ses Egzersizi Yapma Durumu**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	n	%	n	%	N	%
<b>Ses Egzersizi</b>						
Egzersiz yapan	51	34,0	37	37,4	88	35,3
Egzersiz yapmayan	99	66,0	62	62,6	161	64,7
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 1. 13'e göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 34'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 37,4'ü, toplamda ise % 35,3'ü düzenli ses egzersizi yaptıklarını, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 66'sı, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 62,6'sı, toplamda ise % 64,7'si düzenli ses egzersizi yapmadıklarını belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 14. Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Türü, Ses Rengi ve Ses Aralıklarına Göre Eser Seslendirme Durumu**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	n	%	n	%	N	%
Seslendiren	129	86,0	76	76,8	205	82,3
Seslendirmeyen	21	14,0	23	23,2	44	17,7
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 4. 1. 14'e göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 86'sı, erkek müzik öğretmeni adaylarının %76,8'i, toplamda ise % 82,3'ü ses türü, ses rengi ve ses aralıklarına göre eser seslendirmeye özen gösterdiklerini. Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 14'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 23,2'si, toplamda ise % 17,7'si ses türü, ses rengi ve ses aralıklarına göre eser seslendirmeye özen göstermediklerini belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 1. 15. Müzik Öğretmeni Adaylarının Okul Dışında Ses İle İlgili Çalışmalara Katılma Durumu**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	n	%	n	%	N	%
Katılmıyor	76	50,7	46	46,5	122	49,0
Pop Müzik	7	4,7	19	19,2	26	10,4
Amatör Türk Sanat	13	8,7	4	4,0	17	6,8
Amatör Türk Halk	12	8,0	11	11,1	23	9,2
Amatör Çok Sesli	22	14,7	6	6,1	28	11,2
Diğerleri	20	13,3	13	13,1	33	13,3
Toplam	150	100	99	100	249	100



Tablo 3. 1. 15'e göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 50,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 46,5'i, toplamda ise % 49'u katılmadıklarını belirtmişlerdir. Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 4,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 19,2'si, toplamda ise % 10,4'ü pop müzik guruplarında şarkı söylediğini,

Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 8,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 4'ü, toplamda ise % 6,8'iamatör klasik Türk sanat müziği korolarında koristlik yaptıklarını, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 8'i, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 11,1'i, toplamda ise % 9,2'si amatör Türk halk müziği korolarında koristlik yaptıklarını, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 13,3'i, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 13,1'i, toplamda ise % 13,3'ü amatör çok sesli korolarda koristlik yaptıklarını belirtmişlerdir.

### 3.2. Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Hijyeni Hakkında Bilgi Düzeyleri Nasıldır? Problemine Ait Bulgular

Tablo 3. 2. 1. Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Rahatsızlığı Geçirme Durumu

Ses Rahatsızlığı	Kadın		Erkek		Toplam	
	N	%	n	%	N	%
Geçiren	23	15,3	8	8,1	31	12,4
Geçirmeyen	127	84,7	91	91,9	218	87,6
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 2. 1'e göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 15,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının %8,1'i, toplamda ise % 12,4'ü ses rahatsızlığı geçirdiklerini, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 84,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 91,9'u, toplamda ise % 87,6'sı ses rahatsızlığı geçirmediğini belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 2. Müzik Öğretmeni Adaylarının Gün İçinde Su Tüketme Durumu**

Su Miktarı	Kadın		Erkek		Toplam	
	N	%	n	%	N	%
1-2 bardak	27	18,0	21	21,2	48	19,3
3-4 bardak	48	32,0	21	21,2	69	27,7
5-6 bardak	20	13,3	24	24,2	44	17,7
6-7 bardak	14	9,3	13	13,1	27	10,8
8 bardaktan fazla	41	27,3	20	20,2	61	24,5
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 2.'ye göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 18'i, erkek müzik öğretmeni adaylarının %21,2'si, toplamda ise % 19,3'ü gün içinde 1-2 bardak, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 32'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının %21,2'si, toplamda ise % 27,7'si 3-4 bardak, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 13,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının %24,2'si, toplamda ise % 17,7'si gün içinde 5-6 bardak, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 9,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 13,1'i, toplamda ise % 10,8'i 6-7 bardak, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 27,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının %20,2'si, toplamda ise % 24,5'si gün içinde 8 bardaktan fazla su tükettiklerini belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 2. 3. Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Hijyenine Özen Gösterme Durumu**

Cinsiyet	n	Madde Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	En Düşük	En Yüksek
Kadın	150	6	8,28	1,35	6	11
Erkek	99		9,35	1,33	6	12
Toplam	249		8,71	1,44	6	12

Müzik öğretmeni adaylarına ses hijyenlerine özen gösterip göstermeme durumu ile ilgili 6 soru sorulmuştur. Her bir soru ile ilgili olarak özen göstermeyenlere “1”, özen gösterenlere ise “2” puan verilmiştir. Ses hijyenine özen göstermede alınabilecek en düşük puan 6, en yüksek puan ise 12’dir. Kadın müzik öğretmen adayları ses hijyenlerine özen göstermekten ortalama 8,28 puan, erkek öğretmen adayları ortalama 9,35 puan, tüm öğretmen adayları ise ortalama 8,71 puan almışlardır. Kadın öğretmen adaylarının puanlarının standart sapması 1,35 iken erkek öğretmen adaylarının standart sapması ise 1,33 bulunmuştur.

**Tablo 3. 2. 4. Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Mekanizmasının Zarar Görmesine Neden Olan Davranışları Bilme Durumu**

Cinsiyet	n	Madde Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	En Düşük	En Yüksek
Kadın	150	14	21,57	2,13	17	28
Erkek	99		20,62	2,16	15	26
Toplam	249		21,19	2,19	15	28

Müzik öğretmeni adaylarının ses mekanizmasının zarar görmesine neden olan davranışları bilme durumu ölçmek için konu ile ilgili 14 soru sorulmuştur. Her bir soru ile ilgili olarak yanlış yanıtlayanlara “1”, doğru yanıtlayanlara ise “2” puan verilmiştir. Ses mekanizma bilgisinin değerlendirilmesinde alınabilecek en düşük puan 14, en yüksek puan ise 28’dir. Kadın müzik öğretmen adayları ses mekanizma bilgisinden ortalama 21,57 puan, erkek öğretmen adayları ortalama 20,62 puan, tüm öğretmen adayları ise ortalama 21,19 puan almışlardır. Kadın öğretmen adaylarının puanlarının standart sapması 2,13 iken erkek öğretmen adaylarının standart sapması ise 2,16 bulunmuştur.

### **3. 3. Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Hastalıkları Hakkında Bilgi Düzeyleri Nasıldır? Sorusuna Ait Bulgular**

**Tablo 3. 3. 1. Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Sistemini Oluşturan Bölge ve Organlara İlişkin Ameliyat Geçirme Durumu**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	N	%	n	%	n	%
Geçiren	15	10,0	6	6,1	21	8,4
Geçirmeyen	135	90,0	93	39,9	228	91,6
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 3. 1'e göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 10'u, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 6,1'i, toplamda ise % 8,4'ü ses sistemini oluşturan bölge ve organlara ilişkin ameliyat geçirdiklerini, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 90'ı, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 39,9'u, toplamda ise % 91,6'sı ameliyat geçirmediklerini belirtmişlerdir.

**Tablo 3.3. 2. Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses İle İlgili Rahatsızlık Geçirme Sıklığı**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	N	%	n	%	n	%
Ses Rahatsızlığı						
Her zaman	4	2,7	0	0,0	4	1,6
Sık sık	11	7,3	4	4,0	15	6,0
Ara sıra	100	66,7	59	59,6	159	63,9
Hiç	35	23,3	36	36,4	71	28,5
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3.3. 2' ye göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 2,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 0'i, toplamda ise % 1,6'i her zaman ses ile ilgili rahatsızlık geçirdiklerini belirtmişlerdir. Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 7,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 4'ü, toplamda ise % 6'i sık sık ses ile ilgili rahatsızlık geçirdiklerini belirtmişlerdir.

Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 66,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 59,6'sı, toplamda ise % 63,9'u ara sıra ses ile ilgili rahatsızlık geçirdiklerini belirtmişlerdir. Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 23,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 36,4'ü, toplamda ise % 28,5'i ses ile ilgili rahatsızlık geçirmediklerini belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 3. 3. Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Problemlerinin Hayatlarına Olumsuz Etkileri**

Cinsiyet	n	Madde Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	En Düşük	En Yüksek
Kadın	150	10	31,81	6,98	9	40
Erkek	99		31,89	7,14	10	40
Toplam	249		31,84	7,03	9	40

Müzik öğretmen adaylarının ses problemlerinin hayatlarına olumsuz etkilerini ölçmek üzere 5'li likert tipinde 10 soru sorulmuştur. Yanıtlar 0, 1, 2, 3 ve 4 olarak kodlanmıştır. Ses problemlerinin hayatlarına olumsuz etkilerini değerlendirmede alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 40'dır. Kadın müzik öğretmeni adayları ses problemlerinin hayatlarına olumsuz etkilerinden ortalama 31,81 puan, erkek öğretmen adayları ortalama 31,89 puan, tüm öğretmen adayları ise ortalama 31,84 puan almışlardır. Kadın öğretmen adaylarının puanlarının standart sapması 6,98 iken erkek öğretmen adaylarının standart sapması ise 7,14 bulunmuştur.

**Tablo 3. 3. 4. Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Sorunu Yaşama Zamanı Durumu**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	N	%	n	%	n	%
Sabah	74	49,3	36	36,4	110	44,2
Öğle	6	4,0	10	10,1	16	6,4
Akşam	32	21,3	15	15,2	47	18,9
Hep aynı	38	25,3	38	38,4	76	30,5
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 3. 4'e göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 49,3'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 36,4'si, toplamda ise % 44,2'i ses sorunlarının sabah saatlerinde arttığını, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 4'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 10,1'i, toplamda ise % 6,4'ü ses sorunlarının öğle saatlerinde arttığını belirtmişlerdir.

Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 21,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 15,2'si, toplamda ise % 18,9'u ses sorunlarının akşam saatlerinde arttığını, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 25,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının % 38,4'ü, toplamda ise % 30,5'i ses sorunlarının hep aynı zamanlarda arttığını belirtmişlerdir.

**Tablo 3. 3. 5. Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Hastalıkları Bilgisi Durumu**

Cinsiyet	n	Madde Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	En Düşük	En Yüksek
Kadın	150	13	20,79	2,48	15	40
Erkek	99		20,32	2,08	13	25
Toplam	249		20,60	2,33	13	40

Tablo 3. 3. 5'de müzik öğretmeni adaylarının ses hastalıkları bilgisi durumu ile ilgili 13 soru sorulmuştur. Her bir soru ile ilgili olarak bilemeyenlere "1", bilenlere ise "2" puan verilmiştir. Ses hastalıkları bilgisinden alınabilecek en düşük puan 13, en yüksek puan ise 26'dir. Kadın müzik öğretmen adayları ses hastalıkları bilgisinden ortalama 20,79 puan, erkek öğretmen adayları ortalama 20,32 puan, tüm öğretmen adayları ise ortalama 20,60 puan almışlardır. Kadın öğretmen adaylarının puanlarının standart sapması 2,48 iken erkek öğretmen adaylarının standart sapması ise 2,08 bulunmuştur.

**Tablo 3. 3. 6. Müzik Öğretmeni Adaylarının Ses Organlarının Yapısı, Ses Üretimi ve Bozuklukları İle İlgili Bilgilendirilme Durumu**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	N	%	n	%	n	%
Bilgilendirilen	103	68,7	75	75,8	178	71,5
Bilgilendirilmeyen	47	31,3	24	24,2	71	28,5
Toplam	150	100	99	100	249	100

Tablo 3. 3. 6'ya göre; Kadın müzik öğretmeni adaylarının % 68,7'si, erkek müzik öğretmeni adaylarının %75,8'i, toplamda ise % 71,5'i daha önce ses organlarının yapısı, ses üretimi ve bozuklukları ile ilgili bilgilendirildiklerini, kadın müzik öğretmeni adaylarının % 31,3'ü, erkek müzik öğretmeni adaylarının %24,2'ü, toplamda ise % 28,5'i daha önce ses organlarının yapısı, ses üretimi ve bozuklukları ile ilgili bilgilendirilmediklerini belirtmişlerdir.

#### 4. SONUÇ VE TARTIŞMA

Çalışmaya katılan müzik öğretmeni adaylarının % 73,1'i gün içerisinde orta derecede konuşkan olduklarını belirtmişlerdir. Ağduk'un (2004) çalışmasında ise bu çalışmadan farklı olarak öğretmenlerin günlük ders saati yükünün 6 saat olması nedeniyle gün içinde seslerini yoğun kullandıkları ifade edilmiştir. Müzik öğretmeni adayları da mesleğe başladıklarında yoğun ses kullanımına maruz kalabilirler.

Müzik öğretmeni adaylarının % 40,6 sının orta sıklıkta kısa telefon görüşmesi yaptıkları, kadın ve erkek adayların konuşma sürelerinin birbirine yakın olduğu görülmüştür. Ağduk' un (2004) çalışmasında ise bu çalışmadan farklı olarak kadın öğretmenlerin erkek öğretmenlere göre daha uzun görüşmeler yaptıkları dikkat çekmiştir.

Müzik öğretmeni adaylarının gün içerisinde yüksek sesle konuşma (%49 ) ve düşük sesle konuşma oranı (%51)birbirine çok yakındır. Adayların % 57,4'ü kendilerini yaşadıkları ortamda stressiz hissettiklerini belirtmelerine rağmen; % 72,3'ü kendilerini öğrenim hayatında stresli hissettiklerini belirtmişlerdir. Kadın öğretmen adaylarının öğrenim hayatında daha stresli olduğu dikkati çekmiştir. Ağduk' un (2004) çalışmasında ise bu çalışmanın aksine erkek öğretmenler gün içerisinde ev ve iş

ortamında bağırarak konuştuklarını fakat stres altında olmadıklarını, kadın öğretmenler ev ve iş ortamında bağırarak konuşmadıklarını ancak ev ortamında stres altında olduklarını ifade etmişlerdir.

Müzik öğretmeni adaylarının % 46,2'sinin konuşurken ve şarkı söylerken rezonans boşluklarını doğru kullanmaya ara sıra özen gösterdiği belirlenmiştir. Çalışmaya katılan müzik öğretmeni adaylarının % 42,6 'sı seslerini kullanırken vücutlarının dengeli ve düzgün duruşuna ara sıra önem verdiklerini; % 66,3'ü düzenli nefes egzersizi yapmadıklarını; % 64,7'si düzenli ses egzersizi yapmadıklarını belirtmişlerdir. Müzik öğretmeni adaylarının % 41,4'ü konuşurken ve şarkı söylerken nefesini doğru kullanmaya her zaman özen gösterdiklerini; % 82,3'ü ses türü, ses rengi ve ses aralıklarına göre eser seslendirmeye özen gösterdiklerini ; % 49'u okul dışında ses ile ilgili çalışmalara katılmadıklarını belirtmişlerdir. Bütün durumlar göz önüne alındığında müzik öğretmeni adaylarının ses kullanımı bakımından risk taşıdıkları belirlenmiştir. Yükrük (2002) araştırmasında bu çalışmaya paralel olarak müzik öğretmenliği son sınıf öğrencilerinin sınıf ortamında seslerini şarkı öğretimi sürecinde doğru ses üretimine yönelik örnekleri yeterli zaman dilimi içerisinde yalnızca %16'sının yeterli düzeyde kullanabildiğini; %44'ünün sesi doğru yerde, temiz ses üretme, rezonans bölgelerini kullanma konusunda yetersiz olduğunu tespit etmiştir.

Bu çalışmada ses hijyenlerine erkek müzik öğretmeni adaylarının kadın adaylara göre daha fazla özen gösterdikleri fakat her iki grubun ses hijyenine özen gösterme durumlarının ortalama değerinin altında olduğu tespit edilmiştir. Çoğunluğun hasta olduğunda seslerini kullandıkları, sigara içtikleri, gece yatmadan önce yemek yedikleri, düzenli uyumadıkları, buldukları ortamın havalandırılmasına ve nemine önem vermediği ve boğazını sık temizlediği tespit edilmiştir. Bu durum müzik öğretmeni adaylarının ses hijyenleri bakımından risk taşıdığını göstermiştir. Miller ve Verdolini' nin (1995) müzik öğretmenlerinin şu an ya da geçmişte ses problemleri olup olmadığını, ses kullanım alışkanlıklarını, ilaç kullanım durumlarını, ses bozuklukları açısından sıklık ve risk faktörlerini araştırdıkları çalışmalarında bu çalışmaya paralel olarak ses sorununa sahip olma konusunda risk taşıdıklarını ve kadınların, erkeklere göre iki kat risk altında olduğunu belirtmişlerdir. Ağduk' un (2004) çalışmasında ise bu çalışmanın aksine öğretmenlerin ses hijyeni davranışlarını kullandıkları görülmüştür. Bu sonuçlardan öğretmenlerin ses hijyeni konusunda müzik öğretmeni adaylarına göre daha bilinçli davrandıkları anlaşılmaktadır.

Çalışmaya katılan müzik öğretmeni adaylarının ses mekanizmasının zarar görmesine neden olan davranışları bilme durumu incelenmiştir. Larenjitken konuşma, antihistaminik kullanma, sık boğaz temizleme, kahve, çay, alkollü içecek tüketme, sigara içme, fısıltıyla, yüksek sesle, bağırarak ve taşıt araçlarında konuşmanın ses mekanizmasına zarar veren davranışlardan olduğunu bilme düzeyleri ortalamanın



üstünde(21,19 puan; en yüksek puan 28) görülmüş ve kadın müzik öğretmeni adaylarının bu konuda daha bilgili olduğu (21,57 puan) tespit edilmiştir. Ağduk' un (2004) çalışmasında ise bu çalışmaya paralel olarak öğretmenlerin çoğunluğu bağırarak konuşmanın ses mekanizmasına zarar verdiğini belirtmişlerdir.

Müzik öğretmeni adaylarının % 63,9'u ara sıra ses ile ilgili rahatsızlık geçirdiklerini, çoğunlukla ses sistemini oluşturan bölge ve organlara ilişkin ameliyat geçirmediklerini ifade etmişlerdir. Ağduk' un (2004) çalışmasında bu çalışmaya paralel olarak öğretmenlerin genel sağlık ve sık soğuk algınlığı geçirme durumları değerlendirildiğinde risk taşımadıkları belirlenmiştir. Tümkaya (2007) öğretmenlerde ses bozukluğu görülme oranı ve risk faktörlerini araştırdığı çalışma bulgularına göre; branş öğretmenlerinin sınıf öğretmenlerine göre ve sınıf öğretmenlerinin de anasınıfı öğretmenlerine göre ses semptomlarının ortaya çıkması açısından daha riskli olduğunu söylemektedir.

Müzik öğretmeni adaylarının polip, nodül, larenjit, ses teli kistleri, ses teli kanaması, ses kısıklığı, reinke ödemi kavramlarının ses hastalığı olduğunu bilme düzeylerinin ortalama değer üzerinde olduğu görülmüştür. Ağduk'un (2004) çalışmasında ise bu çalışmanın aksine öğretmenlerin ses yapıları ve fonksiyonel ses hastalıklarından olan polip, nodül, larenjit hakkında bilgilerinin az olduğunu belirtilmiştir. Nodül için cevap verme yüzdeleri, polip ve larenjit için cevap verme yüzdelerinden daha yüksek görülmüş bu nedenle nodül'ün öğretmenlerin daha sık karşılaştığı bir ses hastalığı olduğu düşünülmüştür.

Çalışmaya katılan müzik öğretmeni adaylarının % 71,5'i daha önce ses organlarının yapısı, ses üretimi ve bozuklukları ile ilgili bilgilendirildiklerini belirtmelerine karşın Ağduk 'un (2004) çalışmasına katılan öğretmenlerin çoğunluğu ses kullanımı, ses hijyeni ve ses hastalıkları hakkında bilgilendirilmediklerini belirtmişlerdir. Öğretmenlerin bilgilendirilmemiş olmalarına rağmen, ses hijyeni davranışlarını kullandıkları görülmüştür. Ses mekanizmasına zarar veren davranışlardan uzak durmaları, mesleklerini yaptıkları sürede ihtiyaç sonucu edindiklerini düşündürmüştür.

Müzik öğretmeni adaylarının ses problemlerinin hayatlarına olumsuz etkilerinin yüksek oranda olduğu tespit edilmiştir (31,84 puan; en yüksek puan 40 üzerinden değerlendirilmiştir). Adaylardan bazıları insanların bazen seslerini güçlükle duyduğunu, seslerindeki problemlerin kişisel ve sosyal hayatlarını sınırladığını, seslerindeki problemlerin sinirlenmelerine neden olduğunu belirtmişlerdir. Bu durum Sapir ve arkadaşlarının (1993) ses yıpranmasının öğretmenlerde çok yaygın olduğunu öğretmenlerin yarısının çoklu belirtiler gösterdiklerini ortaya koydukları çalışmalarıyla paralellik göstermektedir. Öğretmenler bu belirtilerin işlerini, etkili bir öğretim

yapmalarını olumsuz olarak etkilediğini ve bu durumun kronik bir stres ve öfke kaynağı olduğunu belirtmişlerdir. Aynı şekilde Fairfield ve Richards'ın (2007) öğretmen adayları son sınıf öğrencileriyle eğitim stajları boyunca ses sorunları yaygınlığını ve türlerini belirlemeye çalıştığı araştırma sonuçlarına göre katılımcıların üçte birinin stajları boyunca ses sorunları yaşadığı ve her 12 öğrenciden birinin VHI'ye göre orta derecede bir riske sahip olduğu ortaya konulmuştur. Bu bulguların aksine Eyilikeder'in (2009) çalışmasında genel olarak öğretmen ve öğretmen adayları kendi değerlendirmelerine göre seslerinin fonksiyonel, fiziksel ve ruhsal olarak onları olumsuz yönde etkilemediğini düşünmektedirler. Böyle bir sonuca ulaşılması seslerine ilişkin sorunların ve bunun hayatları üzerindeki etkilerinin farkında olmayabilecekleriyle açıklanmıştır. Bu sonuç Ağduk'un (2004) öğretmenlerin ses kullanım alışkanlıkları ve ses hijyeni ve ses hastalıkları hakkında bilgi düzeylerinin incelendiği çalışmasından elde edilen sonuçla paralellik göstermektedir. Buna göre seslerinden şikayetçi olma durumları değerlendirildiğinde öğretmenlerin çoğunluğu ses problemi yaşamadıklarını belirtmelerine rağmen seslerindeki problemleri ve günün hangi zaman diliminde problem hissettikleri sorulduğunda öğretmenlerin çoğunluğu cevap vermiştir. Thomas ve arkadaşları (2007) aynı şekilde ses engeli olan öğretmenlerin her zaman ses şikayetinde bulunmadıklarını belirtmiştir ki bu da öğretmenlerin sesleri için başlı başına bir risk oluşturmaktadır. Williams (2003) mesleklerini sesiyle icra edenlerde sesle ilgili şikayetlerin genel popülasyondan daha sık görüldüğünün bilinmekte olduğunu, Smith ve arkadaşları (1997) ile Sala ve arkadaşları (2001) mesleki ses kullanıcıları içinde öğretmenlerin ses problemlerinin daha sık ve yaygın görülmesi sebebiyle yüksek risk grubu içinde olduklarını belirtmektedir.

Bu çalışma sonucunda müzik öğretmeni adaylarının ses kullanım alışkanlıkları açısından risk taşıdıkları, ses hijyenlerine yeterince özen göstermedikleri, ses hastalıkları ve ses mekanizmasına zarar veren davranışları bilme düzeyleri ortalamanın üzerinde olmasına rağmen bu bilgileri günlük hayatta yeterli düzeyde uygulamadıkları ve ses problemlerinin hayatları üzerinde olumsuz etkilerinin yüksek oranda olduğu tespit edilmiştir.

## KAYNAKLAR

Ağduk, A. (2004). *Öğretmenlerin Ses Kullanım Alışkanlıkları ile Ses Hijyeni ve Ses Hastalıkları hakkında Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, A. Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Burad, E., Çağlar, Y. (1972). *Sesiniz*, Ankara: Sinir Dergisi Yayını, s.5.

Çongur, Ö. (2000).*İlköğretim Ve Lise Öğretmenlerinin Karşılaştıkları Ses Hastalıkları Ve Tedavi Yöntemleri Sonuçlarının Araştırılması*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara. s.3,75.

Eyilikeder, S. (2009).*Öğretmen Ve Öğretmen Adaylarının Seslerinin Yaşam Kaliteleri Üzerindeki Etkilerinin Kendileri Tarafından Değerlendirilmelerinin Karşılaştırılması*, Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Fairfield, C., Richards B. (2007). Reported Voice Difficulties in Student Teachers: A Questionnaire Survey. *British Journal of Educational Studies*.

Gonca, B. (2003). Müzik Öğretmeni Adaylarında Düzgün, Doğru Ve Etkili Konuşma Yönünden Bireysel Ses Eğitimi Dersinin Önemi, *Cumhuriyetimizin 80. Yılında Müzik Sempozyumu* , 30-31 Ekim , İnönü Üniversitesi, Malatya, s.111.

Koufman, JA, Isaacson, G. (1999) Voice disorders. Philadelphia, WB Saunders.

Miller, M K., Verdolini, K. (1995). Frequency and Risk Factors for Voice Problems in Teachers of Singing and Control Subjects. *Journal of Voice*, s. 9, 348-362

Ömür, M., Ökçün, E. (1996), Profesyonel Ses Hastalıkları ve Tedavisi, Oğuz A, Demireller A (Ed.): Ses ve Ses Hastalıkları (kitabından),İstanbul: Ekin Tıbbi Yayın.

Sala E, Laine A, Simberg S, Pentti J, Suonpaa J. The prevalence of voicedisorders among day care center teachers compared with nurses: a questionnaireand clinical study. *J Voice* 2001 ;15(3):413-23.

Sapir, S., Keidar, A. and Mathers- Schmidt B. (1993).Vocal Attrition in Teachers: Survey Findings.*European Journal of Disorders of Communication*.

Simberg, S., Laine, A., Sala, E. and Rønnemaa, Anna-Maija (2000) Prevalence of Voice Disorders Among Future Teachers. *Journal of Voice*.

Smith, E., Gray, S.D., Dove, H., Kirchner, L., Heras, H. (1997) Frequency and effects of teachers' voice problems. *J Voice* 1997 ;11(1):81-7.

Thomas, G., Kooijman Piet G.C., Donders, A. Rogier T., Cremers, Cor W.R.J. and Jong, F.C.R.S. (2007). The Voice Handicap of Student-Teachers and Risk Factors Perceived to Have a Negative Influence on the Voice. *Journal of Voice*.

Töreyn, A. M. (2002). Müzik Öğretmenliği Eğitiminde Ses Eğitimi, *Müzed Dergisi*. Sayı: 5, s. 4-5.

Tümekaya, F. (2007) Öğretmenlerde Disfoni Prevalansı Ve Disfoni Yapan Risk Faktörleri Arasındaki İlişki. Uzmanlık Tezi Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Kulak Burun Boğaz Anabilim Dalı

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

Williams, N.R. (2003) Occupational groups at risk of voice disorders: a review of the literature *Occupational Medicine* 2003;53:456-460.

Yükrük, S. (2002). *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Müzik öğretmenliği Anabilim Dalı Son Sınıf Öğrencilerinin Öğretmenlik uygulamasında Sınıf Ortamında Seslerini Kullanma Becerileri*, Yayınlanmamış doktora Tezi, G. Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.