

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
MÜZİK EĞİTİMİ BİLİM DALI

ETKİNLİK TEMELLİ TASARLANAN GİTAR
EĞİTİMİNİN KANSER HASTASI YAKINLARININ
YAŞAMLARINDAKİ ROLÜNÜN
DEĞERLENDİRİLMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hüseyin OLGAÇER

Lefkoşa

Haziran, 2019

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
MÜZİK EĞİTİMİ BİLİM DALI

ETKİNLİK TEMELLİ TASARLANAN GİTAR
EĞİTİMİNİN KANSER HASTASI YAKINLARININ
YAŞAMLARINDAKİ ROLÜNÜN
DEĞERLENDİRİLMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hüseyin OLGAÇER

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Erkan SÜLÜN

Lefkoşa

Haziran, 2019

JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI

Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne

Hüseyin OLGAÇER'in "Etkinlik Temelli Tasarlanan Gitar Eğitimi'nin Kanser Hastası Yakınlarının Yaşamlarındaki Rolünün Değerlendirilmesi" isimli tezi Haziran 2019 tarihinde jürimiz tarafından Müzik Eğitimi Bilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Üye (Başkan) : Doç. Dr. Aşkın KİRAZ

Üye : Yrd. Doç. Dr. Emine KIVANÇ ÖZTUĞ

Üye (Danışman) : Yrd. Doç. Dr. Erkan SÜLÜN

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

17.06.2019

Prof. Dr. Fahriye ALTINAY AKSAL

Eğitim Bilimleri Enstitü Müdürü

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım ‘Etkinlik Temelli Tasarlanan Gitar Eğitiminin Kanser Hastası Yakınlarının Yaşamlarındaki Rolünün Değerlendirilmesi’ adlı çalışmanın, öneri aşamasından sonuçlanmasına kadar geçen süreçte, bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu çalışmada doğrudan ve dolaylı olarak her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Hüseyin OLGAÇER

17/06/2019

ÖNSÖZ

Bir müzik eğitimcisi olarak girdiğim yüksek lisans sürecinde tezimi bitirmenin mutluluğu içerisindeyim. Bu süreçte iyi bir müzik eğitimcisi olma yolunda birçok bilgi öğrenip, birçok kazanım elde ettim. Her ihtiyaç duyduğumda yanımda olan, yüksek lisans süreci boyunca bilgisini ve deneyimlerini bana aktaran, iyi bir müzik eğitimcisi olma yolunda bir bakış açısı kazanmamda büyük etkileri olan danışman hocam Yrd. Doç. Dr. Erkan Sülün'e en içten saygı ve teşekkürlerimi sunarım. Yüksek lisans eğitim sürecinin tüm aşamalarında bana katkıları olan, bilgilerini ve deneyimlerini aktaran, önerileriyle müzik eğitimcisi olarak çizdiğim yolun şekillenmesinde katkıları olan tüm hocalarıma, fikir alışverişinde bulunduğum meslektaşlarıma, bilgilerimi aktarırken birçok bilgi öğrenmeme ve tecrübe kazanmamamda etkisi olan öğrencilerime ve bu süreçte yanımda olan aileme sonsuz teşekkür ederim.

ÖZET

ETKİNLİK TEMELLİ TASARLANAN GİTAR EĞİTİMİNİN KANSER HASTASI YAKINLARININ YAŞAMLARINDAKİ ROLÜNÜN DEĞERLENDİRİLMESİ

OLGAÇER, Hüseyin

Yüksek Lisans, Müzik Eğitimi Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Erkan Sülün

Haziran 2019, 90 Sayfa

Bu araştırma etkinlik temelli tasarlanan gitar eğitiminin kanser hastası yakınlarının yaşamlarındaki rolünün değerlendirilmesi amacı ile gerçekleşmiştir. Araştırma Kanser Hastalarına Yardım Derneği'ne bağlı olan Umut Eğitim ve Kültür Evinde gerçekleştirilmiştir. Umut Eğitim ve Kültür Evinde üyelerin isteği doğrultusunda öğrencilere birçok alanda dersler verilmektedir. Bu derslerden biri de müzik eğitimi kapsamında verilen gitar eğitimidir. Dernek kapsamında verilen müzik dersleri standart müzik eğitimi yöntemleri kullanılarak verilmekte ve standart bir müzik eğitiminin kanser hastası yakınlarının ihtiyaçlarını karşılamadığı düşünülmektedir. Bu nedenlerle verilen gitar eğitimi ve bu eğitimin gerçekleşmesinde kullanılan gitar eğitimi programı, kanser hastası yakınlarının ihtiyaçları göz önünde bulundurularak yeniden yapılandırılmıştır. Yapılan literatür çalışması sonucunda, kanser hastası yakınlarının en çok yaşadıkları sorunların kaygı durumu ve yaşam doyumu ile ilgili olduğu gözlemlenmiştir. Bu doğrultuda kanser hastası yakınlarının kaygı ve yaşam doyumu düzeyleri ölçülerek, etkinlik temelli tasarlanan gitar eğitiminin kanser hastası yakınlarının kaygı düzeylerine ve yaşam doyumlarına herhangi bir etkisinin olup olmayacağı ve bu etkinin ne düzeyde olduğu ölçülmek istenmiştir. Deneysel bir çalışma olan bu çalışmada nicel araştırma modellerinden biri olan “tek grup ön test- son test” desen kullanılmıştır. Bu doğrultuda “Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği” ve “Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeği” eğitim öncesi ön test, eğitim sonrası ise son test olarak çalışma grubu üzerinde uygulanmıştır. Çalışma grubu 11-17 yaş aralığında olup, Kanser Hastalarına Yardım Derneğine bağlı olan Umut Eğitim ve Kültür evinde gitar dersi almakta olan 10 öğrenciden

oluşmaktadır. Araştırma sonucunda elde edilen veriler doğrultusunda, etkinlik temelli tasarlanan gitar eğitiminin uygulanması sonrasında, kanser hastası yakınlarının kaygı durumlarının anlamlı bir fark yaratacak düzeyde düşerken yaşam doyumlarının anlamlı bir fark yaratacak düzeyde arttığı gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Kanser Hastası Yakınları, Gitar Eğitimi, Kaygı, Yaşam Doyumu, Müzik Terapi.

ABSTRACT
EVALUATING THE ROLE OF ACTIVITY BASED GUITAR
EDUCATION IN THE LIVES OF CANCER PATIENT'S
RELATIVES

OLGAÇER, Hüseyin

Master Thesis, Department of Music Education

Thesis Advisor: Asst. Prof. Dr. Erkan Sülün

June 2019, 90 page

This research was carried out to evaluate the role of activity based guitar education in the lives of relatives of cancer patients. The research was conducted at the Umut Education and Culture House, which is affiliated to the Help Those With Cancer Association. Students are given lessons in many areas upon the request of the members in the Umut Education And Culture House. One of this courses is guitar education which is given within the scope of general music education. The music lessons in the Association are given by using standart music education methods and it is thought that a standart music education does not meet the needs of relatives of cancer patients. For this reasons, the guitar training and guitar training package used in the realization of this training have been restructed considering the needs of cancer patient's relatives. As a result of the literature study, it was observed that the problems most experienced by the cancer patient's relatives are related to the anxiety and life satisfaction. It is aimed to assess the effect of activity based guitar education on anxiety levels and life satisfaction of cancer patient's relatives. One group pre-test and post-test design, which is one of the quantitative research methods was used in this study. "Multidimensional Student Satisfaction Scale" and "State-Trait Anxiety Scale" were applied to the study group as pre-test and post-test. The study group consisted of 10 students, aged between 11-17, taking guitar lessons at Umut Education and Culture House, which is affiliated to the Help Those With Cancer Association. According to the data obtained from the research, it was observed that the anxiety levels of the relatives of cancer patients decreased significantly and life satisfaction increased significantly after the implementation of the activity-based guitar education.

Keywords: Cancer Patient's Relatives, Guitar Education, Anxiety, Life Satisfaction, Music Therapy

İÇİNDEKİLER

JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI.....	i
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI.....	ii
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii
TABLolar LİSTESİ.....	ix

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı	5
1.2.1. Alt Amaçlar.....	5
1.3. Araştırmanın Önemi.....	6
1.4. Sınırlılıklar	7
1.5. Kısaltmalar	7

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE ve İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Müzik ve İnsan Yaşamındaki Yeri.....	8
2.2. Müziğin Bireysel ve Toplumsal Etkisi.....	10
2.3. Müzik Eğitimi ve Bireyler Üzerindeki Etkisi	13
2.4. Kanser Hastası Yakınları.....	15
2.5. Kaygı.....	17
2.6. Yaşam Doyumu.....	19
2.7. Etkinlik Temelli Tasarlanan Gitar Eğitimi.....	21
2.7.1. Etkinlik Temelli Gitar Eğitiminde Katılımcılar.....	22
2.7.2. Etkinlik Temelli Gitar Eğitiminde Süreç	23
2.7.3. Etkinlik Temelli Gitar Eğitiminde Öğretmenin Rolü	29
2.7.4. Etkinlik Temelli Gitar Eğitimi Paketinde Kullanılan Yöntemler	33
2.7.4.1. Doğaçlama Yöntemi	33
2.7.4.2. Performans Yöntemi	36
2.7.4.3. Besteleme Yöntemi.....	38
2.7.4.4. Dinleme Yöntemi.....	39
2.8. İlgili Araştırmalar.....	40

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli	42
3.2. Çalışma Grubu	43
3.2.1. Çalışma Grubuna Yönelik Tanımlayıcı İstatistikler	43
3.2.2. Çalışma Grubunun ve Ailesinin Müzik Aleti Çalma Durumu İle İlgili Tanımlayıcı İstatistikler	44
3.3. Verilerin Toplanması	45
3.3.1. Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği	45
3.3.2. Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri	46
3.4. Verilerin İstatistiksel Analizi	47

BÖLÜM IV

BULGULAR ve YORUMLAR

4.1. Öğrencilerin Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Ön Test ve Son Test Puanları	48
4.2. Öğrencilerin Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinden Aldıkları Ön Test ve Son Test Puanları	52

BÖLÜM V

TARTIŞMA	57
----------------	----

BÖLÜM VI

SONUÇ ve ÖNERİLER

6.1. Sonuç	62
6.2. Öneriler	63
KAYNAKÇA	65
EKLER	76
EK 1 YDÜ Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Onay Yazısı	77
EK 2 ÇOYDÖ İçin Alınan İzin	78
EK 3 Bilgilendirilmiş Onam Formu	79
EK 4 Durumluk Kaygı Ölçeği	80
EK 5 Sürekli Kaygı Ölçeği	81
EK 6 Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği	82
EK 7 Etkinlik Temelli Gitar Eğitimi Paketi	84
ÖZGEÇMİŞ	89
TURNİTİN	90

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Çocukların Sosyo-Demografik Özellikleri	43
Tablo 2. Çocukların Enstrüman Çalma, Gitar Çalma Düzeyi ve Ailesinde Müzikle Uğraşan Birisi Olma Durumu	44
Tablo 3. Çocukların Eğitim Öncesi ve Eğitim Sonrası Durumluk Kaygı Ölçeğinde Yer Alan Maddelerden Aldığı Puanlar	46
Tablo 4. Çocukların Eğitim Öncesi ve Eğitim Sonrası Durumluk Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanlar	49
Tablo 5. Çocukların Eğitim Öncesi ve Eğitim Sonrası Durumluk Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanların Karşılaştırılması	49
Tablo 6. Çocukların Eğitim Öncesi ve Eğitim Sonrası Sürekli Kaygı Ölçeğinde Yer Alan Maddelerden Aldığı Puanlar	50
Tablo 7. Çocukların Eğitim Öncesi ve Eğitim Sonrası Sürekli Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanlar	51
Tablo 8. Çocukların Eğitim Öncesi ve Eğitim Sonrası Sürekli Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanlarının Karşılaştırılması	52
Tablo 9. Çocukların Eğitim Öncesi ve Eğitim Sonrası Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinde Yer Alan Maddelerden Aldığı Puanlar	52
Tablo 10. Çocukların Eğitim Öncesi ve Eğitim Sonrası Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanlar	54
Tablo 11. Çocukların Eğitim Öncesi ve Eğitim Sonrası Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanların Karşılaştırılması	55

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Müziğin insanların yaşamları üzerindeki rolü hakkında birçok çalışma yapıldığı ve bu çalışmaların sayısının her gün arttığı bilinmektedir. Yapılan çalışmalarda başarılı sonuçlara rastlandığı söylenilebilir. Müziğin insanların yaşamlarına farklı alanlarda, birçok açıdan etkisi bulunduğu düşünülmektedir.

Müziğin insanlara sağladığı katkılar, müziğin etkisi olarak düşünülebilir. Müziğin bu etkiyi yaratma biçimini ve bu etkinin ne derecede olduğunu geçmişten günümüze kadar yapılmış olan çalışmalar ile aktarılmaktadır. Müziğin etkisi üzerine yapılan araştırmalar sonucunda elde edilen veriler, müziğin her açıdan, insanların yaşamlarına nasıl faydalar sağladığı konusunda önemsenmesi gereken bir durumdur (Canbay, Ece, Karabulut, Temiz, Dalkıran, Kurtuldu, Sağer ve Nacakcı, 2015).

Müzik bütün insanların sahip olduğu evrensel bir iletişim türüdür. Dilin gelişiminde, insan ilişkilerinde, grup çalışmalarında ve benzeri davranışlarda etkisi olduğu düşünülen müzik, insan yaşamındaki en köklü ve ilk ortaya çıkan bilişsel alanlardan da biridir (Çuhadar, 2016).

Bireyler kendi içinde ve çevresel yaşantısında deneyimlediği her şeyi müzik ile de deneyimlemektedir. İnsanların hayatında müziğin bu kadar önemli bir yere sahip olmasının nedeni budur. Bu sebeple insan yaşamının her döneminde müzik kullanılmaktadır. Müzik, bu etkilerinden dolayı birçok sağlık probleminde sağlığı destekleyici bir araç olarak da varlığını göstermektedir (Akkuş, 2007).

Müziğin, psikolojik açıdan bireylere olan etkisinin sürekli olarak altı çizilmekte, oluşan bu etkinin yalnız insanlar açısından değil, diğer canlılar açısından da etkisinin olduğu çeşitli araştırmalarda belirtilmektedir. Bu sebeplerden dolayı müzik, bir sağlık probleminin tedavisinde destekleyici bir araç olarak daha iyi neticelere ulaşılması maksadı ile araştırmacılar tarafından kullanılmıştır (Sezer, 2011).

Müziğin etkilerini araştıran çalışmaların en fazla gerçekleştiği alan, müziğin sağlık problemlerini iyileştirmedeki rolü üzerine yapılan çalışmalardır. Bu alanda tüm dünyada pek çok çalışma gerçekleşmiş, birçok hastalığın iyileştirilmesi maksadı ile

alışmalar deneysel olarak gerçekleşmiştir. Bu alışmalar arasında psikolojik problemlerin iyileştirilmesi için yapılan çalışmalar ile önemli veriler elde edilmiştir (Canbay, 2015).

Kanser hastaları uzun ve zorlu bir tedavi sürecine girmektedirler. Bu zorlu sürece sadece kendileri değil yakınları da girmekte ve birbirlerinin desteğine ihtiyaç duymaktadırlar. Kanser hastalığına yakalanan yetişkin kanser hastaları, iş yaşantılarından ve sosyal yaşantılarından uzak kalmaktadırlar ve bu durum onları olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrıca ocuk sahibi olan yetişkin kanser hastaları durumlarını çocuklarına açıklamakta zorlanmakta, çocuklarının bakımı konusunda endişelenmektedirler. Tedavi sürecinde olan ocuk kanser hastaları ise, eğitimlerini aksatmak durumunda kalmaktadırlar ve zamanlarının büyük bir bölümünü hastanede geçirmektedirler. Bu nedenlerden dolayı çocuklar, okulun sağladığı sosyal çevreden uzaklaşmaktadırlar ve psikolojik olarak bu süreçten etkilenmektedirler. Çocukları en çok üzen durumlardan biri eskiden yapabiliyor oldukları şeyleri artık yapamıyor olmaları, arkadaşları ile eskisi gibi görüşemeyip, beraber vakit geçirememeleridir. Çocuklar okula düzenli bir şekilde devam edemediklerinden dolayı derslerinden geri kalmaktadırlar ve bu durum başarısızlığa yol açmaktadır. Okuldaki başarısızlığın çocuklarda genel anlamda kendine güvensizliğe dönüştüğü ve bu durumu yaşamlarının diğer alanlarına da aktardıkları söylenebilir (Er, 2006).

Yaşamda strese yol açan durumlar, fiziksel sağlık problemleri ve aile içindeki ilişkilerde yaşanan olumsuz durumlar, Dünya Sağlık Örgütü'nün belirtmiş olduğu psikolojik problemlerin kapsamında bulunmaktadır. Bahsi geçen raporda, kronikleşmiş sağlık problemlerinin ve hastalıklarının, ruhsal açıdan yaşanması muhtemel problemlerin olasılığını artırdığının altı çizilmekte, kaygı açısından yaşanan durum değişiklikleri ve aileden birinin kaybedilmesi ile artan depresyon durumunun da kalp ile ilgili olan hastalıkların yaşanma olasılığını artırdığı belirtilmektedir. Ruhsal problemlerin nedenlerinden biri olarak belirlenen ve sürecin uzun sürebildiğı gibi, hayati tehlikeye de sebebiyet verebilen fiziksel hastalıklardan birisi de kanserdir (WHO, 2004).

Aile içerisinde kanser hastalığına sahip bir bireyin olması, aile içindeki rolleri, günlük yaşam aktivitelerini ve aile içi ilişkileri etkilemekte ve bu yeni sürece uyumda sorunlar yaşanmaktadır. Ailenin kanserli hastaya maddi manevi her türlü desteğinin

önemi birçok çalışma ile kanıtlanmış olmakla birlikte, kanserli hasta yakınlarının da desteğe ve kendilerini güçlü hissetmeye ihtiyaçları vardır. Ailenin yaşamında değişikliğe sebebiyet veren bu hastalığın sürecinin uzaması, hayati tehlikeyi barındırır durumda olması, günlük yaşamdaki rutinlerin düzenli bir biçimde gerçekleşmemesi, iş yaşamı ve sosyal yaşama eskisi gibi vakit ayıramayacak durumda olunması gibi sebeplerle kendine üzülmeye, kendi kayıplarının yasını tutma, kanser hastası için kaygı, çaresizlik ve umutsuzluk duyguları yaşama durumu, kanser hastası yakınlarının psikolojik durumlarında çöküntüye yol açabilmekte, aile üyelerinde bu kayıplardan dolayı yas tepkileri de gözlenebilmektedir (Terakye, 2011).

Dünya Sağlık Örgütünün raporunda, psikolojik durumu koruyucu etkenler de açıklanmaktadır. Etkisi kanıtlara dayalı olarak belgelenmiş, psikolojik durumu etkileyen koruyucu etkenlerden birinin de “kanser hastası yakınlarının verdiği sosyal destek” olduğu belirtilmektedir (WHO, 2004).

Kanser hastası yakınları, hastaların içine girmiş oldukları bu zorlu tedavi sürecini onların yanında olarak ve destek olarak beraber yaşamaktadırlar. Kanser hastası yakınları bu süreçte kanser hastalarının motivasyonlarını yüksek tutmaya çalışmakta, onların mutlu olmasını sağlayıp rahat bir tedavi süreci geçirmelerini istemektedir. Bu sürecin çoğunu hastalar ile beraber yaşayan yakınlarının da psikolojik durumları kötü yönde etkilenebilmektedir. Kanser hastası yakınları kendileri de böyle bir psikolojik durum içerisindeyken hastalara yardımcı olmakta zorlanabilmektedirler (Babaoğlu ve Öz, 2003).

Çocuk kanser hastası ve çocuk kanser hastası yakınlarında bu süreç, yetişkinlerle benzer durumlara sahip olmasının yanında daha farklı durumlar da yaşanabilmektedir. Çocuk kanser hastası yakınları yaşanan bu süreçten, yetişkinlere göre daha fazla etkilenebilmektedirler. Çocuk kanser hastası ve yakınları, yaşanan bu durumu algılamakta bazen zorlanabilmektedirler. Çocuklar karşılaşılan bu durum karşısında şaşkınlık, kızgınlık, inkâr etme ve benzeri durumları yaşayabilmektedirler. Tüm bu nedenler çocukların kaygı durumlarında ve yaşam doyumlarında değişimlere yol açıp, çocukların günlük yaşam rutinlerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Er, 2006). Hasta yakınları da hastalar gibi kaygı, öfke, kabullenememe gibi aşamaları deneyimlerler ve hastalara yardımcı olabilmeleri için onların da sosyal desteğe ihtiyaçları vardır (Kübler-Ross, 1995).

Hasta yakınlarının psikolojik açıdan korunması, özellikle olası bir depresyona girme durumu için önlemler alınması, anksiyete'nin ve psikolojik duygu değişimlerinin belli bir seviyede tutulması, davranışlarının sebebi olabilecek duygu ve düşüncelerinin saptanarak onlara empatik bir yaklaşımla yardım edilmesi ile mümkündür (Terakye, 2011).

Kanser hastası yakınları bu süreci yaşarken, onların duygu ve düşüncelerinin fark edilip, onlara yardımcı olunması gerekmektedir. Kanser hastası yakınlarında, bu süreci kolaylaştırmak için yardımcı araçlara ve etkinliklere ihtiyaç duyulmaktadır. Bu araçlar ve etkinlikler arasında müziğin önemli bir yere sahip olduğu düşünülmektedir (Sarper, 2013).

Müziğin etkisi kapsamına giren durumların tümünü araştırılmasının sadece bir araştırmanın konusu olamayacak kadar geniş olduğu düşünülmektedir. Müziğin etkisini araştırmaya yönelik yapılan çalışmaların konulara bölünmesinin ve sınırlandırılmasının araştırmanın problem durumundan uzaklaşılması açısından faydalı olabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmada müziğin alt boyutlarından biri olan müzik eğitimi temel alınmıştır. Müziğin etkisi, geniş bir alan olduğu kadar, müzik eğitimin de tek başına çok geniş bir alan olduğu söylenebilir. Bu çalışmada, müziğin etkisinin boyutları müzik eğitimi kapsamında yer alan gitar eğitimi ile sınırlandırılmış ve etkinlik temelli tasarlanan gitar eğitiminin kanser hastası yakınlarının yaşamlarındaki rolü değerlendirilmiştir.

Müzik aleti çalmanın düzenli bir çalışmayı gerektirdiği düşünülmektedir. Bilinçli bir çalışma ile başarıya ulaşılabileceği söylenebilir. Müzik eğitimi aşamalı olarak gerçekleşen bir süreçtir. Kolay parçalardan daha zor parçalara aşamalı olarak geçilir. Bireylerin çalabildikleri basit bir parçanın onların başarıya olan inançlarını ve motivasyonlarını arttırabileceği düşünülmektedir. Bireylerin müzik aleti çalabilmekteki başarısının, yaşantılarının diğer alanlarına da aktarılabilmesi düşünülmektedir. Tüm bu nedenlerle müzik aleti çalabilmenin, kanser hastası yakınlarının yaşadıkları bu zorlu süreçte ihtiyaç duyabilecekleri etkinlik ve araçlardan birisi olduğu ve önemli bir yere sahip olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırma ile amaçlanan müzisyen yetiştirmek değil, müzik eğitimi ile kanser hastası yakınlarının yaşamlarına olumlu bir katkıda bulunmaktır. Bu nedenle uygulanan gitar eğitimi programı, kanser hastası yakınlarının ihtiyaç duyabilecekleri

durumlar göz önünde bulundurularak hazırlanmıştır. Gitar eğitimi programının kanser hastası yakınlarının kaygı düzeylerine ve yaşam doyumlarına olumlu yönde bir katkısı olmalıdır. Bu katkı standart bir gitar eğitimi programı ile mümkün olmayıp, uygulanan programın bireylerin ihtiyaçlarına göre düzenlenmesi gerekmektedir. Bu ihtiyaçlar doğrultusunda gitar eğitimi programı herkesin uygulayabileceği düzeyde, hem eğlendiren hem öğretebilen bir program olmasına dikkat edilerek, etkinlik temelli olarak oluşturulmuştur. Yukarıda anlatılanlar doğrultusunda araştırmanın problem cümlesi “Etkinlik Temelli Tasarlanan Gitar Eğitiminin Kanser Hastası Yakınlarının Yaşamlarındaki Rolü Nedir ?” araştırma sorusu olarak belirlenmiştir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Kanser Hastalarına Yardım Derneğine bağlı Umut Eğitim ve Kültür Evinde, tedavi sürecinden dolayı derslerinden geri kalan bireylere öğrenci talebine göre dersler verilmektedir. Verilen bu derslerden birisi de müzik eğitimi derslerinden birisi olan gitar eğitimidir. Gitar derslerine KHYD’ne üyeliği bulunan kanser hastaları ve zorlu tedavi sürecini kanser hastaları ile beraber yaşayan kanser hastası yakınları katılabilmektedir. Dernek aracılığı ile derse katılan öğrencilerin çoğunluğunu kanser hastası yakınları oluşturmaktadır. Alınan gitar eğitiminin kanser hastası yakınlarının yaşamlarına olumlu yönde bir katkısının olabileceği düşünülmekte ve gözlemlenmektedir. Bu düşünceden yola çıkarak, verilecek gitar eğitiminin standart bir programdan farklı olarak kanser hastası yakınlarının ihtiyaçlarına göre düzenlenmesi gerektiği saptanmıştır. Bu araştırma ile etkinlik temelli tasarlanan gitar eğitiminin, kanser hastası yakınlarının yaşamlarına olumlu bir katkısının olup olmadığının ve bu katkının ne düzeyde olduğunun akademik ve bilimsel temellere dayandırılarak ölçülmesi amaçlanmıştır.

1.2.1. Alt Amaçlar

Araştırmada genel amaç doğrultusunda araştırmaya yön vermesi amacı ile aşağıdaki sorular alt amaçlar olarak belirlenmiştir:

- Öğrencilerin ön test ve son test olarak uygulanan durumluk kaygı ölçeğinde yer alan maddelerden aldıkları puanlar nasıldır?
- Öğrencilerin ön test ve son test olarak uygulanan durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanlar nasıldır?

- Öğrencilerin ön test ve son test olarak uygulanan durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanların karşılaştırılması nasıldır?
- Öğrencilerin ön test ve son test olarak uygulanan Sürekli kaygı ölçeğinde yer alan maddelerden aldıkları puanlar nasıldır?
- Öğrencilerin ön test ve son test olarak uygulanan Sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanlar nasıldır?
- Öğrencilerin ön test ve son test olarak uygulanan Sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanların karşılaştırılması nasıldır?
- Öğrencilerin ön test ve son test olarak uygulanan Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu ölçeğinde yer alan maddelerden aldıkları puanlar nasıldır?
- Öğrencilerin ön test ve son test olarak uygulanan Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu ölçeğinde yer alan maddelerden aldıkları Toplam puanlar nasıldır?
- Öğrencilerin ön test ve son test olarak uygulanan Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu ölçeğinde yer alan maddelerden aldıkları Toplam puanların karşılaştırılması nasıldır?

1.3. Araştırmanın Önemi

İyi tasarlanmış bir müzik eğitiminin, araştırma bağlamında da kanser hastası yakınlarına göre tasarlanmış gitar eğitiminin, kanser hastası yakınlarının yaşamlarında önemli bir rolü ve katkısı olabileceği düşünülmektedir. Böyle bireylere uygulanacak gitar eğitimi etkinlik paketi, belirli amaçlar doğrultusunda, bireylerin yaşamlarına bir katkıda bulunabilmek için hazırlanmalıdır. KHYD ve benzeri kurumlarda verilecek gitar eğitiminin, bilinçli bir şekilde verilmesi gerekmektedir. Bu nedenlerle belirlenen amaçlara uygun etkinlik paketlerinin oluşturulabilmesi ve geliştirilebilmesi için, öncelikle gitar eğitiminin kanser hastası yakınlarının yaşamlarındaki rolü ve katkıları ile ilgili akademik ve bilimsel temellere dayanan çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu araştırma yukarıda bahsedilen akademik çalışmalardan biri olacağı, KHYD ve benzeri kurumlardaki eğitmenlerin amaçlı ve bilinçli eğitim programları hazırlamalarına ve düzenlemelerine yön vereceğinden dolayı önemlidir.

1.4. Sınırlılıklar

- Araştırma KHYD'nin üyesi olan ve gitar eğitimi alan kanser hastası yakınları ile sınırlıdır.
- Çalışma grubu KHYD'nin üyesi olan ve gitar eğitimi alan 11-17 yaş arasındaki 10 kanser hastası yakını ile sınırlıdır.
- Araştırmanın uygulama süreci 8 hafta ile sınırlıdır.

1.5. Kısaltmalar

KHYD : Kanser Hastalarına Yardım Derneği

ÇÖYDÖ : Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği

KKTC : Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Müzik ve İnsan Yaşamındaki Yeri

Müzik, insanların içsel ve dışsal dünyasında yaşamış oldukları duyguların, sesleri tanımlama aracı olan notalar ile anlatılması ve aynı zamanda notaların birbirleri arasındaki ilişkiyi açıklayan bir bilim dalıdır. Kulak aracılığı ile duyulan her şeyin beynin süzgecine ulaşır bireylerin algılayabileceği gibi şekillendiği ve hissiyatı bir özelliği bulunan müzik, teknolojik cihazların insanların yaşamlarına ve evlerine kolayca ulaşabilmesinin ardından insan yaşamında en çok yer alan sanat dallarından biri olmuştur (Aylaz, 2018).

Müzik, insan hayatının her döneminde, iş yaşamında ve sosyal yaşantısında bulunmaktadır. İnsan yaşamının bulunduğu her yerde bir sesler bütünü oluşmaktadır. Doğal olarak yaşamda bulunan tüm sesler, tek başına ya da birbirleriyle ilişkili olarak düşünüldüğünde bir sesler bütünü oluşmaktadır. Nefes alışı ve kalp atışı gibi insanın yapısında doğal olarak bulunan durumlar, belli bir ritim ve düzen içinde çalışmaktadırlar. Bireylerin, geçmişten günümüze kadar yaşamda bulunan sesleri tekrar ederek sesler bütünü oluşturduğunu düşünecek olursak, müziğin doğal olarak insan yaşamının bir parçası olduğunu ve insan hayatının her alanında ve her evresinde var olduğunu söylemek mümkündür (Öğüt, 2014).

Beyin, yapısından dolayı doğayı ve doğada gördüğü her şeyi, yaşanan deneyimleri, söylenen sözleri, kısacası insan yaşamına ait olan her şeyi bir düzene koymaya gereksinim duyar ve kolay tanımlama yapabilmek için, algıladıklarını bir düzen içerisinde kaydetmeye çalışır. Öğrenme, birbirinden farklı özelliklere sahip olan deneyimler arasında uyumlu bir ilişki oluşturma ve oluşturulan bu ilişki sonucunda bir bütüne varma durumudur. Beynin müziği tanımlama özelliği de bu süreçle doğru orantılıdır. Duyulan sesler belirli bir düzen içerisinde, seslerin birbirleriyle olan etkileşimi yoluyla beynin süzgecinden geçtiğinde, duyulan sesler bir anlam kazanır. Müzik sadece birbiriyle uyumlu sesler oluşturma aktivitesi değildir. Müziğin, geçmişten günümüze kadar yaşamış olduğu gelişimle birlikte kazandığı teorik birikimleri vardır. Sanatsal bir amaç doğrultusunda üretilen müzik, aynı zamanda

başka alanlardan da beslenmektedir. Bu alanlardan bazıları felsefe, edebiyat, bilim gibi önemli alanlardır ve müzik bu alanları sahip olduğu eşsiz yöntemini kullanarak anlatır (Aylaz, 2018).

Müzik, insan yaşamının başlangıcından itibaren insan yaşamında önemli bir yere sahip olmuştur. İnsanlar, yaşamış olduğu iyi ve kötü her durumu müziği kullanarak aktarmışlardır (Güneş, 2018).

Müzik, insan yaşantısının bütün dönemlerinde yer alan ve onsuz yaşamın pek bir anlamı olmayacağı bir olgudur. Bireyin anne karnındaki oluşma sürecinde şekillenmeye başlayan insan ve müzik arasındaki dolaylı ilişki, doğumdan sonra doğrudan ilişkiye döner ve ardından bireylerin yaşamış olduğu deneyimlerle şekillenip gelişir ve bu ilişki yaşam boyu devam eder (Dinçer, 2009).

Anne karnında yaşamın belirtisini kalp atışları söyler. Bir bebeğin anne karnındaki yaşam belirtisi, kalp atışları duyulduğunda anlaşılır. Kalp atışı, düzenli bir biçimde tekrarlayan bir ritim eylemidir. Ritim ise müziğin oluşmasındaki temel boyutlardan biridir. Sürekli tekrar eden bir tempoyu ve ritmik bir yapıyı ritim başlığı altında açıklayan bilim dallarından biri de müziktir. Bu nedenlerle müzik, insan yaşamında önemli bir yere ve etkiye sahiptir (Canbay, 2015).

Müzik, yaşamın her alanında hayatımızın bir parçası olmayı başarmış ve insan yaşamına önemli faydaları da olmuştur. Müzik, bebelere söylenen ninnilerle, eğitim sürecinde öğrencilere belirli davranışlar kazandırılmak istenildiğinde yapılan müzik dersleri ve müzik etkinlikleri ile törenlerde, açılışlarda, üzüntülü anlarda ve sevinçli anlarda varlığını gösteren hayatın vazgeçilmez unsurlarından birisidir. Müzik, insanların duygularını aktif edici özelliği ile hayatın tümünde önemli bir yere sahip olan ve yaşamda önemli etkilere sahip olan bir unsurdur. Müziğin, yaşamdaki her dönemde bir yeri olması, gerçekleşen ve üretilen bütün işlerin, filmlerin, reklamların, sunumların, okul etkinliklerinin ve açılışların müziksiz düşünülemeyecek oluşu ve hatta sağlık ile ilgili yapılan çalışmalarda müziğin kullanılması, müziğin kendiliğinden sahip olduğu etkiyi belirtmektedir (Canbay, 2015).

Bir bireyi kişisel olarak kendisi yapan özellikler ile müziğin ilişkisini inceleyen çalışmalar, insanların, kişisel özelliklerini yansıtan diğer aktivitelere verdiği değeri müziğe de verdiğini ortaya koymaktadır. Mesela bireylere televizyon, kitap, müzik, film, hobiler ve aktiviteler içinde kişisel özelliklerini en fazla hangisinin tanımlayıcı

olduğu sorulduğunda, bireylerin müzik ile ilgili seçeneklerinin, kitap, kıyafet, yemek, film, ya da televizyon seçeneklerinden daha fazla kişisel özelliklerini tanımladıklarını düşündükleri görülmüştür (Rentfrow ve Gosling, 2003).

Tüm sanat dalları gibi müzikte de ilk olarak duyulara yönelik bir etki vardır. Bu etkinin insani yönünün olması, müzik sanatının insanlar tarafından üretilmesinden kaynaklanır. Müzik kendi başına oluşmayan, insanların ürettiği ve insanların yaratıcılığı ile şekillenip anlam kazanan bir olgudur. Bireyler müzikle düşünür, kimliğini müzikle bulur, kendilerini müzik ile tanımlarlar (Cook, 1999).

Müzik, bireylerin aktarmak istedikleri her şeyi notalarla aktarabilmesi imkânına sahip olduğu bir dildir. Bu dilin anlatımının kolaylığı, notaların birbirleriyle olan ilişkisinin uyumlu olması ile mümkündür (Say, 2002).

Müzik, insanların değer yargısını oluşturan kavramların dışında yer almaz ve hayata yön veren duygusal öğeleri de kapsar. İnsanlar içsel yaşantılarındaki düşüncelerini ve duygularını müzik sayesinde kavrayarak kimliklerini bulurlar ve kendilerini daha iyi keşfederler (Cook, 1999).

İnsan hayatında var olan merhamet, üzüntü, aşk, hezeyan, öfke, şaşkınlık ve benzeri bütün duyguların müzik ile ifade edilebilmesi mümkündür. Mesela bir insanın herhangi bir filmi izlediği sırada yaşadığı duyguların etkisinin müzik ile artıyor oluşu, film ekibinin çabasını kolaylaştırmaktadır. Müziğin insanları motive edici, heyecanlandırıcı ve hüzünlendirici özellikleri vardır. Ayrıca birey, duygusal olarak yaşamış olduğu herhangi bir durumu kelimelere dökmekte zorlandığı durumlarda müziği kullanarak kendini böyle durumlardan kurtarmaktadır (Köksoy, 2009).

2.2. Müziğin Bireysel ve Toplumsal Etkisi

Müziğin bireysel etkileri, müziğin insanlar üzerindeki kendini anlatabilme ile ilgili olan yeterliliklerini kapsamaktadır. Bu yeterlilikler, bireyin hayat kalitesinin yükselmesine, kendinin farkında olmasına ve kendi kişisel özelliklerini geliştirebilmesine yardımcı olur. Müziğin varlığı ile bireyler, birçok konuda kendilerini geliştirmek için gerekli olabilecek özelliklere sahip olurlar (Uçan, 1997).

Müziğin bireylere sağladığı etkiler, psikolojik etkiler ve fiziksel etkiler olarak iki ayrı biçimde ele alınmaktadır. Burada iki yaklaşım söz konusudur. Bunlardan biri

müziğin duygulara sağladığı etki, ikincisi ise müziğin fizyolojik etkilerinden dolayı oluşan psikolojik etkidir (Gençel, 2006).

Müziğin bireysel etkileri, bireyin yaşam kalitesinin yüksek olabilmesi için bilişsel, duyuşsal ve devinimsel yapıları harekete geçirecek olan müziğin kullanımını ve bu müziğin karşısında bireylerde meydana gelen davranış değişikliklerini kapsar. Bu süreç ile birey üzerinde birçok davranış değişikliği meydana gelir ve bireyler birçok kazanım elde eder. Bu kazanımlar bireylerin kişiliğini keşfetmesine, kendine inanmasına, kendini geliştirmesine, yaşam kalitesini artırmasına, sağlıklı ve huzurlu bir şekilde yaşamasına olanak sağlar. Bireydeki yaratıcılığı geliştirerek, zihnini daha aktif kullanmasını ve gelişimini artırarak, bireyin müziği yaratırken kullandığı organlarını keşfetmesini, daha doğru kullanmasını ve kontrol etme mekanizmasını geliştirmesini sağlar. Bireyi psikolojik olarak yaşanabilecek kötü durumlardan kurtarıp, tedavilerde destekleyici yöntemler arasında yer alarak, özel eğitime gereksinim duyan çocuklarda yaşama adapte olabilmelerini sağlar, müziğin çeşitli türlerini keşfetme olanağı yaratır ve eleştirel düşünme yeteneğini geliştirir (Çaytemel, 2017).

Müziğin toplumsal ilişkisine, farklı ülkelerin insanları ve sahip oldukları kültürler araştırılarak ulaşılabilir. Geçmişten günümüze kadar olan süreçte, farklı toplumların ortak kültüre sahip olabileceği düşünüldüğünde, bu ilişkiyi tanımlamak zor olabileceği için ancak toplumların ortak özelliklerinin kısmi olarak genellenmesi gerekmektedir. İnsan yaşamının ilk zamanlarından beri müziğin gelişim süreci ile ilgili tanımlamalarda dikkat çekici farklılıklar söz konusudur. Kelime haznesi az olan, insan yaşamının ilk zamanlarında yaşayan insanlar, kendilerini anlatırken iletişim aracı olarak seslerden yararlanmış, duygu ve düşüncelerini sesleri kullanarak aktarmışlardır. Ninnilerin, ilahilerin ve duygusal şarkılarda kullanılan melodilerin tümü bu sürecin sonucunda oluşmuştur (Güneş, 2018).

Müziğin topluma olan etkileri, insanlar arasındaki etkileşim, duygu, düşünce ve yapılan tüm paylaşımların müzik aracılığıyla sağlanmasını içermektedir. Müziğin toplumsal açıdan etkileri, Bireyin toplumsallaşma sürecini hızlandırır. Müzik aktiviteleri bireyin grup çalışmalarına katılım göstermesini, grubun üyesi olmasını, grubun içinde kendine olan güveninin artmasını ve buna bağlı olarak toplumsal güvenin kazanılmasını sağlar. Grup olarak müzik yapma aracılığı ile kurulan iletişim

ortak çalışma, yardımlaşma, dayanışma ve paylaşmayı sağlar. Grup çalışmaları sırasında, bireylerin sorumluluk alma ve sorumluluklarını yerine getirme özellikleri gelişir. Bireylerin, birbirleri arasında gerçekleşen etkileşimde, birbirlerine karşı saygılı, duyarlı ve hoşgörülü olmaları sağlanır ve toplumlararası ilişkilerin kurulması, korunması ve geliştirilmesi kolaylaşır (Çaytemel, 2017).

Müziğin bireyler üzerindeki etkileri, müziğin kullanım amaçlarının genişlemesine ve müziğin daha yaygın olarak geniş bir alanda kullanılmasına neden olmuştur. Sadece ruhsal sıkıntıların iyileştirilmesinde destekleyici bir araç olmayıp, farklı alanlardaki problemlerin iyileştirilmesinde de müzikten yararlanılmıştır. Müziğin, insanlar üzerinde öfke, kaygı ve psikolojik problemlere olumlu açıdan fayda sağladığı, yapılan birçok araştırmada belirtilmektedir (Uzun, 2018).

İlk başlarda müziğin etkisine olan belirsizlikler fazla olsa da, yapılan araştırmalar müziğin bireyler üzerinde pek çok açıdan yüksek seviyede bir etkiye neden olduğunu bilimsel veriler ile aktarmaktadır. Yapılan araştırmalar neticesinde, müzikle etki sağlamak amacı ile müziğin kullanımının en çok kullanılan tedavi yöntemleri arasında önemli bir yere sahip olduğu belirtilmektedir. 1990 tarihli yıllarda yapılan araştırmalar ile elde edilen bulgular sonucunda, bireylerin problemlerinin iyileştirilmesinde müziğin büyük bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Mac Rea, 1992).

Müzik terapi, müzik ve terapi kelimelerinin beraber kullanılmasından oluşmaktadır. Terapi kelimesi, problemlere çözüm bulmak anlamında kullanılmaktadır (Doğan, 2006).

Müzikal seslerin ve melodilerin farklı sağlık problemlerine olan etkilerinin kategorize edilerek, sistemli ve planlı bir şekilde tedavi amaçlı kullanılmasına müzik terapi denilmektedir. Müzik terapi, insanların her türlü sorunlarını belirlemede yardımcı olan faydalı bir yöntemdir (Gençel, 2006). Tedavi amacı güden terapötik müzik, olumlu düşüncelerin gerçekleşmesini sağlar, kaygıyı azaltır ve yaşam doyumunun artmasında önemli bir rol oynar (Fındıkoğlu, 2015).

Müzik, yaşamda önemli bir yere sahiptir ve her türlü sağlık probleminin iyileştirilmesinde kullanılmaktadır. Müzik, zihinsel fonksiyonların seviyesini artırıp azaltabilmekte, psikomotor hareketleri düzene koyabilmektedir. Müzikle tedavi, sağlık açısından yaşanan problemlerin tümünde kullanılabilen, ağrıya yol açmayan, kolay ulaşılabilen ve risk faktörü olmayan bir yöntemdir (Kurt, 2014).

Müzikle tedavi, sadece problemlerin iyileştirilme sürecinde kullanılmaz (Somakçı 2003). Müziğin bireylere, önleyici olarak da gerçekleştirebileceği faydaları bulunmaktadır. Müzikle tedavi ile bireyler tüm yaşantılarını uyum içinde sürdürebilirler (Kurt, 2014). Mesela; kalabalık şehirlerde bireylerin yaşadığı stres ve gerginlik müzik aracılığı ile hafifletilebilir. İnsanlar için kullanılacak olan müzik kendi toplumlarının değer yargılarına, bireyin karakteristik özelliklerine ve eğitim düzeylerine göre çeşitliliğe sahiptir. Bireyleri kendi toplumlarına ait müzikler daha çok çekici kılar. Bireyler kendi toplumuna ait bir müzikle daha rahat bir bağ kurar (Somakçı 2003). Müzik tedavi ile sağlanacak faydanın düzeyi, kişinin bu tedavi 'ye ne kadar istekli ve kendini hazır hissetmesi ile bağlantılıdır (Kurt, 2014).

Müzikle tedavinin uygulanmasında görevli olan kişi, hastanın yaşam doyumu, kaygı durumları ve benzeri durumlarına olumlu bir katkıda bulunmak amacıyla doğaçlama, performans, besteleme ve dinleme gibi yöntemleri kullanan kişidir. Uygulama süreci birebir kişiyle veya grup ile birlikte, aktif katılımcı veya pasif dinleyici şeklinde gerçekleşebilir (Birkan, 2014, s. 44).

2.3. Müzik Eğitimi ve Bireyler Üzerindeki Etkisi

Müzik eğitimi, bireylerin müziksel davranışlar kazanmasına ve bireylerin bu kazanımların seviyesini sistematik olarak yükseltmesine yardımcı olma sürecidir. Müzik eğitimi süreci, kişilerin bireysel kazanımları aracılığı ile şekillenir ve kişisel olarak kazanılan müziksel davranışlar üzerinde odaklanır. Müzik eğitimi süreci önceden fikir yürütülerek tasarlanır, planlanarak uygulanır ve uygulanarak gerçekleşir (Uçan, 1997).

Müzik eğitimi bireylerin ailesi, arkadaşları ve diğer insanlar ile müziği kullanarak iletişim kurabilmesini, toplumsallaşmasını ve müziği anlayarak doğru bir şekilde üreten ve tüketen bir birey olmasını sağlar. Müzik eğitimi gerçekleşirken öğretmenler, müzik eğitiminin kişilik gelişimi, sosyal gelişim ve duygusal gelişim üzerindeki etkilerini incelemektedirler (Çilden, 2001).

Müzik eğitimi genel müzik eğitimi, özengen (amatör) müzik eğitimi ve mesleki müzik eğitimi kapsamında üç farklı kategoride gerçekleşir. Genel müzik eğitimi, herkesin müziksel kazanım elde etmesi gereken ve herkesin eşit derecede alması gereken eğitimidir. Özengen (amatör) müzik eğitimi, bireysel isteğe bağlı olarak gerçekleşir. Mesleki müzik eğitimi ise müzik çalışmalarını ileri bir boyuta taşımak ve

hayatına müzik ile devam etmek isteyen kişilerin aldığı eğitim biçimidir. Genel müzik eğitimi, amatör ve mesleki müzik eğitiminin başlangıcı olup, kişiyi amatör ve mesleki müzik eğitimine hazırlanmasında yardımcı olur ve rehberlik eder (Öz, 2001).

İlk çocukluk evresinden itibaren müzik eğitimi alan kişilerin, hızlı düşünme, hızlı öğrenme ve kavrama düzeylerinde ilerleme görülmektedir. Müziğin bir öğretme yöntemi olarak, çeşitli alanlarda konuların öğrenilmesi sebebiyle kullanılması, öğrenilen konuların algılanmasını kolaylaştırmakta ve öğrenilenlerin hafızaya daha kalıcı bir şekilde yerleşmesini sağlamaktadır. Bireylerin pek çoğu yüksek ve ileri düzeyde yeteneğe sahip değildir. Birçok birey gerekli ortam oluşmadığı için kendinde var olan yeteneklerin farkında değildir. Kişiler arasında bilgiyi öğrenme, kavrama ve hafızaya aktarma açısından farklılıklar bulunmaktadır. Küçük yaşlardan başlanan müzik eğitimi ile bireylerin öğrenme hızları artmaktadır. Müzik, insanların zekâ seviyesinde ilerlemelere yol açmaktadır. Eğitimsel hedefler saptanarak, bu hedefler doğrultusunda iyi bir planlama ile kullanılan doğru müzik türleri, kişilerin gelişimsel kazanımlar elde etmesi açısından önemli bir yere sahiptir. Müzik, insanların gelişim sürecinde olumlu durumlara yol açabilen önemli bir sanattır (Olson, 2011).

Müzik eğitiminin öğretim aracı olmasının yanında, öğrencilerin okul yaşantısına uyum sağlaması açısından da faydası olduğu düşünülmektedir. Aile ile yaşanan sıkıntılar ve aile dışındaki sosyal çevrenin sebep olduğu etkiler ile öğrenciler, okula karşı önyargılı davranıp, okula karşı kötü düşüncüler besleyebilmektedirler. Öğrenciler bu sebeplerle okuldan kendilerini uzak tutabilmekte ve okul yaşantılarındaki süreçten geri kalabilmektedirler. Sanat eğitimi kapsamında gerçekleşecek olan müzik eğitimi, öğrencilerin okula karşı olan olumsuz düşüncelerini olumlu düşünceler ile değiştirebilmektedir. Düzenli bir şekilde gerçekleşen müzik eğitimi, kişilerin ruhsal durumları üzerinde iyi yönde değişime neden olacak ve bu değişim sonucunda hem arkadaşları hem de öğretmenleri ile iyi anlaşmasına sebep olacaktır (Uluçay, 2012).

Müzik, sağlık alanında temel tedavi yöntemi veya yardımcı bir araç olarak çok uzun yıllardan beri kullanılmıştır. Günümüzde ise ruhsal sağlık sorunlarını iyileştirmede yardımcı olarak müzik ve müzik eğitimi kullanılmaktadır. Bunların içerisinde şarkı söyleme, çalgı çalma, koro içinde şarkı söyleme, ritim aletleri çalma gibi aktiviteler bulunmaktadır (akt. Düzbastılar, 2007).

Müzik eğitimi sadece sağlık durumu iyi olan kişiler için değil, ruhsal açıdan sıkıntıları olan bireyler için de etkin bir terapi biçimi olarak kullanılmaktadır. Vurmalı çalgılar, Telli çalgılar ve tuşlu çalgılar kullanılarak yapılan müzik eğitimi etkinliklerinde, bireylerin olumsuz düşünce ve davranışlarından kurtulmaya başladıkları gözlemlenmektedir. Bireyler ile gerçekleştirilen eğitim süreçlerinde, bireylerin ilk zamanlar olumsuz davranışlar sergilediği, daha sonraki evrelerde ise yüksek oranda bu davranışların azaldığı, olumlu davranışlarla yer değiştirdiği ve müziksel davranışların kazanıldığı gözlemlenmektedir (Kurtuldu, 2007).

2.4. Kanser Hastası Yakınları

Kanser, hücrelerin kontrol altına alınamayacak derecede büyümesi ve ciddi bir yayılım göstermesi ile kendini belli eden hastalıklar grubunu tanımlamaktadır. Kanser, ilk zamanlar ölüme sebebiyet veren hastalıklar içerisinde yedinci ve sekizinci sıralarda iken bugün tüm dünyada kalp hastalıklarının ardından ikinci sırada yer almaktadır (Kızılcı, 1999).

Kansere yakalanma oranı tüm toplumlarda gitgide artış göstermekte ve bu durum toplumlarda ekonomik sıkıntıların yaşanmasına, insanlarda parasal ve duygusal kayıpların oluşumuna ve sıkıntılara neden olmaktadır. Dünya kanser istatistiklerine göre ölüm nedenleri arasında kanser, kalp hastalığından sonra ilk sırada yer almaktadır. Dünyada toplam 14,1 milyon kanser vakası gelişmiş ve 8,2 milyon kansere bağlı ölüm olmuştur (Yetimakman, 2018).

Kanser, bireylerin hayatında çeşitli yönlerde kötü durumlara yol açan ve sadece fizyolojik değil ruhsal açıdan da olumsuz sonuçlara sebebiyet verebilen bir durumdur. Kanserın bireylere üzüntü, öfke, çaresizlik, depresyon, kaygı, ölüm korkusu, yaşam doyumunun düşmesi gibi pek çok ruhsal sıkıntıyı yaşattığı yapılan araştırmalar ile desteklenmektedir (Scherbring, 2002).

Kanser hastalığının varlığı, varlığının yol açtığı korku, gelecek ile ilgili duyulan endişe, hastalık ile mücadele sırasında karşılaşılabilecek durumların yol açtığı stres ve ilaçların vermiş olduğu yan etkiler, kanser hastası ve yakınlarının yaşamdan aldığı doyumunu yüksek oranda değiştirmektedir. Yaşanan tüm kötü durumlara ve hastalık süresinde oluşan yan etkilere aldırımsızın, tedavi döneminde ve tedavi bittikten sonra, hastaların yaşam doyumlarının seviyesinin yükseltilmesi ve bu durumun kalıcılığının sağlanması gereklidir (Beser ve Öz, 2003).

Kanser hastalığının oluşumunda aileden kalıtsal olan ve dışarıdaki çevreden risk faktörlerinin etkili olduğu gözlemlenmekte, hastaların ailesi kanser hastasıyla aynı genetik yapıya sahip olup, yaşadığı durumlar benzetilmektedir. Bu durum ile kanser hastası yakınlarında kansere yakalanma riski, ailesinde kanser hastası olmayan insanlarınkinden daha fazla olmaktadır. Kanser hastası yakınları, kanserin yarattığı olumsuz durumları ve tedavi döneminin yarattığı zorlu süreci hasta ile birlikte deneyimlemektedir. Bu nedenlerle kişilerin kanser hastalığından korunmak için aldığı önlemlerin artması ve gerekli testlerin önceden yapılması beklenmektedir (Yetimakman, 2018).

Kanser teşhisi, aile üyeleri ve yakınlarında ciddi bir stres ve kaygıya yol açar. Kanser hastalığına yakalanan kişinin yaşadığı psikolojik ve fizyolojik olumsuzluklara, üzüntülere ve ümitsizliğe tanık olan hasta yakınları, aile içinde görevlerin değişimi, hastanın günlük yaşamdaki görevlerini üstlenmeleri, maddi geliri toplama çabaları ve tedavinin yarattığı zorlu süreç sonrasında mutsuz olma, yaşam kalitesinin düşmesi ve kaygının artması gibi durumları yaşamaktadırlar. Hastaya bakım veren yakınlarda, sürecin yaşattığı olumsuz durumların yanında hastanın bakımının sağlanması sırasında yaşanan fiziksel zorluklar, fizyolojik problemlerin oluşmasına etki edebilmektedir (Alacacioğlu, 2007).

Ailedeki bireylerden birine kanser teşhisi konulduğu zaman, hem o kişi hem de yakınlarının günlük yaşam aktivitelerinde değişiklikler meydana gelir. Kanser teşhisi konmuş bir kişinin bakımına yardım eden kişiler sadece bu sürecin başında değil, tedavi sürecinin başından tedavi sürecinin sonlanacağı zamana kadar hastaların yanında bulunmaktadırlar (Haun, Sklenarova, Brechtel, Herzog ve Hartmann, 2014).

Kanser hastası yakınlarının yaşayabilecekleri olumsuz durumları engellemeye yönelik programlar yetersiz kalmaktadır. Kanserli hastaların yakınlarının motivasyonları yüksek tutulmalıdır. Hasta yakınlarının kanser hastalarına daha iyi bir şekilde bakabilmesi ve destek olabilmesi motivasyonlarının yüksek tutulabilmesi ile mümkündür (Dede, 2014).

Psikolojik durum, sabit olmayan ve herkese göre seviyesi değişebilen bir durum olduğu için bireylerin yaşamlarındaki sıkıntılar arttıkça bireylerin psikolojik dengesi değişime uğrayabilir ve bireyler bu sıkıntılar karşısında her zamankinden farklı davranışlar sergileyebilirler. Bu durum bireylerin kendini hangi konularda kaygılı

hissettiğiyle doğru orantılıdır. Psikolojik durumun kötü yönde etkilenmesi ile sosyal desteğin derecesi arasında önemli bir ilişki bulunmaktadır. Sosyal desteğin yeterliliğinin az olması, ileri derecede psikolojik zedelenmelere yol açabilir. Bu gibi nedenler sosyal desteğin gerekliliğini açıklamaktadır. Kansere sürecinde, hastaneler tarafından alınan önlemler kadar sosyal destek de kanser hastası ve yakınları için önemlidir. Sosyal desteğin varlığı ile kanser hastası ve yakınlarının kaygı durumlarında azalma ve yaşam doyumlarında artış olduğu gözlemlenmektedir (akt. Yamaç, 2009).

Kanser hastası olan bir çocuğun durumu, yakınlarında fizyolojik, psikolojik ve ekonomik sıkıntılar oluşturur ve bu durum yaşam doyumunun düşmesine, kaygının ise artmasına neden olur (Çayır, 2013).

Tüm bu nedenlerle kanser hastası yakınlarının kaygı durumları ve yaşam doyumları belirlenmeli, bu olumsuzlukların giderilmesinde veya hafifletilmesinde yararlı olabilecek araçlar ve aktiviteler seçilmelidir. Bu gibi önlemlerle kanser hastası yakınlarının yaşam doyumları yükseltilebilir ve kaygı düzeyi düşürülebilir (Deniz, Dilmaç ve Arıcak, 2009).

2.5. Kaygı

Kaygı, bireyin herhangi bir tepki vermesine sebep olabilecek bir durumda kalması ile kendini gösteren, fizyolojik ve psikolojik durumların değişimiyle belli olan istemsiz ve istenmeyen davranışlardır (Yenilmez ve Özbey, 2006).

Kaygı, bireylerin yaşadığı ortama ve mevcut koşullara bağlı olarak gösterdiği istemsiz davranışlardır. Kaygı, bireylerin yaradılışında mevcut olan bir durumdur. Daha özel bir anlamda kaygı: istemsiz bir biçimde oluşan fakat etkisi hissedilebilen, fizyolojik ve psikolojik belirtilere yol açabilen bir durum olarak açıklanabilir. Kaygı, gelecek konusunda olumsuz düşüncelere sahip olmaktır. Henüz gerçekleşmemiş bir olumsuz durum karşısında sanki gerçekleşecekmiş gibi düşünceleri olan bireylerde, kaygı düzeyi artış göstererek bireyleri rahatsız eder (Kaya ve Varol, 2004).

Kaygı, içsel ve dışsal yaşantıdan beklenen bir tehlike durumunun gerçekleşme olasılığı ya da kişi tarafından tehlikeli gibi düşünülüp yorumlanan herhangi bir olay karşısında deneyimlenen bir durumdur. Kişi sürekli olarak kötü durumların

yaşanacağını düşünmekte, beklemekte ve o kötü durumların yaşanacağından eminmiş gibi hissetmektedir (Işık, 1996).

Kaygının belirtileri arasında yer alan Gerginlik, endişe, ürkme, kendini rahatsız hissetme, korku, güvensizlik, şaşkınlık, panik, tedirginlik, olumlu düşünememe, ağız kuruluğu, baş dönmesi, baş ağrısı, çarpıntı, bulantı, güçsüzlük, iştahsızlık, halsizlik, kan basıncı düşmesi ya da yükselmesi, kas gerginliği, mide ve bağırsak yakınmaları, titreme, terleme, uykusuzluk gibi belirtiler duygusal alandan fiziksel alana doğru sıralanabilir. Ayrıca kaygı bireyden bireye çeşitlilik gösteren davranışlar ile de kendini gösterebilir (Köknel, 1982).

Kaygı iki farklı biçimde kendini gösterir. Mesela “Fatma her zaman kaygılıdır” ifadesi sürekli kaygıya örnek iken, “Ayşe sahneye çıkınca kaygılanmaktadır” ifadesi durumluk kaygıya örnektir (İnanç, 1997).

Sürekli kaygı, kişinin ne kadar çok olaya ve bu olaylara ne sıklıkta kaygılandığıdır. Sürekli kaygı durumuna bireyin yaşadığı her durumu baskılayıcı bir durum olarak tanımlama veya baskılayıcı bir durum olarak yorumlaması sebebiyet verebilmektedir. Ortada hiçbir kötü durum yaşanmazken, normal bir durumun bireyler tarafından tehdit edici ve kötü olarak algılanması, kaygı durumunun ortaya çıkmasına neden olur. Bu gibi durumlar sonrasında, kaygı seviyesi artış gösteren bireylerin kırılgan oldukları ve depresyon durumuna girebildikleri gözlemlenmektedir. Sürekli kaygı durumunu yaşayan kişilerin durumluk kaygıyı diğer bireylere göre daha çok yaşadıkları gözlemlenmektedir (Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2003).

Freud’a göre bireylerin davranışlarının sebebi, yaşadığı ortama uyum sağlamaktır ve bu davranışların hiçbiri gelişigüzel davranışlar değildir. Bu nedenlerle bireylerin yaptıkları bir davranışın amacı, hayatlarını devam ettirebilme çabasıdır. Bireylerin deneyimlemiş olduğu kaygılar, fiziksel ya da sosyal çevreden gelen tehditlere karşı bireyleri uyarmakta ve hayatlarını uyum içerisinde sürdürmelerine yardımcı olmaktadır. Bahsedilen kaygı durumu gerginliğe yol açmadığı sürece bireylere yardımcı olmaktadır (Gençtan, 1997).

Kaygı, bireyin günlük hayat rutini içerisinde göstermiş olduğu tepkilerde en fazla ortaya çıkan durumdur. Her insanda çeşitli seviyelerde kaygı vardır. Kaygısız bir insanın olması mümkün değildir. Fakat kaygının seviyesinin ne derecede olduğu, kaygının olumsuz durumlara yol açabileceği zamanı belirlemede önemli bir faktördür.

Kaygı durumunun yaşanması, günlük yaşam aktivitelerini gerçekleştirmeyi zorlaştırır. Bu gibi durumlar bireylerde istenmeyen, olumsuz tepki durumlarına sebebiyet verir (Cüceloğlu, 2006).

Kaygının belirli bir yaşı yoktur ve her yaşta insanda kaygı durumu gözlemlenebilmektedir. Kaygı, olumsuz durumlarla başa çıkmamız ve gerektiğinde bu olumsuz durumlardan uzaklaşabilmemiz için deneyimlememiz gereken bir durumdur. Kaygı, yaşama ayak uydurmamızı ve yaşamımızı idare edebilmemizi desteklemektedir. Fakat kaygı durumunun beklenen seviyenin üstünde yaşanması, bireyin davranışlarında, sosyal çevresiyle olan ilişkilerinde ve sonuç olarak bireyin yaşamındaki her durumda olumsuzluklar yaşamasına neden olmaktadır. Kaygı durumunu yaşayan bireyin içerisinde bulunduğu durum, çevresini rahatsız edebilir ve sıklıkla çevresinde de olumsuzluklara yol açar (Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2003).

Kaygı, çocukların gelişimsel dönemlerinde var olan bir durumdur. Çocuklar aileden ayrılma kaygısı, kardeş kaygısı, okul kaygısı, sosyal çevre tarafından dışlanma kaygısı gibi kaygı durumlarını yaşayabilmektedir. Çocukların yaşadıkları kaygı durumu, standart durumlardan farklı olarak sıklıkla yaşanmaya başladıysa bu duruma dikkat edilmeli ve gerekli önlemler alınmalıdır (Sims ve Owen, 1993).

Kaygı durumu kendini gösterdiğinde bireyler tepki vermeye eğilim gösterdiğinden, bireyler olumsuz durumlardan kurtulabilmekte, istenmedik davranışlarını azaltabilmektedir. Kişi kaygısını kontrol altına alamazsa kendisini ümitsizliğe kapılmış bir durum içerisinde hissedebilmektedir (Alisinanoğlu ve Ulutaş, 2003).

Kaygının miktarının az oluşu, olumsuz durumlardan kurtulma konusunda motivasyon sağlayıcı bir etken iken, kaygı durumunun artması bireyin ruhsal durumunu kötü yönde etkilemektedir (İşlek, 2016).

2.6. Yaşam Doyumu

İnsanlar yaradılışlarından beri, iyi olmak ve huzurlu bir yaşam sürdürebilme durumlarını algılamak ve yorumlamak için araştırmalar yapmıştır. Bu gibi çalışmalar felsefe, sosyoloji ve psikoloji gibi bilim dalları ile ilişkilidir. Bilim adamları yüzyıllar boyunca bireylerin deneyimlemiş oldukları sıkıntılı durumları ve olumsuzlukları

belirleyip, bunları olumlu olan duygularla ve düşüncelerle değiştirmek için araştırmalar yapmışlardır (E. Diener ve C. Diener, 1996).

Yaşam doyumu bireyin, bulunduğu çevre içerisindeki yaşamının artılarını ve eksilerini belirleyip, hayatından memnun olma düzeyini değerlendirmesidir. Bireylerin tanımlayıcı özellikleri, kişilerarası ilişkileri ve sağlık durumları, yaşam doyumlarını belirlemede önemli etkenlerdir (Zhan, 1992).

Yaşam doyumu, hayata genel bakış açısını ya da kişinin bireysel düşünce ve fikirlerine, iyi hissetme ve mutluluk derecesine bağlı olan yaşantısından memnun olup olmamasını ve bu durumun ne seviyede olduğunu açıklar. Yaşam doyumu, kişinin hedeflerini ve hayattaki beklentilerini gerçekleştirebilmesi ile ilişkilidir (Bradley ve Crown, 2004).

Bireyler hayatının bütün yönlerini birbirinden ayırmaksızın dikkate alır, yaşamlarındaki mevcut durumlara, yaşam koşullarına ve isteklerine bağlı olarak olumlu ve olumsuz değerlendirmeler yapar. Bir kişi yaşam koşullarından ya da hayattaki mevcut durumundan ne kadar mutlu hissediyorsa bir o kadar da tatminkâr olur. Bu tatminkârlık durumu kişinin işini, ailesini ve hayatın diğer alanlarını kapsar (J. P. Leung ve K. Leung, 1992).

Yaşam doyumu bireyin psikolojik durumunu gösterir. Yaşamda istediği sonuçlara ulaşabilmiş, fizyolojik ve psikolojik açıdan sağlık durumu iyi olan mutlu kişilerin yaşam doyumları ileri seviyededir. Fakat aşılması güç durumlar, sıkıntılar ve olumsuzluklar yaşam doyumu seviyesinin azalmasına sebebiyet verebilmektedir (Çayır, 2013).

Değerlendirme aşamasında, bireylerin bazı durumlar karşısında deneyimlediği ve ani olarak ortaya çıkan duygular, yaşam doyumu seviyesi açısından belirleyici bir faktör olsa da yaşam doyumuna anlık olarak yaşanan duygusal yaşantılardan çok, sıklıkla yaşanan duyguların etkisinin olduğu gözlemlenmektedir. Bu gibi nedenlerle yaşam doyumu hakkında araştırmalar yapan bilim adamları, daha çok uzun süreli ve sıklıkla ortaya çıkan duygular üzerinde araştırmalar yapmışlardır. Duygular, kişilerin deneyimledikleri olaylar sonucu ortaya çıkan ve o an için gerçekleşen davranışlar olarak açıklanabilir. Yaşam doyumu ise bireylerin hayatlarının tüm evrelerinde ve tüm alanlarında yaşamış oldukları durumlar üzerine yoğunlaşmaktadır (Diener, 1984).

Yaşam doyumu, yaşamın tüm evrelerinden doyum almak ve bireyin sosyal çevresinin bireyin hayatı hakkında ne düşündüğünü de dikkate alan bir kavramdır. Bu doyum iş yaşantısı, ekonomik durum, aile, sosyal çevre, kişilerarası ilişkiler ve sosyal faaliyetler gibi birçok alanı da kapsamaktadır (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Bireyin yaşam doyumunun düzeyini değiştiren birçok etken vardır. Cinsiyet, yaş, iş yaşamı, sağlık durumu, maddi durum, eğitim düzeyi, din ve evlilik gibi faktörler bunlar arasında sayılabilir. Fakat özellikle kanser hastaları için, yaşam doyumunun artması konusunda en önemlilerinden biri sosyal destektir. Literatürdeki birçok çalışma, kişilerin sosyal destek düzeyi ile yaşam doyumları arasında olumlu bir etkileşim olduğunu ve sosyal destek seviyesi arttıkça yaşam doyumunun da seviyesinin yükseldiğini göstermektedir (Demirel, 2015).

2.7. Etkinlik Temelli Tasarlanan Gitar Eğitimi

Enstrüman eğitimi; ses eğitimi, kulak eğitimi, müzik zevki eğitimi ve yaratıcılık eğitimi ile birlikte müzik eğitiminin başlıca boyutlarından biridir (Bilen, 1995).

Enstrüman eğitimi; önceden planlanmış hedefler doğrultusunda, planlı bir şekilde, yüz yüze eğitim yöntemi temel alınarak yürütülen ve bireysel gelişim özelliklerine uygun olarak düzenlenen enstrüman öğretim süreci olarak açıklanabilir. Bu eğitim süreci içinde öğrenci, enstrüman açısından gelişimsel kazanımların sağlanacağı öğrenme alanlarında, temel bilgi ve yetenekler ile tüm teknik davranışları deneyimlemekte ve ulaşmak istenilen amaçlara çalgısını kullanarak ulaşmaktadır (Yalçinkaya, Eldemir ve Sönmezöz, 2014).

Müzik eğitiminin içerdiği alanlardan biri olan enstrüman eğitiminde, enstrümanı öğrenme süreci, enstrümanı çalma davranışını gösterebilmek için gerekli olan bir takım yeteneklerin sistematik olarak deneyimlenmesinden oluşmaktadır (Schleuter, 1997).

Müzik eğitiminin bir türü olan enstrüman eğitimi sayesinde, öğrencilerin müzik deneyimlerinin seviyesi artmakta ve enstrüman çalma yoluyla müzik üretmeleri veya icra etmeleri amaçlanmaktadır. Bu amaçlara ulaşılabilmesi için geliştirilmiş ve geçerlilikleri tüm dünyada kanıtlanmış olan öğretim yaklaşımları vardır. Suzuki, Orff, Kodaly, Carabo-Cone ve Dalcroze yöntemleri bu yaklaşımların en başlarında yer alırlar. Bu yaklaşımlarda hedeflenen, öğrencilere enstrüman eğitimi öncesinde ve

enstrüman eğitimi sürecinde müziksel bilgi ve beceri kazandırmaktır. Müziğe yetenekli ve ilgili kişilere bu yaklaşımlarla, ileride yapacakları çalışmaları için iyi bir temel sağlanmaktadır (Özen, 2004).

Enstrüman Öğretiminde süreklilik ilkesi, öğrencinin derslere sürekli olarak katılımını ve her gün sistematik olarak bireysel çalışma yapmasını gerektirmektedir. Bu nedenle her gün belirli bir enstrüman çalışma süresi ayrılmalı ve bu programın dışına çıkılmamalıdır. Çalışmaya başlamadan önce çalışma süresinin dikkatlice ayarlanması çok önemlidir. Günlük çalışma teknik konuları, alıştırmaları, etütleri, eserleri, geçmişte çalışılan parçaların pekiştirilmesini ve deşifre çalışmalarını içermelidir (Çimen, 1994).

Bahsedilen müzik öğretim yöntemlerinde ortak amaç müziksel davranışlar kazandırmaktır. Gitar eğitimi programları da belirli müziksel hedefleri kazandırmak amacıyla tasarlanmış, ana hedefi müzisyen yetiştirmek olan ve sistemli bir çalışma gerektiren programlardır. Etkinlik temelli tasarlanan gitar eğitimi paketi ise müziği araç olarak kullanan, ana hedefi sadece müziksel davranışlar kazandırmak değil, müziksel yaşantılar yoluyla bireylerin yaşamına katkıda bulunabilmektir. Bu nedenle etkinlik temelli tasarlanan gitar eğitimi paketleri müziğin teorik boyutuna derinlemesine girmeden, eğlendirirken öğretebilen, her seviyeden bireyin uygulayabileceği paketlerdir.

2.7.1. Etkinlik Temelli Gitar Eğitiminde Katılımcılar

Etkinlik temelli gitar eğitimi ile gerçekleşen müzik eğitimi sürecinde katılımcıların belirlenmesi önemlidir. Herhangi bir sürecin müzik terapi amacı olan bir çalışma olarak değerlendirilebilmesi için üç katılımcıya ihtiyaç vardır: danışan(lar), terapist ve müzik. Müzik ile etki sağlamak amacı ile yapılan çalışmalarda her zaman danışan rolünde bir katılımcı vardır. Danışan mümkün olduğu kadar terapistin hedef ve yöntemlerini belirlemeye, terapistle etkileşim içinde olmaya, müziksel deneyimler yaşamaya, paylaşmaya ve sağlığını olumlu yönde etkilemeye çalışır. Bu da danışanın, terapistin ilerlemesi ve hedeflerine ulaşması için gereken her şeyi ortaya koyabilmesini gerektirir (Bruscia, 2016, s.45).

Etkinlik temelli gitar eğitiminde katılımcıları, danışan olarak gitar eğitimi alan kanser hastası yakınları, terapist olarak gitar eğitmeni ve müzik olarak da etkinlik temelli gitar eğitimi oluşturur.

2.7.2. Etkinlik Temelli Gitar Eğitiminde Süreç

Etkinlik temelli gitar eğitiminde sürece, öğrenci grubunun belirlenmesi ile başlanmalıdır. Bu araştırma kapsamında öğrenci grubunu, gitar eğitimi alan kanser hastası yakınları oluşturmaktadır. Etkinlik temelli gitar eğitiminin her aşamasında öğrenci özellikleri dikkate alınmalıdır. Uygulama öncesi süreçte öğrenci ihtiyaçları belirlenmelidir. Öğrenci ihtiyaçları belirlenirken, kanser hastası yakınları için iki durum göz önünde bulundurulmalıdır. Bu durumlar kanser hastası yakınlarının ortak özellikleri, öğrencilerin yaşa bağlı olarak gelişimsel özellikleri ve öğrencilerin yetenekleridir.

Kanser hastası yakınları, kanser hastaları ile birlikte yaşayarak ya da vakitlerinin çoğunu onlara ayırarak, maddi ve manevi ihtiyaçlarını karşılayıp onlara destek olan akraba ve arkadaş olarak tanımlanabilir (Nehra, Chakrabarti, Kulhara ve Sharma, 2005).

Kanser hastalarının yaşadığı zorlu süreç, kanser hastası yakınları için de zorlu bir süreçtir ve kanser hastası yakınları da bu süreçten etkilenirler (Mitrani ve Czaja, 2000).

Kanser hastalığı gibi bir sağlık problemi olan bireyle ilgilenmek, ona yardım edip destek olmak, ailesi ve yakınları için fiziksel, psikolojik, sosyal ve ekonomik süreçleri de onlarla beraber yaşamak demektir (Dökmen, 2012).

Kanser hastası yakınlarının, hastalara destek olması sonucu yaşadığı psikolojik problemler ile sosyal desteğe sahip olmaları arasında güçlü bir bağ vardır. Kanser hastası yakınlarının tıpkı hastalar gibi yakınlarının desteğine, arkadaşlığına, yalnız olmadıklarını hissetmeye, maddi, manevi konularda yardım almaya ve desteğe ihtiyaçları vardır (Mitrani ve Czaja, 2000).

Kanser hastası yakınlarının aldıkları maddi ve manevi her türlü destek, sağlık durumlarını ve aile içi ilişkilerini olumlu yönde etkiler (McKeown, Porter-Armstrong ve Baxter, 2003).

Kanser hastası yakınlarının depresyon ve kaygı düzeylerinin seviyesinin, kanser hastaları ile ne sıklıkla etkileşime geçtiği ile doğru orantılı olduğu bildirilmektedir (Crespo, Lopez ve Zarit, 2005).

Yardım ve destek artınca, kanser hastası yakınlarının yaşadığı olumsuz etkiler ve depresyon olasılığı azalmakta ve yaşam doyumu artmaktadır (Grant, Weaver, Elliott, Bartolucci ve Giger, 2004).

Kanser hastası yakınlarının özellikleri ve ihtiyaçları yukarıda anlatılanlar dikkate alınarak belirlenmelidir. Yukarıda bahsedilenler dikkate alındığında, kanser hastası yakınlarının yaşam doyumlarının ve kaygı düzeylerinin bulundukları duruma bağlı olarak etkilendikleri gözlemlenmektedir. Tüm bu nedenlerle etkinlik temelli gitar eğitiminde öğrencilerin kaygı düzeyleri ve yaşam doyumları belirlenmeli, gitar eğitimi süresince verilecek dersler öğrencilerin bu özellikleri göz önünde bulundurularak işlenmeli, verilecek gitar eğitiminin öğrencilerin bu özelliklerine olumlu bir katkı sağlama gayesi bulunmalıdır.

Kanser hastası yakınlarının ortak özellikleri belirlendikten sonra, bir diğer belirlenmesi gereken de öğrencilerin bireysel özellikleridir. Bu özelliklerden biri de öğrencilerin gelişimsel özellikleridir.

Gelişim, fiziksel ve ruhsal süreçlerin birbirleriyle olan ilişkisi sonucu oluşur. Bireyin gelişimsel açıdan bir kazanım elde edebilmesi için bu süreçlerde belli bir seviyeye ulaşabilmesi gerekmektedir. Bu durumun belirlenmesinde önemli olan şey, süreçtir. Gelişim seviyesi açısından bireyler arasında farklılıklar vardır ve süreç içerisinde, kimi yaş gruplarında ortak gelişimsel özellikler de bulunmaktadır. Mesela bireyin zihinsel, dil ya da değer yargıları açısından gelişiminin genetik ve yakın çevre değişkenlerine göre, bir miktar farklı olması normaldir. Fakat normal koşullarda, bireyler belirli bir yaşa geldikleri zaman, geldikleri yaşın gelişimsel özelliklerine asgari olarak sahip olmaları gerektiği kabul edilmektedir. Gelişimin önemli dönemi olarak belirtilen bu aşamalarda, bireyler belli gelişimsel kazanımlara bir önceki aşamaya oranla daha uygun ve hazır durumda bulunurlar. Gelişimsel özelliklerin planlanması ve hazırlanan programların belli standartlara ulaşması, gelişimin önemli dönemleri kavramı ile ilişkilidir. Bu nedenle eğitimciler ve aile, çocukların eğitiminde, her gelişimsel dönemin özelliklerine uygun bir eğitim stratejisi belirlemelidir (Aydın, 2014).

Yukarıda bahsedilenler dikkate alındığında gitar eğitimi sürecinde öğrencilerin gelişimsel özelliklerini dikkate almamız gerektiği görülmektedir. Etkinlik temelli gitar eğitimi sürecinde, eğitime katılan öğrenciler farklı yaş gruplarından oluşabileceğinden

dolayı, eğitim süreci öğrencilerin gelişimsel farklılıkları dikkate alınarak planlanmalıdır. Gelişimsel özelliklerin yanı sıra öğrencilerin yetenekleri de farklı düzeylerde olabilmektedir.

Çoklu Zekâ Kuramı (ÇZK), Howard Gardner tarafından 1983 yılında “Zihnin Çerçevesi” adlı kitabında aktarılmıştır. Kitap çeşitli zekâ alanlarından da bahsetmektedir. Gardner teorisinde, her bireyin farklı seviyelerde farklı zekâlara sahip olduğunu ve bunun da bireylerin öğrenme tarzlarını, ilgi alanlarını, yeteneklerini ve yönelimlerini açıkladığını belirtmektedir. Gardner’ın teorisi birçok alanda olduğu gibi eğitimcilere de yeni bir görüş kazandırmaktadır. Eğitimciler bu teorinin ana öğelerini yaratıcı bir şekilde kullanarak öğrencilerinin bireysel farklılıklarını dikkate alan ve onların kendilerine has özelliklerini destekleyip geliştiren programlar hazırlamak konusunda çaba göstermektedirler (Demircioğlu ve Güneysu, 2000).

Gardner’in zekâ alanları sözel-dilsel, müziksel, mantıksal-matematiksel, uzamsal, bedensel- kinestetik, kişisel-işsel ve kişilerarası (sosyal) olmak üzere yedi çeşittir. 1999 yılında yazdığı “Intelligence Reframed” adlı kitabında bu zekâ türlerine sekizinci tür olan doğacı zekâyı da ekleyen Gardner, çoklu zekâ kuramını yeniden düzenlemiştir. Gardner, zekâyı bir problem çözme becerisi olarak incelemiştir. Ona göre, sorun çözmek için birçok yöntem vardır. Öğrenciye kendi öğrenme yöntemini keşfettirmek hem öğretmen hem de öğrenci için büyük bir kazanımdır. Çünkü öğrenilen konu değişmezdir. Değişen, öğrenme yöntemidir (Armstrong, 1999).

Etkinlik temelli gitar eğitiminde kullanılan zekâ türü müziksel zekâ kapsamına girmektedir. Ses (ezgi), ritim (süre), tempo (hız), nüans (gürlük), armoni ve müzik formları gibi müziğin çeşitli öğelerini kolaylıkla ayırt etmek ve bellekte tutmak, çalgı çalmada ve şarkı söylemede üstün başarı, beste yapabilme, çeşitli olayların oluşumunu ve işleyişini müziksel bir dille düşünmeye, yorumlamaya ve ifade etmeye çalışma gibi davranışlar, müzik zekasını belirleyen unsurlardır (Çuhadar, 2017).

Çoklu zekâ kuramında bahsedildiği gibi, müziksel zekâ düzeyi ve müzik yeteneği her bireyde farklılık gösterebilir. Tüm bu nedenlerden dolayı etkinlik temelli gitar eğitimi süresince öğrencilerin bireysel yetenek farklılıklarına da dikkat edilmeli, etkinlikler hazırlanırken öğrencilerin yetenekleri dikkate alınmalıdır.

Etkinlik temelli gitar eğitiminin ana amacı sanatsal değeri yüksek müzik eserleri üretmek veya çalmak değil, gitar eğitimi ile öğrencilerin kaygı durumlarına ve

yaşam doyumlarına olumlu bir katkıda bulunmaktadır. Bu açıdan bakıldığında etkinlik temelli gitar eğitimi müzik terapi kapsamında yapılan çalışmalar ile benzerlik göstermektedir.

Müzik eğitimi ile sağlık açısından bir etki sağlamak açısından yapılan çalışmalar özel gereksinimlere sahiptir. Her zaman müzik eğitimi ile sağlık açısından bir etki yaratma gayesi taşınmalı ve birinin öğretmen diğeri ise öğrenci rolünü üstlendiği iki kişinin müziksel kazanımlarını paylaştığı bir etkileşim gerektirir. Süreç metotludur ve öğrenciler ve öğretmen arasında karşılıklı etkileşim gerektirir. Bilgiye dayalı ve sistematiktir. Aynı zamanda, benzersiz bir şekilde, ses, güzellik, yaratıcılık ve ilişki üzerine odaklanmaktadır (Bruscia, 2016).

Etkinlik temelli gitar eğitiminin uygulanması için, gitar eğitimi paketi gerekmektedir. Gitar eğitimi paketi her ders neler yapılacağını, eğitimin neleri içereceğini ve uygulanmasının nasıl yapılacağını belirtmelidir. Gitar eğitimi paketi hazırlanırken öğrenci ihtiyaçları, gelişim özellikleri ve öğrencilerin müzikal yetenekleri dikkate alınarak hazırlanmalıdır. Her öğrencinin gelişimsel özellikleri ve müziksel yeteneği aynı olmayabilir. Bu nedenlerden dolayı etkinlik temelli gitar eğitimi paketlerinde, kazanımların aynı olması koşulu ile aktivitelerin öğrenci ihtiyaçlarına göre değiştirilmesi gerekebilir.

Müzik eğitimi ile tedavi amacı taşıyan çalışmalar, öğrencinin ihtiyacına göre serbest akan, kısmen yapılandırılmış ya da tamamen yapılandırılmış bir müziksel kazanıma olanak tanıyabilir. Serbest akan deneyimde veya derste, öğretmen öğrencinin düzenli olarak gidişatını izler ve öğrencinin ve müziğin etkileşimli sürecin yönünü ve akışını belirlemesine izin verir. Oldukça yönlendirilmiş yapılandırılmış deneyimden, öğretmenin öğrenci için belirli amaç ve hedefleri olduğu zaman, yani müzikle bir etki sağlama süreci “sonuç odaklı” iken yararlanır. Yönlendirilmiş olmayan yapılandırılmış deneyimden, öğretmen öğrenciye kendi gereksinimlerini belirleyebilmesi ve bu gereksinimleri sağlaması için bir yöntemi takip ettiği zaman, yani müzikle etki sağlama süreci “deneyim odaklı” olduğunda yararlanır. Kısmen yapılandırılmış ders, yapılandırılmış ve serbest öğelerin titizlikle oluşturulan bir etkileşimidir. Bu tür bir ders, öğrencilerinin fikirlerini dikkate alan, dersin akışını belirlemede gerektiği zaman öğrenciyle birlikte çalışan, ortak kararlar alan, fakat kritik

durumlarda öğretmen müdahalesinin gerektiğini düşünen öğretmenler için idealdir (Bruscia, 2016).

Uygulama öncesinde, öğrencilere ve ailelerine etkinlik temelli gitar eğitimi hakkında bilgi verilmeli, nelerin uygulanacağından, amaçlardan ve süreçten bahsedilmelidir. Etkinlik temelli gitar eğitimi profesyonel bir süreç olmalı, dersler yapılırken amaçlar göz önünde bulundurulmalı ve amacın dışına çıkılmamalıdır. Tüm bu nedenlerden dolayı öğrenci ve ailesi ile bilgilendirilmiş onam formu imzalanmalıdır.

Müzik eğitimi ile tedavi amaçlı yapılan çalışmalar, düzenli derslerin yapılmasını gerektirir. Bu düzenlilik, dersler için hayati bir önem taşır ve bu da öğrencinin ders ortamını güvenli olarak deneyimlemesine katkıda bulunur. Düzenlilik ayrıca öğrenci ile yapılan sözleşmeyle de ilgilidir. Müzik eğitimi ile bir etki sağlamak amaçlı yapılacak olan bir çalışmada, öğrencilere ve ailelere düzenliliğin önemi aktarılmalı ve çalışmanın ne kadar zaman alacağı anlatılmalıdır. Bu sözleşme her iki tarafın da birlikte çalışacağını, müziksel deneyimlerini aktaran öğretmenin ve öğrencilerin çalışmalarının neyi kapsadığını, çalışmanın ne kadar zaman alacağını, öğrencilerin bilgilerinin nasıl korunacağını belirler (Smith ve Patey, 2003).

Öğretme evrensel bir uğraştır. Yaşadığımız çevrede her an aileler çocuklarına, usta çırığına, öğretmenler öğrencilerine sürekli bir şeyler aktarmaktadırlar. Yani sürekli bir öğretme ve öğrenme süreci vardır. Ancak öğretme ve öğrenmenin iki farklı işlev olduğu her zaman dikkate alınmalıdır. Çünkü öğretme öğretmen tarafından gerçekleştirilirken öğrenme öğrencide oluşur. Net bir şekilde belli olsa da ciddi bir şekilde üzerinde durulması gereken bir konudur. Öğretme öğrenme sürecinin faydalı olabilmesi için öğretmen ve öğrenci arasında çok özel bir bağın oluşması gerekir (Çetin, 2001).

Uygulamanın her aşamasında, öğretmen ve öğrenci arasındaki özel bağ profesyonel bir eğitim ilişkisini aşmamalıdır. Etkinlik temelli gitar eğitiminin sürecinde öğretmen öğrencinin rolüne öğrenci de öğretmenin rolüne girmemelidir. Öğretmenin görevi etkinlik temelli gitar eğitimi süresince öğrenciye rehberlik etmek, öğrencinin görevi de müzikal aktivitelere olabildiğince katılmak ve öğretmenin sunacağı müzik deneyimlerinden faydalanmaktır.

Öğretmenler öğrencilerine belirli davranışları öğretmede ve öğrenilen davranışları içselleştirmelerinde eğitimin ilk sorumlusu olmuşlardır (Başaran, 1994). Öğretmen öğrenmenin gerçekleşmesinde rehber olan ve öğrenmenin gerçekleşmesini sağlayan kişidir. Öğrenme, öğrenci tarafından bireysel olarak elde edilen bir sonuçtur ve öğrenme yaşantıları sonucunda oluşur. Öğretmenin sorumluluğu çeşitli öğretim yöntem ve tekniklerinden yararlanarak öğrenme yaşantıları planlamak ve belirli davranışların öğrenci tarafından kazanılıp kazanılmadığı değerlendirmektir (Fidan ve Erden, 1994).

Öğrencilerin kendi gereksinimlerini kavrayabilme ve onlara cevap verebilme yeteneği, müzik eğitimi ile etki sağlamak amacı ile yapılan çalışmaların amaçlarını ve yöntemlerini oluşturabilme sürecine ne derecede aktif katılım göstereceğini de belirler. Öğretmen ve öğrenci beraber çalışabiliyor ve amaçları ve yöntemleri birlikte belirleyebiliyor iken, işlevselliği az öğrencilerde, öğretmen, en doğru amaç ve yöntemi belirleyebilmek için, aileler, diğer profesyoneller ve/veya kurumlar ile çalışır, onların yardımına danışabilir diyebiliriz (Bruscia, 2016).

Etkinlik temelli gitar eğitimi sürecinin en son aşaması değerlendirme aşamasıdır. Değerlendirme aşaması gitar eğitimi paketinin öğrenci ihtiyaçlarını karşılayıp karşılamadığını, gitar eğitimi paketinin kanser hastası yakınlarının üzerinde bir etkisinin olup olmadığının ve bu etkinin ne yönde olduğunun ölçülmesini içerir. Değerlendirme, program geliştirme sürecinin son aşaması olmasına rağmen, sürecin bütün evrelerinde değerlendirme yapılmasına ihtiyaç vardır (Kaya, Çepni ve Küçük, 2004).

Değerlendirme, ölçme sonuçlarını bir ölçüt ile karşılaştırarak, bir değer yargısına ulaşma sürecidir. Bir eğitim programının etkili olduğu ve olmadığı taraflarının ve başarısızlığının sebeplerinin anlaşılması, program hakkında önlem alınmasını kolaylaştırır. Ayrıca, benzer konularda gerçekleştirebilecek eğitimsel aktiviteler açısından daha yapıcı stratejiler belirlenmesine katkıda bulunur. Bu durum eğitimde değerlendirmenin önemini açıklar (Baykul ve Turgut, 2012).

Etkinlik temelli gitar eğitimi sürecinde, Öğrenci etkinlikleri uygularken, öğretmen öğrencinin ilgi düzeyini ve hoşlanıp hoşlanmadığı şeyleri gözlemlemelidir. Öğrencilerin ilgisini kaybettiği ve hoşlanmadığı aktiviteler hoşlanabileceği ve ilgisinin artırılabilmesi için aktivitelerle değiştirilmelidir. Öğretmen, öğrencilerin potansiyelini ve

yaratıcılığını ortaya çıkarmalı, gerekirse öğrenciler ile beraber ortak etkinlikler hazırlayabilmelidir.

Kısaca etkinlik temelli gitar eğitimi programında değerlendirme aşaması, etkinlik temelli gitar eğitimi sürecinin öğrenci ihtiyaçlarını karşılayıp karşılamadığını, etkinlik temelli gitar eğitimi programının kanser hastası yakınlarının üzerinde bir etkisinin olup olmadığının ve bu etkinin ne yönde olduğunun ölçülmesini de içerir.

2.7.3. Etkinlik Temelli Gitar Eğitiminde Öğretmenin Rolü

Eğitimin en önemli unsurlarından birisi öğretmendir. Etkili eğitim faaliyetlerinin yürütülmesinde öğretmenlere büyük bir sorumluluk yüklenmiştir. Sınıftaki öğretim ortamının düzenlenmesi, etkinliklerin belirlenmesi, ders araç gereçlerinin ve öğretim yöntemlerinin seçimi ve kullanılması bu sorumluluklar içerisinde yer alanlardan bazılarıdır. Bu işlevleri yerine getiren öğretmen, sınıfta etkin bir rol oynayarak öğrencilerin okulda bulundukları süre boyunca hem öğretimlerinde hem de kişisel davranışlarında önemli etkilerde bulunmaktadır. Bu açıdan bireylerin hayatlarında önemli izler bırakan ve onların davranışlarının oluşumunda etkin bir rol oynayan öğretmenlerin nasıl algılandığı ile ilgili saptamaların yapılması önemli görülmektedir (Cerit, 2008).

Bireylere eğitimsel davranışlar kazandırma süreci, önceden belirlenen hedeflerin amacına ulaşılmasıdır. Bu süreç kolektif bir çalışma süreci ve istenilen davranışların kazandırılmasına yönelik aktiviteleri kapsamaktadır. Bu süreç ile ulaşılması istenen hedeflerin sistemli bir şekilde gerçekleşmesi, ulaşılması istenen hedeflere olumlu açıdan etki etmekte olup bu alandaki kazanımlar, öğrencinin kazanması gereken davranışların ne olduğu ve bu sürecin nasıl gerçekleşeceğine yönelik stratejilerin bilinçli bir şekilde gerçekleştirilmesine bağlıdır (Sünbül, 1996).

Başarılı eğitimci, hem meslektaşlarına hem de öğrencilerine karşı davranışlarına dikkat eden ve öğrencilerinin ihtiyaçlarının farkında olan ve bireylerle empati kurabilmeye dikkat etmeyi başarabilen eğitimcidir. Özellikle öğrencilerinin hangi alanlarda yeteneklere sahip olduğunun, zihinsel, duygusal ve psikomotor seviyelerini saptayarak bu amaçlar doğrultusundaki, kazanılması gereken eğitimsel davranışları planlar. Başarılı öğretmen, öğrencilere olumlu davranış kazandırılması sürecinde faydalı olabilecek aktiviteler açısından fikirlerini ve öngörülerini tecrübe edebilmesi için gerekli ortamları yaratır, öğrencilerinin yaratıcılıklarını ve

yeteneklerini gösterebilmelerindeki özgüvenini yükseltebilecek fikir ve kazanımlar elde edebilmeleri için onların motivasyonlarını artırabilecek stratejileri belirlerler. Başarılı öğretmenler, sadece kendi fikirlerinin önemli olduğunu düşünen kişiler değildir. Öğretmen, öğrencilerinin de fikirlerini dikkate alan, kararlarını öğrencilerinin de fikirlerini dikkate alıp veren bireylerdir. (Can, 2004).

Alanında uzman olan eğitimciler, öğrencilerinin de öğrenme sürecine aktif olarak katılmasını sağlarlar. Bu eğitimciler dersin amacını açıklayabilen, öğrencilerin eğitimsel davranış kazandırılma sürecinde karşılaşılabilecekleri engelleri önceden belirleyebilen, öğrencilerin sorabilecekleri herhangi bir soruya karşı hazırlıklı olan ve verdikleri cevaplar ile öğrencilerinde belirsizlik yaratmayan, verdiği cevabın farkında olup gelişigüzel cevaplar vermeyen öğretmenlerdir. Eğitimcinin başarısı, Eğitimcinin öğrenim için gerekli olan stratejileri eğitimsel hedeflere ulaşılabilecek bir şekilde kullanabilmesidir (Şahin, 2011).

Öğretmen, uzman olduğu alanın ana öğelerini, bu süreçte gerekli olabilecek etkinliklerini bilir ve tüm bunları öğrenciye kalıcı olarak kazandırmak için ortamlar yaratır. Öğretmen, uzman olduğu konuya ait olan içeriklerin, değiştirilip güncelleştirilebilir olmasına dikkat edebilmeli, gerekli araştırmaları yapılabilmelidir. Öğretmenler farklı bakış açılarını da dikkate alır ve bilginin nasıl bir süreçten geçerek en son haline ulaştığını öğrencilere aktarır. Öğrettiği konuları önemser ve yaşamımızda bu bilgilerin nasıl işe yarayabileceğini anlatır. Öğrenme sürecindeki araştırmacılığı gündelik yaşamın bir parçası haline getirir ve konuyla ilgili olabilecek etkinliklere ve tüm bu süreçte aktif olarak katılır. Öğretmen, öğrencilerini her yöndeki gelişimsel özellikleriyle bilir ve bu gelişimsel özelliklere uygun olabilecek eğitim ortamları düzenler. Öğrencilerin nasıl daha iyi öğrenebileceklerini belirler. Öğretmen, eğitimsel davranış kazandırılma sürecinin nasıl gerçekleştiğini ve eğitim sürecindeki bireysel farklılıkların nasıl planlanması gerektiğinin farkında olur ve öğrencinin daha kalıcı bir öğrenmeye sahip olabileceği etkinlikleri tasarlar (Yetim ve Göktaş, 2004).

Öğretmen, bireysel farklılıkların, içsel ve dışsal motivasyonunun, çalışma ve öğrenme alışkanlıklarının kalıcı ve anlamlı öğrenmede önemli olduğunu bilir ve buna uygun öğrenme deneyimleri oluşturmak için gayret gösterir. Eğitimcilerin görevi sadece derste anlatılması gereken konuların aktarılması ile sınırlı değildir. Yapılan birçok araştırma öğrencinin, öğretmenin kişisel özelliklerinden etkilendiğini

belirtmektedir. Öğrenci genellikle öğretmenin işlediği dersten çok, dersteki bilgilere olan bakış açısına dikkat etmektedir (Güven, 2001).

Öğretmenin karakter özelliklerinden, davranışlarına kadar sahip olduğu pek çok niteliği ile öğrencileri pek çok açıdan etkileyebilmesi, öğrencileriyle yaptığı dersler sırasındaki tüm davranışlarını sorgulamasını gerektirmektedir. Yapılan her davranış, aynı etkiye sahip değildir. Bazı davranışların bireyler üzerindeki etkisi ise fazla olur ve bu etki bireylerin hayatına kalıcı olarak yerleşebilir (Tatar, 2010).

Müzik eğitimcileri, tüm öğretmenlerin sahip olması gereken özelliklerin yanında, müzik ve müzik eğitimi ile ilgili gerekli olabilecek özelliklere de sahip olmalıdır. Başarılı bir müzik eğitimcisi; alanının gerektirdiği özelliklere, becerilere sahip olan ve alanında uzman olan eğitimcidir. Müzik eğitimcisi, mesleğinin içeriğinde bulunan teori, şan ve enstrüman kategorisindeki içerikleri öğrencilerine kalıcı olarak kazandırılması konusunda yeterli bilgiye sahip olabilmelidir. Müzik eğitimcisinin karakteri, öğrencinin müziğe, eğitimin gerçekleştiği yere ve öğretmene olan düşüncelerini ve yargılarını belirleyebilmektedir. Bu karakteristik özelliklerden bazıları anlayışlı olma, kendini kontrol edebilme, başkalarının fikirlerini de önemseme, güdüleyici olma, güvenilir olma, güler yüzlü olma, güncel olmaktır. Bu özelliklerin bilinçli bir şekilde kullanılması, okulda verimli bir ortam oluşturulmasına, sınıfın eğitimin gerçekleşmesi için hazır hale gelmesine ve dersin daha etkili bir biçimde gerçekleşmesine neden olacaktır (Akbulut, 2006).

Bütün müzik öğretmenlerinin sahip olması gereken özellikler “kişisel”, “müziksel” ve “mesleksel” olarak üç farklı kategoride incelenebilir. Müzik öğretmenlerinin kişisel özelliklerini incelediğimizde, müzik öğretmenleri etrafındaki insanlar üzerinde müziğe karşı ilgi uyandırabilmeli, etkileşim içinde olduğu insanların diğer alanlara ilişkin bilgilerini öğrenmeli, bu alanları müzikle ilişkilendirilebilmeli ve karşılaştığı yeni fikirler konusunda önyargılı olmayıp yapıcı bir şekilde değerlendirme yapabilmelidir. Müzik öğretmenlerinin müziksel özelliklerini incelediğimizde, müzik öğretmenleri, müziği eğitimi için gerekli olan bilgiye ve yeterliliğe sahip olabilmeli, enstrüman icra edebilmeli ve enstrümanla eşlik yapabilmeli, şarkı söyleyebilmeli, orkestra ve koro çalıştırıp yönetebilmeli, yaratıcılığını aktif olarak kullanabilmeli, eseri müziksel bir anlam ifade edecek şekilde yorumlayabilmeli, öğrencilerine çalıştırdığı eserlerin analizini yapabilmeli, doğaçlama konusunda gerekli niteliklere

sahip olmalı ve müzik alanının kapsadığı konuların çoğuna sahip olmalıdır. Müzik öğretmenlerinin meslek açısından sahip olması gereken özellikleri incelediğimizde müzik öğretmenleri eğitimci olmanın gerekliliklerini kavrayabilmeli, müzik öğretmenin hedeflerini belirleyebilmeli, eğitim sürecinde müzik eğitiminin öğrenciye kattığı şeyleri bilmeli, müzik eğitiminin içeriğini, müzik eğitiminin kapsamında olan konuları ayrıntılı bir şekilde bilmeli ve öğrencilere aktarabilmelidir. Öğrencilerinin müziksel faaliyetlerini kontrol edebilmeli ve değerlendirmesini yapabilmeli, eğitim hedeflerine ulaşırken gerekli olabilecek şarkıları ve eserleri belirleyebilmelidir. Öğrencilerinin eğitim sürecinde yaşadığı problemlere çözüm bulmalı ve şarkı ile eserleri belirlemek için gerekli olabilecek kitaplardan, nota kâğıtlarından, videolardan faydalanabilmeli, müzikteki gelişmeleri takip etmeli ve bu gelişmeleri sorgulayabilmelidir. Müzik öğretiminin kapsamı içine giren enstrüman eğitimine dair öğretmenin hedefleri, enstrümana olan ilgiyi artırabilmek, müziğin kişisel olarak öğrencilerinin hayatında yer almasını sağlamak, müziğe yeteneği üst düzeylerde olan öğrencileri mesleki açıdan müziğe yönlendirmek, enstrüman eğitiminin öğrencilere olabilecek faydalarını araştırmak, enstrüman çalarken öğrencilerin fiziksel sorunlar yaşanmasını engellemek için en doğru tekniği öğrencilere göstermek, enstrüman eğitimini kolaylaştırıcı yöntemler bulmak ve aynı zamanda ilerleme kaydedilmesini sağlamaktır (Özen, 2004).

Öğrenciler sadece kendilerini rahat ve hazır hissettikleri ortamlarda öğrenme davranışını gerçekleştirebilirler. Yaratıcılıkları ve keşfedici özellikleri kendini belli eder. Eğitimin gerçekleştiği yerin öğrenme davranışları için hazır bir konuma getirilmesindeki sorumlu kişi öğretmendir. Öğretmenin öğrenci ayrımı yapmayan, kendini öğrenci yerine koyabilen ve öğrencileri aşağılamayacak davranışları gerçekleştirebilmesi önemlidir. Öğretmen tüm öğrencilerde önemli ve yeterli olduğu hissini uyandırabilmeli; öğrencilerin sorumluluk alma davranışını gerçekleştirebilmeleri için, öğrencide istek uyandırabilmelidir. Bahsedilenlerin gerçekleşmesi için, öğretmenin sadece uzmanı olduğu konular hakkında doğru bilgiyi aktarması ve öğrencileri sadece isim olarak bilip tanınması yeterli değildir. Öğrencileri fikirleri, değer yargıları, duyguları, dünya görüşleri ile tanıyabilmek için emek harcamalıdır. Öğrencilerin karakteri keşfedildikçe, yargılamadan kabul gördüğü öğrenci tarafından anlaşıldığında, öğrencinin de kendini anlaması, tanınması kolaylaşır (Erden ve Akman, 2011).

2.7.4. Etkinlik Temelli Gitar Eğitimi Paketinde Kullanılan Yöntemler

Etkinlik temelli gitar eğitimi paketinde kullanılan ana yöntemler, müzik terapi ve müziğin kullanımı ile bir etki sağlamak amacı ile yapılan çalışmalarda da kullanılan Doğaçlama, Performans (Yeniden Yaratma), Besteleme ve Doğaçlama Yöntemleridir.

2.7.4.1. Doğaçlama Yöntemi

Yaratıcılığı öne çıkarmanın amaçlandığı bir enstrüman eğitiminde, yaratıcı aktivitelerin başlıca çalışmalarından biri de doğaçlamadır. Doğaçlamanın eğitim sürecinde sahip olduğu geniş ve öğrenciye özgürlük sunan yanı, öğrenciye kendini ifade ederken sınırların kaldırılıp kendini daha rahat anlayabileceği ve anlatabileceği bir ortam yaratmakta, öğrencilerinin motivasyonunu artırarak onları güdülemekte, böylece yaratıcı davranışların gerçekleşmesine ve bu davranışların sahip olduğu yaratıcılığın seviyesini artırmaktadır (Güleç, 2017).

Doğaçlama, bireylerin doğasında bulunan çeşitli fikirlerin ve bu fikirlerin aracılığı ile oluşan duyguları açıklayabilmenin, aktarabilmenin etkili bir yöntemidir. Doğaçlama sırasında ortaya çıkan davranışlar birbirleriyle bağlantılıdır. Doğaçlama, o an gerçekleşen duygu durumlarının sonucunda, tam olarak belirlenebilmesi mümkün olmayan bir duygu durumunu önceden belirlenmeyen herhangi bir cümle, resim veya melodiyle anlatmaya çalışmaktır (Agdam, 2018).

Duygularımız müzik aracılığı ile yansıtılmaktadır. Müzik içsel duygu durumlarımızın canlandırılmasına sebep olur. Doğaçlama müzik, içsel dünyamız ile dışsal dünyamız arasında bir köprü kurar ve hatıraların, hissedilenlerin ve hayallerin yaşattığı duyguların anında deneyimlenebilmesine olanak tanır (Austin, 1996).

Doğaçlama müzik yapmanın amaçları; duygular üzerinden iletişim kurma ve sözel iletişime hazırlık yapma, kendini rahat bir şekilde ifade etme ve bireyin kendisini keşfedebilmesini sağlama, insanlar arasındaki etkileşim sırasında bireyin sahip olduğu çeşitli özelliklerin farkına varması, tanımlanması zor duyguları anlamaya başlama; insanlara karşı saygılı olma ve arkadaşlık kurabilme düzeyini artırma, grup aktivitelerini gerçekleştirebilme yeteneğini geliştirme, grup aktivitelerinde ortaya çıkan sorunlara çözüm bulabilme; yaratıcılığı geliştirme, fikirlerini özgürce savunabilme ve aniden ortaya çıkan olumsuzlukları olumlu durumlara çevirebilmek olarak sayılabilir (Bruscia, 2016).

Doğaçlama, tüm bireylerin yaşamında karşısına çıkıp deneyimlemiş olduğu bir durumdur. Günlük hayat rutininde, hiç beklenmeyen ya da hesap edilemeyen bir durumla karşılaşıldığında, yalnızca o sırada gerçekleşen duruma uygun olabilecek bir davranışta bulunmaktan, gerçekleştirebilmekten bahsedildiğinde çoğunlukla doğaçlamadan bahsedilmiş olur. Sanatta ve müzikte doğaçlama, sanatsal ya da müzikal bir eseri oluşturan öğelerin kullanılarak, kişinin o sırada, müziksel öğeleri kendi istediği gibi birleştirerek doğaçlama bir müzik meydana getirilmesidir (Kaya, 2018).

Müziksel yaratıcılığın desteklenmesinde etkili olan doğaçlama, çocukların zaten sahip olduğu, bireyin doğasında bulunan bir yetenektir. Öğretmenlerin dikkat etmesi gerekli olan şey bu doğal yeteneğin öğrencilerde kaybolmaması için önlem almak ve bu yeteneğin düzeyini artıracak yaratıcı aktiviteleri eğitim sürecinde kullanmaktır. Doğaçlamanın müzik eğitimi sürecinde bireyin sahip olduğu yeteneklerle bağlantılı bir şekilde verilmesi bu durumun gerçekleşmesindeki en önemli yöntemdir (Gürgeç, 2007).

Doğaçlama, bireyin kontrolünü kaybedip istediği her şeyi istediği gibi yapması, amaçsızca bağırması, sahnede bilinçsizce düşmesi değildir (Hatipoğlu, 2012).

Doğaçlama, bilindik durumları farklı bir anlatım biçimiyle anlatma sürecidir. Örneğin, bulutlara bakabilir ve “bulutlar beyazdır.” denilebilir. Fakat görülenleri anlatabilmenin tek yolu bu değildir. Yaratıcılık kullanarak bir durum farklı yöntemlerle de ifade edilebilir. “Bulutların beyazlığı bugün başka bir güzel”, “Hiç böyle güzel beyazlıkta bir bulut gördün mü?”, “Bak, gökyüzü bugün ne kadar bulutlu. Baktığım her yerde bulutlar var.” gibi cümlelerle var olan bir durum farklı yöntemlerle anlatılarak doğaçlama yapılabilir (Kaya, 2018).

Müziksel üretim sürecinin en geniş açılı ve özgür şekilde yapılanı doğaçlama müziktir. Bir müziğin başından sonuna kadar; müziğin sahip olduğu armonik, melodik ve ritmik öğelerin bireyin kendi planlaması sonucu aniden ortaya çıkan farklı varyasyonlar ile oluşması sonucu doğaçlama müzik meydana gelir (Baker ve Wigram, 2005).

Doğaçlama yönteminin besteleme yöntemi ile paylaştığı ve zıtlaştığı durumlar vardır. Doğaçlama müzik, aniden o ana özel olarak oluşturulan melodiler ve

armonilerden meydana gelirken, besteleme planlanması önceden yapılan melodilerin, formların ve armonilerin birbirleriyle uyumlu ve anlamlı bir eser oluşturacak biçimde kullanılmasıdır. Doğaçlama müzik sürecinde sıklıkla, besteleme yönteminin sahip olduğu müzik formları ve armoni kullanılır ve doğaçlama yapılırken eserin tonal yapısını bozmamaya ve eserin armonisine bağlı kalmak koşulu ile belli kurallara bağlı kalınmasına dikkat edilir (Benson, 2003).

Doğaçlama müziği eğitim aracı olarak kullanmak; öğrencilerin üretmiş olduğu, genellikle herhangi bir müzik türü kategorisinde açıklanamayan melodik ve ritmik yapılardan oluşmaktadır. Öğrenciler kendi üretimi olan bu müzik ile kimliğini bulup, çevresini anlamaya başladığı gibi, bu doğalamalara değerli, duygusal işlevler yüklemektedirler. Öğrenciler karşlarına çıkan her yeni kavramı (sözcük, numara, nesne, vb.) özgür bir biçimde üretmiş olduğu doğaçlama müzik sayesinde özümserler. Bu gibi doğaçlamalar, doğaçlamanın bir çeşidi olan, serbest doğaçlamadır. Bireyin nasıl hissediyorsa o şekilde yaptığı, bireyi başkalarının değil kendisinin yönlendirdiği, bireyin doğasında kendiliğinden gerçekleşen bir doğaçlama türüdür (Güleç, 2017).

Doğaçlamanın kullanıldığı bir alan da terapötik amaçla kullanılan doğalamalardır. Bu tarz doğaçlamalar müzik terapi kapsamında değerlendirilebilmektedir ve sağlık açısından bireye bir etki etmesi beklenir (Gardstrom, 2007).

Doğaçlama'nın müzik terapide kullanımının birçok yolu vardır ve bu çalışmalar iki kategori altında açıklanabilir. Bu kategoriler yapılandırılmış doğaçlama ve serbest doğaçlama yöntemleridir. Yapılandırılmış doğaçlama yönteminde, bireyler doğaçlama yaparken kendine rehberlik edecek, ilham kaynağı olabilecek bir öğe belirler (Örneğin belirli ritim kalıplarının veya melodilerin varyasyonlarının kullanılması gibi). Serbest doğaçlama yönteminde, kullanılacak ritim kalıpları veya melodiler o an, daha önceden planlaması yapılmadan üretilir (Berkowitz ve Ansarı, 2010).

Doğaçlama müzik çalışmalarında danışan olarak öğrenci, bir müzik aleti icra ederek veya şarkı söyleyerek o an hissettiği duygulara bağlı olarak bir ezgi, ritim, şarkı, veya enstrümantal müzik yaratır. Öğrenci, doğalamayı tek başına yapabileceği gibi başka bir öğrenci ile veya öğretmen, diğer öğrenciler ve ailesini de içine alan bir toplulukta doğaçlama yapabilir. Öğrenci, yeteneklerini en iyi kullanıp, müziği en iyi

anlatabildiği müzik enstrümanını (sesini, beden perküsyonu, vurmalı çalgıları, yaylı çalgıları, telli çalgıları, nefesli çalgıları, klavyeyi vb.) kullanabilir. Terapist olarak müzik eğitimcisi, ihtiyaç olabilecek yönlendirmeleri yaparak, doğaçlama yapılması için ilham alınacak bir fikri veya nesneyi, müzik enstrümanı veya vokal yaparak öğrencinin doğaçlamasını destekleyecek şekilde ona eşlik yapar veya öğrencinin doğaçlama sırasında aktaracağı müzik ile ilgili olmayan bir fikri belirleyerek öğrenciye yardım eder (Bruscia, 2016)

2.7.4.2. Performans Yöntemi

Performans kelimesi İngilizce bir kelime olan “perform” kelimesinden literatüre girmiştir. Perform kelimesi tanım olarak, “yerine getirmek” anlamına sahiptir. Performans, aktarılan, gerçekleşen, sergilenen, oluşturulan bir fikri ve kuramı açıklamaktadır. Müzik eğitiminde değerlendirilen en önemli konuların başında “müziksel performans” gelmektedir. Müziksel performans öğrencinin zihinsel, duygusal ve psikomotor gelişim özelliklerini deneyimleyerek, icra etme, yorumlama ve müziksel üretim yapma durumlarında daha çok kendini belli eder (Şeker ve Saraç, 2010).

Enstrüman eğitimi, birçok amaç ve müfredatın getirdiği gerekliliklere de dikkat edilerek, çeşitli eğitim kurumlarında, farklı yetenek seviyelerine sahip öğrencilere verilen bir müzik eğitimi türüdür. Enstrüman ile yapılan performans ise çeşitli açılardan değerlendirilebilmesi gereken çok boyutlu bir durumdur. Yalnızca enstrüman eğitiminin kapsamında bulunmayan performans hakkında pek çok araştırma yapıldığı literatürde belirtilmekte olup ciddi miktarda bilgiye bu araştırmalar sayesinde ulaşılmaktadır (Özmenteş, 2013).

Yorum; bir müzik eserinin bireyin kişisel özellikleri ile kaynaştırarak, kendine has bir şekilde çalması veya seslendirmesi anlamını taşımaktadır. Bir eserin kişisel olarak özgün bir biçimde yorumlanması için eserin analizinin yapılması, formunun, melodisinin ve armonisinin anlaşılması ve içselleştirilmesi gerekmektedir. Müzikal bir üretimde içerik; bir müzisyenin dinleyicilere ulaştırmak istediği duyguları aktarmaktır. Enstrümanı icra eden kişi de bu içeriği içselleştirebilip yorumlayabildiği takdirde eser, anlam ifade edecektir (Önder ve Yıldız, 2008).

Her alanın eğitiminin kapsadığı gibi, bir sanat eğitimi boyutu olan müzik eğitiminde de performans önemli bir yere sahiptir. Resim, heykel, tiyatro, dans ve

benzeri sanat türlerinde, sanatın performans edilmesi bir hareket ve davranışa dayalı ise müzik performansı kapsamına giren çalgı performansında da çalgının icra edilmesi, bir duygunun karşıya aktarımı performans yapılması ile mümkündür. Bireyin sahip olduğu karakteristik, fizyolojik ve bilişsel özellikleri, çalgısına karşı beslediği fikirleri, çalgısını özümsemesi ve sevmesi, düzenli çalışması gibi durumlar çalgı performansı açısından önemlidir. Özellikle çalınması istenen çalgı için bireyin fiziksel olarak yeterli olması, karşılaşılabilecek teknik problemleri çözmek ve çalgıyla performans gösterebilmek için önemlidir (Ak, 2018).

Müzik performansı hem bilişsel hem de motor becerileri incelemek için zengin bir etki alanı sağlar. Müzik performansındaki planlama ve hafıza alma işlemleri melodik, harmonik ve diatonik unsurlar arasındaki çok boyutlu ilişkileri yansıtır (Palmer, 1997).

Müzik performansı genellikle bestecilerin notasyondaki müzikal fikirleri kodladığı, performansların notasyondan akustik sinyale kodlandığı ve dinleyicilerin akustik sinyalden fikirlere kodladığı bir iletişim sisteminin parçası olarak görülür (Kendall and Carterette 1990).

Performans yönteminde danışan konumunda olan öğrenci daha önce bestelenmiş bir eseri öğrenir, seslendirir icra eder veya var olan bir müziğin yeniden yaratımını gerçekleştirir. Öğrencinin önceden belirlenen rol ve davranışların sunumunu yaptığı müziksel faaliyetler ve oyunlar da bu yöntemin kapsamı içerisinde. Performans yönteminin çeşitleri veya türleri çalgı ile performans, vokal yapma, seslendirme, müziksel sahneleme, müzik ile ilgili olan oyunlar ve yönetme olarak belirtilebilir. Performans yöntemi ile hedeflenen; fizyolojik yeteneklerin gelişimine destek olmak; istedik, olumlu davranışları teşvik etmek, konsantrasyonu ve yaşama uyum becerilerini artırmak, hafıza yeteneğini geliştirmek, bireyin kendi yeteneklerinin farkında olması ve kendi kimliğini bulabilmesini sağlamak, diğer insanlarla etkileşimde olayı ve kendini diğer insanların yerine koyabilmesi gibi davranışları desteklemek, özgür bir ortamda çeşitli duyguları yaşamak ve bu duyguları aktarmaktan çekinmemek; düşünceleri ve duyguları kavramayı, tartışmayı ve sosyal yeteneklerini geliştirmek, çeşitli insanlar arasında yaşanan durumlarda özel rol yaşantılarını deneyimlemek, grup becerilerini desteklemek, toplumsal bir bilinç

gelişmesine yardımcı olmak; bir topluluğun veya kültürün değerleri, tutumlarıyla ve inançlarıyla bağ kurabilmek olarak sayılabilir (Bruscia, 2016).

2.7.4.3. Besteleme Yöntemi

Besteleme ile ilgili faaliyetlerde terapist olarak öğretmen, öğrenciye ezgi üretme, söz yazma, sözsüz müzik üretme veya müzik videoları oluşturma, müzik kayıtları oluşturma gibi her türlü müzikal ürün oluşumunda rehberlik eder. Genellikle öğretmen, bu yöntemin teknik kısmında aktif olur ve öğrencinin, müzikal becerilerine göre aktiviteleri ayarlar. Örneğin öğretmen, akorlar ile eşlik yapar iken öğrenci, ezgiyi yeteneğine uygun olan bir çalgı ile üretebilir ya da öğretmen, öğrenci ile birlikte çalınan bir ezgiyi veya armoniyi üretirken öğrenci, şarkı sözünü ezgiye uyumlu olarak yazabilir (Bruscia, 2016).

Terapötik açıdan şarkı yazma yöntemi besteleme kapsamında değerlendirilen çalışmalardan birisidir. Terapötik şarkı yazma süreci sağlık açısından bireye belli davranışların kazandırılması için yapılan şarkı sözleri yazma ve müzik oluşturma sürecidir (Baker and Wigram, 2005).

Şarkı yazma ile ilgili aktivitelerin müzik terapi açısından kullanımının önemi bir çok çalışma ile belgelenmiştir. Araştırmalar çeşitli müzik terapi ortamlarında gerçekleştirilmiştir. Bu ortamlar psikiyatrik ve hastane ortamları olduğu gibi sosyal destek amaçlı kurulan kurumları da kapsamaktadır. Araştırmacılar şarkı yazma etkinliklerinin duygunun dışa aktarımında, bireyin kendisini ifade edebilmesinde, kaygının düşürülmesinde, bireyin kendisini ve yaşamdaki aktiviteleri kontrol edebilmesinde, moralinin yükseltilmesinde, travmalar ile başa çıkılabilemesinde ve kişilerarası etkileşimde etkili olduğunu belirtmektedirler (Anderson, 2012).

Kelime değiştirme, şarkıları birbiriyle karıştırma, var olan sözleri yeniden yazma, şarkıları doğaçlama veya 12-bar blues formunu bir yapı olarak kullanma besteleme tekniklerinden bazılarını oluşturmaktadır (Schmidt, 1983).

Şarkı yazmada yüzlerce farklı teknik vardır ve onları öğrenmenin en iyi yolu yapılarını analiz etmektir. En sevilen şarkıların listesi yapılarak, birkaç farklı türde müzik seçilerek ve şarkıların yapısını, şarkı sözlerinin, melodisinin, akor dizisi'nin ve benzeri öğelerin incelenmesi ile şarkıların nasıl yazılabileceği anlaşılabilir (O'connel, 2001).

Besteleme yöntemi ile amaçlanan; bir bireyin, kendini rahatça ifade edebilecekleri ve kendilerini daha iyi keşfedebilecekleri bir ortam yaratmak; düşünce ve duyguların günlük yaşamla uyum içinde düzenlenmesi için yardımcı olmak; duyguları ve düşünceleri aktarmanın birçok yöntemini bulmasını ve keşfetmesini sağlamak; bireyin kararsızlık yaşamasını önlemek; bestenin başka bireyler tarafından performansının yapılmasını sağlamak, sözler aracılığıyla terapötik sürece yardımcı olmak; birbirini oluşturan birçok yapıyı ve durumu bir bütün olarak kavrayabilme yeteneğini geliştirmek olarak sayılabilir (Bruscia, 2016).

2.7.4.4. Dinleme Yöntemi

Müzik yalnızca sanatsal değil, duyguları anlama ve anlatma aracı olarak da değerlendirilmelidir. Duyguların notalar ile aktarılması, görsel, sözel ve yazı ile anlatım gibi ayrı açıdan incelenmesini gerekli kılar. Anlatım; duygu, fikir, beklentiler ve hisleri, belirli durumların ve davranışlarının deneyimlenmesinin hedeflenerek ifade edilmesi olarak açıklanırsa; müzik de resim, edebiyat, konuşma gibi bir anlatma, kendini açıklayabilme aracıdır. Müziğin çeşitli konularda etkisinin çalışılmasına ek olarak, diğer ifade etme yeteneklerine bir etkisi olabilir mi? sorusu müzik, dil, ruh bilimi ve terapi alanlarında ve bu alanda yapılan çalışmalarda karşımıza çıkmaktadır (Şahin, Maden, Güler, Satır ve Aydın, 2013).

Müzik dinlemek, fizyolojik açıdan bir yere de sahiptir. Müziğin varlığında bulunan titreşimler ve sesler, etkileşime geçtiği bireylerin vücudunun tüm bölgelerini etkiler. Müzik dinlemek yaşamda deneyimlenmiş olan bütün durumların yol açtığı duygu durumlarına, hatıralara ve hayallere kolayca ulaşılabilmesine yardımcı olur. Dinleme ile ilgi olan deneyimlerinde danışan olarak öğrenci, müziği dinler ve bu deneyime sessizce, sözel veya daha farklı biçimlerde tepki verir. Kullanılan müzik konser kaydı, albüm veya performans olabilir; öğrencinin veya öğretmenin üretmiş olduğu müzikal bir ürün, beste veya müziğin çeşitli tarzlarındaki (ör. klasik, rock, flamenko, caz, country, pop, dini, new age, halk müziği) gibi bir kaydı olabilir. Dinleme çalışmaları, müziğin fizyolojik, duygusal, sanatsal, estetik veya terapötik yönlerine dayandırılabilir ve bu amaçla planlanabilir (Bruscia, 2016).

Müzik, dinleyenlerin kişisel özelliklerine, hangi gelişimsel dönemde olduğuna, yaşadığı toplumun özelliklerine, müziği duymasında faydalı olabilecek sağlık durumlarına, müziğe karşı olan yeteneğine ve yeterliliklerine göre farklı düzeyde

tanımlanabilir. Ritim, armoni, ezgi gibi müziğin kapsamı içinde bulunan öğelerin yanında müziği kulaklıkla veya ses sisteminden dinleme, kayıttan ya da konserde dinleme gibi müziği dinleme durumları ve aktif-pasif katılım müziğin yol açabileceği etkileri şekillendirmektedir (Aldridge, 2003).

Dinleme yönteminde amaçlar refleksleri desteklemek, belirli fizyolojik davranışları harekete geçirmek, kişinin olası bir durumda duygularını kontrol ederek önlem almasını sağlamak veya sakinleştirmek, duyuşsal becerileri geliştirmek, duygusal durumların ve davranışların keşfedilmesini sağlamak, diğer bireylerin fikirlerini ve düşüncelerini anlayabilmek; hafızayı, hatıraları, dalgın olma ve endişeli olma durumunu azaltmak; hayal, beklentiler ve keyif alınan yaşantıları harekete geçirmek; dinleyiciyi, başka insan topluluklarıyla etkileşime geçirmek ve ruhsal davranışları harekete geçirmek olarak sayılabilir (Bruscia, 2016).

2.8. İlgili Araştırmalar

Ayşegül Bilge Ve Gülseren Ünal'ın 2005 yılında hazırlamış olduğu ve Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisinde yayınlanan “Kanserli Hastanın Yakınlarının Öfke Ve Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi” isimli makalede, “Durumluk-Sürekli kaygı ölçeği” ve “Durumluk-Sürekli Öfke Ölçeği” Ege Üniversitesi Tıp fakültesi Araştırma ve Uygulama Hastanesinde hastalara eşlik eden 88 kanser hastası yakınına uygulanmış ve kanser hastası yakınlarının öfke ve kaygı düzeyleri yüksek bulunmuştur.

Robert E. Krout tarafından 2007 yılında hazırlanan ve “The Arts In Psychotherapy” dergisinde yayınlanan “The Attraction Of The Guitar As An Instrument of Motivation, Preference, And Choice For Use With Clients In Music Therapy: A Review Of The Literature” isimli makalede, gitarın müzik terapi aracı olarak kullanımının yaygınlığı, 1966 yılından 2005 yılına kadar yapılan araştırmalar derlenerek belirlenmiştir. Araştırma sonucunda gitarın müzik terapi aracı olarak kullanımında ve tercih edilmesinde artış görülmüştür.

Selma Çivi, Ruhuşen Kutlu ve Hasan Hüseyin Çelik tarafından 2011 yılında hazırlanan ve Gülhane Askeri Tıp Akademisi dergisinde yayınlanan “Kanserli Hasta Yakınlarında Depresyon ve Yaşam Kalitesini Etkileyen Faktörler” isimli makalede, Meram Tıp Fakültesi Tıbbi Onkoloji Bilim Dalında tedavi gören 110 kanserli hasta yakını ile görüşmeler yapılmıştır. Araştırmanın verileri Beck depresyon ölçeği ve

WHOQOL-Bref yaşam kalitesi ölçeği ile toplanılmış, kanser hastası yakınlarının depresyon düzeyinin yüksek olup, bu durumun yaşam kalitesini düşürdüğü gözlemlenmiştir.

Nurşen Kulakaç, Ayşe Çolak ve Cemile Aktuğ tarafından 2016 yılında hazırlanan ve Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisinde yayınlanan “Yaşam Kalitesi Üzerine Müziğin Etkisi” isimli makalede, ulaşılan bulgular doğrultusunda müziğin insanların yaşam kalitesini arttırmada faydalı sonuçlar doğurduğu belirtilmiştir.

Jasemi M, Aazami S ve Zabihi R.E tarafından 2016 yılında hazırlanan “The Effects of Music Therapy on Anxiety and Depression of Cancer Patients” isimli makalede, müzik terapinin kaygı ve depresyonun düşürülmesinde olumlu yönde etkilerinin olduğu belirtilmiştir.

Sibel Şentürk, Derya Bıçak ve Derya Akça’nın 2018 yılında hazırlamış olduğu ve Sağlık Akademisyenleri Dergisinde yayınlanan “Kanserli hasta yakınlarının yaşadıkları sorunlar ve hemşirelik yaklaşımı” isimli makalede, Kanser Hastası Yakınlarının yaşadıkları sorunlar saptanmıştır. Bu sorunlar kaygı düzeyinin artıp, yaşam düzeyinin düşmesine yol açan duygusal, fiziksel ve ruhsal sorunlardır. Araştırmacılar sosyal desteğin, terapötik uygulamaların ve terapötik etki içeren eğitimlerin sorunların giderilmesinde gerekli ve önemli olduğunu belirtmiştir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, etkinlik temelli tasarlanan gitar eğitiminin, kanser hastası yakınlarının yaşamlarındaki sıkıntılara çözüm bulabilmek ve kanser hastası yakınlarının yaşamlarına olumlu bir katkıda bulunabilmek amacı ile yapılmış olan bir müdahale araştırmasıdır. Müdahale araştırmalarında, belirli bir yöntem ya da uygulamanın bir ya da daha fazla sonucu etkilemesi beklenir. Bu tür araştırmalar; araştırmacıların, örneğin, çeşitli öğretim yöntemlerinin, öğretim programlarının, sınıfın düzenlenmesinin etkililiğini ve kişileri ya da grupların özelliklerini etkilemeye yönelik diğer çabaları değerlendirebilmelerini sağlar. Müdahale araştırmalarında kullanılan başlıca yöntem deneydir (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz, Demirel, 2016).

Araştırmanın modeli nicel araştırma modellerinden biri olan ve deneysel araştırmanın bir türü olan “tek grup ön test-son test desen” olarak belirlenmiştir. Tek grup ön test-son test desen ’de deneysel işlemin etkisi tek bir grup üzerinde yapılan çalışmayla test edilir. Deneklerin bağımlı değişkene ilişkin ölçümleri uygulama öncesinde ön test, sonrasında son test olarak aynı denekler ve aynı ölçme araçları kullanılarak elde edilir (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz, Demirel, 2016).

Araştırmanın bağımlı değişkeni “Kanser Hastası Yakınlarının Yaşam Doyumları ve Kaygı Düzeyleri”, bağımsız değişkeni ise “Etkinlik Temelli Tasarlanan Gitar Eğitimi Paketi” dir.

Araştırma tek bir grup üzerinde aynı ölçme araçları kullanılarak yapılacağından, etkinlik temelli gitar eğitimi programının uygulanması sonucunda, kanser hastası yakınlarının yaşam doyumlarında ve kaygı düzeylerinde olabilecek değişimlerin gözlemlenmesi istendiğinden dolayı bu model uygun görülmüştür.

3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu KHYD'ne üyeliği bulunan ve kanser hastası yakınlarından oluşup, gitar eğitimi alan 11-17 yaşları arasındaki 10 kişi oluşturmaktadır.

3.2.1. Çalışma Grubuna Yönelik Tanımlayıcı İstatistikler

Tablo 1.

Çocukların sosyo-demografik özellikleri (n=10)

	Sayı(n)	Yüzde(%)
Cinsiyet		
Kadın	5	50,0
Erkek	5	50,0
Yaş		
11-13 yaş	6	60,0
14-16 yaş	2	20,0
17 yaş	2	20,0
Eğitim durumu		
Ortaokul öğrencisi	6	60,0
Lise öğrencisi	4	40,0
Anne eğitim durumu		
Ortaokul mezunu	6	60,0
Lise mezunu	4	40,0
Baba eğitim durumu		
Ortaokul mezunu	7	70,0
Lise mezunu	2	20,0
Üniversite mezunu	1	10,0
Sosyo-ekonomik düzey		
Düşük	3	30,0
Orta	7	70,0
Hasta olan yakını		
Anne/kardeş	5	50,0
Kuzen	5	50,0
Hastalık süresi		
1 yıl	3	30,0
2 yıl	7	70,0

Tablo 1.'de araştırmaya dahil edilen çocukların sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımı gösterilmiştir.

Tablo 1. incelendiğinde araştırmaya katılan çocukların %50,0'sinin kadın, %50,0'sinin erkek olduğu, %60,0'ının 11-13 yaş arası, %20,0'sinin 14-16 yaş arası ve

%20,0'sinin 17 yaşında olduğu belirlenmiştir. Çocukların %60,0'ının ortaokul öğrencisi, %40,0'ının ise lise öğrencisi olduğu, %60,0'ının annesinin ortaokul mezunu, %40,0'ının annesinin lise mezunu olduğu, %70,0'inin babasının ortaokul mezunu, %20,0'sinin babasının lise mezunu ve %10,0'unun babasının üniversite mezunu olduğu görülmüştür. Çocukların sosyo-ekonomik düzeyleri incelendiğinde, %30,0'unun sosyo-ekonomik düzeyinin düşük, %70,0'inin ise orta olduğu tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan Çocukların %50,0'sinin anne/kardeşinin ve %50,0'sinin kuzeninin, %30,0'unun yakınının 1 yıldır ve %70,0'inin 2 yıldır kanser hastası olduğu saptanmıştır.

3.2.2. Çalışma Grubunun ve Ailesinin Müzik Aleti Çalma Durumu İle İlgili Tanımlayıcı İstatistikler

Tablo 2.

Çocukların enstrüman çalma, gitar çalma düzeyi ve ailesinde müzikle uğraşan birisi olma durumu(n=10)

	Sayı(n)	Yüzde(%)
Daha önce herhangi bir enstrüman çalma		
Çalan	4	40,0
Çalmayan	6	60,0
Gitar çalma düzeyi		
Düşük	4	40,0
Orta	4	40,0
Yüksek	2	20,0
Ailede müzikle uğraşan		
Var	4	40,0
Yok	6	60,0

Tablo 2.'de çocukların enstrüman çalma, gitar çalma düzeyi ve ailesinde müzikle uğraşan birisi olma durumuna göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 2. incelendiğinde araştırma kapsamına alınan çocukların %40,0'ının daha önce herhangi bir enstrüman çaldığı, %60,0'ının ise çalmadığı belirlenmiştir. Çocukların %40,0'ının gitar çalma düzeyinin düşük, %40,0'ının orta ve %20,0'sinin yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan çocukların %40,0'ının ailesinde müzikle uğraşan bir ferdin olduğu saptanmıştır.

3.3. Verilerin Toplanması

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak “Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği” ve “Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri (stai form tx-1, stai form tx-2) planlanan 8 haftalık etkinlik temelli gitar eğitimi paketinin başında ön test, program tamamlandıktan sonra ise son test olarak uygulanmıştır. Ölçme araçlarının bu araştırma için uygulanabilirliği konusunda uzman görüşü alınmıştır.

3.3.1. Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği

“Huebner (1994) tarafından geliştirilmiş, Çivitçi (2007) tarafından Türkçe ’ye uyarlanmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması yine Asım Civitci tarafından “Çok boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçe ’ye Uyarlanması” isimli makale ile yapılmış ve bu çalışma 2007 yılında “Eurasian Journal of Educational Research” isimli akademik dergide yer almıştır. Yaşam doyumu, bireyin kendi yaşam kalitesini bir bütün halinde bilişsel değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır. Yetişkinlerin yaşam doyumunu ele alan pek çok araştırma bulunmakla birlikte, çocuk ve ergenlerin yaşam doyumunu inceleyen araştırmalar oldukça azdır. Çocuk ve ergen yaşam doyumu ölçekleri, sadece bir toplam puan veren tek boyutlu genel yaşam doyumu ölçekleriyle sınırlıdır. Çok boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği (ÇÖYDÖ) beş boyuttan (aile, arkadaş, okul, yaşanılan çevre, benlik) elde edilen puanlarla birlikte bir genel yaşam doyumu puanı vermektedir. ÇÖYDÖ ’nün Türkçe ’ye uyarlanması, ilk ergenlik dönemindeki öğrencilerin yaşam doyumlarının altında yatan yapıların incelenmesine katkı sağlayacaktır. ÇÖYDÖ ’nün faktör yapısı, varimax döndürmeli faktör analizi ile test edilmiştir. Ayrıca, faktörler arası korelasyonlar, Cronbach alfa ve test-tekrar test katsayıları hesaplanmıştır. ÇÖYDÖ ’nin Türkçe versiyonu, faktör yükleri .34 ve üstünde olan ve toplam varyansın %44.50’sini açıklayan 36 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin toplam puanı ve alt ölçekleri için elde edilen iç tutarlılık ve test-tekrar test değerleri kabul edilebilir düzeydedir. Ayrıca, ÇÖYDÖ ve ÇDÖ arasında bulunan korelasyonlar ölçeğin zamandaş geçerliğini ortaya koymaktadır. Bu araştırmada elde edilen bulgular, ÇÖYDÖ ’nün ilköğretim II. kademe öğrencilerinin yaşam doyumunu ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. ÇÖYDÖ ’nün geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları lise öğrencileri üzerinde de gerçekleştirilebilir. Ölçüt olarak alınabilecek çeşitli değişkenler (benlik saygısı, anne-baba tutumları gibi) ile ÇÖYDÖ

arasındaki ilişkiyi inceleyecek yeni araştırmalar, ölçeğin eşzaman geçerliğine ek kanıtlar sağlayabilecektir” (Civitci, 2007).

3.3.2. Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri

“Öner ve Le Compte (1983) tarafından Türk kültürüne uyarlanan, geçerlik ve güvenirlik çalışmalarıyla birlikte norm çalışmalarının da oluşturulduğu Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri; yirmi maddeden oluşan Durumluk Kaygı Ölçeği ile yirmi maddeden oluşan Sürekli Kaygı Ölçeği olmak üzere toplam kırk maddeden oluşmaktadır. Durumluk Kaygı Ölçeği, bireylerin belirli bir anda belirli koşullarda kendisini nasıl hissettiğini betimlemesini, içinde bulunduğu duruma ilişkin duygularını dikkate alarak maddeleri cevaplamasını gerektirir. Sürekli Kaygı Ölçeği ise; bireyin genellikle kendisini nasıl hissetmesi gerektiğini belirtir. Durumluk Kaygı Ölçeği, maddelerinde ifade edilen duygu ya da davranışlar, bireyin içinde bulunduğu durumu hissetme derecesine göre; (1) hiç, (2) biraz, (3) çok, (4) tamamıyla gibi oluşan şıklardan birini işaretleyerek cevaplandırılır. Sürekli Kaygı maddelerinde ifade edilen duygu davranışları ise; sıklık derecesine göre; (1) hemen hiçbir zaman, (2) bazen, (3) çok zaman ve (4) hemen her zaman şeklinde cevaplandırılır. Kuder- Richardson 20 formülünün genelleştirilmiş bir formu olan alpha korelasyonları ile saptanan güvenirlik katsayılarının; “Sürekli Kaygı Ölçeği” için 0.83 ile 0.87 arasında; “Durumluk Kaygı Ölçeği” için 0.94 ile 0.96 arasında bulunmuştur. Bu elde edilen verilerde Türkçe ölçeklerin yüksek madde homojenliği ve iç tutarlılığa sahip olduğu anlaşılmaktadır. Ölçeği oluşturan maddelerin, güvenirliği ve geçerliği hakkında ayrıntılı bilgi sağlayan “Item Remainder” korelasyonu tekniğine göre; Türkçe formunun madde güvenirliği korelasyonları, Sürekli Kaygı Ölçeği için 0.34 ile 0.72; Durumluk Kaygı Ölçeği için ise; 0.42 ile 0.85 arasındadır. Ölçeğin test tekrar test yönteminden elde edilen güvenirlik katsayıları; Sürekli Kaygı Ölçeği için 0.71 ile 0.86 arasında; Durumluk Kaygı Ölçeği için 0.26 ile 0.68 arasında değiştiğini göstermektedir. Durumluk ve Sürekli Kaygı ölçeğinin Türkçeleştirilmesi deneysel kavram geçerliği ve kriter geçerliği olmak üzere iki ayrı teknikte gerçekleştirilmiştir” (Yiğit, 2011).

3.4. Verilerin İstatistiksel Analizi

Bu araştırmada eğitim öncesinde ve eğitim sonrasında çocuklardan toplanan veriler istatistiksel açıdan Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 25.0 yazılımında analize tabi tutulmuştur.

Çocukların sosyo-demografik özellikleri, enstrüman çalma, gitar çalma düzeyi ve ailesinde müzikle uğraşan birisi olma durumu belirlenirken frekans analizi uygulanmıştır. Çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası Durumluk-Sürekli Kaygı ve Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinde yer alan maddelerden aldığı puanlara ait ortalama puan ve standart sapma değerleri, ölçeklerden alınan toplam puanlara ait ortalama, medyan, standart sapma, en küçük ve en büyük değer verilmiştir.

Araştırma kapsamına alınan çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası Durumluk-Sürekli Kaygı ve Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinden aldıkları toplam puanların karşılaştırılması için kullanılması uygun olan testin belirlenmesi amacıyla normal dağılıma uyum incelenmiş ve ölçek normal dağılıma uymadığından nonparametrik bir hipotez testi olan Wilcoxon testi kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUMLAR

4.1. Öğrencilerin Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Ön Test ve Son Test Puanları

4.1.1 Öğrencilerin Ön Test ve Son Test Olarak Uygulanan Durumluk Kaygı Ölçeğinde Yer Alan Maddelerden Aldıkları Puanlar

Tablo 3.

Çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası durumluk kaygı ölçeğinde yer alan maddelerden aldığı puanlar (n=10)

	Eğitim Öncesi		Eğitim Sonrası	
	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s
1.Şu anda sakinim*	2,20	0,42	3,70	0,48
2.Kendimi emniyette hissediyorum*	2,50	0,71	3,30	0,48
3.Su anda sinirlerim gergin	1,90	0,57	1,30	0,48
4.Pişmanlık duygusu içindeyim	1,80	0,63	1,20	0,42
5.Şu anda huzur içindeyim*	1,90	0,32	3,30	0,82
6.Şu anda hiç keyfim yok	2,10	0,57	1,30	0,48
7.Başıma geleceklerden endişe ediyorum	2,10	0,88	1,60	0,52
8.Kendimi dinlenmiş hissediyorum*	1,90	0,57	3,20	0,92
9.Şu anda kaygılıyım	3,00	0,67	1,60	0,52
10.Kendimi rahat hissediyorum*	2,10	0,32	3,30	0,82
11.Kendime güvenim var*	2,50	0,71	3,50	0,53
12.Şu anda asabım bozuk	2,10	0,74	1,10	0,32
13.Çok sinirliyim	2,10	0,88	1,10	0,32
14.Sinirlerimin çok gergin olduğunu hissediyorum	2,30	0,82	1,10	0,32
15.Kendimi rahatlatmış hissediyorum*	2,10	0,32	3,30	0,95
16.Şu anda halimden memnunum*	2,10	0,32	3,40	0,70
17.Şu anda endişeliyim	2,70	0,67	1,50	0,53

18. Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum	2,00	0,47	1,50	0,71
19. Şu anda sevinçliyim*	2,00	0,00	3,10	0,57
20. Şu anda keyfim yerinde.*	2,10	0,32	3,30	0,67

*Ters puanlanmaktadır.

Tablo 3.'te çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası durumluk kaygı ölçeğinde yer alan maddelerden aldığı puanlar verilmiştir.

Tablo 3. incelendiğinde araştırma kapsamına alınan çocukların eğitim öncesi durumluk kaygı ölçeğinde yer alan olumlu sorulara “biraz”, olumsuz sorulara “biraz” ve “çok” şeklinde yanıt verdikleri, eğitim sonrasında ise olumlu sorulara “tamamiyle”, olumsuz sorulara “hiç” şeklinde yanıt verdikleri belirlenmiştir.

4.1.2 Öğrencilerin Ön Test ve Son Test Olarak Uygulanan Durumluk Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanlar

Tablo 4.

Çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanlar (n=10)

Ölçek	Ölçüm Zamanı	n	$\bar{x}$	S	Medyan	Min	Max
Durumluk	Eğitim Öncesi	10	50,70	5,27	50,50	39,00	58,00
Kaygı Ölçeği	Eğitim Sonrası	10	29,90	6,05	27,50	24,00	41,00

Tablo 4'e araştırma kapsamına alınan çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanlar gösterilmiştir.

Tablo 4. incelendiğinde araştırmaya katılan çocukların eğitim öncesinde durumluk kaygı ölçeğinde $\bar{x}=50,70\pm5,27$ puan, eğitim sonrasında ise $\bar{x}=29,90\pm6,05$ puan aldıkları tespit edilmiştir.

4.1.3. Öğrencilerin Ön Test ve Son Test Olarak Uygulanan Durumluk Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanların Karşılaştırılması

Tablo 5

Çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanların karşılaştırılması (n=10)

		n	Sıra Ort.	Sıra Top.	Z	P
Durumluk	Negatif sıralar	10	5,50	55,00	-2,803	0,005*
Kaygı	Pozitif sıralar	0	0,00	0,00		
Ölçeği	Eşitler	0				

* $p < 0,05$

Tablo 5.'te araştırmaya alınan çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanların karşılaştırılmasına ilişkin yapılan Wilcoxon testi sonuçları gösterilmiştir.

Tablo 5. incelendiğinde araştırmaya dahil edilen çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olduğu belirlenmiş ve eğitim sonrasında çocukların durumluk kaygı ölçeği puanlarının düştüğü saptanmıştır ($p < 0,05$).

4.1.4. Öğrencilerin Ön Test ve Son Test Olarak Uygulanan Sürekli Kaygı Ölçeğinde Yer Alan Maddelerden Aldıkları Puanlar

Tablo 6.

Çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası sürekli kaygı ölçeğinde yer alan maddelerden aldığı puanlar (n=10)

	Eğitim Öncesi		Eğitim Sonrası	
	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	S
21.Genellikle keyfim yerindedir*	2,30	0,67	3,20	0,79
22.Genellikle çabuk yorulurum	2,00	0,47	2,10	0,57
23.Genellikle kolay ağlarım	2,30	1,16	1,80	0,79
24.Başkaları kadar mutlu olmak isterim	2,30	0,67	1,50	0,53
25.Çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçıırım	2,70	1,06	2,20	0,92
26.Kendimi dinlenmiş hissediyorum*	2,00	0,47	3,10	0,57
27.Genellikle sakin, kendine hakim ve soğukkanlıyım*	2,80	0,42	3,00	0,82
28.Güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissedirim	2,20	0,63	1,80	0,63

29.Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim	2,30	0,48	1,70	0,48
30.Genellikle mutluyum*	2,70	0,48	3,30	0,95
31.Her şeyi ciddiye alır ve endişelenirim	2,20	0,63	1,60	0,52
32.Genellikle kendime güvenim yoktur	2,00	0,47	1,20	0,42
33.Genellikle kendimi emniyette hissederim*	3,00	0,67	3,10	0,88
34.Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım	2,40	0,97	1,70	0,82
35.Genellikle kendimi hüzünlü hissederim	2,10	0,57	1,50	0,53
36.Genellikle hayatımdan memnunum*	2,70	0,48	3,40	0,52
37.Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder	2,20	0,42	1,50	0,53
38.Hayal kırıklıklarını öylesine ciddiye alırım ki hiç unutamam	2,50	0,97	1,80	0,92
39.Aklı başında ve kararlı bir insanım*	3,20	0,63	3,20	0,92
40.Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin ediyor	2,70	1,06	2,00	0,47

**Ters puanlanmaktadır.*

Araştırma kapsamına alınan çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası sürekli kaygı ölçeğinde yer alan maddelerden aldığı puanlar Tablo 6.'da gösterilmiştir.

Tablo 6. incelendiğinde araştırmaya katılan çocukların eğitim öncesi sürekli kaygı ölçeğinde yer alan olumlu sorulara “biraz”, olumsuz sorulara “biraz” ve “çok” şeklinde yanıt verdikleri, eğitim sonrasında ise bu durumunda değiştiği ve olumlu sorulara “tamamiyle”, olumsuz sorulara “hiç” şeklinde yanıt verdikleri tespit edilmiştir.

4.1.5. Öğrencilerin Ön Test ve Son Test Olarak Uygulanan Sürekli Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanlar

Tablo 7.

Çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanlar (n=10)

Ölçek	Ölçüm Zamanı	n	$\bar{x}$	S	Medyan	Min	Max
Sürekli	Eğitim Öncesi	10	46,20	6,81	43,00	40,00	60,00
Kaygı Ölçeği	Eğitim Sonrası	10	35,10	7,80	35,00	23,00	45,00

Araştırmaya dahil edilen çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanlar Tablo 7.'de verilmiştir.

Tablo 7.'de verilen toplam puanları incelendiğinde araştırma kapsamına alınan çocukların eğitim öncesi sürekli kaygı ölçeği puanlarının $\bar{x}=46,20\pm6,81$ olduğu, eğitim sonrası sürekli kaygı ölçeği puanlarının ise $\bar{x}=35,10\pm7,80$ olduğu tespit edilmiştir.

4.1.6. Öğrencilerin Ön Test ve Son Test Olarak Uygulanan Sürekli Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Toplam Puanların Karşılaştırılması

Tablo 8.

Çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanlarının karşılaştırılması (n=10)

		N	Sıra ort.	Sıra Top.	Z	P
Sürekli	Negatif sıralar	9	5,94	53,50	-2,654	0,008*
Kaygı	Pozitif sıralar	1	1,50	1,50		
Ölçeği	Eşitler	0				

Tablo 8.'de araştırmaya dahil edilen çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanların karşılaştırılmasına ilişkin yapılan Wilcoxon testi sonuçlarına ait bulgulara yer verilmiştir.

Araştırmaya katılan çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olduğu saptanmış olup, eğitim sonrasında çocukların durumluk kaygı ölçeği puanlarının düştüğü tespit edilmiştir ($p<0,05$).

4.2. Öğrencilerin Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinden Aldıkları Ön Test ve Son Test Puanları

4.2.1. Öğrencilerin Ön Test ve Son Test Olarak Uygulanan Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinde Yer Alan Maddelerden Aldıkları Puanlar

Tablo 9.

Çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinde yer alan maddelerden aldığı puanlar (n=10)

	Eğitim Öncesi		Eğitim Sonrası	
	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	S
1. Arkadaşlarım bana karşı sevecen ve cana yakındırlar.	3,50	0,85	3,60	0,70
2. İnsanlar benimle bir arada olmaktan hoşlanırlar.	3,20	0,92	3,40	0,70
3. Okulda kendimi kötü hissediyorum.*	2,10	0,74	1,50	0,71
4. Arkadaşlarımla kötü zaman geçiririm.*	1,30	0,48	1,20	0,42
5. İyi yapabildiğim birçok şey var.	2,90	0,32	3,20	0,92
6. Okulda birçok şey öğreniyorum.	3,30	0,95	3,30	0,82
7. Anne-babamla zaman geçirmeyi severim.	3,50	0,53	3,40	0,97
8. Ailem birçok aileden daha iyidir.	3,60	0,70	3,50	0,97
9. Okulla ilgili sevmediğim birçok şey var.*	2,40	0,70	2,20	0,79
10. Güzel / yakışıklı olduğumu düşünüyorum.	2,80	1,03	3,00	0,82
11. Arkadaşlarım harikadır.	3,00	0,82	3,60	0,70
12. Eğer ihtiyaç duyarsam arkadaşlarım bana yardım ederler.	3,50	0,85	3,60	0,70
13. Keşke okula gitmek zorunda olmasaydım.*	1,50	0,97	1,40	0,70
14. Kendimi seviyorum.	3,00	0,94	3,20	1,03
15. Arkadaşlarım bana iyi davranırlar.	3,50	0,71	3,50	0,71
16. Çoğu insan beni sever.	3,10	0,57	3,50	0,53
17. Ailemle birlikte evde olmaktan hoşlanırım.	3,20	0,79	3,40	0,97
18. Ailemdeki kişiler birbirleriyle iyi geçinirler.	3,30	0,82	3,30	0,95
19. Okula gitmeyi dört gözle beklerim.	2,00	0,47	2,40	0,97
20. Anne-babam bana adil davranır.	3,30	0,82	3,20	1,03
21. Okulda olmaktan hoşlanırım.	2,50	0,71	2,80	1,03
22. Arkadaşlarım bana karşı kaba ve kırıncı davranırlar.*	1,50	0,71	1,50	0,97
23. Okul ilgi çekici bir yer.	2,60	0,97	2,70	0,95
24. Okul etkinliklerinden hoşlanırım.	2,60	0,70	2,80	1,03
25. Keşke başka bir evde yaşasaydım.*	1,50	0,53	1,60	0,70
26. Aile fertlerimiz birbirleriyle güzel bir dille konuşurlar.	3,30	0,67	3,60	0,70
27. Arkadaşlarımla beraber çok eğleniriz.	3,40	0,70	3,90	0,32
28. Anne-babam ve ben birlikte eğlenceli şeyler yaparız.	3,20	0,92	3,30	1,06
29. Mahallemizi / semtimizi severim.	3,20	0,79	3,40	0,84

Tablo 9' un devamı

30. Keşke başka bir yerde yaşasaydım.*	1,60	0,70	1,50	0,71
31. Ben iyi biriyim.	3,20	0,63	3,40	0,70
32. Bu kent / kasaba kötü insanlarla dolu.*	2,20	0,63	1,60	0,70
33. Komşularımızı severim.	3,20	0,79	3,50	0,53
34. Yeterince arkadaşım var.	3,60	0,70	3,80	0,42
35. Keşke mahallemizde / semtimizde başka insanlar olsaydı.*	1,90	1,10	1,50	0,71
36. Yaşadığım yeri seviyorum.	3,40	0,52	3,80	0,42

Tablo 9.'da araştıramaya katılan çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinde yer alan maddelerden aldığı puanlara ait ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Tablo 9. incelendiğinde araştırma kapsamına alınan çocukların eğitim öncesinde Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinde yer alan olumlu maddelere genel olarak “bazen” ve “sık sık” şeklinde yanıt verdikleri, olumsuz maddelere ise genel olarak “hiç” ve “bazen” şeklinde yanıt verdikleri belirlenmiştir. Araştırmaya katılan çocuklar eğitim sonrasında Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinde yer alan olumlu maddelere genel olarak “sık sık” ve “her zaman” yanıtlarını verirken, olumsuz maddelere ise genel olarak “hiç” yanıtını vermiştir.

4.2.2 Öğrencilerin Ön Test ve Son Test Olarak Uygulanan Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinde Yer Alan Maddelerden Aldıkları Toplam Puanlar

Tablo 10.

Çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinden aldıkları toplam puanlar (n=10)

Ölçek	Ölçüm Zamanı	n	$\bar{x}$	S	Medyan	Min	Max
Arkadaş	Eğitim Öncesi	10	27,70	4,76	29,00	17,00	32,00
	Eğitim Sonrası	10	29,30	3,97	31,00	20,00	32,00
Okul	Eğitim Öncesi	10	22,00	4,76	22,50	10,00	27,00
	Eğitim Sonrası	10	23,90	5,09	23,00	15,00	32,00
Çevre	Eğitim Öncesi	10	22,60	3,06	23,00	17,00	27,00
	Eğitim Sonrası	10	24,50	3,24	25,00	19,00	28,00
Aile	Eğitim Öncesi	10	23,40	3,98	24,00	16,00	28,00
	Eğitim Sonrası	10	23,70	5,76	26,00	10,00	28,00
Benlik	Eğitim Öncesi	10	18,20	3,22	19,50	12,00	22,00
	Eğitim Sonrası	10	19,70	4,00	20,00	11,00	24,00
ÇÖYDÖ	Eğitim Öncesi	10	113,90	14,28	118,50	78,00	126,00
	Eğitim Sonrası	10	121,10	17,77	122,50	75,00	143,00

Tablo 10.'da araştırmaya katılan çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası $p<0,05$ Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinden aldıkları toplam puanlara ait tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

Tablo 10. incelendiğinde araştırmaya dahil edilen çocukların eğitim öncesinde Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği genelinden $\bar{x}=113,90\pm14,28$ puan, ölçekte yer alan arkadaş alt boyutundan $\bar{x}=27,70\pm4,76$ puan, okul alt boyutundan $\bar{x}=22,00\pm4,76$ puan, çevre alt boyutundan $\bar{x}=22,60\pm3,06$ puan, aile alt boyutundan $\bar{x}=23,40\pm3,98$ puan ve benlik alt boyutundan $\bar{x}=18,20\pm3,22$ puan aldığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin eğitim sonrası puanları incelendiğinde, çocukların eğitim öncesinde Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği genelinden $\bar{x}=121,10\pm17,77$ puan, ölçekte bulunan arkadaş alt boyutundan $\bar{x}=29,30\pm3,97$ puan, okul alt boyutundan $\bar{x}=23,90\pm5,09$ puan, çevre alt boyutundan $\bar{x}=24,50\pm3,24$ puan, aile alt boyutundan $\bar{x}=23,70\pm5,76$ puan ve benlik alt boyutundan $\bar{x}=19,70\pm4,00$ puan aldığı görülmüştür.

4.2.3. Öğrencilerin Ön Test ve Son Test Olarak Uygulanan Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinde Yer Alan Maddelerden Aldıkları Toplam Puanların Karşılaştırılması

Tablo 11. Çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinden aldıkları toplam puanların karşılaştırılması (n=10)

		n	Sıra ort.	Sıra Top.	Z	P
Arkadaş	Negatif sıralar	1	6,00	6,00	-1,992	0,046*
	Pozitif sıralar	8	4,88	39,00		
	Eşitler	1				
Okul	Negatif sıralar	2	5,75	11,50	-1,315	0,189
	Pozitif sıralar	7	4,79	33,50		
	Eşitler	1				
Çevre	Negatif sıralar	1	2,50	2,50	-2,200	0,028*
	Pozitif sıralar	7	4,79	33,50		
	Eşitler	2				
Aile	Negatif sıralar	1	8,00	8,00	-1,420	0,156
	Pozitif sıralar	7	4,00	28,00		
	Eşitler	2				
Benlik	Negatif sıralar	1	9,00	9,00	-1,604	0,109
	Pozitif sıralar	8	4,50	36,00		
	Eşitler	1				
ÇÖYDÖ	Negatif sıralar	0	0,00	0,00	-2,821	0,005*
	Pozitif sıralar	10	5,50	55,00		
	Eşitler	0				

* $p<0,05$

Tablo 11.'de araştırmaya katılan çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği genelinden ve ölçekte yer alan arkadaş, okul, çevre ve aile alt boyutlarından aldıkları toplam puanların karşılaştırılmasına dair yapılan Wilcoxon testi sonuçları gösterilmiştir.

Araştırma kapsamına alınan çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği genelinden ve ölçekteki arkadaş ve çevre alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Çocukların eğitim sonrası Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği genelinden ve ölçekteki arkadaş ve çevre alt boyutlarından aldıkları puanlar, eğitim öncesi puanlarına göre daha yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya dahil edilen çocukların eğitim öncesi ve eğitim sonrası Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinde bulunan okul, aile ve benlik alt boyutlarından aldıkları puanlar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı belirlenmiştir ($p<0,05$). Öğrencilerin eğitim sonrası okul, aile ve benlik alt boyutlarından aldıkları puanların artış gösterdiği saptansa da bu farkın istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmiştir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA

Araştırma etkinlik temelli tasarlanan gitar eğitiminin kanser hastası yakınlarının yaşamlarındaki rolünün incelenmesi amacı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda ölçek puanları incelendiğinde ön test ve son test olarak uygulanan durumluk-sürekli kaygı ölçeği ve yaşam doyumu ölçeklerindeki tüm boyutların genel olarak anlamlı bir fark yaratan puanlamaya sahip olduğu fakat alt boyut olarak incelendiğinde bazı alt boyutların diğerlerine göre daha anlamlı bir fark yarattığı gözlemlenmektedir.

Araştırmada ön test olarak uygulanan durumluk ve sürekli kaygı ölçeklerinin sonuçları incelendiğinde, kanser hastası yakınlarının durumluk kaygı düzeylerinin 50.70, sürekli kaygı düzeylerinin ise 46.20 puanlama ile yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Ayşegül Bilge ve Gülseren Ünal (2005), hazırlamış oldukları ve Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisinde yayınlanan “Kanserli Hastanın Yakınlarının Öfke Ve Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi” isimli makalede kanser hastası yakınlarının durumluk kaygı düzeylerini 41.4, sürekli kaygı düzeylerini 48.2 puanlama ile yüksek bulmuşlardır. Bu çalışma araştırma sonuçları ile paralellik göstermektedir. Bu sonuçlar ışığında kanser hastası yakınlarının kaygı, öfke, yaşam doyumu gibi alanlardaki ölçüm sonuçlarının bu gibi durumlar yaşamayan bireylere göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Bu varsayımdan yola çıkarak kanser hastalıkları tedavileri yürüten hastanelerde ya da devletin sosyal güvenlik ile ilgili kurumlarında kanser hastası yakınlarına yönelik düzenli destek çalışmalarının da yapılması gerektiği sonucuna varılabilir.

Araştırmada etkinlik temelli gitar eğitimi sonrasında son test olarak uygulanan durumluk ve sürekli kaygı ölçeklerinde, kanser hastası yakınlarının durumluk kaygı düzeylerinin 50.70 puandan 29,90 puana düştüğü, sürekli kaygı düzeylerinin ise 46.20 puandan 35.10 puana düştüğü gözlemlenmiştir. Bu durum etkinlik temelli gitar eğitiminin, kanser hastası yakınlarının sürekli ve durumluk kaygı düzeylerinin düşmesinde etkili olduğunu göstermektedir. Jasemi M, Aazami S ve Zabihi R.E (2016), hazırlamış oldukları “The Effects of Music Therapy on Anxiety and

Depression of Cancer Patients” isimli makalede, müzik terapinin kaygı ve depresyonun düşürülmesinde olumlu yönde etkilerinin olduğu belirtilmiştir.

Robert E. Krout (2007), hazırlamış olduğu ve “The Arts in Psychotherapy” Dergisinde yayınlanan “The Attraction of The Guitar as an Instrument of Motivation, Preference, and Choice For Use With Clients In Music Therapy: A Review of The Literature” isimli makalede, gitarın müzik terapi aracı olarak kullanımının yaygınlığı, 1966 yılından 2005 yılına kadar yapılan araştırmalar derlenerek belirlenmiştir. Araştırma sonucunda gitarın müzik terapi aracı olarak kullanımında ve tercih edilmesinde artış görülmüştür. Bu durum gitarın sağlık amacı ile yapılan çalışmalarda etkili bir araç olduğunu göstermektedir.

Araştırmada çıkan sonuçlar doğrultusunda, etkinlik temelli gitar eğitiminin kanser hastası yakınlarının durumluk kaygı düzeylerine, sürekli kaygı düzeylerine oranla daha fazla etkisinin olduğunu gözlemlenmektedir. Öner (1996), durumluk kaygının geçici olan ve bireyin o an yaşadığı bir durumdan kaynaklanıp, tehlikeli durum ortadan kalktığında kaygının düştüğünü, sürekli kaygının ise geçici bir durumdan kaynaklanmayıp, yaşanan birçok olay karşısında bireyin hayatının her alanına aktardığı bir durum olduğunu belirtmiştir. Bu durumda etkinlik temelli gitar eğitiminin bireyin kaygı yaşamasına sebep olan olaylardan geçici olan olaylara, daha uzun süreli yaşanmış olan olaylara oranla daha fazla etkili olduğu söylenebilir. Öner (1996) ayrıca sürekli kaygısı yüksek olan bireylerin, durumluk kaygıyı da diğerlerinden daha sık ve yoğun yaşadıklarını belirtmektedir. Bu durum bize, durumluk ve sürekli kaygının birbirlerini etkilediklerini göstermektedir. Araştırmadaki bulgular incelendiğinde, sürekli ve durumluk kaygı puanlarının ikisinde de düşüş olması Öner’in açıklaması ile tutarlılık göstermektedir.

Durumluk kaygı ölçeği incelendiğinde, 20 maddenin 14 tanesi 1 puan ve üzeri, 20 maddenin 6 tanesi ise 1 puan ve altında puanlamaya sahiptir. Öncelikle 1 puan ve üzerine sahip olan maddeler incelendiğinde, ölçekte en anlamlı farkı yaratan puanlamaya sahip olan madde 1.50 puan ile “şu anda sakınım” maddesidir. Ardından 1.40 puana sahip olan “Şu anda huzur içindeyim” ve “şu anda kaygılıyım” maddeleri gelmektedir. Ardından 1.30 puanlamaya sahip olan “kendimi dinlenmiş hissediyorum” ve “şu anda halimden memnunum” maddeleri gelmektedir. Ardından 1.20 puanlama ile “kendimi rahat hissediyorum”, “sinirlerimin çok gergin olduğunu hissediyorum”,

“kendimi rahatlamış hissediyorum”, “şu anda endişeliyim”, “şu anda keyfim yerinde” maddeleri gelmektedir. Ardından 1.10 puanlama ile “şu anda sevinçliyim” maddesi gelmektedir. Ardından 1 puana sahip olan “kendime güvenim var”, “şu anda asabım bozuk” ve “çok sinirliyim” maddeleri gelmektedir.

Durumluk kaygı ölçeğinde 1 puanlamanın altında puanlamaya sahip olan maddeler incelendiğinde 0.80 puanlamaya sahip olan “kendimi emniyette hissediyorum maddesi” ve “şu anda hiç keyfim yok” maddesi ilk sırada yer almaktadır. Ardından 0.60 puanlamaya sahip olan “şu anda sinirlerim gergin” ve “pişmanlık duygusu içindeyim” maddeleri gelmektedir. Ve en son sırada 0.50 puanlamaya sahip olan “başıma geleceklerden endişe duyuyorum” ve “heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum” maddeleri gelmektedir.

Ölçeklerden alınan puanlama incelendiğinde en düşük puanın anlamlı bir fark yaratan 0.50 puan olduğunu görmekteyiz ve anketten alınan bu sonuç araştırmada amaçlanan neticeye durumluk kaygı ölçeği açısından ulaşıldığını göstermektedir.

Sürekli kaygı ölçeğini incelediğimizde ise, sadece bir maddenin 1 puanın üzerinde olduğu ve diğer maddelerin 1 puanın altında bir puanlamaya sahip olup 0 puana kadar indiği gözlemlenmektedir. İlk sırada en yüksek puanlama ile 1.10 puana sahip olan “kendimi dinlenmiş hissediyorum maddesi yer almaktadır. Ardından 0.90 puan ile “genellikle keyfim yerindedir” maddesi gelmektedir. Ardından 0.80 puan ile “başkaları kadar mutlu olmak isterim” ve “genellikle kendime güvenim yoktur” maddeleri gelmektedir. Ardından 0.70 puan ile “genellikle hayatımdan memnunum”, “sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım”, “olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder”, “hayal kırıklıklarını öylesine ciddiye alırım ki unutamam” ve “son zamanlarda kafama takılan konular beni rahatsız ediyor maddeleri gelmektedir. Ardından 0.60 puanlama ile “önemsiz şeyler hakkında endişelenirim”, “genellikle mutluyum”, “her şeyi ciddiye alırım ve endişelenirim” ve “genellikle kendimi hüznü hissedirim maddeleri gelmektedir. Ardından 0.50 puan ile “genellikle kolay ağlarım”, “çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçıtırırım” maddeleri gelmektedir. Ardından 0.40 puan ile “güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissedirim” maddesi gelmektedir. Ardından 0.20 puan ile “genellikle sakın, kendime hakim ve soğukkanlıyım” maddesi gelmektedir. Ardından 0.10 puan ile “genellikle çabuk

yorulurum” ve “genellikle kendimi emniyette hissederim” maddeleri gelmektedir. En son sırada ise 0 puan ile “aklı başında ve kararlı bir insanım” maddesi yer almaktadır.

Bruscia (2016), müzik ile etki sağlamak amacı ile yapılan çalışmalarda kullanılan dinleme metodunun amaçlarını; kişiyi uyarmak veya sakinleştirmek, duygusal durumlara ve deneyimlere yol açmak, anılara dalıp gitme durumunu ve gerginliği rahatlatmak, yoğun ve ruhani deneyimleri uyarmak, stres ve gerginliği azaltmak, karşı şartlandırma kaygısını azaltmak, bedenin gevşemesine yardım etmek olarak belirtmiştir. Performans yönteminin amaçlarını ise; duyu-motor becerileri geliştirmek, uyumlayıcı davranışları teşvik etmek, dikkati ve gerçek hayata uyumu artırmak, kendini duyma ve izleme becerisini geliştirmek olarak belirtmiştir. Ölçeklerden elde edilen puanlama incelendiğinde, bu araştırmada kullanılmış olan dinleme ve performans metodlarının amaçlarının durumluk kaygı ölçeğindeki ve sürekli kaygı ölçeğindeki maddelerle tutarlılık gösterdiği söylenebilir.

Sürekli kaygı ölçeğinde bulunan 0.50 puanlamanın altında olan maddelere baktığımızda, “aklı başında ve kararlı bir insanım”, “genellikle çabuk yorulurum”, “genellikle kendimi emniyette hissederim”, “güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissederim” ve “genellikle sakin, kendine hakim ve soğukkanlıyım” maddelerinin diğer maddelere göre daha düşük bir puanlamaya sahip olmasının nedeni, müziğin terapötik amaçlarının bu maddelere doğrudan etki edemeyeceğinden kaynaklandığı söylenebilir. 0.50 puanlamanın üstündeki maddeler daha çok bireyin huzurlu, mutlu ve ruhsal durumu ile ilgili hissettiklerine odaklanırken, 0.50 puanlamanın altındaki maddeler daha çok bireylerin yaşanan birçok olaya nasıl tepki verdiğine odaklanıp, bireyin genel karakter özelliklerini yansıtmaktadır. Bu durumda etkinlik temelli gitar eğitiminin, sürekli kaygı ölçeği açısından etkisinin, ruhsal durum değişimlerine olan etkisinin, bireylerin karakter özelliklerine ve olaylar karşısındaki tutumlarına olan etkisinden daha fazla etkisinin olduğu söylenebilir.

Çok boyutlu öğrenci yaşam doyumu ölçeği incelendiğinde, eğitim öncesindeki toplam puanın 113,90 olduğunu görmekteyiz. Bu durum bizlere öğrencilerin yaşam doyumlarının eğitime başlanmadan önce de düşük olmadığını göstermektedir. Eğitim sonrasında ise öğrencilerin yaşam doyumu 113,90 dan 121,10 puana yükselmiştir. Bu durum etkinlik temelli gitar eğitiminin yaşam doyumlarını artırmada istatistiksel olarak anlamlı bir fark yarattığını göstermektedir.

Çok boyutlu öğrenci yaşam doyumu ölçeğinde, arkadaş ve çevre alt boyutlarından alınan puanlamalar diğer alt boyutlar olan benlik, aile ve Okula göre istatistiksel olarak daha çok fark yaratıp, okul, aile ve benlik alt boyutları istatistiksel olarak anlamlı bir fark yaratmamıştır.

Araştırmada kullanılmış olan besteleme ve doğaçlama metotlarının, arkadaş ve çevre alt boyutlarına etkisi olduğu söylenebilir. Arkadaş ve çevre alt boyutlarını içeren maddeler, bireylerin kendini ifade etmesi, empati kurabilme yetenekleri, başkaları ile olan ilişkilerinde kendini ve karşı tarafın davranışlarını anlayabilmesi durumlarını açıklamaktadır.

Bruscia (2016) doğaçlama metodunun amaçlarını; iletişimde sözsüz bir kanal oluşturma ve sözel iletişime köprü kurma, tatmin edici bir kendini ifade aracı ve kimlik oluşumunu sağlama, diğerleriyle ilişkide kendinin çeşitli yönlerini keşfetme, kişilerarası saygı ve samimiyet kapasitesini geliştirme, Algısal ve bilişsel becerileri geliştirme olarak tanımlamaktadır. Besteleme metodunun amaçlarını ise; bireyin, içerisinde kendi düşünce ve hislerini ifade edebileceği yapıyı oluşturabilmek, düşünce ve duyguları düzenleme becerisini geliştirmek, duygu ve düşünceleri ifade etmenin çeşitli yollarını keşfetme kabiliyetini geliştirmek olarak tanımlamaktadır.

Çok boyutlu öğrenci yaşam doyumu ölçeğinde benlik, aile ve okul açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Fakat eğitim öncesinde de bu durum olumsuz yönde değildir. Etkinlik temelli gitar eğitiminde kullanılan doğaçlama ve besteleme metotlarının amaçlarını ele alacak olursak, sonuçlar doğrultusunda, öğrencilerin zaten kendi benlikleriyle barışık olduğunu, kendilerinin farkında olduklarını, aile ile ilişkilerinin iyi yönde olduğunu, okul açısından herhangi bir sorun yaşamadıklarını ve etkinlik temelli gitar eğitiminin bu açıdan ekstra bir etkide bulunmadığı söylenebilir. Tüm bu bilgiler doğrultusunda öğrencilerin arkadaşlık ve çevresindeki ilişkilerinde, diğer boyutlara göre daha fazla sorun yaşadıklarını ve gitar eğitiminin bu durumlara olumlu yönde katkı sağladığı söylenebilir.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Etkinlik temelli gitar eğitiminin, kanser hastası yakınlarının yaşamlarındaki rolünün incelendiği bu çalışmada şu sonuçlara ulaşılmıştır:

Kanser hastası yakınlarının sürekli ve durumluk kaygı düzeyleri etkinlik temelli gitar eğitimi uygulaması yapılmadan önce yüksek bulunmuştur. Kanser hastası yakınlarının durumluk kaygı düzeyleri, sürekli kaygı düzeylerine göre daha yüksek bulunmuştur.

Uygulanan gitar eğitimi sonrasında kanser hastası yakınlarının sürekli ve durumluk kaygı düzeylerinde düşüş gözlemlenmiştir. Uygulanan gitar eğitimi sonrası öğrencilerin kaygı düzeylerinde gözlemlenen bu düşüş durumluk kaygı düzeyinde, sürekli kaygı düzeyine oranla daha fazla olduğu gözlemlenmiştir.

Etkinlik temelli gitar eğitiminde kullanılan performans ve dinleme metotlarının durumluk ve kaygı düzeylerinde saptanan düşüş üzerinde etkisinin olduğu gözlemlenmiştir.

Etkinlik temelli gitar eğitiminin, kanser hastası yakınlarının duygusal durum değişiklikleri üzerinde, karakter özelliklerine ve karşılaştıkları olaylar karşısındaki tutumlarına oranla daha fazla etkisinin olduğu gözlemlenmiştir.

Kanser hastası yakınlarının yaşam doyumları, eğitim öncesi uygulanan ölçek sonuçlarında yüksek bulunmuştur. Uygulanan eğitim sonrası genel puanlarda istatistiksel olarak yaşam doyumlarının anlamlı yönde arttığı saptanmıştır. Bu artış en fazla çok boyutlu öğrenci yaşam doyumu ölçeğinin çevre ve arkadaş alt boyutlarında gözlemlenmiştir. Diğer alt boyutlar olan benlik, okul ve aile alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Etkinlik temelli gitar eğitiminde kullanılan besteleme ve doğaçlama metotlarının çok boyutlu öğrenci yaşam doyumu ölçeğinin alt boyutları olan çevre ve arkadaş alt

boyutları üzerinde etkili olup, diğer boyutlar olan okul, aile ve benlik alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yaratmadığı saptanmıştır.

Sonuç olarak, etkinlik temelli gitar eğitiminin kanser hastası yakınlarının yaşamlarındaki rolünün olumlu olduğu, yaşam doyumları, durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini olumlu yönde etkilediği tespit edilmiştir. Hastanelerde, derneklerde vb. kurumlarda kanser hastası yakınlarına yönelik yapılacak bu tür sanatsal etkinlik, kurs ve ders gibi faaliyetlerin uzmanlar tarafından yürütülmesi ve genel müzik eğitimi yaklaşımları dışında özel müzik eğitimi yaklaşımları ile planlanması gerektiği söylenebilir.

6.2. Öneriler

KKTC’ de bulunan ve kanser hastası ve kanser hastası yakınlarının üye olduğu derneklerde, öğrencilerin kaygı düzeyleri ve yaşam doyumları ile ilgili bilgiler önceden toplanmalı ve öğrenci ihtiyaçları önceden bu kurumlar tarafından belirlenmelidir.

Kanser hastalarına yardım derneği ve benzeri derneklerde müzik eğitimi veren öğretmenlerin uyguladığı yöntemler standart müzik eğitimi yöntemleri olmamalı ve öğrencilerin terapötik ihtiyaçları dikkate alınmalıdır. Bu gibi problemlerin çözülebilmesi için müziğin terapötik etkileri ile ilgili araştırmaların artırılması, müzik eğitimi programlarının yeniden düzenlenmesi ve müzik öğretmenlerinin bilinçlendirilmesi gerekmektedir.

Kanser hastalarına yardım derneğine bağlı umut eğitim ve kültür evinde yürütülen bu çalışma ile 8 haftalık bir süre sonucunda başarılı sonuçlara ulaşılmıştır. 8 haftalık bu süre daha uzun bir zaman dilimine arttırıldığı takdirde daha da başarılı sonuçlara ulaşılabilir.

Bu çalışmada çok boyutlu öğrenci yaşam doyumu ölçeğinde benlik, çevre ve aile alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yaratmayan sonuçlar, aile alt boyutundaki farkı anlamlandırmak için ailelerin de zaman zaman eğitime katılmaları sağlanarak, çeşitli grup aktiviteleri yaratılarak olumlu yönde arttırılabilir. Okul alt boyutu öğrencinin etkinlik temelli gitar eğitiminde öğrendiklerini okul ortamına taşıması ile arttırılabilir. Öğretmenler öğrencileri, eğitimde öğrendiklerini okul ortamına taşıması konusunda bu amaçlara ulaşılması

doğrunda cesaretlendirmelidir. Tüm bu boyutlar öğrencinin yaşamını oluşturmakta olduğundan bu boyutlarda yaşanacak olan olumlu durumlar öğrencinin benlik alt boyutundaki kazanımlarını da dolaylı olarak destekleyecektir.

Öğretmenlerin müzik eğitiminin terapötik amaçlara ulaşmak doğrultusunda program oluşturmalarında bilgi sahibi olmaları ve kendilerini geliştirebilmeleri için kanser hastalarına yardım derneği ve benzeri kurumlarda seminerler düzenlenmeli, uzman kişilerden destek alınmalı ayrıca kanser hastalarına yardım derneği ve benzeri derneklerde müzik eğitimlerinin terapötik amaçlar doğrultusunda yapılıp yapılmadığı denetlenmelidir.

KAYNAKÇA

- Agdam, Y.S. (2018). Resim ve Müzik İlişkisinde Doğaçlama ve Renk (Sanatta Yeterlilik Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Ak, Ö. (2018). Müzik Öğretmenliği Klasik Gitar Öğrencilerinin Bireysel Çalgı (Gitar) Performansı Öz-Yeterlik inançlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Akbulut, E. (2006). Günümüz Müzik Eğitimcisi Nasıl Olmalıdır? *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20 (20), 23-28.
- Akkuş Ü. (2007). Müziğin İnsan Sağlığı Üzerindeki Yeri ve Önemi. *Sosyal Bilgiler Araştırmaları Dergisi*, 1: 98-103.
- Alacacioğlu, A. (2007). Kanser Hastaları Ve Hasta Yakınlarının Depresyon, Umutsuzluk ve Kaygı Düzeylerinin Değerlendirilmesi (Tıbbi Onkoloji Uzmanlık Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Aldridge, D. (2003). Music Therapy References Relating to Cancer and Palliative Care. *British Journal of Music Therapy*, 17(1), 17-25.
- Alisinanoğlu, F. ve Ulutaş, İ. (2003). Çocukların Kaygı Düzeyleri ile Annelerinin Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 28 (128), 65-71.
- Anderson, J. C. (2012). Effects of original songwriting in music therapy sessions on the hospice experience and bereavement process of patients and their families (master tezi). Florida Devlet Üniversitesi, Florida.
- Armstrong, T. (1999). 7 Kinds of Smart, Penguin Putnam Inc., New York
- Austin, D.S. (1996). The Role of Improvised Music in Psychodynamic Music Therapy with Adults. *Music Therapy*, 14 (1), 29-43.
- Aydın, A. (2014). Eğitim Psikolojisi: Gelişim-Öğrenme-Öğretim. Ankara: Pegem Akademi.
- Aylaz, B. (2018). Okul Öncesi Dönemdeki Çocuklarda Müzik Eğitimi (Yüksek Lisans Tezi). Adıyaman Üniversitesi, Adıyaman.

- Babaoğlu E, Öz F. Terminal dönem kanser hastasına bakım veren eşlerin duygusal ve sosyal sorunları arasındaki ilişki. *Hemşirelikte Araştırma Geliştirme Dergisi* 2003; 5: 24-33.
- Baker, F. and Wigram, T. (2005). *Songwriting: Methods, Techniques And Clinical Applications For Music Therapy Clinicians, Educators And Students*. London: Jessica Kingsley Pub.
- Başaran, İ. E. (1994). *Eğitime Giriş*. Ankara: Kadioğlu Matbaası.
- Benson, B.E. (2003). *The Improvisation Of Musical Dialogue: A Phenemology of Music*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Berkowitz, A. L. and Ansarı, D. (2010). Expertise-Related Deactivation Of The Right Temporoparietal Junction During Musical Improvisation. *Neuroimage*, 49 (1), 712-719.
- Beser, N. ve Öz, F. (2003). Kemoterapi Alan Lenfomalı Hastaların Anksiyete-Depresyon Düzeyleri ve Yaşam Kalitesi. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 7 (1), 47-58.
- Bilen, Ş. (1995). İşbirlikli Öğrenmenin Müzik Öğretimi Ve Güdusel Süreçler Üzerindeki Etkileri (Doktora Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Bilge, A. (2005). Ünal G. Kanserli hastanın yakınlarının öfke ve kaygı düzeylerinin belirlenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 21(2), 37-46.
- Birkan, Z. İ. (2014). Müzikle Tedavi, Tarihi Gelişimi ve Uygulamaları. *Ankara Akapunktur ve Tamamlayıcı Tıp Dergisi*, 37-49.
- Bradley, R. H. and Corwyn, R. F. (2004). Life Satisfaction Among European American, African American, Chinese American, Mexican American, And Dominican American Adolescents. *International Journal Of Behavioral Development*, 28 (5), 385-400.
- Bruscia, K. E. (2015). *Müzik Terapiyi Tanımlamak*. (Çeviri Editörü: Burçin Uçaner). İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık. (2016).
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemler*. Ankara: Pegem Akademi.

- Can, N. (2004). Öğretmenlerin geliştirilmesi ve etkili öğretmen davranışları. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(16), 103-119.
- Canbay, A., Ece, A.S., Karabulut, B., Temiz, E., Dalkıran, E., Kurtuldu, M.K., Sağer, T. ve Nacakcı, Z. (2015). Müzik Kültürü. Ankara: Pegem Akademi.
- Cerit, Y. (2008). Öğretmen kavramı ile ilgili metaforlara ilişkin öğrenci, öğretmen ve yöneticilerin Görüşleri. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(4), 693-712.
- Cook, N. (1998). Müziğin ABC'si. (Çeviri: Turan Doğan). İstanbul: Kabalcı Yayınevi. (1999), s. 18.
- Crespo, M., Lopez, J. ve Zarit, S. H. (2005). Depression And Anxiety In Primary Caregivers: A Comparative Study Of Caregivers Of Demented And Nondemented Older Persons. *International Journal Of Geriatric Psychiatry*, 20, 591-592.
- Cuhadar, C.H. (2017). Müziksel Zeka. Ç. Ü. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26 (3), 1-12.
- Cüceloğlu, D. (2006). İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çayır, M. (2013). Miyokard Enfarktüsü Geçiren Bireylerde Yaşam Doyumu ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının İncelenmesi (Yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Çaytemel, S. (2017). Gençlerin Yaratıcılığında Müzik Öğreniminin Etkileri (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Çetin, Ş. (2001). İdeal Öğretmen Üzerine Bir Araştırma. *Milli Eğitim Dergisi*. 149, 29-37.
- Çilden, Ş. (2001). Müzik, Çocuk Gelişimi ve Öğrenme. Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 21 (1), 1-8.
- Çivi, S., Kutlu, R. ve Çelik, H. H. (2011). Kansersiz hasta yakınlarında depresyon ve yaşam kalitesini etkileyen faktörler. *Gulhane Medical Journal*, 53(4).
- Çimen, G. (1994). Piyano eğitiminde bireysel çalışma süreci. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 70, 137-142.

- Çivitci, A. (2007). Çokboyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, 26, 51-60.
- Çuhadar, C.H. (2016). Müzik ve Müzik Eğitimi. Ç.Ü. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25 (1), 219.
- Çuhadar, C. H. (2017). Müziksel zekâ. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26(3), 1-12.
- Dede, Ö.A. (2014). Hastanede Uygulanan Kanserden Korunma ve Erken Teşhis Programının Kanser Hastası Yakınlarının Bilgi, Tutum ve Davranışlarına Etkisi (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Demircioğlu, H. ve Güneysu, S. (2000). Eğitimde Yeni Hedefler ve Çoklu Zeka Yaklaşımı. *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Dergisi*, 1 (2), 47 – 50.
- Demirel, A.C. (2015). Genç Kanser Hastalarının Sosyal Destek Düzeyleri Ve Yaşam Doyumu (Yüksek Lisans Tezi). Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.
- Demiriz, S. ve Ulutaş, İ. (2014). 9-12 Yaş Çocuklarının Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 3 (1), 1-9.
- Deniz, E.M., Dilmaç, B. ve Arıcak, T. (2009). Engelli Çocuğa Sahip Olan Ebeveynlerin Durumluluk-Sürekli Kaygı ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6 (1), 1303-5134.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E. and Diener, C. (1996). Most People Are Happy. *Psychological Science*, 7 (3), 180-188.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. and Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades Of Progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276-302.
- Dinçer, M.G. (2009). Müzik Dersi Ve Ders Dışı Müzikal Etkinliklerin İlköğretim 7. Sınıf Öğrencilerinin Sosyalleşmelerine Etkisi (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Doğan, B. (2006). Avrupa'da Müzik ile Terapi. Mephisto Kitap.

- Dökmen, Z.Y. (2012). Yakınlarına Bakım Verenlerin Ruh Sağlıkları İle Sosyal Destek Algıları Arasındaki İlişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(1), 3-38.
- DÜZBASTILAR, E.M. (2007), Ergenlik Döneminde gıddet Ğle BaĞa Çıkma ve Müziğin Olumlu Etkileri, 3. Ulusal Sanat Eğitimi Sempozyumu, 19 – 21 Kasım. Gazi Eğitim Fakültesi, Ankara.
- Er, M. (2006). Çocuk, hastalık, anne-babalar ve kardeşler. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 49(2), 155-168.
- Erden, M. ve Akman, Y. (2011). Eğitim Psikolojisi (Gelişim-Öğrenme-Öğretme). Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Ertem, G., Kalkım, A., Bulut, S. ve Sevil, Ü. (2009). Radyoterapi Alan Hastaların Evde Bakım Gereksinimleri vee Yaşam Kaliteleri. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanat Dergisi*, 2 (2), 3-12.
- Fındıkoğlu, S. (2015). Şizofrenik Hastalarda Müzik Terapinin Ruhsal Durum Üzerine Etkileri (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Medipol Üniversitesi, İstanbul.
- Fidan, N. ve Erden, M. (1994). Eğitime Giriş. Ankara: Alkım yayınları.
- Gardstrom, S.C. (2007). Music Therapy İmprovisation For Groups: Essential Leadership Competencies. Barcelona Publishers.
- Gençel, Ö. (2006). Müzikle Tedavi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 14 (2), 697-706.
- Gençtan, E. (1997). Psikodinamik Psikiyatri ve Normal Dışı Davranışlar. İstanbul : Remzi Kitabevi.
- Grant, J. S., Weaver, M., Elliott, T. R., Bartolucci, A. A. and Giger, J. N. (2004). Family Caregivers Of Stroke Survivors: Characteristics Of Caregivers At Risk For Depression. *Rehabilitation Psychology*, 42(2), 172-179.
- Güleç, G. (2017). Keman Çalmada Doğaçlama Çalışmalarının Öğrencilerin Müzikal Yaratıcılık Ve Keman Çalma Performansları Üzerindeki Etkileri (Buca Eğitim Fakültesi Örneği) (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Güneş, M.T. (2018). Platon ve Farabi’de Müzik Felsefesi (Yüksek Lisans Tezi). Necmeddin Erbakan Üniversitesi, Konya.

- Gürgen, E.T. (2007). Orff-Schulwerk Ve Kodály Yöntemi'nin Vokal Doğaçlama, Müziksel İşitme ve Şarkı Söyleme Beceriler, Üzerindeki Etkileri (Doktora Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Güven, İ. (2001). Ortaöğretim fizik derslerinde amacı belirlenmemiş deneylerin öğrenme üzerindeki etkileri. (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Güzel, H., Özdöl, M. F. ve İmran, O. R. A. L. (2010). Öğretmen profillerinin öğrenci motivasyonuna etkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (24), 241-253.
- Hatipoğlu, Ş. (2012). Doğaçlamada Duygu ve Kurgu Sorunları - Doğaçlama Teknikleri. *Art-e Sanat Dergisi*, 5 (10), 152-163.
- Haun, M.W., Sklenarova, H., Brechtel, A., Herzag, W. ve Hartman, M. (2014). Distress in Cancer Patients and Their Caregivers' perception of dyadic communication. *Onchology Research and Treatment*. 4 (37), 384-388.
- İnanç, B. (1997). Kaygı ve Stres. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(16), 9-14.
- Işık, E. (1996). Nevrozlar. Ankara: Kent Matbaası.
- İşlek, M. (2016) . Ergenlerde Kaygı Ve Duanın Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi (Rize Örneği) (Yüksek Lisans Tezi). Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Rize.
- Jasemi, M., Aazami, S. and Zabihi, R. E. (2016). The effects of music therapy on anxiety and depression of cancer patients. *Indian journal of palliative care*, 22(4), 455.
- Kaya, A. (2018). Müzik Öğretmeni Adaylarının Yaratıcı Düşünme Beceri Düzeylerinin Enstrümanları ile Doğaçlama Becerilerine Yansımaları: Dokuz Eylül Üniversitesi Örneği (Doktora Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Kaya, A., Küçük, M. ve Çepni, S. (2004). Fizik Öğretmenlerinin Laboratuarlara Yönelik Hizmet İçi İhtiyaçları İçin Bir Program Geliştirme Çalışması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 12 (1), 41-56.

- Kaya, M. ve Varol, K. (2004). İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeyleri Ve Kaygı Nedenleri (Samsun Örneği). *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17 (17), 31-63.
- Kendall R.A. ve Carterette, E.C. (1990). *The communication of musical expression. Music Percept*, 8, 129–64.
- Kılıç, M., Kaya, A., Yıldırım, N. ve Genç, G. (2004, Temmuz). Eğitimci Gözüyle Öğretmen ve Öğrenci. 8. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı. İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Kızılcı S. (1999). Kemoterapi alan kanserli hastalar ve yakınlarının yaşam kalitesini etkileyen faktörler. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 3 (2) :18-26.
- Köksoy, A. (2009). Müzik Psikolojisi Üzerine Bir Araştırma: Müziğin Duygulanımlar Üzerindeki Etkileri (Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Kurt, D. (2014). Müzik terapinin huzurevinde yaşayan yaşlıların yalnızlık hissi üzerine etkisi (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Kurtuldu, K.M. (2007), Psikiyatrik Hastalarda Şiddet ve Müzik Eğitimi, 3. Ulusal Sanat Eğitimi Sempozyumu, 19 – 21 Kasım. Gazi Eğitim Fakültesi, Ankara.
- Kübler-Ross, E. (1995). Sorular ve Cevaplarla Yaşamın Son Günleri. Çev. Ed. G. Terakye, Hürbilek Matbaacılık, Ankara
- Köknel, Ö. (1982). Kaygıdan Mutluluğa Kişilik. İstanbul: Altın Kitaplar Matbaası.
- Krout, R. E. (2007). The attraction of the guitar as an instrument of motivation, preference, and choice for use with clients in music therapy: A review of the literature. *The Arts in Psychotherapy*, 34(1), 36-52.
- Leung, J. P. and Leung, K. (1992). Life Satisfaction, Self-Concept, And Relationship With Parents İn Adolescence. *Journal Of Youth And Adolescence*, 21 (6), 653–665.
- Macrae, A. (1992). Should Music Be Used Therapeutically İn Occupational Therapy. *The American Journal of Occupational Therapy*, 46(3), 275-277.

- Mckeown, L. P., Porter-Armstrong, A. P. ve Baxter, G. D. (2003). The Needs And Experiences Of Caregivers Of Individuals With Multiple Sclerosis: A Systematic Review. *Clinical Rehabilitation*, 17, 234-248.
- Mitrani, V. B. and Czaja, S. J. (2000). Family-Based Therapy For Dementia Caregivers: Clinical Observations. *Aging & Mental Health*, 4 (3). 200-209.
- Nehra, R., Chakrabarti, S., Kulhara, P. and Sharma, R. (2005). Caregiver-coping in bipolar disorder and schizophrenia. *A re-examination. Social Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 40, 329-336.
- Niyazi, C. (2004). Öğretmenlerin geliştirilmesi ve etkili öğretmen davranışları. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1 (16), 103-119.
- Kulakaç, N., Çolak, A. ve Aktuğ, C. Yaşam Kalitesi Üzerine Müziğin Etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(4), 67-70.
- O'Connell, R. (2001). The Craft of Songwriting. <http://www.robbyoconnell.com/wp-content/uploads/2010/03/craftofSongwriting.pdf> adresinden elde edildi.
- OLSON, Kristian, David, (2011), The Effects of Music on the Mind, <http://www.reversespins.com/effectsofmusic.html> web sitesinden 31-5-2019 tarihinde alınmıştır.
- Öğüt, Ç.M. (2014). Müziğin Özelliklerinin Beyin Fırtınasında Yaratıcılığa Etkisi (Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Önder, C. Ş. ve Yıldız, G. (2008). Klasik Gitar Eğitiminin Boyutları. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8, 115-133.
- Öz, N.B. (2001). İnsanın Kültürel Gelişiminde Müziğin Önemi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14 (1), 101-106.
- Özen, N. (2004). Çalgı Eğitiminde Yararlanılan Müzik Eğitimi Yöntemleri. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24 (2), 57-63.
- Özmenteş, S. (2013). Çalgı Eğitiminde Öğrenci Motivasyonu ve Performans. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2 (2), 320-331.

- Öztürk, A. (2008). Manisa Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi Vespör Yüksekokulu Öğretmenlik Programı Öğrencilerinin Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeyleri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişki (Yüksek Lisans Tezi). Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.
- Palmer, C. (1997). Music Performance. *Annual Review of psychology*, 48, 115-138.
- Rentfrow, P.J. and Gosling, S.D. (2003). The Do Re Mi's of Everyday Life: The Structure and Personality Correlates of Music Preferences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 6 (84), 1236 –1256.
- Saraç, G. ve Şeker, H. (2010). Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümünde Çalgı Öğretimindeki Performansın Değerlendirilmesi. *Güzel Sanatlar Enstitüsü Dergisi*, 20, 99-109.
- Say, A. (2002). Müzik Sözlüğü. Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları.
- Şentürk, S., Bıçak, D. ve Akça, D. (2018). Kanserli hasta yakınlarının yaşadıkları sorunlar ve hemşirelik yaklaşımı. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 5(1), 35-39.
- Scherbring, M. (2002). Effect Of Caregiver Percepiton Of Preparedness On Burden İn A Oncology Popilation. *Oncology Nursing Forum*, 29 (6), 70-76.
- Schleuter, S. (1997). A Sound Approach To Teaching Instrumentalists. NewYork: Schirmer Books.
- Schmidt, J.A. (1983). Songwriting As A Therapeutic Procedure. *Music Therapy Perspectives*, 1(2), 4-7.
- Sezer, F. (2011). Öfke ve Psikolojik Belirtiler Belirtiler Üzerine Müziğin Etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8 (1), 1474.
- Sims, A. and Owen, D. (1993). Psychiatry. London: Baillicre Tindal Limited.
- Smith, R.D. and Patey, H.M. (2003). Music Therapy. London: Sage Publications.
- Somakçı, P. (2003). Türklerde Müzikle Tedavi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(15), 131-140.
- Sünbül, A.M. (1996). Öğretmen niteliği ve öğretimdeki rolleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 2(4), 597-608.

- Şahin, A. (2011). Öğretmen algılarına göre etkili öğretmen davranışları. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(1), 239-259.
- Şahin, E.Y., Maden, S., Güleriyüz, Ş., Satır, M. ve Aydın, G. (2013). Müzik Dinlemenin Resimle ve Yazıyla Anlatım Becerisi Üzerine Etkisi. *Dil ve Edebiyat Eğitimi Dergisi*, 2(5), 32-49.
- Sarper, N. (2013). Lösemi Tedavisi Sırasında ve Sonrasında Yaşam Kalitesi. XXXIX. Ulusal Hematoloji Kongresi'nde sunulan bildiri., Antalya. <http://www.thd.org.tr/thdData/Books/717/losemi-tedavisi-sirasinda-ve-sonrasinda-yasam-kalitesi-nazan-sarper.pdf> adresinden 15.06.2019 tarihinde erişim sağlanmıştır.
- Tatar, S. (2010). İngilizce'nin yabancı dil olarak öğretiminde anadili ingilizce olan ve olmayan öğretmenlerin rolü. *Boğaziçi Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 27 (2), 49-57.
- Terakye, G. (2011). Kanseri Hastaya Yakınlarıyla Etkileşim. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Elektronik Dergisi*, 4 (2), 78.
- Turgut, M.F. ve Baykul, Y. (2012). Eğitimde Ölçme ve Değerlendirme. Ankara: Pegem Akademi.
- Uçan, A. (1997). Müzik Eğitimi, Temel Kavramlar, İlkeler ve Yaklaşımlar. Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları.
- Uluçay, T. (2012). Müzik Eğitiminin Ortaöğretim Öğrencilerinin Şiddet Eğilimlerine Etkisi (Doktora Tezi). İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Uzun, G. (2018). Lise Öğrencilerinin Ruhsal Gelişimi ve Ergenliğe Bağlı Negatif Etkilerin Giderilmesinde Müziğin Rolü (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- World Health Organization (2004), Prevention of Mental Disorders, Effective Interventions and Policy Options.
- Yalçinkaya, B., Eldemir A.C. ve Sönmezöz, F. (2014). Müzik Öğretmeni Adaylarının Bireysel Çalgı Dersine Yönelik Tutumlarının Değerlendirilmesi. *Turkish Studies - International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 9 (2), 1583-1595.

- Yamaç, Ö. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek İle Stresle Başa Çıkma Stilleri Arasındaki İlişki (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Yenilmez, K. ve Özbey, N. (2006). Özel Okul ve Devlet Okulu Öğrencilerinin Matematik Kaygı Düzeyleri Üzerine Bir Araştırma. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 431-448.
- Yetim, A. A. ve Göktaş, Z. (2004). Öğretmenin Mesleki Ve Kişisel Nitelikleri. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 12(2), 541-550.
- Yetimakman, E.Z. (2018). Birinci Derece Yakınlarında Kanseri Olan Ve Olmayan Bireylerin Kanseri Tarama Programlarına İlişkin Farkındalık, Bilgi Ve Tutumlarının Karşılaştırılması (Tıpta Uzmanlık Tezi). Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul.
- Yiğit, R., Dilmaç, B., Deniz, M. E. ve Hamarta, E. (2011). Sürücülerin Sürekli ve Durumluk Kaygılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *International Journal Of Eurasia Social Sciences*, 2 (4), 37-44.
- Yokuş, T. (2010). Üstbilişin gitar performans başarısına etkisi. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 31, 161-175.
- Zhan, L. (1992). Quality of life: Conceptual And Measurement Issues. *Journal of Advanced Nursing*, 17(7), 795–800.

EKLER

EK 1 YDÜ Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Onay Yazısı**BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU**

10.12.2018

Sayın Hüseyin Olgaçer

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu’na yapmış olduğunuz YDÜ/EB/2018/209 proje numaralı ve **“Etkinlik Temelli Tasarlanan Gitar Eğitiminin Kanseri Hastası Yakınlarının Yaşamlarına Olan Etkisinin İncelenmesi”** başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

Doçent Doktor Direnç Kanol

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Raportörü

Direnç Kanol

EK 2 ÇOYDÖ İçin Alınan İzin

Asım Çivitci <acivitci@pau.edu.tr>

Pzt 8.10.2018, 11:51

Siz

□

Merhaba,

Türkçe'ye uyarlamış olduğum Çokboyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğini çalışmanızda kullanmanızdan memnuniyet duyarım. Başarılar dilerim.

Prof.Dr. Asım ÇİVİTÇİ

Pamukkale Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı
Denizli, Türkiye
Tel. 258 2961055

Asım Çivitci, PhD
Professor of Counseling and Guidance
Faculty of Education, Pamukkale University, Denizli, Turkey
+90 258 2961055

2018-10-07 10:11, hüseyin olgaçer yazmış:

Merhaba Hocam,

Ben Yakındoğu Üniversitesi Müzik Öğretmenliği Bölümün de yüksek lisans öğrencisiyim. Kanser hastası yakınlarından oluşan bir öğrenci topluluğum var. Bu durumdaki öğrencilerin üzerinde müzik eğitiminin bir etkisi olacağını düşünmekteyim. Araştırmalarım sonucu türkçeye uyarlamış olduğunuz "Çokboyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu" ölçeğini buldum ve araştırmamda kullanmak üzere izninizi isteyecektim.

Saygılarımla,

Hüseyin Olgaçer

EK 3 Bilgilendirilmiş Onam Formu

Etkinlik Temelli Tasarlanan Gitar Eğitiminin Kanser Hastası Yakınlarının Yaşamlarındaki Rolünün İncelenmesi

Katılımcı Bilgi Formu ve Bilgilendirilmiş Onay Formu

Sevgili Katılımcı,

Bu ölçek, etkinlik temelli olarak tasarlanan bir gitar eğitiminin, kanser hastası yakınlarının yaşamlarına herhangi bir etkisinin olup olmadığını anlamak için gerçekleştireceğimiz bir araştırmanın parçasıdır. Bu ölçek aracılığı ile toplanacak olan veriler, araştırmanın amacıyla belirtildiği gibi etkinlik temelli tasarlanan gitar eğitiminin kanser hastası yakınlarının yaşamlarına olan etkisinin incelenmesi amacı ile kullanılacaktır. Bu ölçeği doldurarak, bu çalışmaya katılmayı kabul etmiş sayılırsınız.

Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalı olup, kimliğiniz gizli kalacak ve 3. Şahıs kişilere açıklanmayacaktır. Bu çalışma süresince toplanan veriler sadece akademik araştırma amaçlı kullanılacaktır ve ulusal / uluslararası akademik toplantılarda ve / veya yayınlarda sunulabilir. Bizimle iletişime geçerek istediğiniz zaman bu çalışmaya katılmayı bırakabilirsiniz. Çalışmaya katılımı bırakırsanız, verileriniz veri tabanımızdan silinecek ve çalışmanın başka adımlarına dahil edilmeyecektir. Herhangi bir sorunuz veya endişeniz varsa, lütfen aşağıdaki bilgileri kullanarak bizimle iletişime geçin.

Yrd. Doç. Dr. Erkan Sülün

E-mail: huseyinolgacer@hotmail.com

Müzik Eğitimi Anabilim Dalı, Yakın

Doğu Üniversitesi

Tel: 05488357435

E-mail: erkan.sulun@neu.edu.tr

Hüseyin Olgaçer

Müzik Eğitimi Anabilim Dalı, Yakın

Doğu Üniversitesi.

Tel: 05338880708

EK 4 Durumluk Kaygı Ölçeği

STAI FORM TX – I

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da o anda nasıl hissettiğinizi ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını işaretlemek suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf etmeksizin **anında** nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

		HİÇ	BİRAZ	ÇOK	TAMAMIYLA
1.	Şu anda sakinim	(1)	(2)	(3)	(4)
2.	Kendimi emniyette hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
3	Su anda sinirlerim gergin	(1)	(2)	(3)	(4)
4	Pişmanlık duygusu içindeyim	(1)	(2)	(3)	(4)
5.	Şu anda huzur içindeyim	(1)	(2)	(3)	(4)
6	Şu anda hiç keyfim yok	(1)	(2)	(3)	(4)
7	Başıma geleceklerden endişe ediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
8.	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
9	Şu anda kaygılıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
10.	Kendimi rahat hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
11.	Kendime güvenim var	(1)	(2)	(3)	(4)
12	Şu anda asabım bozuk	(1)	(2)	(3)	(4)
13	Çok sinirliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
14	Sinirlerimin çok gergin olduğunu hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
15.	Kendimi rahatlamış hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
16.	Şu anda halimden memnunum	(1)	(2)	(3)	(4)
17	Şu anda endişeliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
18	Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
19.	Şu anda sevinçliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
20.	Şu anda keyfim yerinde.	(1)	(2)	(3)	(4)

EK 5 Sürekli Kaygı Ölçeği

STAI FORM TX – 2

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da o anda nasıl hissettiğinizi ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını işaretlemek suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf etmeksizin **anında** nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

		Hemen hemen hiçbir zaman	Bazen	Çok zaman	Hemen her zaman
21.	Genellikle keyfim yerindedir	(1)	(2)	(3)	(4)
22.	Genellikle çabuk yorulurum	(1)	(2)	(3)	(4)
23.	Genellikle kolay ağlarım	(1)	(2)	(3)	(4)
24.	Başkaları kadar mutlu olmak isterim	(1)	(2)	(3)	(4)
25.	Çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçıırım	(1)	(2)	(3)	(4)
26.	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
27.	Genellikle sakin, kendine hakim ve soğukkanlıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
28.	Güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissedirim	(1)	(2)	(3)	(4)
29.	Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim	(1)	(2)	(3)	(4)
30.	Genellikle mutluyum	(1)	(2)	(3)	(4)
31.	Her şeyi ciddiye alır ve endişelenirim	(1)	(2)	(3)	(4)
32.	Genellikle kendime güvenim yoktur	(1)	(2)	(3)	(4)
33.	Genellikle kendimi emniyette hissedirim	(1)	(2)	(3)	(4)
34.	Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım	(1)	(2)	(3)	(4)
35.	Genellikle kendimi hüznümlü hissedirim	(1)	(2)	(3)	(4)
36.	Genellikle hayatımdan memnunum	(1)	(2)	(3)	(4)
37.	Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder	(1)	(2)	(3)	(4)
38.	Hayal kırıklıklarını öylesine ciddiye alırım ki hiç unutamam	(1)	(2)	(3)	(4)
39.	Aklı başında ve kararlı bir insanım	(1)	(2)	(3)	(4)
40.	Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin ediyor	(1)	(2)	(3)	(4)

EK 6 Çok Boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği

ÇOYDÖ

Açıklama: Aşağıda, geçen birkaç hafta süresince yaşamınızla ilgili neler düşündüğünüzü yansıtan bazı ifadeler yer almaktadır. Sizden istenen, günlerinizi nasıl geçirdiğinizi düşünerek her bir ifadeyle ilgili sizi en iyi yansıtan seçeneğe (X) işareti koymanızdır. Bu bir sınav değildir. Bu nedenle maddelerin doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Lütfen her madde için sadece bir işaret koyunuz ve cevapsız madde bırakmayınız. Katkılarınız için teşekkür ederiz.

	Hiçbir zaman	Bazen	Sık sık	Her zaman
1. Arkadaşlarım bana karşı sevecen ve cana yakındırlar.	()	()	()	()
2. İnsanlar benimle bir arada olmaktan hoşlanırlar.	()	()	()	()
3. Okulda kendimi kötü hissediyorum.	()	()	()	()
4. Arkadaşlarımla kötü zaman geçiririm.	()	()	()	()
5. İyi yapabildiğim birçok şey var.	()	()	()	()
6. Okulda birçok şey öğreniyorum.	()	()	()	()
7. Anne-babamla zaman geçirmeyi severim.	()	()	()	()
8. Ailem birçok aileden daha iyidir.	()	()	()	()
9. Okulla ilgili sevmediğim birçok şey var.	()	()	()	()
10. Güzel / yakışıklı olduğumu düşünüyorum.	()	()	()	()
11. Arkadaşlarım harikadır.	()	()	()	()
12. Eğer ihtiyaç duyarsam arkadaşlarım bana yardım ederler.	()	()	()	()
13. Keşke okula gitmek zorunda olmasaydım.	()	()	()	()
14. Kendimi seviyorum.	()	()	()	()

15. Arkadaşlarım bana iyi davranırlar.	()	()	()	()
16. Çoğu insan beni sever.	()	()	()	()
17. Ailemle birlikte evde olmaktan hoşlanırım.	()	()	()	()
18. Ailemdeki kişiler birbirleriyle iyi geçinirler.	()	()	()	()
19. Okula gitmeyi dört gözle beklerim.	()	()	()	()
20. Anne-babam bana adil davranır.	()	()	()	()
21. Okulda olmaktan hoşlanırım.	()	()	()	()
22. Arkadaşlarım bana karşı kaba ve kırıcı davranırlar	()	()	()	()
23. Okul ilgi çekici bir yer.	()	()	()	()
24. Okul etkinliklerinden hoşlanırım.	()	()	()	()
25. Keşke başka bir evde yaşasaydım.	()	()	()	()
26. Aile fertlerimiz birbirleriyle güzel bir dille konuşurlar.	()	()	()	()
27. Arkadaşlarımla beraber çok eğleniriz.	()	()	()	()
28. Anne-babam ve ben birlikte eğlenceli şeyler yaparız.	()	()	()	()
29. Mahallemizi / semtimizi severim.	()	()	()	()
30. Keşke başka bir yerde yaşasaydım.	()	()	()	()
31. Ben iyi biriyim.	()	()	()	()
32. Bu kent / kasaba kötü insanlarla dolu.	()	()	()	()
33. Komşularımızı severim.	()	()	()	()
34. Yeterince arkadaşım var.	()	()	()	()
35. Keşke mahallemizde / semtimizde başka insanla olsaydı.	()	()	()	()
36. Yaşadığım yeri seviyorum.	()	()	()	()

EK 7 Etkinlik Temelli Gitar Eğitimi Paketi

HAFTA	SÜRE	KAZANIM	KONU	YÖNTEM ve TEKNİKLER	ETKİNLİKLER	AÇIKLAMALAR
1.HAFTA	40 dakika	Öğrenciler etkinlik temelli gitar eğitimindeki konuları gitarda uygulayabilmek için gerekli olabilecek teknik becerilere ve bilgilere sahip olur.	Gitarın Tutuşu, Sağ ve Sol El Pozisyonu Gitar başlangıç alıştırmaları Apoyando Tekniği Tirando Tekniği Tab Sistemi	Gösterip yaptırma Sözlü anlatım	Gitar başlangıç çalışmaları için yapılacak alıştırma herkesin bilebileceği popüler melodiler aracılığı ile uygulanır. Kullanılan Şarkılar: 9. Senfoniden tema, Yağmur Yağıyor, Bak Postacı Geliyor.	Öğretmen gitarın tutuşunu, sağ el ve sol el pozisyonunun nasıl olması gerektiğini öğrenciye anlatır. Tab sisteminin nasıl okunup uygulandığı öğrenciye anlatılır ve gösterilir. *Gitar başlangıç aşamasında kullanılan egzersizler bilindik kısa melodilere uyarlanır ve öğrencilere nasıl çalınacağı gösterilir.
2.HAFTA	40 dakika	Öğrenciler gitara başlangıç çalışmaları için gerekli olabilecek egzersizleri pekiştirir, müzik tarzları hakkında bilgi sahibi olur, daha önce keşfetmediği müzik tarzlarını keşfeder,	Gitarın Kullanıldığı Müzik Türleri	Sözlü Anlatım Tanımlar Yardımıyla Öğretim Tartışma	Gitarın kullanıldığı müzik türleri ile ilgili gitarı içeren videoların Gösterilmesi	Öğrencilerin ilk hafta öğrenmiş oldukları egzersizler tekrar edilir. Gitarın kullanıldığı müzik türlerinden ve

		müziklerin gitar ile nasıl çalındığı hakkında fikir sahibi olur.				özelliklerinden bahsedilir.
						Gitarın kullanıldığı müzik türleri ile ilgili videolar izlenir.
						Öğrencilerin hangi müzik türlerini daha çok sevdikleri ile ilgili sohbet edilir. Öğrencilerin sevdiği ve gıtarda çalınabilecek şarkılar tespit edilir.
3.HAFTA	40 dakika	Öğrenciler gitarın 1. 2. ve 3. telini kullanarak bir şarkının melodisini çalarlar.	Gitarın ilk 3 telindeki notaları kullanarak melodi çalmak.	Gösterip yaptırma Sözlü anlatım	Öğrenciler için uygun olan ve gitarın ilk 3 telinde çalınabilecek şarkı melodileri belirlenir. Öğrenciler melodiyi çalarken öğretmen akor eşliği yapar Kullanılan Şarkılar: Ateş Böceğim misin, Çok Uzaklarda, Arkadaşım Eşşek, Romance.	Öğrenci için uygun olabilecek şarkı melodisine öğrenci ile birlikte karar verilir. Öğrenciye şarkının melodisi gitar üzerinde öğretmen tarafından gösterilir. Gerektiği taktirde şarkının melodisi parçalara bölünerek öğrenciye gösterilir. Öğrenci melodiyi çalarken öğretmen akor eşliği yapar.

4.HAFTA	40 dakika	Öğrenciler gitarın 4. 5. Ve 6. telini kullanarak bir şarkının melodisini çalarlar.	Gitarın üst 3 telindeki notaları kullanarak melodi çalmak.	Gösterip yaptırma Sözlü anlatım	Öğrenciler için uygun olan ve gitarın üst 3 telinde çalınabilecek şarkı melodileri belirlenir. Öğrenciler melodiyi çalarken öğretmen akor eşliği yapar Kullanılan Şarkılar: Senden Başka, Romance, Yankee Doodle, One Love, Dont Worry Be Happy.	Öğrenci için uygun olabilecek şarkı melodisine öğrenci ile birlikte karar verilir. Öğrenciye şarkının melodisi gitar üzerinde öğretmen tarafından gösterilir. Gerektiği taktirde melodi parçalara bölünerek öğrenciye gösterilir. Öğrenci melodiyi çalarken öğretmen akor eşliği yapar.
5.HAFTA	40 dakika	Öğrenciler akorların işlevini ve nasıl kullanıldığını anlarlar.	Akorlara Giriş.	Sözlü Anlatım Tanımlar Yardımla Öğretim Tartışma	Öğrencilere içinde gitarın ve çalınan akorların belirgin bir şekilde duyulabileceği müzikler dinletilir. Gitar ile akor üzerine örnekler gösterilir	Öğrencilere akorun işlevi ile ilgili kısa bilgiler verilir. Gitar üzerinde akor örnekleri gösterilir. Öğrencilere gitar akorları ile çalınmış bir şarkı dinletilir ve öğrenciler akorların değişim yerlerini anlamaya çalışırlar.

6.HAFTA	40 dakika	Öğrenciler akorları kullanarak bir şarkı melodisine eşlik yapabilirler.	Kolaylaştırılmış akorlar ile eşlik çalma.	Gösterip yaptırma Sözlü anlatım	Öğretmenin çaldığı şarkı melodisine, öğrenci kolaylaştırılmış akorları kullanarak eşlik yapar.	Öğrencilere kolaylaştırılmış akorlar gitar üzerinde gösterilir.
					Kullanılan Şarkılar: Hayat Bayram Olsa, Ateş Böceğim, Bak Bir Varmış Bir Yokmuş, Sen Gidince Bak Neler Oldu, Hatırla Sevgili.	Öğrencilere eşlik yaparken kullanacakları ritim kalıpları gösterilir Ritim kalıpları ile akorlar birleştirilir ve eşlik yapılacak şarkılara öğrenci ile birlikte karar verilir. Şarkılarda akorların değişim yerleri öğrencilere gösterilir. Öğretmen şarkı melodisini çalarken öğrenci akor ile eşlik yapar.
7.HAFTA	40 dakika	Öğrenciler doğaçlama yapma ile ilgili mantığı kavrar ve bazı doğaçlama tekniklerini öğrenirler.	Doğaçlamaya Giriş.	Sözlü Anlatım	Öğrenciler belirlenen akor geçişleri üzerine doğaçlama müzik çalar.	Öğrencilere doğaçlama müzik yapmak ile ilgili bilgiler verilir
				Tanımlar Yardımla Öğretim Tartışma	Gitarın üzerine, doğaçlama yaparken başlangıç noktası olabilecek yerlere ve do majör gamının içindeki notaların	Öğrencilere doğaçlamada kullanılacak ritim kalıpları ve nota değerleri gösterilir.

					olduğu yerlere farklı renklerde yapıştırmalar yerleştirilir.	Öğrencilere do majör gamının içindeki notalar gitar üzerinde gösterilir ve notaların üzerine yapıştırmalar yerleştirilerek nota yerleri belirginleştirilir.
						Öğrencilere elde olan materyaller kullanılarak nasıl doğaçlama yapılacağı örneklerle gösterilir.
8.HAFTA	40 dakika	Öğrenciler başlangıç seviyesinde beste yapma mantığını kazanırlar.	Bestelemeye Giriş.	Sözlü Anlatım Tanımlar Yardımla Öğretim Tartışma	Öğrenciler onlara verilen ipuçlarını kullanarak başlangıç seviyesinde besteler üretirler.	Öğretmen besteleme konusunda öğrencileri yönlendirecek çeşitli alternatiflerden oluşan kartlar hazırlar ve karıştırır ve öğrenci kartlardan herhangi birisini seçerek elindeki bilgiler ve yönlendirmeler doğrultusunda başlangıç seviyesinde besteler üretir.

ÖZGEÇMİŞ

1993 yılında Lefkoşa’da doğdu. Müzik eğitimine 2005 yılında özel gitar dersleri alarak başladı. 2011 yılında Türk Maarif Kolejinden mezun oldu. Lisans eğitimini Doğu Akdeniz Üniversitesi Müzik Öğretmenliği bölümünde tamamlayarak 2015 yılında onur derecesi ile mezun oldu. Lisans eğitimi sırasında gitar çalışmalarını Erkan Sülün ile sürdürdü. 2015 yılından itibaren çeşitli özel kuruluşlarda gitar eğitmeni olarak çalışmaktadır. 2011-2018 yılları arasında müzik orkestraları ve folklor ekiplerinin içinde bulunarak ve gitarıyla eşlik ederek çeşitli uluslararası müzik ve folklor festivallerine katıldı. Mezuniyetinin ardından Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müzik Eğitimi Bilim Dalında yüksek lisans eğitimine başladı. Klasik gitar eğitimi süresince çeşitli klasik gitar festivallerine katılıp bu festivallerde Ozan Sarıtepe, Kağan Korad, Leo Brouwer, Aniello Desiderio, Enno Voorhost, Costas Cotsiolis, Sabrina Vlaskalic, Vincenzo Sandro Brancaccio ve Sanel Redzic ’in ustalık sınıflarında aktif ve pasif katılımcı olarak yer aldı.

TURNITIN

Tez Son

ORIGINALITY REPORT

13%

SIMILARITY INDEX

10%

INTERNET SOURCES

6%

PUBLICATIONS

11%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

birimler.dpu.edu.tr

Internet Source

1%

2

94.73.145.182

Internet Source

1%

3

www.s-integrationproject.com

Internet Source

1%

4

Submitted to Eastern Mediterranean University

Student Paper

1%

5

Submitted to European University of Lefke

Student Paper

1%

6

library.neu.edu.tr

Internet Source

1%

7

docs.neu.edu.tr

Internet Source

1%

8

dergipark.org.tr

Internet Source

1%

9

ugureker.eu

Internet Source

<1%