

EĞİTİM BİLİMLERİ

Teori, Güncel Araştırmalar ve Yeni EĞilimler

Doç.Dr. Harun şahin

EĞİTİM BİLİMLERİ



ISBN: 978-9940-46-049-5



EĞİTİM BİLİMLERİ

Teori, Güncel Araştırmalar ve Yeni Eğilimler

Editör
Doç. Dr. Harun ŞAHİN

Editör
Doç. Dr. Harun ŞAHİN

Birinci Baskı •© Ekim 2020 /Cetinje-Karadağ

ISBN • 978-9940-46-049-5

© copyright All Rights Reserved

web: www.ivpe.me

Tel. +382 41 234 709

e-mail: office@ivpe.me



Cetinje, Karadağ

BÖLÜM II

PIYANO EĞİTİMİNDE ZİHİNSEL ÇALIŞMA VE EZBERLEMENİN ÖNEMİ

Dr. Öğr. Üyesi Burcu ÖZER

Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Nevşehir, Türkiye
e-mail: burcuozer@nevsehir.edu.tr, Orcid no: 0000-0002-9219-1291

1. Giriş

İnsan davranışları ve öğrenmesinin çok boyutlu bir yapıya sahip olduğu pek çok araştırma sonucu kabul görmüş bir doğrudur. Bu boyutlar genel itibarıyla bilişsel, duyuşsal ve psikomotor alanlardır. Dolayısıyla insan ve öğrenmesini anlamak, karmaşık ve sistematik planlama gerektiren bütüncül bir yaklaşım gerektirir. Eğitimin her alanında bütüncül temelli yaklaşımlar başarıya giden anahtar yöntemlerdir. Dolayısıyla müzik eğitiminin bir kolu olan çalgı eğitiminde de bu yaklaşım ve yöntemleri göz ardı etmek mümkün değildir.

Müzik, yapısı gereği insanın biliş, duyuş ve psikomotor davranışlarına etki eden bir sanat dalıdır. İster amatör ister profesyonel seviyede olsun müziğin bu etki faktörü bireyleri aynı boyutlarıyla fakat farklı düzeyde etkiler. Bu noktada müzik eğitiminin amacı önem taşımaktadır. Müziği meslek olarak seçen ve bir enstrümanda profesyonelleşme amacı taşıyan bireylerin eğitim-öğretim faaliyetlerinde, bütünsel bir yaklaşım hedefleyen yöntemler uygulanmalıdır. Bu yaklaşım çalgı eğitiminin bir dalı olan Piyano eğitimi için de gereklidir.

Kamacioğlu (1996), mesleki piyano eğitiminin genel hedeflerini; doğru nota çözme yeteneğini kazanabilme ve doğru ritimle çalmayı öğrenme, on parmağına hâkim olabilme, beyni ile parmakları arasında koordinasyon kurabilme, çöksesli duyma yeteneğini geliştirebilme, herhangi bir şarkının eşliğini doğru akorlarla, doğru fonksiyonlarla yapabilme, öğrendiklerini kendi başına denetleyebilme, nasıl öğretileceğini öğrenebilme, müzik zevkini ve görüşünü geliştirebilme, bilişsel, duyuşsal ve psikomotor davranışlarını geliştirebilme, bir başkasının söz konusu davranışlarını denetleyebilme olarak belirlemiştir (Akt Özer ve Yiğit, 2011, s. 40).

Piyano eğitimi her ne kadar enstrüman üzerinde uygulama ağırlıklı bir yaklaşım gibi algılsa da, kas ve merkezi sinir sistemi koordinasyonunun kusursuz işleyebilmesi ve başarının yakalanabilmesi için zihinsel çalışma süreçleri önem taşımaktadır. Bir performans piyanodan önce zihinde canlandırılıp kusursuzlaştırıldığı ölçüde icrasında başarı sağlanır. Piyanistin notadan, çalgıdan, gerginlikten bağımsızlaşıp zihninde canlandığı performansı çalışmada uygulayabilmesi, saatlerce

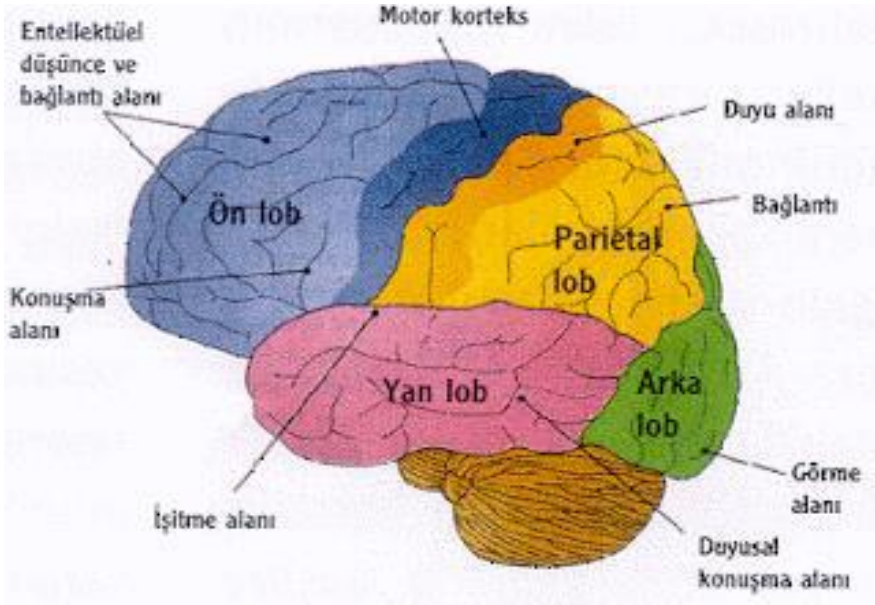
fiziksel çalışma yaparak dikkat eksikliği, ezberlenemeyen notaya sürekli bakarken kendini dinleyememe, teknik ve müzikaliteye dikkat edemeden yapılan çalışmalardan çok daha iyi sonuçlar verdiği pek çok araştırma sonucu ortaya çıkmıştır.

Latince mens (zihin) sözcüğünden türetilmiş olan İngilizce mental (zihinsel) sıfatı ile yine İngilizce training (çalışma) isminin birleştirilmesiyle oluşturulmuş 'mental training' kavramı Türkçede zihinsel çalışma, zihinde çalışma gibi anlamlara gelir (Uçar, 2019, s.1)

Bu zihinsel prova süreci, birkaç biçimi kapsayan bir beceri olarak değerlendirilmiştir ve bu süreç görseldir (piyanistler klavyenin üzerinde ellerini “görürler”), motor-kinestetik beceriye dayalıdır (piyanistler klavyeyi ve klavyenin üzerindeki parmaklarını “hissederler”) ve bunlarla birlikte işitseldir. Tosoff, bu ifadeleri daha açıkça şöyle değerlendirmektedir: “bir piyanist zihninde pratik yaptığında, olasılıkla; yazılı müzik veya piyano tuşları üzerindeki ellerini (görsel), bir eser çalan parmaklarını ve tuşlara dokunma hissini (motor-kinestetik) ve melodiyi, armoniyi, ritmi, tınıyı, dinamikleri ve eserin diğer belirli bileşenlerinden oluşan müziğin sesini (işitsel imgeleme) imgelemektedir” (Zatorre, Halpern, 2005 ve Tosoff, 2012’den Akt. Okay, 2015, s.159). Bu çalışmada “mental training” kavramı “zihinsel çalışma” olarak kullanılacaktır.

Piyanoda zihinsel çalışma ve ezberleme aşamalarına geçmeden önce beynin çalışma prensibi ve ezber için önem taşıyan bellek kavramlarından ve bilginin kazanılma ve öğrenilme sürecinden bahsetmek gerekmektedir. Günümüz öğrenme kuramları; öğrenme süreçlerini ve özelliklerini, öğrenmenin fonksiyonlarını belirleyen ilkeleri ve yasaları ortaya koymaya çalışmaktadır. Bireyin bilişsel öğrenme süreçlerini inceleyen kuramlardan biri olan bilgiyi işleme kuramına göre öğrenmenin gerçekleşmesinde ilk olarak duyu organlarına gelen fiziksel uyarıcılar duyuşsal kayıt yoluyla sinir sistemine girer. Duyuşsal kayıta orijinal uyarıcıyı temsil eden bilgi, kısa süreli belleğe aktarılarak zihinsel tekrar yoluyla kodlanıp istenildiği zaman tekrar hatırlanmak üzere uzun süreli belleğe gönderilir. Bilginin kalıcı hale getirilerek yeni bilgilerin inşa edilebilmesi için bireyin yeni bilgileri mevcut bilgileriyle karşılaştırması ve yeni bilgilerle mevcut bilgiler arasında gerekli bağlantıları kurması gerekir. Bu işlemlerin gerçekleşmesi doğal olarak beyin tarafından sağlanır hızlı ve kalıcı öğrenmenin gerçekleşmesi ise beynin her iki yarım küresinin koordineli bir biçimde kullanılmasına bağlıdır (Senemoğlu, 2013, Balım, Evrekli ve Aydın, 2006, Uluorta ve Atabek, 2003).

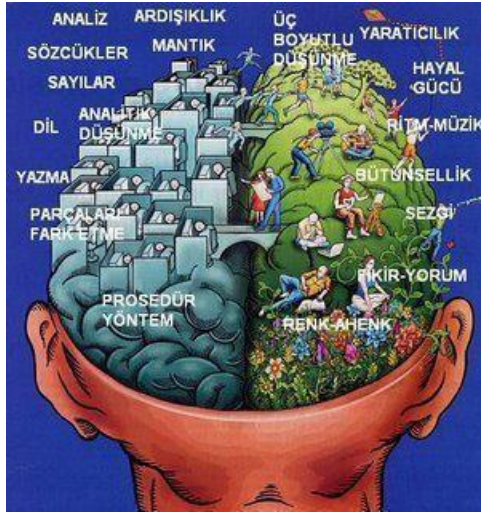
Karmaşık bir yapıda olan beyni bilim adamları 4 bölüme (Loba) ayırmışlardır. Beyinde bulunan dört temel lob; arka lob (Occipital), ön lob (Frontal), yan lob (Parietal) ve şakak (Temporal) lobudur. Şekil 1’de beyin bu kısımları görülmektedir.



Şekil-1: Beynin Kısımları

(Kaynak: <http://psikolojikarastirma.blogspot.com.tr/>)

Beynin sağ yarım küresi sol tarafın, sol yarım küresi de sağ tarafın yönetiminde görevlidir. Yani vücudun sağ tarafından sol yarım küre, sol tarafından ise sağ yarım küre sorumludur. İnsanlarda beynin bu yarım kürelerinden birinin diğerine göre daha yoğun kullanıldığı bir durum söz konusu olmaktadır. Buna “beyin başatlığı” denir (Çakıroğlu, 2014, s. 11).



Şekil 2: Sol Ve Sağ Yarıküreler (Kaynak: Odabaşı, 2010, s.131)

Howard Gardner, beynin iki yarı küresi ve bunların müzikle olan ilişkisi üzerine yaptığı araştırmaların sonuçlarını Sanat, Zekâ ve Beyin başlıklı kitabında sunmuştur. Gardner yaptığı araştırmalardan yola çıkarak Müziğin temel olarak sadece sağ beyin fonksiyonları ile sınırlı olduğunu söylemenin doğru olmadığı sonucuna varmıştır. Beyin üzerinde yapılan çalışmalar sonucu “Analitik” ve “Küresel” yaklaşımlar ortaya atılmıştır. Analitik yaklaşım, genel olarak bir bütünü ayrıntılı parçalarını ele alırken, Küresel yaklaşım bütünü görmekle ilgilidir

1.1.Analitik Yaklaşım: Enstrüman çalarken yapılan fiziksel hareketler, artikülasyonlar, notaların ve ritimlerin doğru çalınması, çalmadaki zamanlama beynin sol yarı küresi tarafından yönetilir. Beynin sol yarı küresi, bütüne değil parçaya odaklıdır ve genellikle tek seferde sadece tek bir şey üzerine odaklanır. Analitik fonksiyon aynı zamanda kas hareketlerinin ezberlenmesinden ve otomatikleşmesinden de sorumludur. Örneğin; bisiklete binerken denge kurmayı, pedal çevirmeyi düşünmeyiz, bu hareketler otomatikleşmiştir. Aynı şekilde piyano çalarken de el, oturma pozisyonunu düşünmeyiz, dizileri, ritimleri hatırlar ve tekrarlarız.

1.2.Küresel Yaklaşım: Analitik yaklaşımın aksine, küresel işlevleri yöneten beynin sağ yarı küresidir. Duyuşsal ağırlıklı olan bu bölüm müziğin stilini ve duygusunu sezgisel olarak anlamak içindir. İçsellikle bağlantılı beynin sağ tarafı yaratıcılık ve yorum yapabilme becerisini yöneterek doğal ve yaratıcı bir performansla etki eder. Küresel işlevsellikle, eserin bütününe içerisindeki her bir notanın veya her bir cümlelerin farkına varırız. Bunun yanı sıra, beynimizin sağ yarı küresi, doğru parmak kullanımını veya doğru sesi çıkartıp, çıkartmadığımızı da kontrol eder (Green, 2015’den akt. Akkaya, 2017, s.12).

2. Bellek Türleri

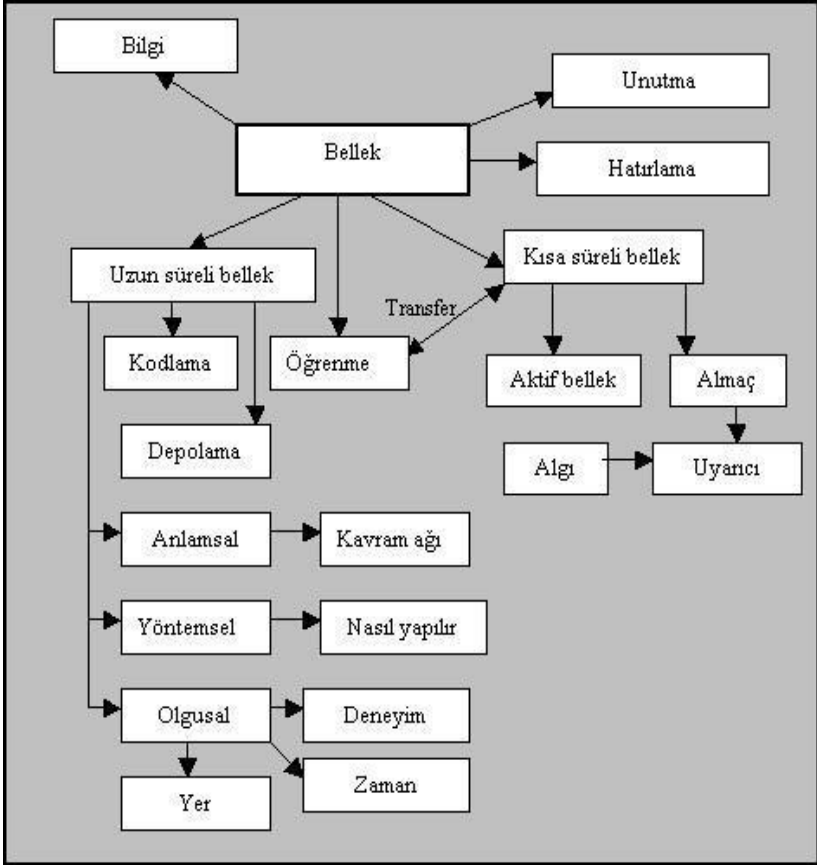
Beynin sağ ve sol küre çalışma prensipleriyle birlikte öğrenmeye etki eden en önemli faktörlerden biri de uyaranları algılamada farkındalık ve hafızada tutma süreçleridir. Bu noktada bellek kavramı ve çeşitleri önem taşımaktadır.

Pek çok araştırmacıya göre 3 tür bellek vardır. Bunlar duyuşsal bellek, kısa süreli bellek ve uzun süreli bellektir. Aşağıda bu bellek türleri açıklanmıştır (Senemoğlu, 2013: 272-286):

2.1.Duyusal Bellek: Duyu organlarına gelen uyarıcıların ilk algılandığı yerdir. Duyusal kayıt olarak da adlandırılan bu bellekteki bilgi uyarıcının bir kopyasıdır. Kapasitesi sınırsızdır. Duyusal belleğe gelen sınırsız uyarıcıdan sadece dikkat edilen bilgiler kısa süreli belleğe aktarılır. Bu geçişte dikkat ve seçici algı süreçleri süzgeç görevi yapar.

2.2.Kısa Süreli Bellek: İşleyen bellek, çalışan bellek olarak da adlandırılan bu bellek duyuşsal bellekten gelen sınırlı sayıda bilgiyi sınırlı bir süre için depolar. Ayrıca kısa süreli bellekte zihinsel işlemler de yapılmaktadır. Kısa süreli bellekte bilgi doğrudan üreticilere gönderileceği gibi zihinsel tekrar ve kodlama süreçleri ile uzun süreli belleğe de gönderilebilir.

2.3.Uzun Süreli Bellek: Bilginin sürekli depolandığı yerdir. Bu belleğin kapasitesi sınırsızdır. Anısal bellek, anlamsal bellek ve işlemsel bellek olarak ele alınan bölümleri vardır.



Şekil 3: Bilgiyi İşleme Süreci (Kaynak: <https://docplayer.biz.tr/>)

Bilgiyi işleme modelinin vurguladığı bellek türlerine gelen uyarıların algı düzeyine göre seçili öğrenme aşamasına geçme süreci şu şekilde işler: Bireyin beş duyu organına gelen dış çevredeki fiziksel uyarıcılar duyuşsal belleğe kaydedilir. Bireyin dikkat ve algı alanına girmeyen uyarıcılar kısa süreli belleğe henüz gönderilmeden duyuşsal kayıttan atılır veya burada kaybolur. Dikkat, tanıma, geçmiş bilgiler ve seçici algılama süreçlerinden geçenler ise kısa süreli belleğe gönderilir.

Buradaki bilgiler zihinsel olarak açık ve örtük tekrarlarla, kodlama ve adlandırmalarla uzun süreli belleğe gönderilir (Duman, 2015, s. 200).

Uzun süreli bellek; anısal bellek (episodic memory), anlamsal bellek (semantic memory) ve işlemsel bellek (procedure memory) olmak üzere üç temel bölümden oluşur. Anısal bellek, yaşantı içerisindeki olayların depolandığı kısımdır. Olayların zamanı, geçtiği yerler, içinde bulunan kişiler, olayların akışı ve sonuçları anısal bellekte depolanır. Ağırlıklı depolama şekli zihinsel imgelem şeklindedir. Anlamsal bellek, uzun süreli belleğin kurallar, genellemeler, kavramlar, problem çözme becerileri gibi bilgilerin yer aldığı bölümdür. Anlamsal bellekte bilgi, farklı türlerdeki kodların ağ gibi birbirine bağlanmasıyla depolanır. Birçok psikolog, bir bilginin hem görsel hem de sözel olarak kodlanmasının anımsamayı kolaylaştırdığını kabul etmektedir. İşlemsel bellek, belli bir işlemin nasıl yapıldığına ilişkin bilgilerin saklandığı bellek bölümüdür. İşlemsel bellekte işlemlerin basamaklarının oluşması uzun zaman alır, ancak oluşuktan sonra anımsanması çok kolaydır. Örneğin; yüzmenin öğrenilmesi çok zaman alır ancak unutulmaz. İşlem ne denli çok yinelenirse o denli doğal tepkiye dönüşür (Subaşı, 1999).

Müziği öğrenmede ise zihinsel süreç ve ezberlemede kullanılan 4 çeşit bellek türü vardır (Haydon, 1996, s.342)

2.4. Görsel Bellek: Piyanoda ezberleme işleminin diğer bir yönü de görsel bellektir. Her insan farklı seviyelerde de olsa, görsel belleğe sahiptir. Birçok piyanist belli bir anda çalmakta olduğu müziğin, sayfanın üzerinde nerede yazılı olduğunu bilir. Bu bazıları için “sayfanın ortalarında” gibi belirsiz, bazıları için ise “dördüncü satırın üçüncü ölçüsünde” gibi kesin bir bilgi olabilir

2.5. İşitsel Bellek: Ezberleme işleminin istemsiz bir yönüdür. Bir piyano parçasını çalışırken, parçayı işitsel olarak öğrenmekten kendimizi alıkoyamayız. Çünkü çalışırken ürettiğimiz sesler, işitsel belleğimizde kendiliğinden depolanır. Bu sistemin güvenilirliği, öğrencinin işitsel algısının gelişim seviyesine göre değişiklik gösterir. Her durumda ezberle çalarken yalnızca bu sisteme güvenmek.

2.6. Kinestetik Bellek: Kas belleği olarak da bilinen, bir parçayı çalarken duyulan fiziksel hisleri kaydeden sistemdir. Bu sistem, ezberleme işleminin belki de en önemli sistemidir. Fakat aynı zamanda en güvenilmez sistemi olduğunun da anlaşılması gerekir. Bunun nedeni, bedenimizin kinestetik olarak bilinçaltı bir seviyede tepki veriyor olmasıdır.

Çalgı performansı söz konusu olduğunda kinestetik bellek vazgeçilmez gibi görünse de öğrenciler bir eseri ezberlemek için sadece parmak ezberi kullanmanın tehlikeleri konusunda uyarılmalıdır. Bir

parçayı öğrenmek için tekrar tekrar çalmak, parçanın yapısının kavranmasını sağlamaz ve güvenilir değildir.

2.7. Teorik Bellek: Aslında bellek sisteminin ayrı bir alt sistemi olmamakla birlikte, yapıyı kavramakla ilişkilidir. Herhangi bir piyano parçasının tam olarak ezberlenebilmesi ancak parça üzerinde çeşitli analiz yöntemleri uygulanarak, parçanın yapısının her açıdan kavranmasıyla mümkündür. Bu analizler; “biçimsel yapı analizi, armonik yapı analizi, melodik yapı analizi, el pozisyonu analizi, dinamik yapı analizi” olarak sıralanabilir (Eroğlu 2010, s. 15).

3. Piyano Eğitiminde Zihinsel Çalışma

Piyano çalma, bir bütün olarak pek çok beceriyi içeren karmaşık bir eylemdir. Günümüzde psikoloji ve fizyoloji dalında yapılan araştırmalar karmaşık piyano becerilerinin yönlendirilmesinde bilişsel (zihinsel) sürecin çok önemli bir rol oynadığı sonucuna varmışlardır. Klöppel (2013)’e göre; müzik hareketlerinin sadece fiziksel olarak öğrenilmesi ve motor hareketler (otomatikleştirme) tek başına yeterli değildir. Motor hareketler, bir bütünün sadece bir kısmını oluşturur. Bedensel performans gerektiren hız, kuvvet, esneklik, koordinasyon gibi beceriler bile, tek başına bedensel faaliyetler olarak düşünülemez. Gerekli hareketlerin yönetiminde ve gerçekleştirilmesinde zihnin etkisi göz ardı edilemez.

Zihinsel çalışmaların en yoğun ve sistemli kullanıldığı alan spordur. Uygulama alanı ilk olarak spor psikolojisinde ortaya çıkan zihinsel çalışmalar, müzik araştırmalarına da aktarılmıştır. Spor psikolojisinde zihinsel antreman ilkelerinin müzik performansına aktarılması (Bellon, 2006), bir müzik ezberleme yöntemi olarak zihinsel çalışmaların etkisi (Rubin-Rabson 1941), çeşitli çalgılar açısından zihinsel çalışmaların müziksel bellek ve performans üzerindeki etkisi (Ross, 1985; Coffmann, 1990; Miklazewski, 1989; Theiler ve Lippman 1995; Holmes 2005; Sisterhen, 2005), bireysel ve toplu performansta zihinsel çalışmaların kullanımı (Galyen, 2006), zihinsel çalışmalar ve entonasyon ilişkisi (Ruotolo, 1997) bu çalışmalardan birkaçıdır. (Sever ve Çilden, 2012 s. 22).

Spordaki zihinsel çalışma araştırmaları bu birikiminin müzik performansına ve şan/enstrüman derslerine aktarılması sürecine en büyük katkıyı sunan isimlerden biri Ukraynalı Alman piyano pedagogu Prof. Tatjana Orloff-Tschekorsky’dır. Orloff-Tschekorsky’nin 1996 yılında yayımlanmış kitabı bu alandaki en önemli kaynaklardan biridir (Uçar, 2019).

Orloff-Tschekorsky, (2001)’e göre; zihinsel çalışma, gerçekleştirilecek olan etkinliğin zihinsel ön analizidir. Hangi etkinlik olursa olsun mutlaka ön bilgi ve tecrübenin önceden kazanılmış olması

şarttır. Diğer bir deyişle; söz konusu etkinlikleri, fiziksel olarak yapmak için gerekli bilgiye sahip olmadan zihinsel çalışma mümkün değildir. Örneğin; piyanoda bir eseri zihinsel olarak çalışabilmek için piyano çalmayı fiziksel olarak bilmek ayrıca teknik ve müzikal becerilerin yeterli düzeye gelmiş olması gerekmektedir. Bu öğrenme metodu, müzikte her türlü teknik ve yorumlama çalışmaları için uygundur. Birçok piyano öğrencisi, enstrüman çalışmayı, öğrenilmesi gereken hareketlerin sıklıkla tekrarlanması olarak adlandıırırlar. Çalışılan esere tamamen hâkim olmak ve mükemmel hale getirmek için defalarca çalarak tekrar etme yöntemini kullanırlar. Önemli müzik pedagoglarından Carl Czerny ve Hanon gibi isimler de çalışma tavsiyesi olarak, çalışılan alıştırmaların 30-40 defa çalınarak tekrarlanması gerektiğini söylemişlerdir. Bilişsel psikolojiye göre ise; doğru antreman, kendi kendini gözlemlemeyi ve kendi kendini kontrol etmeyi gerektirir (Orloff-Tschekorsky, 2001'den Akt. Akkaya, 2017, s.17)

Piyano çalma mekanizmasının zihinsel temellerini ortaya koyan en önemli deneysel bulgular, Alman piyanist Oscar Raif tarafından elde edilmiştir. İnsan fizyolojisi ve merkezi sinir sisteminin çalışma prensiplerini aydınlatmak için yıllarca yürütülen pek çok deney, gerek piyanistlere gerekse bu eğitimi almamış insanlara uygulanmış ve çarpıcı sonuçlara ulaşmıştır (Pruner, 1999'dan akt. Ömür ve Gültek 2013, s.421).

Genel düşünce olarak Raif, öğretmenlerin kendilerini öğrencilerinin parmak hızlarına odaklandığını ancak göz, kulak ve parmak koordinasyonuna odaklanmadıklarını gözlemlemiş, deneylerini öğrencilerin zihinsel hünerlerinin artırılmasının parmak becerisinden daha büyük önem taşıdığını ve aslında parmak becerisinin zihinsel koordinasyona bağlı olduğunu ispatlamak amacıyla gerçekleştirmiştir (Gültek, 2004:17). Gerçekleştirilmesi istenen hareketlerin, yoğun bir konsantrasyonla zihinde canlandırılmasının, ilgili kas gruplarını aktivite ettiği uzun süredir bilinmektedir. İngiliz Doktor A. A. Carpenter 1873 yılında planlanan hareketleri aktif olarak yapmadan, sadece zihinde canlandırarak imgeleme ya da bu hareketlerin gözlenmesi yoluyla ilgili kas gruplarının uyarıldığını keşfetmiştir. Zihinsel canlandırma yoluyla kaslara iletilen ve çalışıyor hissi veren bu etkiye “Carpenter Etkisi” adı verilmektedir. Bu etki ilk keşfin ardından 50 yıl sonra, kaslara gönderilen elektrik akımlarıyla yapılan ölçümler sonucunda tam olarak kanıtlanmıştır (Klöppel, 2013).

Zihinsel çalışma, fiziksel deneyim olamadan yalnızca zihinsel olarak yapılan çalışmadır. Fiziksel çalışmanın mümkün ya da yeterli olmadığı durumlarda çalgı çalma, zihinde imgeleme ve tekrar yoluyla gerçekleştirilebilmektedir. Saatler boyunca çalgılarını çalışmaktan hoşlanmayan Rubinstein ve Horowitz gibi piyanistlerin, zihinsel

çalışmayı etkin olarak kullandıkları söylenir. Ayrıca nörolojik ve psikolojik çalışmalar, fiziksel deneyimle gerçekleşen spor ve sanat gibi dallardaki başarı kazanmış birçok ismin zihinsel çalışmayı etkin olarak kullandığını belirtir. Konu ile ilgili yapılan bir araştırmada, hayali bir piyanoda 2 saat boyunca çalışma yapan deneklerin beyinlerinde, aynı miktarda çalışmayı gerçek bir piyanoda yapan denekler ile aynı değişikliklerin olduğu gözlemlenmiştir (Kageyama 2012'den Akt. Özmenteş 2013 s. 442).

Zihinsel çalışma müzikte sistemleştirilmeden önce de pek çok piyanist tarafından uygulanmaktaydı. 20. Yüzyılın büyük piyanistleri içinde yer alan İdil Biret, oldukça geniş bir repertuara sahiptir. Rus piyanist Sviatoslaz Richter; Cesar Franck'ın piyano ve orkestra için yaklaşık yirmi dakika süren Variations Symphoniques adlı eserini Madrid'e giderken otobüs yolculuğu sırasında öğrendiğini, oraya vardığı gibi de ezbere çaldığını otobiyografisinde anlatan Arthur Rubinstein ve Walter Giesecking zihinsel çalışmayı yoğun olarak uygulamış müzisyenlerin en tanınmışlarıdır.

Giesecking (1963); otobiyografisinde zihinsel çalışmaya sıklıkla başvurduğunu şu şekilde anlatmıştır:

“Her zor eseri piyanoda çalarak öğrenmem, bunun yerine sadece notalarını okurum. Aynı şekilde uzun süre çalmadığım eserleri de hafızamda tutabilmek için notaları yakınımda bir yerlere koyup, zihnimde baştan sona canlandırarak çalarak tekrarlarım. Bu sırada, o esnada aktif olan parmaklar da belli belirsiz hareket ettirilebilir. Böylece beyinden gelen komutlar; fiziksel olarak piyano üzerinde çalışıyormuşum gibi parmak hareketlerimin kontrolünü sağlıyor. Bu aktarım hiçbir aksaklık olmadan sorunsuz gerçekleşiyorsa, artık piyanoda çalışmaya gerek kalmıyor. Bu şekilde okuyarak öğrenme, sadece ezberlemenin en sağlam şekli değil, aynı zamanda tren seyahatlerinde geçen zamanı en iyi şekilde kullanmayı sağlayan bir yöntemdir” (Giesecking, 1963'den Akt. Uçar, 2019 s.5).

Orloff-Tschekorsky (2001)'e göre; piyanoda zihinsel çalışmada öğrenilmesi gereken eserin müzik hareketlerinin çok yavaş bir tempoda ve metronom eşliğinde, nota takip edilerek zihinde canlandırılması gerekmektedir. Eser, önce kısa bölümlere ayrılarak çalışma kolaylaştırılır, tempo yavaş yavaş artırılır ve eser istenilen tempoya getirilir. Orloff sisteminin başlangıç aşamasında, zihinde canlandırma işlemi çok vakit aldığı için çalışmanın sürecini kısaltmadığı fakat parça içerisindeki uzun süredir alışlagelmiş çalışma yöntemleri ile üstesinden gelinemeyen problemlerin çözümünde büyük bir yarar sağladığı gözlenmiştir (Akkaya, 2017, s.24).

Orloff-Tschekorsky zihinsel çalışma sürecinin başında kendi deneyiminden yola çıkarak Friederich Chopin'in (1810-1849) op. 52 dörd numaralı Ballade'ını seçmiş ve önce rahatlama egzersizlerini yaptıktan sonra piyanist daha önce hiç çalışmadığı bu eserin ilk altı sayfasını zihninde canlandırmaya başlamıştır. Eseri bölümlere ayırarak önce tek el, sonra iki el partilerini zihninde canlandırmış ve 45 dakikayı bulan bu zihinsel çalışma sonrasında eseri piyanoda çalmaya başlamıştır. Piyanist bu eserde daha önce enstrümanda hiçbir fiziksel çalışma yapmadan 45 dakikalık salt zihinsel çalışma sonrasında ulaştığı noktayı şu sözlerle açıklar: "Büyük bir şaşkınlıkla gördüm ki, 45 dakika sonunda eserin bu ilk altı sayfasını akıcı ve emin bir biçimde çalabilecek durumdaydım. Gerçek tempoya neredeyse ulaşmıştır" (Orloff-Tschekorsky, 2001, s.25 Akt Uçar, 2019 s. 17).

4. Piyanoda Zihinsel Çalışma Tekniğinin Aşamaları

Bu çalışma yönteminin üç aşaması vardır: Rahatlama Alıştırmaları, Zihinde Canlandırma ve Uygulama.

4.1. Rahatlama

Zihinsel çalışmaya mutlaka gevşeme, rahatlama egzersizleriyle başlanmalıdır. Bu durum gereksiz kasılmaların, düşünce ve kasların rahat bırakılarak öğrenmeye en uygun zeminin hazırlanmasını sağlar. Bu nedenle piyanoda zihinsel çalışmaya başlamadan önce düşünce ve fiziksel olarak rahatlama gerekmektedir. Rahatlama tekniği ile ilgili farklı yaklaşımlar vardır. Bunlar arasında en çok tercih edilenler; Johannes Heinrich Schultz tarafından geliştirilmiş olan Otojen Gevşeme Egzersizleri ve Edmund Jacobson'un geliştirdiği Jacobson Progresif) Kas Rahatlatma Egzersizleridir.

Otojen gevşeme egzersizleri, oturarak ya da uzanarak yapılabilir. Oturma pozisyonunda; kafa aşağıya doğru eğilir ve kollar rahat bir şekilde bacakların üstüne konur. Uzanma pozisyonunda ise rahat bir şekilde sırtüstü yatmak yeterlidir ve gözler kapalı tutulur. Bu metot, kasların gevşemesine ve kan basıncının düzenlenmesine yardımcı olur. Nefes alışverişinin ve kalp atışlarının sakinleşmesini sağlar.

Jacobson kas rahatlatma tekniğinde belirli bir kas grubunu isteyerek girmek ve sonrasında gevşetmek suretiyle, iki farklı durumu da bilinçli bir şekilde hissetmeyi öğrenmek esastır. Çoğu müzisyende, müzik icra ederken gereksiz ve engelleyici kas kasılmaları tespit edilmiştir. Bu egzersizler, gerekli kas aktivitelerine eşlik eden yorucu ve gereksiz kasılmaları fark etmemizi, duruşumuz ve hareketlerimiz esnasında gerçekleşen aşırı kasılmaları engelleyebilmemizi sağlar (Akkaya, 49-51).

Piyanist kendine en uygun rahatlama egzersizini seçip bunu alışkanlık haline getirmelidir. Bu şekilde rahatlama aşamasında verim alınarak zihinde canlandırma sürecine geçilebilir.

4.2. Zihinde Canlandırma

Zihinde canlandırma aşaması kas ve sinir sistemine etki eden önemli bir basamaktır. Çalışılan eserin notalarının, form yapısının, parmak numaralarının, teknik ve müzikal yönden tüm özelliklerinin çözümlenerek piyanoda çalınıyormuş gibi zihinde her ayrıntısıyla canlandırılması aşamasıdır. Motor hafıza zihinsel süreçle birleşerek kasları uyarır. Fakat bu noktada ön öğrenmeler ve piyanistik organların kinestetik hafızalarında bulunan aktarımlar önem taşımaktadır.

Müzik hareketleri zihinsel olarak çalışılmak istendiğinde, hafızaya alınmış olan hatıralar ortaya çıkar. Dolayısıyla hareketlerin kesinlikle doğru hayal edilmesi gerekir. Aksi halde hareketler hafızaya yanlış kaydedilir ve yanlış çalınır. Zihinsel canlandırma hatalarından kaçınmak için, çalışılan bölüm, zihinsel çalışmanın hemen arkasından enstrüman üzerinde çalınarak kontrol edilmelidir (Klöppel, 2013, s.31).

Langeheine (2004) zihinsel çalışma esnasında üç farklı şekilde “zihinde canlandırma” tekniği kullanılabileceğini belirtmiştir. Bunlar:

Parçayı Zihinsel Olarak Çalmak: Müzik hareketlerini, hareketlerin hissini (örneğin tel veya tuşlara dokunurken parmak uçlarını hissetmek) ve ortaya çıkan sesleri zihinde canlandırmak.

Notayı, Zihinde Bir Resim Olarak Görmek: Nota üzerinde yazan her ayrıntıyı (nüans, artikülasyon, süsleme vb.) zihinde canlandırmak, ezber çalışmaları için çok iyi bir yöntemdir.

Kişinin, Kendisini Sahnede Çalarken Hayal Etmesi: Bu yöntem konser veya sınav öncesi hazırlığı için oldukça faydalıdır. Kişi özgüvenle sahneye gelişini, sahnede iyi ve olumlu hisler taşıdığını zihninde canlandırır (Langeheine 2004'den Akt, Akkaya, 2017, s.38).

4.3. Uygulama

Zihinde her ayrıntısıyla canlandırma aşamasından sonra piyanoda uygulama aşamasına geçilir. Bu aşamada eserin zihine canlandırılan temposuyla icrası yapılır. Eğer rahatlama ve zihinde canlandırma aşamaları motor hafızayla uygun şekilde desteklendiyse piyanoda eserin çalınma aşaması sorunsuz gerçekleşir (Klöppel, 2013). Zihinsel çalışmanın etkilerini deneysel süreçlerle ortaya koymaya çalışan Orloff-Tschekorsky, piyanoda sorunlar yaşayan ve çalarken hiçbir zaman takılmadan ve durmadan çalamayan bir öğrencisiyle zihinsel çalışma sürecine girmiş ve başarılı sonuçlar elde etmiştir. Buna örnek olarak öğrencisine daha önce hiç çalışmadığı Chopin'in op:10 no:12 etüdünü

vererek bu etüdü yaklaşık üç hafta zihinsel olarak çalıştırmıştır. Daha önce teknik anlamda sıkıntılar yaşayan öğrenci üç hafta yaptığı zihinsel çalışmanın ardından bu etüdü hatasız ve virtuoöz bir tempoda kayıt altında belgelenerek icra etmiştir (Orloff-Tschekorsky, 2001'den Akt. Uçar, 2019).

Allegro con fuoco $\text{♩} = 76$

The image shows the musical score for Frederic Chopin's Etude Op.10 No:12, measures 1-9. The score is in G minor and 3/4 time. It consists of four systems of piano and bass staves. The first system starts with a forte (fz) dynamic and a 'legatissimo' instruction. The second system has a forte (f) dynamic. The third system has a forte (fz) dynamic and 'sempre legato con forza' instruction. The fourth system has a 'cresc.' instruction. The piece ends with a fermata on the final chord.

Resim 1: Frederic Chopin, Etude Op.10 No:12 1-9. Ölçüler (Akkaya, 2019,s.43).

Bu esere yönelik çalışma aşamalarını ve zihinsel çalışma sürecini Orloff-Tschekorsky şu şekilde açıklamıştır (Orloff-Tschekorsky, 2001).

Chopin 12 No'lu etüdü'nün 1'den 9. Ölçüye kadar belirlenen kısmı önce notadan okunur veya çalarak gözden geçirilme aşamasında parmak numaraları yazılır. Sonra bu 9 ölçü de kendi içinde daha küçük çalışma bölümlerine ayrılır. Bu bölümlerin kısalığı kişinin kendi çalışma yöntemine göre değişir fakat önerilen bu 9 ölçünü müzikal bütünlüğünü koruyarak iki ölçülük bölümlere ayırmaktır. Zihinsel çalışmanın ilk

aşaması olan rahatlama durumuna geçilir. Rahatlama sağlandıktan sonra, ilk olarak etüdün sol el notaları düşünülür ve bunların piyanoda çok yavaş bir tempoda çalındığı zihinde canlandırılır. Bu esnada her parmağın hareketi ve bu hareket sonrası ortaya çıkan sesler duyumsanmaya çalışılır. Bu esnada diğer piyanistik organların kullanımı da düşünülerek bilek ve omuzda meydana gelen değişiklikler imgenenerek hissedilmeye çalışılır. Bütün hareketlerin çok kolay, eforsuz ve rahat bir şekilde gerçekleştirildiği düşünülmelidir. Gerekli hâkimiyetin ve tonun sağlanabilmesi için basılan tuşun dibe kadar basıldığı hissedilmelidir. Rahatlama ve zihinde canlandırma aşamasından sonra uygulama aşamasına geçilir. Zihinde canlandırılarak çalışılan kısa bölüm piyano üzerinde çalınır. Eğer bu bölümün zihinde canlandırma aşaması doğru yapıldıysa ve çok uzun değilse muhtemelen ilk çalışta başarıya ulaşılabilecektir. Eğer bu bölüm ilk denemede doğru çalınmadıysa yeniden denenmeli, bu tekrar da başarısız olursa tempo biraz düşürülüp bölüm daha küçük parçaya bölünerek yeniden çalışılmalıdır. Eğer ilk deneme başarılı olduysa tempo biraz daha arttırılabilir ve istenilen tempoya ulaşana kadar tekrar edilir. Bu aşamadan sonra diğer bölüme geçilerek yeniden rahatlama, zihinsel çalışma ve uygulama yapılır. Sol el çalışmasının ardından sağ ele geçilir ve süreç sağ el çalışması için uygulanır. Sağ elde bulunan akorları basarken parmak numaraları, parmak pozisyonları ve akorları bağlama hareketlerini ve bunları uygularken bilek ve omuzun durumu zihinde canlandırılır. Bunlarla birlikte akor sesleri zihinde duyumsanmaya çalışılır. Her iki elde de tek başına ayrıntılı bir şekilde çalışılıp başarıya ulaşıldıktan sonra iki el beraber çalışılmaya başlanabilir. Başlangıçta iki eli aynı anda düşünmek zor olabilir. Bu nedenle çok yavaş tempoda sadece birer ölçülük bölümlere ayrılarak çalışılmalıdır. Yeni başlayanlar için kesintisiz ve konsantre bir mental çalışma sadece 10 veya 20 dakika ile sınırlandırılır. Deneyim kazandıktan sonra bu süre, en fazla 45 dakikadır. Dinlenme zamanı ise en az 15 dakika olmalıdır.

5. Piyanoda Zihinsel Çalışmanın Ezbere Etkisi

Tüm bu anlatılanlar ışığında zihinsel çalışmanın bütüncül bir yaklaşımla bilişsel, duyuşsal ve psikomotor öğrenme ve hafızaya alma sürecinde etkisinin önemi ortadadır. Piyanoda zihinsel çalışmanın aşamaları uygulanarak çalışılan bir eserin ezberlenmesi rahat olacaktır. Bu ezber sadece motor hareketlerle parmak ve kas hafızasında yer eden ezberden çok daha etkili ve kalıcıdır. Çünkü başta da değinilen beyinin her iki lobunu da devreye sokan bir çalışma ve hafızaya alma sürecinden geçmektedir.

Caine ve Caine (2002)'e göre; öğrenilen bilgilerin, geçici bir ezber olarak kalmayıp kalıcı hafızada dosyalanması ve ömür boyu kullanılabilmesi, beynin kapasitesinin artırılması için, beynin her iki

lobunun da öğrenme işine aktif olarak katılmasıyla mümkündür. Örneğin; kitap okumak beynin her iki lobunu da dengeli şekilde çalıştıran etkili bir faaliyettir. Çünkü kitap okurken beynin sol lobu, sözel kavramları kavrar; sağ lob da bunları tasvir edip, şekil, imge ve yeni düşüncelere dönüştürür. Oysaki televizyon izlemek beynin sağ lobunu pasif bıraktığı için, beynin gelişimine pozitif bir katkısı olmamaktadır.

Piyanoda performans anlıktır ve yapılan hatalar geri alınamaz. Bu nedenle konser, sınav, yarışma gibi etkinliklerde yer alan piyanistler veya öğrenciler için bu anlık performansın en iyi şekilde sergilenmesi gerekmektedir. Sürekli tekrar yapılarak analiz edilmeden kapalı bir zihinle sadece motor hafıza tarafından ezberlenen eserler, anlık performans sırasında dikkat dağınıklıkları veya yüksek kaygı ve heyecan düzeyinden ötürü yaşanabilecek unutkanlıklara neden olabilmektedir. Bu esnada kişi adeta uyanarak nerede olduğunu hafıza boşluğu içerisinde kaldığı yerden eseri toplamakta güçlük çekmektedir. Bu nedenle piyano eğitiminde motor hafızanın yanında bilişsel süreçlerin de devreye sokularak çalışılan eserin derinlemesine analiz edilip zihinsel çalışmaya alınması sağlam bir ezberi de beraberinde getirir.

Hareketleri herhangi bir fiziksel aktivite olmaksızın, sadece düşünce bazlı mental öğrenme tekniği, günlük hayatta pek çoğumuzun yaptığı basit bir zihinsel resmetme veya arzu edilen hayalin zihinde canlandırılması gibidir. Ancak mental çalışmadaki fark, gelişigüzel bir hayal kurmaktan öte; zihninizde resmettiğiniz eserinizin pozisyonlar, nüanslar ve cümleler gibi, birebir tüm gerçek kuralları ve varmak istediğiniz performans sonuçları ile canlandırıp hayal etmenize dayalıdır (Gül, 2015 s. 83).

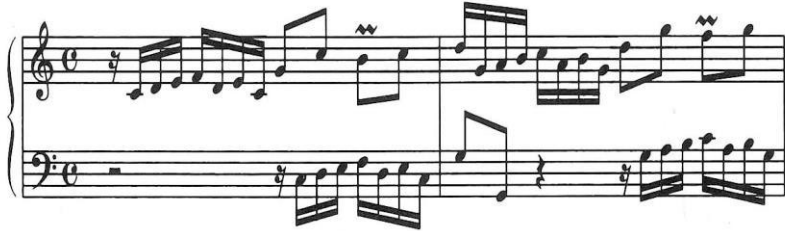
Günümüzde ezberleme becerisi, bir konser sanatçısının profesyonel becerisinin temel özelliğidir. Ezberleme; piyanistlerin olduğu kadar, diğer enstrüman solistlerinin, şarkıcıların ve şeflerin de profesyonel hayatlarının bir parçasıdır. Hatta öğrenci konserleri ve genç piyanistler için düzenlenen bölgesel yarışmalar bile, müziğin ezberlenmesini şart koşar. Diğer yandan, bellekten çalma mecburiyeti birçok müzisyen aday için önemli bir engel teşkil eder. Bu mecburiyet en denetimli icracılar için bile bir endişe kaynağıdır. Hatırlamada kopukluklar sıklıkla meydana gelir ve bir performans kazaya uğratıp, sanatçı için olduğu kadar dinleyici için de kötü bir deneyime neden olabilir (Chaffin, Imreh ve Crawford, 2002'den Akt. Gün Duru, 2013).

Ezber çalışmalarında motor hafıza tek başına yeterli olmamaktadır. Beynin motor merkezi, öğrenilen hareketin doğru veya yanlış olduğuna karar veremez. Sadece hareketin kayıt edilip gerçekleştirilmesini sağlar. Nota analizi ve işitsel algılama, genel olarak öğrenmeyi ve ezberlemeyi de hızlandıracaktır. Bir eserin notasında bulunan ayrıntılara dikkat edip

melodik ve armonik yürüyüşlerini işitsel olarak zihinde canlandırmak sağlam ezberin ve performansta hareketlerin akıcı ve doğru şekilde çalınmasına yardımcı olur. Analiz etme çalgı çalmada bilişsel bir taktiktir. Eserin tonu, ritmik yapısı ve temposu gibi özelliklerinin ortaya çıkarılması, olası zor pasajların belirlenmesi, benzer ve ayrı melodilerin belirlenmesi ve eserin armonik yapısının çözümlenmesi gibi etkinlikler çalışmadaki etkililiği arttıracak nedenler olarak görülebilir. (Klöppel, 2013, Özmenteş 2013 s. 442).

Ezber çalmak, unutmaya korkusuna neden olduğundan, sahneden kaygı duygusunun artmasını da tetikleyebilir. Performansa hazırlanırken çok iyi planlanmış bir çalışma programının izlenmesi, görsel, işitsel, motor ve analitik hafızanın bir arada kullanıldığı etkin bir ezberleme tekniğinin uygulanması güvenli ve sağlam bir ezberin oluşmasına katkıda bulunur. Bütün bu çalışma ve yapılan hazırlıklar sanatçının öz güvenini artırır, dolayısıyla kaygı giderek azalır (Topoğlu, 2013, s.51).

Zihinsel çalışma yoluyla parça ezberleme metodunu ilk kullananlardan biri, Karl Leimer olmuştur. Leimer'e göre; notaların analiz edilerek her ayrıntısının çok iyi kavrandığı yöntemle hafızaya alınması zihinsel çalışma metodunun en önemli aşamasıdır.



Resim 2. J. S. Bach, Envansiyon no:1 (Akt. Akkaya, 2013, s.33).

Leimer, J. S. Bach'ın 1 numaralı iki sesli envansiyonunun, ilk iki ölçüsü üzerinde zihinsel ezber çalışmasını, öncelikle eserin tonuna ve ölçü sayısına dikkat edilmesi gerektiği, motiflerin belirlenerek, motif yapısının tarifıyla (onaltılık es ile başlayan yapı ve ard arda çıkıcı sırayla devam eden yapı) anlatmıştır. Aynı motifin sol elde gelmesi ve devamında beşli atlama ile sağ el partisinde duyulması, ardından sol elde aynı motifin giriş yapması eserin önemli özelliğidir. Bu şekilde analiz edilen her eserde görsel, motor ve duyuşsal hafızanın zihinde canlandırılması ile kalıcı ve etkili bir ezber çalışması yapılabilir (Klöppel 2013).

Klickstein (2009), zihinsel çalışmaların öğrenme, müzik performansı ve ezberleme gibi etkinliklerin birleştiği önemli bir yöntem olduğunu

belirttiği kitabında dörder maddeden oluşan iki temel süreci (1. imgeleme; 2. imgeleme ve uygulama) önermektedir. Örnek uygulama şu şekildedir:



Resim 3. Klickstein Mental Pratik Egzersizi (Akt. Okay, 2015, s. 163).

1. İmgeleme

a. İlk olarak piyanonun önüne oturulur. Resim 3’de görülen örnek ezgiyi çalmak için gereken notaların yerleri klavye üzerinde belirlenerek ezginin başladığı sol sesi çalınır ve metronom açılır.

Gözlerle nota takip edilirken zihinden ezginin notaları seslendirilir ve sanki piyanoda çalınıyormuş gibi havada sağ elin parmaklarıyla nota aynı anda çalmaya çalışılır.

c. Canlı ve birden çok algıya ulaşan bir deneyim yaratılır:: ezgi zihinde seslendirilirken düşünsel olarak çalınan piyanonun tuşları parmaklarda hissedilmeye çalışılır, müzikal dinamikler, gerilim ve rahatlamalar zihinde canlandırılır.

d. Örnek en az üç kere imgelenir. Her bir tekrarda daha gerçekçi ve temiz bir algılama elde etmeye odaklanılmalıdır.

2. İmgeleme ve Uygulama

a. Sağ el piyanoda ezginin başlangıç sesine göre yerleştirilir ve Resim 3’de verilen örneğin ilk ölçüsü piyanoda çalınıyormuş gibi imgelenir. Metronomla birlikte sesli şekilde “1 ve 2 ve” ifadesiyle sayılarak çalmaya hazırlanılır.

b. Çalma sırasında çalınan ölçüden önceki ölçü düşünülmemelidir. Çıkıcı diziyi çalarken, inici dizi; inici diziyi çalarken de son iki ses düşünülmemelidir. Son notaları çalarken ise çıkıcı dizi düşünülür ve bu şekilde devam edilir.

c. Bilinçsizce çalmaya çalışılmalıdır mutlak doğruluk takıntısından uzak, küçük ayrıntılara takılmadan mental hafızaya güvenilerek uygulama yapılmalıdır.

d. Birkaç defa tekrar yapılmalıdır. İlk çalma esnasında sadece notaların isimleri seslendirilir. Bundan sonra seslendirme bırakılır fakat mental olarak notaların isimleri içsel şekilde seslendirilmeye devam edilir. Her tekrarda notaların izlenmesi azaltılır. (Klickstein, 2009’dan Akt. Okay, 2015, s.163).

Sonuç

Piyano performansı yoğun bir çalışma gerektiren sürecin ardından ortaya çıkan sonuçtur. Bu sonucun başarılı bir şekilde sunulabilmesi için verimli ve amaca uygun olarak düzenlenmiş bir çalışma süreci gereklidir. Piyano performansı her ne kadar motor beceri ile göz önünde olsa da icracı için kas, merkezi sinir sistemi, otokontrol, duygular ve zihnin aktif olduğu zamanlardır. Dolayısıyla bu performans anına hazırlık da çok boyutlu yapıyı içeren bir çalışma programı ile başarıya ulaşabilir.

Piyano eğitiminde zihinsel hazırlığa dayalı çalışmalar motor beceri, kas ve sinir sistemini de etkilemekte ve piyano başında saatlerce yapılan çalışmalardan çok daha etkili sonuçlar vermektedir. Ayrıca zihinsel çalışma süreciyle eseri tüm yönleriyle analiz ederek yapılan ezberleme çalışmaları, motor hafızaya alınan ezberden daha kalıcı ve etkilidir.

Çalgı eğitiminde zihinsel çalışmalar ve hazırlık süreciyle ilgili yapılan çalışmalar sonucu bu yöntemin eğitim sürecine ve performansa etkili olduğuna dair sonuçlara varılmıştır. Sever ve Çilden (2012); “Çalgısal Belleğin Geliştirilmesinde Zihinsel Hazırlık Çalışmalarının Rolü” isimli çalışmasında zihinsel çalışmanın; keman eğitimi alan öğrencilerin çalgısal bellek düzeyleri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Tekrarlamalı ölçümler modeli kullanılan araştırma sonucunda zihinsel çalışmaların öğrenci çalgısal bellek düzeylerinde büyük ölçüde artış sağladığı saptanmıştır. Ömür ve Gültek (2013); “Piyano Performansına Etki Eden Zihinsel Süreçler” adlı çalışmalarında, tarihsel süreç içerisinde gelişen ekollere ve piyano performansı ve eğitime etki eden zihinsel süreçlerin gelişimine değinmişlerdir. Okay (2015); “Çalgı Eğitiminde Mental Pratik” isimli çalışmasında mental pratik uygulamalarını genel bir bakış açısıyla değerlendirilmiştir. Çalışma sonucunda daha etkili bir müzikal performans için fiziksel pratiklerin mental pratikle birleştirilmesi önerilmektedir. Akkaya (2017); “Mental Enstrüman Çalışma Tekniklerinin Gitar İcrasındaki Yararları” başlıklı tezinde öğrencilere ve profesyonel icracılara mental çalışma yöntemini tanıtmayı amaçlayarak tarihsel süreç ve yapılan çalışmalarla ilgili bilgiler vermiştir. Üstün (2019); Flüt Eğitiminde Zihinsel Çalışma Yapmanın Motivasyon, Tutum ve Görev Performansı Üzerine Etkisi” adlı deneysel çalışmasında zihinsel çalışmalarla 10 hafta desteklenen flüt eğitimi sonucunda zihinsel çalışma yapmanın flüt eğitiminde motivasyon, tutum ve görev performansı üzerinde pozitif etkiye sahip olduğu sonucuna varmıştır. Uçar (2019); “Müzikte Zihinsel Çalışma (Mental Training) “Orloff-Mental-System” Metodları ve Zihinsel Çalışmanın Sunduğu Diğer Olanaklar Işığında Obua” adlı tezinde zihinsel çalışmanın kökeni, tarihsel gelişimi, müzik

performansında zihinsel çalışma ve çalışmanın etkilerini incelemiş, Obua icracıları için zihinsel çalışma kılavuzu oluşturmuştur.

Ayrıca yine piyano ve diğer çalgıların eğitiminde ve müzik eğitimi sürecinde ezberin önemine yönelik literatürde birçok çalışma mevcuttur. Uzunoğlu (2006); “Müzik Öğretmeni Yetiştiren Kurumlarda Ezber Çalmanın-Söylemenin Öğrenci Başarısına Etkisinin Değerlendirilmesi” başlıklı tezinde; müzik öğretmeni yetiştiren kurumlardaki bireysel çalgı öğretim elemanlarının ve öğrencilerin ezber tekniğini kullanımları, ezber çalma/söylemenin ders, konser, resital ve sınav başarılarına etkilerine ilişkin görüşlerini değerlendirmiş ve ezber çalma/söylemenin eğitim sürecinde bireysel çalgı eğitimi derslerinde kullanılması gerekliliği, çalgı hâkimiyeti ve yorumlana yeteneğini arttırdığı yönünde sonuçlara ulaşmıştır. Eroğlu (2010); “Müzik Eğitimi Anabilim Dalı Öğrencilerinin Piyano Eserlerini Ezber Çalma Başarılarında Analitik Ezberleme Yaklaşımının Etkililiği” başlıklı doktora tezinde, öğrencilerin piyano eserlerini ezber çalma başarılarında analitik ezberleme yaklaşımının etkisini araştırmak için deneysel bir çalışma yürütmüştür. Deneysel süreç sonunda analitik ezberleme yaklaşımının müzik eğitimi anabilim dalı öğrencilerinin piyano eserlerini ezber çalma başarılarını olumlu yönde etkilediği sonucuna varmıştır. Gün Duru ve Köse (2016) “Keman Eğitiminde Ezber Yöntemine Dayalı Bir Öğretim Programı Önerisi” başlıklı çalışmalarında, mesleki müzik eğitimi kapsamında keman eğitimi alan öğrencilerin eğitiminde ezberin önemine değinmişler ve 4 haftalık bir süreyi kapsayan ezber yöntemine dayalı bir program önermişlerdir. Kudatgobilik (2019); “Klasik Batı Müziği İcrasında Literatür Açısından Ezber Olgusu” adlı çalışmasında, literatür incelemesi yaparak güvenli bir ezberin oluşması için gerekli olan müziğin hafızaya alınma sürecini ve hafıza çeşitlerini incelemiş ve çalışma sonunda ezber geliştirmeye yönelik analiz yapılması, hücreden büyük bölüme geçerek ezber çalışması, zihinsel çalışma ve nota yazımı gibi önerilerde bulunmuştur.

Tüm bu çalışmalar ışığında, piyano eğitiminde zihinsel çalışmalara yer verilmesi ve analitik ezberleme yöntemi ile eserin zihinde çalışılarak ezber alınması ve bu çalışmalara yönelik bir eğitim-öğretim programına derslerde yer verilmesi önerilmektedir.

Piyano eğitiminde ve performans sürecinde zihinsel çalışmaya yönelik deneysel araştırmalar yapılmalı ve sonuçları değerlendirilmelidir.

Müzik eğitiminde zihinsel çalışma ve ezberin önemine dair seminerler düzenlenmeli, program modelleri geliştirilmeli, uygulamadaki görünümü değerlendirilerek geliştirilmelidir.

Kaynakça

- Akkaya, T. (2017). *Mental Enstrüman Çalışma Tekniklerinin Gitar İcrasındaki Yararları*. Yayınlanmamış Sanatta Yeterlik Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Balım, A. G., Evrekli, E. ve Aydın, G. (2006). *Zihin haritalama tekniğinin fen ve teknoloji öğretimindeki yeri*. Avrupa Birliği ile Bütünleşme Sürecinde İlköğretim Eğitimi Sempozyumu'nda sunulmuş bildiri, TAKEV Özel İ.Ö.O, İzmir.
- Caine, R. N., & Caine, G. (2002). *Beyin temelli öğrenme*. (G. Ülgen, Çev.) Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Çakıroğlu, Ü. (2014). Evaluating students' perspectives about virtual classrooms with regard to Seven Principles of Good Practice, *South African Journal of Education*, 34(2), 1-19.
- Duman, B. (2015). *Neden Beyin Temelli Öğrenme* (4. Baskı). Ankara: Pegem Akademi
- Eroğlu, Ö. (2010). *Müzik Eğitimi Anabilim Dalı Öğrencilerinin Piyano Eserlerini Ezbere Çalma Başarılarında Analitik Ezberleme Yaklaşımının Etkililiği*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gül, E. (2015). *Performans Hazırlık Yöntemleri*. Eskişehir: Nisan Kitabevi.
- Gültek, B. (2004). *Piyano Eğitiminde Varolan Eğitim Ekollerinin Felsefeleri ve Günümüz Çalışmalarında Kullanabilirlikleri Hakkında Öğretim Elemanlarının Görüşleri (G.Ü.G.E.F. Örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gün Duru, E. (2013). *Keman Eğitiminde Ezber Yöntemine Dayalı Öğretim Programının Öğrenci Performansına Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur.
- Gün Duru, E. ve Köse, H.S. (2016). Keman eğitiminde ezber yöntemine dayalı bir öğretim programı önerisi. *İdil Dergisi*, 5(24), 1163-1182.
- Haydon, G. (1996). Internalization via Memorization for the Intermediate Student. In J. Lyke, Y. Enoch and G. Haydon (Eds.). *Creative Piano Teaching* (p. 340-347). (Third edition). Champaign, Illinois: Stipes Publishing.
- Klöppel, R. (2013). *Mentales Training für Musiker*, Kassel, Bosse Verlag,

- Kudatgobilik, S. (2019). Klasik Batı Müziği İcrasında Literatür Açısından Ezber Olgusu. *Konservatoryum*, 6(1), 91-103.
- Odabaşı, B. (2010). *Beyin temelli öğrenme yaklaşımının öğrenci başarısı üzerindeki etkisi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep
- Okay, H. H. (2015). Çalgı eğitiminde mental pratik. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi, The Journal of International Education Science Yıl: 2, Sayı: 3, s. 157-167*
- Ömür, Ö., Gültek, B. (2013). Pişano Performansına Etki Eden Zihinsel Süreçler. *International Journal of Human Sciences*, 10(1), 417-433.
- Özer, B., Yiğit, N., (2011). Pişano Öğretiminde Deşifre Becerisinin Kazandırılması. Eskişehir *Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(1), 39-49.
- Özmenteş, S. (2013). Çalgı Eğitimi Alan Lisans Öğrencilerinin Kullandıkları Çalışma Taktikleri. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 26(2), 439-454.
- Uzunoğlu, B. (2006). *Müzik Öğretmeni Yetiştiren Kurumlarda Ezber Çalmanın-Söylemenin Öğrenci Başarısına Etkisinin Değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lİsans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa
- Senemoğlu, N. (2013). *Gelişim, Öğrenme ve Öğretim* (23. Baskı). Ankara: Yargı Yayınevi
- Sever, G. ve Çilden, Ş. (2012). Çalgısal belleğin geliştirilmesinde zihinsel hazırlık çalışmalarının rolü. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt: 15 - Sayı: 28*.
- Subaşı, G. (1999). Bilişsel Öğrenme Yaklaşımı- Bilgiyi İşleme Kuramı. *Mesleki Eğitim Dergisi*, 1(2), 27-36.
- Topoğlu, O. (2013). Müzisyenlerde Sahne Korkusu, Sahne Korkusunun Nedenleri ve Sahne Korkusuyla Baş Etmede Kullanılabilecek Stratejiler. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 8(1), 43-55.
- Uçar, S. (2019). *Müzikte Zihinsel Çalışma (Mental Training) "Orloff-Mental-System" Metodları ve Zihinsel Çalışmanın Sunduğu Diğer Olanaklar Işınında Obua*. Yayımlanmamış Sanatta Yeterlik Uygulama Raporu. Dokuz Eylöl Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü, İzmir
- Uluorta, N. ve Atabek, E. (2003). Beyin eğitimi ve fen bilgisi laboratuvar öğretimindeki yeri. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6, 295-304.

Üstün, E. (2019). Flüt Eğitiminde Zihinsel Çalışma Yapmanın Motivasyon, Tutum ve Görev Performansı Üzerine Etkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2019(52), 377-399. DOI10.21764/maeuefd.49442

İnternet Kaynakları

<http://psikolojikarastirma.blogspot.com.tr/> erişim tarihi: 12.08.2020

<https://docplayer.biz.tr/> erişim tarihi: 22.08.2020.