

SES EĞİTİMİ VE 3 R KURALI

Ferda GÜRGAN ÖZTÜRK, Günay AKGÜN

Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fakültesi, Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü, Ankara.

Özet

Ses, en önemli iletişim aracıdır. Ses eğitimi, müzik eğitiminin üç temel alanından birisidir. Ses eğitiminde amaç sesi doğru, güzel ve etkili bir şekilde kullanabilmektir. Bu amaca göre solunum (respiration) doğru kullanılmalı, vücut ve çene rahat olmalı (relaxation), ses üretilirken de doğru ses bölgeleri (registration) kullanılmalıdır. Bu üç unsurun (üç r) bir arada kullanılmasıyla ses eğitimi amacına ulaşabilir.

Anahtar Sözcükler: Ses eğitimi, solunum, gevşeme, ses alanları

VOICE EDUCATION AND 3 R RULE

Abstract

Voice, is the most important communication means. Voice education is the one of the three fundamental branches of the music education. According to this goal, the true respiration must be used, the body and the chin must be in relaxation state, and while producing voice the right parts of voice (registration) must be used. This goal can be achieved when these three elements (3R) are used together.

Keywords: Voice education, respiration, relaxation, register.

Ses Eğitimi

Doğada gerçekleşen tüm olaylar kendilerini sesle ifade ederler. “Çevremiz seslerle örülmüş bir ağ ile kuşatılmıştır.” Yaprığın hışırtısı, rüzgar, su, kuş, insan sesi v.b. (Uçan,1994:11).

“Eğitim, bireyde istenilen yönde davranış değişikliği oluşturan bir süreçtir” (Tyler,1950:4). İnsanın formal olarak kendini geliştirebilmesi eğitimle mümkündür. Eğitimde amaç insanların (bireylerin) gelişmesi olduğuna göre “eğitimin işlevi; bireyin bilişsel, duyuşsal ve devinişsel alanlarda yükseltilmesi-düzey kazanması, bireye geliştirici ortam hazırlanması olarak belirlenebilir” (Topses, 1990:27).

Müzik eğitimi “müziksel davranış kazandırma ya da müziksel davranış değiştirme sürecidir” (Uçan,1994:7). Müzik eğitiminin üç temel alanından biri olan ses eğitimi ise Çevik’e göre “bireylere kendi yaşantıları yoluyla amaçlı olarak, seslerini doğru, güzel ve etkili kullanabilmeleri için gerekli müziksel davranışları kazandırma sürecidir.” (1997, 68). Ses eğitiminde de amaç bireyin diğer bireylerle sağlıklı, olumlu ve rahat bir şekilde iletişim kurabilmesidir. Bu nedenle ses, bireyin var olduğunun en belirgin göstergesidir. Ses, fiziksel anlamda “Kulağın duyabildiği titreşim” olarak ifade edilebilir (Sözer, 1986:705). Bu ifade tüm sesleri kapsamaktadır.

Üç R Kuralı

Müziksel açıdan bakılacak olursa, söylenen eseri güzel, etkili, doğru ve anlaşılır biçimde yorumlayabilmek doğrultusunda ses titreşimlerini kullanabilmek önemlidir. Bir diğer anlatımla sesi kontrol edebilmek gerekmektedir. Şarkı söylemeye başlamadan önce, şarkı söylemeye uygun bir duruşun gerçekleştirilmesi çok önemlidir. Wilson'a göre "Tüm vücut bir şarkı söyleme enstrümanıdır. Şarkı söylerken kullanılan ses, bir alet olarak görülürse, öğrencilere aletin tutuş ve kullanım şeklinin, ses kalitesini etkilediği kolayca kabul ettirilebilir" (1991:42). Üretilen sesi müziksel amaçla kullanabilmek için sesi kontrol edebilmek gerekmektedir. Bunu başarabilmenin ilk ve en önemli koşulu, sesi destekleyen bir solunuma-respirasyona (respiration-birinci r) sahip olmaktır. Davran'a göre "Soluk alıp verme, şarkı söyleme sanatının temelidir." (1997, 40). İyi ve kaliteli bir sesin üretilmesi, gerektiği yerde gerektiği gibi kullanılabilen bir solunumla mümkündür.

Gereksinim duyduğumuz solunumun, şarkı söylemede de yaşamsal bir işlevi bulunmaktadır. "Solunumun temel işlevi organizmanın oksijen gereksinimini karşılamak ve ses üretimi (fonasyon) için gerekli enerjiyi sağlamaktır. İki solunum şekli vardır: Karın solunumu (Abdominal), Göğüs solunumu (Pektoral). Sağlıklı bir ses üretimi için her iki solunum şeklinin bilinçli ve dengeli olarak kullanılması gerekir" (Çevik.1997,21).

Doğru solunumun (respirasyonun) gerçekleştirilebilmesi zaman ve sabır gerektirmektedir. Alınan soluğun, şarkı söyleme anında, istikrarlı ve sürekli olarak kullanılabilmesi alışkanlık haline getirilmiş olmalıdır. Ses eğitimi alan bireyleri, solunumunu doğru kullanabilme becerisine ulaştıran detaylı bir açıklama şöyle yapılabilir: "Nefes alırken, şarkıcılar bel ve karın alanının genişlediğini hissetmelidir. Nefes verirken bu alandaki kaslar büzüldüğünden şarkıcılar üretken duruşlarını korumalıdır. Genellikle göğsü çekerek bu solunum işlevini bozarlar. Solunum sırasında doğru duruş ısrarla korunmalıdır. Bunun kazanılması aylar sürebilir." (Vennard. 1967, 344)

Sesin istenen kaliteye erişebilmesinde soluk ile bağlantısının sağlanabilmiş olması gerekmektedir. Bu nedenle ses eğitimine yeni başlayan bireylerin seslerinde nefesliliğin olması yani sesle birlikte solunumun duyulması, ses-soluk bağlantısının anlaşıldığını göstermektedir. Bunlar gerçekleştirildikten sonra solunumun (respirasyonun) gerektiği gibi kullanılabilmesi mümkün olmaktadır. Davran'a göre "İyi soluk almasını, tutmasını, vermesini, tutumlu bir şekilde kullanmasını bilen bir insan şarkı söyleme sanatında pek çok sorunu çözmüş sayılabilir" (1997, 202).

Ses-soluk bağlantısının kurulması konusunda üç alıştırmayı kullanabilir: Dil titreşimi, dudak titreşimi ve şişirilmiş yanaklarla seslendirme. Dil titreşiminde; dil organı, arkasındaki hava basıncıyla bir dizeyi seslendirirken titrer. Eğer dil, belli bir süre titremeye devam etmezse hava yetersiz bir basınca sahip olur. İkinci alıştırmayı atın kişnemesini andırır. Dudakları titretirken ses üretmeye çalışılır. Eğer dudaklar titremeye devam etmezse, enerji seviyesi sesi hava sütununa bağlamakta yeterli değildir. Şişirilmiş yanaklar alıştırmayı ise çene hafif açık, seslendirme sırasında az miktarda havanın girmesine izin verecek şekilde yanakları şişirmekten ibarettir. Öğrenci yanaklarının dolu olduğunu hissedebilmelidir.

Ses soluk bağlantısının kurulmasına yönelik olarak yapılan alıştırmaların sonucunun istendiği gibi olması için ellerimizle kontrol etmemizin büyük faydaları olacağı düşünülmektedir. Bu alıştırmaları yaparken bir elimizle çenemizi aşağı doğru çekerek rahat ve gevşek tutmaya çalışırken diğer elimizi de nefes kontrolü için belimize koymamız faydalı olmaktadır. Böylece ses soluk bağlantısının, egzersizleri yapan bireyin kendisi tarafından kontrol etmesi de mümkün olmaktadır.

İkinci “R” ise rahatlama ve söylemedir. Diğer bir ifade ile gevşemedir (relaxation). Bunda amaç şarkıyı söylerken çene ve dilde rahatlamanın sağlanmasıdır. Unutulmamalıdır ki dil ve çenedeki rahatlama, soluğun da rahat kullanılmasını desteklemekte ve kolaylaştırmaktadır. Rahatlamanın gerçekleşip gerçekleşmediğini belirlemek için baş parmak tam çenenin altından yukarıya doğru seslendirme sırasında bastırılabilir. Çene aşağıda iken (ağız açık pozisyonda) çenenin rahat olduğu tespit edilmelidir. Dilde ve çenede meydana gelen kasılmalar, sertleşmeler ses eğitimi açısından sadece sorun yaratmaktadır. Bu aşamanın da tamamlanmasıyla, ses eğitimi açısından solunum (respirasyon) ve rahatlama-gevşeme (relaxion) aşamaları tamamlanmış olmaktadır.

Üçüncü “R” ise registration-register yani doğru ses alanının-perdesinin kullanımındır. Özellikle ses registerleri tam olarak belirlenmemiş olan, orta öğretim ve lisede eğitim gören öğrenciler için üst registerlerde yer alan seslerin üretimi oldukça zor olmaktadır. Bu zorluğu aşmak amacıyla, doğal seslerle elde edilemeyen seslerin üretilmesi konusunda kafa sesinin kullanımının öğretilmesi yararlı olmaktadır. Böylece orta öğretim ve lise korolarında, daha iyi bir entonasyon, partiler arası ses uyumu, ses dengeleri ve ses renklerinin uyumluluğu konularında da ilerleme sağlamak mümkün olabilmektedir.

Sonuç

Sonuç olarak “3 R” ile ifade edilen “Respiration” (respirasyon-solunum), “Relaxation” (rahatlama-gevşeme) ve “Registration” (ses perdesi) bu üç unsurun olması gerektiği gibi kullanılması ile hem korolarda hem de diğer ses eğitimi alan derslerinde karşılaşılan pek çok sorunun ortadan kaldırılması ve büyük ölçüde performansın artırılmasının sağlanması mümkün görünmektedir. Bunun için, bu üç unsurun, bir arada ve doğru olarak kullanılmasına özen göstermek gerekmektedir. Powell’e göre bu üç unsuru içeren çalışmaları yapan bir koronun entonasyonunu geliştirmek için koristlerle, yatay ve dikey armoniyi, ses üretimini ve ses tekniğini geliştirici çalışmalar yapmak gerekir (1991, 41). Bu çok yönlü çalışmanın sonucunda; uyum içinde, iyi bir tınıyla ve güzel bir sesle şarkı söyleyen bir koro elde edilecektir.

Bireyler için en önemli ve vazgeçilmez iletişim aracı sesidir. Ses, doğru ve güzel kullanıldığında, gerçekleştirilmesi zor olan aktivitelerden olumlu sonuçlar alınmasında etkili olabilmektedir. Bir topluluk içerisinde yapılan konuşmada ,kullanılan kelimeler ve konuşma tarzı yanında kullanılan sesin rengi, güzel ve etkili bir şekilde kullanımı, topluluk üzerinde bırakılan izlenimleri olumlu olarak etkilemektedir. Ses eğitimi alan dersleri açısından üç r’nin gerçekleştirilmesi ile şu kazanımlar elde edilmiş olmaktadır:

1. Şarkı söylemek için temel şart doğru solunumun kullanılmasıdır. Birinci r'nin "respiration" gerçekleştirilmesi ile bu sağlanmış olmaktadır.
2. Şarkı söylemek için gevşek bir vücuda ve rahat bir çeneye gereksinim vardır. İkinci r'nin "relaxation" gerçekleştirilmesi ile bu da sağlanmaktadır.
3. Şarkıyı söylemek değil, doğru yerden yani doğru ses alanından şarkı söylemek önemlidir. Bunun için pes seslerden tiz seslere doğru çıkıldıkça, sesler düşünülerek üretilmelidir. En pes sestten en tiz sese kadar tek bir renkte ve bütünlük içerisinde, sesleri üretmeye özen gösterilmelidir. Üçüncü r'nin doğru ses alanının (bölgesinin-register) "registration" kullanılmasıyla bu da sağlanmış olmaktadır.
4. En son aşama olarak her üç r'nin de bir arada kullanılmasıyla, doğru, güzel, uyumlu ve etkili şarkı söyleme amacına ulaşmak mümkün olmaktadır.

Kaynaklar

1. ÇEVİK, S., (1997), **Koro Eğitimi ve Yönetim Teknikleri**, Doruk Yayıncılık. Ankara
2. DAVRAN, Y., (1997), **Şarkı Söyleme Sanatının Öyküsü**. Önder Matbaacılık. Ankara.
3. POWELL, S., (1991), **Koro Entonasyonu**, Music Educational Journal.
4. SÖZER, V., (1986), **Müzik ve Müzisyenler Ansiklopedisi**.:Remzi Kitapevi 1.Cilt, İstanbul.
5. TYLER, W.R., (1950), **Basic Principles of Curriculum and Instruction**, Chicago
6. UÇAN, A.,(1994), **Müzik Eğitimi Temel Kavramlar-İlkeler-Yaklaşımlar**, Müzik, Ansiklopedisi Yayınları.Ankara.
7. VENNARD. W., (1967), **Singing the Mechanism and The Technique**, Carl Fisher., New York.
8. WILSON. G.B., (1991), **Three Rs For Vocal Skill Development in the Choral, Rehearsal**, Music Educational Journal.