

Anksiyete, Depresyon ve Anksiyete Duyarlılığının Ritim Eğitiminde Öğrenme Performansı Üzerine Etkisi

Effect of Anxiety, Depression, and Anxiety Sensitivity on Learning Performance in Rhythm Training

Sibel KARAMAN¹ , Nihat Ozan KÖROĞLU¹ , Gamze Nevra KÖROĞLU¹ , Harun BAKİ¹ ,
Mehmet Murat DEMET² 

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Güzel Sanatlar Tasarım ve Mimarlık Fakültesi, Müzik Bölümü, Manisa, Türkiye

²Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Manisa, Türkiye

Sorumlu yazar /

Corresponding author : Sibel KARAMAN

E-posta / E-mail : sibel.karaman@cbu.edu.tr

ÖZ

Anksiyete ve depresyona yönelik yapılan literatür taraması sonucunda; anksiyete ve depresyonun kuramsal ve beceri eğitimindeki başarıyı olumsuz yönde etkileyebileceğine ilişkin yayınların mevcut olduğu bilgisine ulaşılmıştır. Bu bağlamda yapılan bu araştırma ile anksiyete, depresyon ve anksiyete duyarlılığının müzik eğitimi alan öğrencilere uygulanan standart ritim eğitimi üzerindeki etkisinin araştırılması amaçlanmıştır. Araştırma; Manisa Celal Bayar Üniversitesi Güzel Sanatlar Tasarım ve Mimarlık Fakültesi Müzik Bölümü 1. sınıf öğrencileri ve Ege Üniversitesi Devlet Türk Musikisi Konservatuvarı Temel Bilimler Ses Eğitimi Bölümlerinde öğrenim gören 1. sınıf öğrencileri üzerinde yürütülmüştür. Adı geçen kurumların 1. sınıflarında eğitim görmekte olan ve ulaşılması planlanan 55 öğrenciden gönüllü onam formu alınmış olmasına rağmen eğitim-öğretimin bazı dönemlerde online olması sebebiyle ancak 30 öğrenci ile standart ritim eğitimi çalışması yapılmıştır. Deneklerdeki anksiyete duyarlılığı, anksiyöz ve depresif duygu durumunun ritim eğitimi başarısı üzerindeki etkisi değerlendirilmiştir. Tüm deneklere eğitim öncesi Anksiyete Duyarlılığı İndeksi-3 ve Hastane Anksiyete Depresyon Ölçeği uygulanmıştır. Standart ritim eğitimi; kudüm sazı ile duruş, oturuş, tutuş ve vuruş şekilleri gösterilerek metronom eşliğinde 2-8 zamanlı usullerin velvelelerini içerecek şekilde planlanmıştır. Eğitim aşamalarında başarı değerlendirmesi 5 üzerinden not verme şeklinde yapılmıştır. Elde edilen veriler, başarı ortalamaları ile mevcut anksiyete duyarlılığı, anksiyete ve depresif duygulanım arasındaki ilişki SPSS aracılığı ile istatistik yöntemlerle analiz edilerek sonuç bölümünde paylaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Anksiyete duyarlılığı, depresyon, ritim eğitimi

Başvuru/Submitted : 12.02.2024

Kabul/Accepted : 22.05.2024

Online Yayın /

Published Online : 03.06.2024



This article is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (CC BY-NC 4.0)

ABSTRACT

There is a relationship and publication information on anxiety and depression that can adversely affect the success of theoretical education and skill training. In this study, we aimed to investigate the effect of anxiety, depression, and anxiety sensitivity on standard rhythm education and applied it to students studying music. Research is done by; Manisa Celal Bayar University Faculty of Fine Arts Design and Architecture, Department of Music. Research has been conducted on the first-grade students studying, Basic Sciences and Sound Education Departments of the State Conservatory of Turkish Music at Aegean University. Research has been conducted on first grade students studying Basic, Sciences and Sound Education Departments of the State Conservatory of Turkish Music at Aegean University.

The students mentioned above were given a voluntary consent form to fill; however, because of the Covid 19 pandemic and the online education system, 30 of 55 students could attend the research. A standard (basic) rhythm education is given to 30 of our students to evaluate anxiety, sensitivity, the effect of anxiety, and the depressive mood on the success of rhythm training. During the research on the subjects (students), Anxiety Sensitivity Index-3 and Hospital Anxiety Depression scale has been conducted. Description of standard rhythm education: It has been executed with kudum instrument, including holding, sitting, execution positions of the instrument correct postural positions to prevent long-term postural deformities. The training includes 2–8 beats and patterns and beating the usûls of Turkish Music, dividing them by section. During the stages of education, achievement evaluation is done on a 5-point scale to obtain the results. The relationship between current anxiety sensitivity, anxiety itself, and depressive effect on the success of rhythm training has been statistical analysed by SPSS programme and shown in conclusion section.

Keywords: Anxiety sensitivity, depression, rhythm training

EXTENDED ABSTRACT

Rhythm education in Turkish music is realised with the education and training of the usûls from 2 to 120 times and the kudum velvet of these usûl.

In rhythm education, the student's posture, sitting and holding skills, ability to perceive the velvet, duration of perceiving the velvet, ability to apply the velvet during the piece, the ability to practise with accompaniment, and maintenance of the metronome during the practise period are important topics. Of course, the successful realisation of these topics that affect rhythm education is only possible if the students have a clear mind and full concentration. Psychological factors such as anxiety and depression that cloud the mind and disrupt the student's focus will negatively affect the training.

Because of the literature review on anxiety and depression, it was found that there are publications stating that anxiety and depression can negatively affect the success in theoretical and skill training. In this context, this study investigated the effects of anxiety, depression, and anxiety sensitivity on standard rhythm training applied to music education students.

This study, which was planned with the hypothesis that the effect of anxiety, depression, and anxiety sensitivity on the standard rhythm training applied to music education students would be negative, was planned on the grounds that the effect of rhythm training on learning performance anxiety in the field of Turkish music has not been investigated in the studies on performance anxiety to date; According to the results of the study, it has a unique value in terms of suggesting that relaxation exercises should be given/practised to students before and during the music education curriculum to reduce anxiety and anxiety sensitivity and that this practise will increase the success in the learning process.

It has been observed many times that mental state negatively affects educational success in all educational processes that require performance. With this research, the importance of learning performance anxiety in a more unique field such as rhythm education will be emphasised, and a general contribution will be made to the consideration of this research in national and international music education.

The research was conducted on first-year students of Manisa Celal Bayar University Faculty of Fine Arts Design and Architecture, Department of Music, and first-year students of The State Conservatory of Turkish Music at Aegean University, Department of Basic Sciences Voice Education. Although voluntary consent forms were obtained from 55 students who were studying in the first grades of the mentioned institutions and planned to be reached, standard rhythm training was conducted with only 30 students because education was online in some periods. The effects of anxiety sensitivity and, anxious and depressive moods on rhythm training success were evaluated. All subjects were administered the "Anxiety Sensitivity Index (ASI)", "Hospital Anxiety and Depression (HAD) scale", "State-Trait Anxiety Inventory (STAI-1)" and "STAI-2" determined by the researchers. forms were given and they were asked to answer them. The standard rhythm training was planned to include 2-8 time procedures accompanied by a metronome by showing posture, sitting, holding, and beating patterns with the kudum instrument.

In the application phase; again in accordance with the criteria determined by the researchers, rhythm studies were conducted with the students on the kudum within a 3-week period, and these studies were recorded. In the 4th week; the students were asked to accompany the works performed with the classical kemancha within the rhythms they had learned in a 3-week period, and these studies were recorded. In the training stages, success evaluation was made by grading out of 5, and the difference in performance between the pre-test and post-test was evaluated in line with expert opinions.

The data obtained and the relationship between achievement averages and current anxiety sensitivity, anxiety, and depressive affect were analysed with statistical methods using SPSS and shared in the conclusion section.

When the relationship between the standard rhythm training and the psychometric scales during the pre-assessment of the sample is examined, it is understood that the level of anxiety sensitivity before the training has a statistically significant effect on the success of the training applied to the sample and, that a high level of anxiety sensitivity is effective on the failure of the training. In other words, a lower level of anxiety is associated with a higher level of success. Similarly, when evaluated using the STAI-1 scale measuring situational anxiety levels, it was determined that there was a significant relationship between high situational anxiety levels and the success level of the training. In other words, both the long-term personality trait as determined by the anxiety sensitivity scale and situational anxiety as determined by the STAI-1 scale negatively affect the success of standard rhythm training.

GİRİŞ

Evren, dünya ve içinde yaşayan canlıların belli bir düzen içerisindeki hareketi, ritim ile ilişkilendirilir. Bütün bu kavramlar dahilinde ritim denildiğinde akla ilk gelen şey ise müzikteki ritimdir. Gerek ve Katkat ritmi genel anlamda “belli bir tertip içerisinde art arda işitilen vuruşlar dizisi veya belirli ve düzenli hareketlerin, birbirini takip eden gruplar halinde yapılması, görülmesi, işitilmesi ya da hissedilmesi olarak tanımlanabilir” şeklinde açıklamışlardır (Gerek ve Katkat, 2006, s. 37).

Türk müziğinde ritim kavramının karşılığı “düzüm”, ölçü kavramının karşılığı ise “usûl” kelimeleridir. Hurşit Ungay düzümleri 1. “Zamanın düzenli oranlar içinde sürelerle ayrılmasıdır.” 2. “Düzgün oranlı sürelerden oluşan zaman kümeleridir”, 3. “Takımların birim zamanlardan meydana gelen hâlidir” olarak açıklarken, ölçüyü (usûl) ise: “belli düzümlerden yapılarak kalıp halinde saptanmış ölçüler”dir diyerek tanımlamıştır (Ungay, 1981). Türk müziğinde ritim eğitimi 2’den 120 zamanlıya kadar olan usûllerin ve bu usûllere ait kudüm vellelelerinin eğitim ve öğretimi ile gerçekleştirilir. Ritim eğitiminde öğrencinin duruş, oturuş ve tutuş becerisi, velleleyi algılama becerisi, velleleyi algılama süresi, eser süresince velleleyi uygulama becerisi, eşlikli uygulama becerisi ve uygulama süresi boyunca metronomunu koruması önemli başlıklardır. Elbette ritim eğitimini etkileyen bu başlıkların başarılı bir şekilde gerçekleşmesi, öğrencilerin duru bir zihin ve tam konsantre içerisinde olması ile mümkündür. Zihni bulandıran ve öğrencinin odaklanmasını bozan anksiyete ve depresyon psikolojik etmenlerin yanı sıra fiziksel ve çevresel faktörler de eğitimi olumsuz yönde etkileyecektir.

Anksiyete, normalde bireye yönelik olası bir tehlike tehdidi karşısında bireyi gereğini yapmak üzere harekete geçmesi için hazırlayan bir biyolojik uyarıcıdır (Özer 2006). Anksiyete, Freud tarafından bastırılmış düşünce ve dürtülerden kaynağını alan yaygın endişe ve dehşet hissi olarak tanımlanması yanında ayrıca kişiyi altüst eden paniğe benzer, bedensel belirtiler ile kendini gösteren bir durum olarak da değerlendirilmiştir (Gökalp, 2006). Performans kaygısı ise bireyin bir başkasının önünde ya da topluluk önünde performans sergilediği müzik, dans, spor gibi alanlarda ortaya çıktığı gibi toplum önünde konuşma yaparken de görülebilir ve performansı olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Kaygının olmaması ya da düşük düzeyde olması da bireyin motivasyonunda yetersizliğe yol açarak yine performansı olumsuz yönde etkileyebilir (Can ve Akbal, 2021, s. 89). Performans kaygısı ile ilgili bugüne kadar yapılmış araştırmalarda Türk müziği alanında ritim eğitiminin öğrenme performansı anksiyetesi üzerine etkisinin araştırılmadığı; anksiyete, depresyon ve anksiyete duyarlılığının müzik eğitimi alan öğrencilere uygulanan standart ritim eğitimi üzerindeki etkisinin olumsuz yönde olacağı hipotezi gerekçesi ile planlanan bu çalışma; araştırma sonuçlarına göre öğrencilere müzik eğitimi müfredatı içinde eğitim öncesi ve süresince anksiyete ve anksiyete duyarlılığının azaltılmasına yönelik gevşeme egzersizlerinin verilmesi/uygulanmasının önerilmesi ve bu uygulamanın da öğrenme sürecindeki başarıyı artıracak olması açısından özgün değere sahiptir.

Araştırmada, anksiyete, depresyon ve anksiyete duyarlılığının müzik eğitimi alan öğrencilere uygulanan standart ritim eğitimi üzerindeki etkisinin araştırılması amaçlanmıştır. Ruhsal durumun performans gerektiren bütün eğitim süreçlerinde eğitim başarısını olumsuz yönde etkilediği çok kez görülmüştür. Bu araştırma ile ritim eğitimi gibi daha özgün bir alanda öğrenme performansı anksiyetesinin önemi vurgulanacak, ayrıca söz konusu araştırmanın ulusal ve uluslararası müzik eğitiminde göz önüne alınması ile ilgili genel bir katkı sağlanacaktır.

Araştırmada; ilk olarak deneyde yer alan Manisa Celal Bayar Üniversitesi Güzel Sanatlar Tasarım ve Mimarlık Fakültesi Müzik Bölümü 1. sınıf öğrencileri ve Ege Üniversitesi Devlet Türk Musikisi Konservatuvarı Temel Bilimler ve Ses Eğitimi Bölümlerinde öğrenim gören 1. sınıf öğrencileri olmak üzere toplamda 30 öğrenciye, araştırmacılar tarafından belirlenen “Anksiyete Duyarlılığı İndeksi (ADİ), “Hastane Anksiyete ve Depresyon (HAD) ölçeği”, “Durumluk Anksiyete Ölçeği (STAI-1)” ve “STAI-2” formları verilerek cevaplamaları istenmiştir. Uygulama aşamasında ise; yine araştırmacılar tarafından belirlenen kriterlere uygun olarak 3 haftalık bir zaman dilimi içerisinde öğrenciler ile kudüm üzerinde ritim çalışmaları yapılmış ve bu çalışmalar kayıt altına alınmıştır. Ritim çalışmalarında kullanılmış usûl vevleleri EK A.’da sunulmuştur. 4. haftada ise; öğrencilere klasik kemençe ile 3 haftalık zaman dilimi içerisinde öğrenmiş oldukları ritimler dahilinde icra edilen eserlere dahil olmaları istenmiş ve kaydedilmiştir. Son olarak sonuçlar uzman görüşleri dikkate alınarak değerlendirilmiştir.

Yöntem

Araştırma;

1. Alanda ritim eğitimi ile yapılmış herhangi bir çalışmanın olmaması açısından,
2. Özel yetenek sınavı uygulamasıyla Manisa Celal Bayar Üniversitesi Güzel Sanatlar Tasarım ve Mimarlık Fakültesi Müzik Bölümü 1. Sınıf öğrencileri ve Ege Üniversitesi Devlet Türk Musikisi Konservatuvarı Temel Bilimler ve Ses Eğitimi Bölümlerinde öğrenim gören 1. sınıf öğrencilerin ritim kabiliyetlerinin olduğu düşüncesi açısından,
3. Hedef kitlede yer alan Ege Üniversitesi Devlet Türk Musikisi Konservatuvarında Usûl ya da Ritim dersinin olmayışı nedeni ile öğrencilerin Türk müziği vurma sazlarından Kudüm enstrümanını görecektir, tanıyacak ve icra etmeye çalışacak olması açısından,
4. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilere müzik eğitimi müfredatı içinde eğitim öncesi ve süresince anksiyete ve anksiyete duyarlılığının azaltılmasına yönelik gevşeme egzersizlerinin verilmesi/uygulanmasının önerilmesi ve bu uygulamanın da öğrenme sürecindeki başarıyı artıracak olması açısından özgün değere sahiptir.

Müzikte bireysel icraları yani performansı ortaya koymak ve başarı göstermek bazı değişkenlere bağlıdır. Amatör ya da profesyonel olarak müzikle ilgilenen bireylerin bireysel icraya (enstrüman, ses) ilişkin performans başarıları ya da başarısızlıklarının nedenleri ve bu nedenlere yönelik çözüm önerileri bilimsel çalışmaların önemli konularından biri olmuştur. Yurt dışında müzik performansı sergileyen bireyler üzerinde yapılan çalışmalarda bilişsel özellikler, müziğe karşı gösterdiği yaklaşım, tercih edilen enstrüman, gösterdiği akademik ilerleme, motivasyon, fiziksel nitelikler, sosyoekonomik düzey ve psikolojik özelliklerin bireylerin müzik performans başarıları ile ilişkili olduğu bildirilmiştir. (Brugués, 2011, s. 164). Anksiyete ya da kaygı bozukluğu olarak bilinen psikolojik durum bireyin müzik performansının sergilemesi sırasında açığa çıkabilir. Performans kaygısında nabzın yükselmesi, odaklanamama ve zihinsel hatalar gibi fizyolojik belirtiler ile ses titremeleri, halsizlik, yüzdeki ifadesizlik gibi davranışlar performans hataları olarak ortaya çıkabilir (Çirakoğlu ve Şentürk, 2013, s. 30). Bireysel olarak yapılan enstrüman-ses eğitimi dersi bu çerçevede aynı kategori içerisinde öğrenme performansı adı altında değerlendirilebilir.

Yapılan literatür taramasında anksiyete, depresyon ve anksiyete duyarlılığının ritim eğitiminde öğrenme performansı üzerine etkisi konusunda kapsamlı bir araştırma bulunmamakta; yapılan çalışmaların daha çok müzik dinletme ve müzikal performansa yönelik olduğu görülmektedir.

Araştırma ile anksiyete, depresyon ve anksiyete duyarlılığının müzik eğitimi alan öğrencilere uygulanan standart ritim eğitimi üzerindeki etkisinin araştırılması amaçlanmıştır.

Bu araştırmada; anksiyete, depresyon ve anksiyete duyarlılığının müzik eğitimi alan öğrencilere uygulanan standart ritim eğitimi üzerindeki etkisinin araştırılması amacıyla yarı deneysel desenlerden tek grup öntest-sontest kontrol grupsuz deney deseni kullanılmıştır. Sadece tek grup özelinde uygulanan bu desende, çalışma grubuna yapılan ölçümler, uygulama öncesinde ön test, uygulama sonrasında ise son test olarak ve aynı ölçme aracı kullanılarak tamamlanır. Desende tek gruba (G) ait ön test ve son test değerleri arasındaki farkın (O1-O2) anlamlılığı test edilir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2012, s. 201). Modelde $O_{1,2} > O_{1,1}$ olması durumunda başarının X^2 ten kaynaklandığı kabul edilir.

Bu bağlamda; verilen tanım ve bilgiler doğrultusunda, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Güzel Sanatlar Tasarım ve Mimarlık Fakültesi Müzik Bölümü 1. Sınıf öğrencileri ve Ege Üniversitesi Devlet Türk Musikisi Konservatuvarı Temel Bilimler ve Ses Eğitimi Bölümlerinde öğrenim gören 1. sınıf öğrencileri ile sınırlı projenin amacı araştırmanın konusu olan anksiyete, depresyon ve anksiyete duyarlılığının ritim eğitiminde öğrenme performansı üzerine etkisinin saptanması ve bu konuya paralel olarak “anksiyete, depresyon ve anksiyete duyarlılığının ritim eğitiminde öğrenme performansına etkisi ne düzeydedir?” sorusuna cevap aranmasını oluşturmaktadır. Araştırmanın hipotezi anksiyete, depresyon ve anksiyete duyarlılığının ritim eğitimi üzerinde olumsuz etkide bulunacağı şeklindedir. Ayrıca araştırma

kapsamında katılımcılardan “bilgilendirilmiş onam” ve çalışmanın yapıldığı kurum olan Manisa Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi Sağlık Bilimleri Etik Kurulu’ndan etik kurul onayı alınmıştır.

1. Sosyodemografik Bilgi Formu: Araştırmanın yürütücüleri tarafından oluşturulmuş ve gönüllülerin sosyodemografik özelliklerini almaya yönelik formdur.

2. HAD Ölçeği (Hastane Anksiyete ve Depresyon Ölçeği): Bu ölçek, bedensel hastalığı olanlarda anksiyete ve depresyonu taramak üzere hazırlanmıştır. HAD ölçeği Türkçe formunun oluşturulması için ölçek çevrilmiş ve ilk aşamada iki dili iyi bilen bir grupta çeviri eş-değerliliği bakılmış ve ikinci aşamada üniversite öğrencilerinde geçerlilik ve güvenilirliği gösterilmiştir. Üçüncü aşama, bir eğitim hastanesi dahili kliniklerinde yatan 136 hastayla yürütülmüş ve Tablo 1’deki değerlere ulaşılmıştır.

Tablo 1. HAD Ölçeği Güvenirlik Çalışması

Ölçek	Katsayı
Cronbach alfa katsayısı anksiyete alt ölçeği	0,8525
Depresyon alt ölçeği	0,7784
Madde-toplam puan korelasyon katsayıları	
Anksiyete alt ölçeği	0,8161-0,8547
Depresyon alt ölçeği	0,7374-0,7795
Yarıya bölme güvenilirliği	
Anksiyete alt ölçeği	r=0,8532
Depresyon alt ölçeği	r=0,8069
Birlikte geçerlilik yöntemi korelasyon katsayıları	
Anksiyete alt ölçeği - Sürekli kaygı ölçeği	0,7544
Depresyon alt ölçeği - Beck depresyon ölçeği	0,7237

Tablo 1’de HAD Ölçeği güvenirlik çalışması kapsamında kullanılan ölçekler ve katsayıları yer almaktadır. Tablo 1’e ilave olarak, yapı geçerliliği için faktör analizi uygulanmış ve iki faktör elde edilmiştir. Birinci faktörde anksiyete belirtileri, ikinci faktörde depresyon belirtileri yer almaktadır. Değişim Oranı (ROC) analizi sonucunda HAD ölçeğinin Türkçe formunun kesme noktaları anksiyete alt ölçeği için 10 ve depresyon alt ölçeği için 7 olarak saptanmıştır. (Aydemir, 1997, s. 280-87)

3. ADİ-3 (Anksiyete Duyarlılığı İndeksi-3): Anksiyete duyarlılığını fiziksel, toplumsal ve bilişsel boyutlarıyla ölçmeyi sağlamaktadır. Kendini değerlendirme ölçeğidir. Ölçek 18 maddeden oluşup, beşli likert tipi değerlendirme (0=çok az, 1=az, 2=biraz, 3=fazla, 4=çok fazla) sağlamaktadır. Hastalardan, söz konusu durumu yaşamamış olsa bile varsayımda bulunarak değerlendirme yapmaları istenir. Maddelerin her birinin aritmetik toplamı ölçeğin toplam puanını vermektedir. Yüksek ve düşük puan, anksiyete duyarlılığı ile doğru orantılıdır (Öner, 1983).

Türkçe formunun güvenilirliği: Yüksek bir iç tutarlılık gösteren ADİ-3’ün (Cronbach alfa=0,93) ayrıca test-tekrar test güvenilirliğinin yüksek oranda iyi olduğu saptanmıştır (r=0,64, p<0,001). Ölçek toplam puanlarının test-tekrar testte orta seviyede korelasyon gösterdiği saptanmıştır (r=0,64, p<0,001).

Türkçe formunun geçerliliği: Ölçeğin geçerlilik çalışmalarında, yalnızca başka türlü adlandırılmayan anksiyete bozukluğu hasta grubu dışında kalan diğer hasta grupları ile sağlıklı grubu ayırt ettiği gösterilmiştir. Ölçek ADİ (r=0,85) ile yüksek seviyede, STAI (r=0,68), Beck Depresyon Envanteri (BDI) (r=0,68), Bedensel Duyumları Abartma Ölçeği (BDAÖ) ile (r=0,47) orta seviyede korelasyon göstermiştir. Toplam varyansın faktör analizinde %61,72’sini açıklayan fiziksel, toplumsal ve bilişsel olarak üç faktörlü bir yapıya sahip olduğu saptanmıştır (Mantar, Yemez ve Alkın, 2010,

s. 225).

4. STAI-I (Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri) Ölçeği: Bu ölçek, 1970 yılında Spielberger tarafından geliştirilmiş, Türkçe formu Öner N ve Le Compte A tarafından (1983) uyarlanarak geçerlilik-güvenirlik çalışması yapılmıştır. Türkçe formun iç tutarlılığı ve güvenilirliği Kuder Richardson alfa güvenilirliğinde STAI-1 için 0,94 ile 0,96 arasında bulunmuştur. Ölçek 20 maddeden oluşur. Yanıtlar 1-4 arasında değişir. Ölçekten elde edilen toplam puan değeri 20-80 arasındadır. Yüksek puan kaygı düzeyinin yüksek olduğunu gösterir. Bu araştırmada STAI-I Cronbach alfa 0,88 olarak belirlendi. (Spielberger, Gorsuch ve Lushene, 1970).

Bulgular

Çalışmaya alınan örneklem sayısı 30, örneklemin yaş ortalaması $20,4 \pm 3,4$ olup, 12'si erkek, 18'i ise kadın öğrenciden oluşmaktadır (Tablo 1).

Tablo 2. Demografik Değişkenler ve Psikometrik Ölçek Sonuçları

		\bar{x} (n=30)	En düşük	En yüksek
Yaş		$20,4 \pm 3,4$	18	34
Cinsiyet	Erkek (n=12)	$19,3 \pm 1,8$	18	23
	Kadın	$20,8 \pm 4,02$	18	34

Tablo 2'de demografik değişkenler ve psikometrik ölçek sonuçlarının en düşük ve en yüksek değerleri ve ortalamaları verilmiştir. Tabloda erkeklerde en düşük yaş 18, en yüksek yaş 23 olarak, kadınlarda ise en düşük yaş 18, en yüksek yaş 34 olarak saptanmıştır.

Çalışmanın yöntemi gereği örneklemin tümüne ritim eğitimi yapılmadan önce ve ritim eğitimi yapıldıktan sonra uygulanan psikometrik ölçeklerin puan ortalamaları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 3'te ADİ-3 değerlendirildiğinde, uygulanan test en düşük 3, en yüksek 63 olarak puanlanmış ve \bar{x} (n=30) $21,9 \pm 15,3$ olarak bulunmuştur. HAD-Ankön (Anksiyete Ön Test) değerlendirildiğinde, uygulanan test en düşük 2, en yüksek 21 olarak puanlanmış ve \bar{x} (n=30) $8,7 \pm 4,1$ olarak bulunmuştur. HAD-Depön (Depresyon Ön Test) değerlendirildiğinde, uygulanan test en düşük 1, en yüksek 15 olarak puanlanmış ve \bar{x} (n=30) $5,8 \pm 3,2$ olarak bulunmuştur. HAD-Topön (Toplam Ön Test) değerlendirildiğinde, uygulanan test en düşük 5, en yüksek 33 olarak puanlanmış ve \bar{x} (n=30) $14,5 \pm 6,1$ olarak bulunmuştur. STAI-1ön değerlendirildiğinde, en düşük 73 en yüksek 127 olarak puanlanmış, \bar{x} (n=30) $91,7 \pm 11,8$ olarak bulunmuştur. STAI-2 ön değerlendirildiğinde, en düşük 0 en yüksek 102 olarak puanlanmış, \bar{x} (n=30) $74,4 \pm 20,1$ olarak bulunmuştur. HAD-Ankson (Anksiyete Son Test) değerlendirildiğinde, uygulanan test en düşük 0, en yüksek 21 olarak puanlanmış ve \bar{x} (n=30) $9,03 \pm 4,5$ olarak bulunmuştur. HAD-Depson (Depresyon Son Test) değerlendirildiğinde, uygulanan test en düşük 2, en yüksek 32 olarak puanlanmış ve \bar{x} (n=30) $15,6 \pm 7,1$ olarak bulunmuştur. HAD-Topson (Toplam Son Test) değerlendirildiğinde, uygulanan test en düşük 5, en yüksek 33 olarak puanlanmış ve \bar{x} (n=30) $14,5 \pm 6,1$ olarak bulunmuştur. STAI-1son değerlendirildiğinde, en düşük 70 en yüksek 127 olarak puanlanmış, \bar{x} (n=30) $89,9 \pm 11,9$ olarak bulunmuştur. STAI-2son değerlendirildiğinde, en düşük 24 en yüksek 108 olarak puanlanmış, \bar{x} (n=30) $79,3 \pm 15,4$ olarak bulunmuştur. Buna göre; standart ritim eğitiminin genel bir değerlendirilmesi çalışma önu ve çalışma sonu başarı düzeyi karşılaştırılarak yapıldığında, örneklemin başarılı bir eğitim düzeyinden geçtiği sayılamalı olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0,05$).

Standart ritim eğitimine alınan örneklemin eğitim öncesi ve eğitim sonrası değerlendirme sonuçlarına Tablo 4'te yer verilmiştir.

Tablo 3'te standart ritim eğitimi değerlendirme ölçütleri verilmiştir. Eğitimin alt basamakları "Duruş, oturuş ve tutuş becerisi", "Üç çizgi üzerinde yazılmış olan velveleyi algılama becerisi", "Velveleleri algılama süresi", "Verilen süre boyunca velveleyi uygulama becerisi", "Eşlikli uygulama becerisi-1", "Eşlikli uygulama becerisi-2" şeklinde uygulanmıştır. Buna göre; söz konusu alt basamakların tümünde ön değerlendirme ve son değerlendirme sonuçları arasındaki fark sayılamalı olarak anlamlı bulunmuştur.

Tablo 3. Puan Ortalamaları

	\bar{x} (n=30)	En düşük	En yüksek
ADİ-3	21,9±15,3	3	63
HAD-Ankön	8,7±4,1	2	21
HAD-Depön	5,8±3,2	1	15
HAD-Topön	14,5±6,1	5	33
STAI-1ön	91,7±11,8	73	127
STAI-2ön	74,4±20,1	0	102
HAD-Ankson	9,03±4,5	0	21
HAD-Depson	6,6±3,6	1	12
HAD-Topson	15,6±7,1	2	32
STAI-1son	89,9±11,9	70	127
STAI-2son	79,3±15,4	24	108

Tablo 4. Puan Ortalamaları

	Ön	Son	t	df	
Duruş, oturuş ve tutuş becerisi	2,04±0,9	2,3±0,9	-16,3	29	p<0,05 p=0,000
Üç çizgi üzerinde yazılmış olan velveleyi algılama becerisi	1,8±1,1	3,2±1,1	-19,5	29	p<0,05 p=0,000
Velveleri algılama süresi	2,5±0,9	3,1±1,1	-3,7	29	p<0,05 p=0,001
Verilen süre boyunca velveleyi uygulama becerisi	2,9±0,9	3,7±0,9	-3,9	29	p<0,05 p=0,000
Eşlikli uygulama becerisi-1	3,02±0,9	3,7±0,9	-3,5	29	p<0,05 p=0,001
Eşlikli uygulama becerisi-2	2,9±0,8	3,7±1,2	-4,1	29	p<0,05 p=0,000
Genel eğitim değerlendirmesi	2,5±0,7	3,5±0,8	10,2	29	p<0,05 p=0,000

Anksiyete, depresyon ve anksiyete duyarlılığının standart ritim eğitimi başarısı üzerindeki rolü Tablo 5’te belirtilmiştir.

Tablo 5. Anksiyete, Depresyon ve Anksiyete Duyarlılığının Standart Ritim Eğitimi Başarısı Üzerine Etkisi

	Başarısız n=4	Başarılı n=26	t	df	p
ADİön	36,5±17,9	19,6±13,9	2,2	28	0,04
HAD-Ankön	11,0±3,2	8,4±4,2	1,2	28	0,2
HAD-Depön	7,3±2,6	5,5±3,3	0,97	28	0,34
HAD-Topön	18,3±5,1	13,9±6,2	1,3	28	0,19
STAI-1ön	104,5±16,4	89,7±9,9	2,5	28	0,02
STAI-2ön	72,5±25,9	74,7±19,8	0,2	28	0,8

Tablo 5’te, standart ritim eğitiminin örneklemin ön değerlendirme sırasındaki psikometrik ölçekler ile ilişkisine bakıldığında, eğitim öncesi anksiyete duyarlılık düzeyinin örnekleme uygulanan eğitimin başarısı üzerinde sayımlamalı olarak anlamlı düzeyde etkili olduğu, anksiyete duyarlılığının yüksek düzeyde olmasının eğitimin başarısız olması üzerinde etkili olduğu, bir başka deyişle daha düşük düzeyde anksiyöz olmanın daha yüksek düzeyde başarıyla ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Benzer şekilde durumsal anksiyete düzeylerini ölçen STAI-1 ölçeği üzerinden değerlendirildiğinde de durumsal anksiyete düzeylerinin yüksek olması ile eğitimin başarı düzeyi arasında anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Bir başka ifadeyle; hem anksiyete duyarlılığı ölçeği ile belirlendiği şekilde uzun soluklu kişilik özelliği hem de STAI-1 ölçeği ile belirlendiği şekilde durumsal anksiyete durumu standart ritim eğitiminin başarısını olumsuz yönde etkilediği söylenebilir.

Sonuç ve Öneriler

Araştırmanın bu bölümünde bulguların yorumlanmasından elde edilen sonuçlar ve bu kapsamda yapılan öneriler yer almaktadır. Araştırma kapsamında, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Güzel Sanatlar Tasarım ve Mimarlık Fakültesi Müzik Bölümü öğrencileri ve Ege Üniversitesi Devlet Türk Musikisi Konservatuvarı Temel Bilimler Ses Eğitimi Bölümlerinde öğrenim gören 1. sınıf öğrencileri ile “Anksiyete, Depresyon ve Anksiyete Duyarlılığının Ritim Eğitiminde Öğrenme Performansı Üzerine Etkisi” başlıklı 4 haftalık eğitim süreci içerisinde yapılan çalışma ve toplamda 30 öğrenciye, araştırmacılar tarafından belirlenen “ADİ”, “HAD”, “STAI-1” ve “STAI-2” testlerinin neticesinde; Öğrencilerin eğitim öncesi anksiyete duyarlılık düzeyinin örnekleme uygulanan eğitimin başarısı üzerinde sayımlamalı olarak anlamlı düzeyde etkili olduğu, anksiyete duyarlılığının yüksek düzeyde olmasının eğitimin başarısız olması üzerinde etkili olduğu, bir başka deyişle daha düşük düzeyde anksiyöz olmanın daha yüksek düzeyde başarıyla ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Standart ritim eğitiminin genel bir değerlendirilmesi çalışma önu ve çalışma sonu başarı düzeyi karşılaştırılarak yapıldığında, örneklemin başarılı bir eğitim düzeyinden geçtiği sayımlamalı olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$). Eğitimin alt basamakları “Duruş, oturuş ve tutuş becerisi”, “Üç çizgi üzerinde yazılmış olan velveleyi algılama becerisi”, “Velveleleri algılama süresi”, “Verilen süre boyunca velveleyi uygulama becerisi”, “Eşlikli uygulama becerisi-1”, “Eşlikli uygulama becerisi-2” şeklinde uygulanmıştır. Buna göre; söz konusu alt basamakların tümünde ön değerlendirme ve son değerlendirme sonuçları arasındaki fark sayımlamalı olarak anlamlı bulunmuştur.

Standart ritim eğitiminin örneklemin ön değerlendirme sırasındaki psikometrik ölçekler ile ilişkisine bakıldığında, eğitim öncesi anksiyete duyarlılık düzeyinin örnekleme uygulanan eğitimin başarısı üzerinde sayımlamalı olarak anlamlı düzeyde etkili olduğu, anksiyete duyarlılığının yüksek düzeyde olmasının eğitimin başarısız olması üzerinde etkili olduğu, bir başka deyişle daha düşük düzeyde anksiyöz olmanın daha yüksek düzeyde başarıyla ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Benzer şekilde durumsal anksiyete düzeylerini ölçen STAI-1 ölçeği üzerinden değerlendirildiğinde de durumsal anksiyete düzeylerinin yüksek olması ile eğitimin başarı düzeyi arasında anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Bir başka ifadeyle; hem anksiyete duyarlılığı ölçeği ile belirlendiği şekilde uzun soluklu kişilik özelliği hem de STAI-1 ölçeği ile belirlendiği şekilde durumsal anksiyete durumu standart ritim eğitiminin başarısını olumsuz yönde etkilediği söylenebilir.

Literatürde yapılan benzer çalışmalara bakıldığında; (Tunçkol, Gündoğan ve Biber, 2020) “Anksiyete, Depresyon ve Anksiyete Duyarlılığının Ritim Eğitiminde Öğrenme Performansı Üzerine Etkisi” alanında herhangi bir çalışmanın

olmadığı görülmüştür. Ancak benzer çalışmalara rastlanılmıştır. Bu çalışmalardan biri, Spor Bilimleri Bölümü öğrencilerinden otuz beş kişiyle ve “Ritim Eğitimi ve Dans” dersi özelinde yapılan ve 8 haftayı kapsayan eğitim öncesi ve sonrası endişe seviyelerinin karşılaştırılmasıdır. Öğrencilerin 8 haftalık “Ritim Eğitimi ve Dans” dersi öncesi ve sonrasındaki endişe durumlarında dikkate değer bir farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır. Bu sonuç ise mevcut çalışmanın sonucuyla örtüşmemektedir.

(Atılğan Avcı ve Sağer, 2021) Öğrencilerin anksiyete durumlarının incelendiği, 18-34 yaş aralığında “Anksiyete, Depresyon ve Anksiyete Duyarlılığının Ritim Eğitiminde Öğrenme Performansı Üzerine Etkisi” üzerine yapılan bu çalışmada, yapılan ön test sonucunda öğrencilerin anksiyete düzeylerinin yüksek çıktığı görülmektedir. Nitekim; Atılğan Avcı ve Sağer (2021) “Türkiye’deki Viyola İcracılarının Müzik Performans Anksiyetesi (MPA) Üzerine Bir İnceleme” adlı makalede yer alan örneklem grubundaki öğrencilerin 20-29 yaş aralığındaki MPA seviyesinin yüksek çıktığı görülmüştür. Bu çalışmada yer alan örneklem grubundaki öğrencilerin anksiyete durumları ile yaş ortalamalarının 20-29 olması bakımından iki araştırma arasında benzerlik olduğu saptanmıştır.

Araştırmanın sonuçları doğrultusunda şu önerilere yer verilmiştir; Araştırma sonuçlarına göre araştırma hipotezinin doğrulanmış olması sebebiyle öğrencilere eğitim öncesi ve süresince söz konusu özellikle anksiyete ve anksiyete duyarlılığının azaltılmasına yönelik gevşeme egzersizlerinin verilmesi/uygulanması öğrenme sürecindeki başarıyı artıracığı düşünülebilir.

Yapılan araştırma, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Güzel Sanatlar Tasarım ve Mimarlık Fakültesi Müzik Bölümü öğrencileri ve Ege Üniversitesi Devlet Türk Musikisi Konservatuarı Temel Bilimler Ses Eğitimi Bölümlerinde öğrenim gören 1. sınıf öğrencileri ile sınırlı olması bakımından planlanan diğer çalışmaların daha kapsamlı örneklem grubu üzerinde yapılması önerilebilir.

“Anksiyete, Depresyon ve Anksiyete Duyarlılığının Ritim Eğitiminde Öğrenme Performansı Üzerine Etkisi” üzerine yapılan bu araştırma müziğin diğer alanlarında da uygulanabilir.

Anksiyete, Depresyon ve Anksiyete Duyarlılığının öğrencinin performansını etkileyen etmenler olduğu düşünüldüğünde bu durumun dikkate alınması ve disiplinler arası çalışmaların yapılması önerilebilir.

Disiplinler arası yapılan çalışmalar sonrasında öğrencilerin daha fazla konser ve dinleti gibi canlı performansa yönelik etkinlikler konusunda desteklenmesi sağlanabilir.

Etik Komite Onayı: Bu çalışma için etik komite onayı Manisa Celal Bayar Üniversitesi’nden (Tarih: 30.03.2022, No: 1258) alınmıştır.

Katılımcı Onamı: Yazılı katılımcı onamı bu çalışmaya katılan öğrencilerden alınmıştır.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Yazar Katkıları: Çalışma Konsepti/Tasarım- S.K., N.O.K., G.N.K., H.B., M.M.D.; Veri Toplama- S.K., G.N.K.; Veri Analizi/Yorumlama- S.K., N.O.K., G.N.K., M.M.D.; Yazı Taslağı- S.K., N.O.K., G.N.K., H.B.; İçeriğin Eleştirel İncelemesi- S.K., N.O.K., G.N.K., M.M.D.; Son Onay ve Sorumluluk- S.K., N.O.K., G.N.K., H.B., M.M.D.; Malzeme ve Teknik Destek- S.K., N.O.K., G.N.K., H.B., M.M.D.; Süpervizyon - S.K., N.O.K., G.N.K., H.B., M.M.D.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çıkar çatışması bildirmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma Manisa Celal Bayar Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimi tarafından desteklenmiştir. Proje Numarası: 2020-080

Ethics Committee Approval: Ethics committee approval was received for this study from the Ethics Committee of Manisa Celal Bayar University (Date: 30.03.2022, No: 1258).

Informed Consent: Written participant consent was obtained from the students participating in this study.

Peer Review: Externally peer-reviewed.

Author Contributions: Conception/Design of Study- S.K., N.O.K., G.N.K., H.B., M.M.D.; Data Acquisition- S.K., G.N.K.; Data Analysis/Interpretation- S.K., N.O.K., G.N.K., M.M.D.; Drafting Manuscript- S.K., N.O.K., G.N.K., H.B.; Critical Revision of Manuscript- S.K., N.O.K., G.N.K., M.M.D.; Final Approval and Accountability- S.K., N.O.K., G.N.K., H.B., M.M.D.; Material and Technical Support- S.K., N.O.K., G.N.K., H.B., M.M.D.; Supervision- S.K., N.O.K., G.N.K., H.B., M.M.D.

Conflict of Interest: The authors have no conflict of interest to declare.

Grant Support: This study was supported by Manisa Celal Bayar University Scientific Research Projects Coordination Unit. Project Number: 2020-080

Yazarların ORCID ID'leri / ORCID IDs of the authors

Sibel KARAMAN	0000-0002-5227-1836
Nihat Ozan KÖROĞLU	0000-0001-9631-8926
Gamze Nevra KÖROĞLU	0000-0001-7118-1222
Harun BAKİ	0000-0001-7890-8236
Mehmet Murat DEMET	0000-0001-9021-4165

KAYNAKLAR / REFERENCES

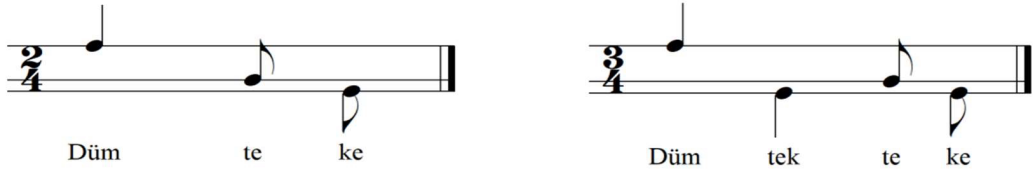
- Atılğan Avcı, N., & Sağer, T. (2021). Türkiye'deki viyola icracılarının müzik performans anksiyetesi (mpa) üzerine bir inceleme, *International Journal of Interdisciplinary and Intercultural Art*, 6(12), 298-321.
- Aydemir, Ö. (1997). Hastane anksiyete ve depresyon ölçeği Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 8(4), 280-7.
- Brugués, A. O. (2011). Music performance anxiety-part 2. a review of treatment options, *Medical Problems of Performing Artists (MPPA) Journal*, 26(3), 164-71.
- Büyükoztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri (11. baskı)*. Pegem Akademi.
- Can, Ü. K., & Akbal, B. (2021). Türkiye'de müzik performans kaygısı üzerine yapılmış lisansüstü çalışmaların incelenmesi, *Turkish Studies Dergisi*, 16(1), 85-101.
- Çirakoğlu, O. C., & Şentürk G. Ç. (2013). Development of a performance anxiety scale for music students, *Medical Problems of Performing Artists (MPPA) Journal*, 28(4), 199-206.
- Gerek, Z., & Katkat, D. (2006). Elit sporcuların ve sedanterlerin ritim duyguları bakımından karşılaştırılması, *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 36-42
- Gökalp, P. (2006). Psikodinamik açıdan anksiyete kavramı ve anksiyete bozuklukları. R. Tükel, T. Alkın (Ed.) *Anksiyete bozuklukları içinde* (s. 15-26). Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları.
- Mantar, A., Yemez, B., & Alkın, T. (2010). Anksiyete duyarlılığı indeksi-3'ün Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması, *Türk Psikiyatri Dergisi*. 21, 225-234.
- Öner, N., & Le Compte, A. (1983). *Sürekli durumluk /sürekli kaygı envanteri el kitabı*. Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Özer, Ş. (2006). Anksiyete ve anksiyete bozukluklarının kısa tarihçesi. R. Tükel, T. Alkın (Ed.) *Anksiyete bozuklukları içinde* (s. 3-14). Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., Lushene, R. E. (1970). *Test manual for the state trait anxiety inventory. 1 st ed. California: Consulting Psychologists Press*.
- Tunçkol, M., Gündoğan, B., Biber, S., (2020). Ritim eğitimi ve dans dersindeki öğrencilerin kaygı seviyelerinin karşılaştırılması, (3), 1-7. *Uluslararası Beden Eğitimi Spor Rekreasyon ve Dans Dergisi*. <http://dx.doi.org/10.29228/ispes.44842>
- Ungay, H. (1981). *Türk Müsîkisinde Usûller ve Kudûm*. Türk Musiki Vakfı Yayınları.

Atf Biçimi / How cite this article

Karaman, S., Köroğlu, N. O., Köroğlu, G. N., Baki, H., & Demet, M. M. (2024). Effect of anxiety, depression, and anxiety sensitivity on learning performance in rhythm training. *Konservatoryum – Conservatorium*, 11(1), 43–53. <https://doi.org/10.26650/CONS2024-1435616>

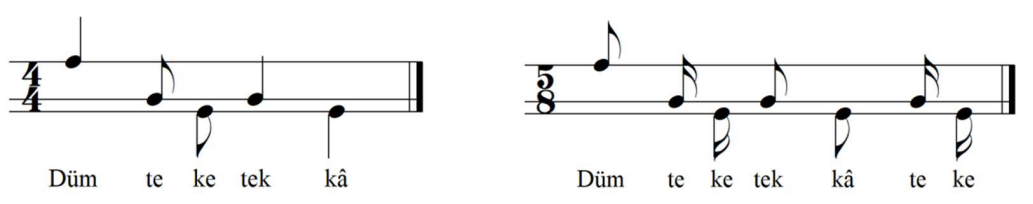
EKLER:

Nim Sofyan Velvelesi **Semâî Velvelesi**



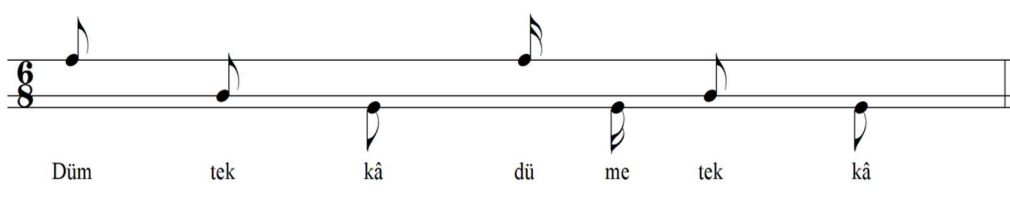
Düm te ke Düm tek te ke

Sofyan Velvelesi **Türk Aksağı Velvelesi**



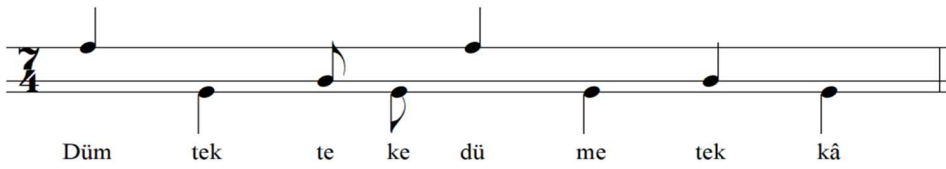
Düm te ke tek kâ Düm te ke tek kâ te ke

Yürük Semâî Velvelesi



Düm tek kâ dü me tek kâ

Devr-i Hindi Velvelesi



Düm tek te ke dü me tek kâ

Ek 1. Ritim Çalışmalarında Kullanılmış Usûl Velveleri