

Türk halk müziğinde uzun müzikal cümlelerin icrasında nefes egzersizlerinin önemi

The importance of breathing exercises in the performance of long musical phrases in Turkish folk music

Gülay Laçın¹

¹ Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Türk Müziği Devlet Konservatuarı, Burdur, Türkiye.

ÖZ

Bu araştırma, Türk halk müziğinde uzun müzikal cümlelerin icrası sırasında nefes kontrolü ve nefes egzersizlerinin önemini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Özellikle bozlak, uzun hava ve hoyrat gibi türlerde sıkça karşılaşılan uzun soluklu cümlelerin doğru ve estetik bir şekilde icra edilebilmesi, icracının nefes kontrolü becerisine bağlıdır. Araştırmada, halk müziği icracılarının ve öğrencilerinin nefes kullanımında yaşadıkları sorunlar, nefes egzersizlerinin performansa etkileri ve müzik eğitiminde nefes tekniklerinin öğretim düzeyi incelenmiştir. Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması deseni kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, amaçlı örnekleme yöntemiyle belirlenen beş profesyonel halk müziği sanatçısı ve beş konservatuvar öğrencisi oluşturmuştur. Veriler, yarı yapılandırılmış görüşme formu ve gözlem formu kullanılarak toplanmış, betimsel analiz yöntemiyle çözümlenmiştir. Araştırma bulguları, uzun müzikal cümlelerin icrasında nefes yetersizliği ve kontrolsüz nefes kullanımının en temel sorunlar olduğunu ortaya koymuştur. Katılımcılar, özellikle diyafram nefesinin kullanılmaması nedeniyle cümlelerin yarıda kalması, ses kalitesinin bozulması ve performans sırasında hızlı yorulma gibi sorunlar yaşadıklarını belirtmişlerdir. Düzenli nefes egzersizleri uygulayan katılımcıların ise performanslarında belirgin bir iyileşme gözlenmiş, uzun cümleleri daha akıcı ve yorulmadan icra edebildikleri tespit edilmiştir. Nefes kontrolünün sadece teknik bir gereklilik olmadığı, aynı zamanda müzikal cümlelerin estetik yorumlanması ve eserin duygusal yoğunluğunun aktarılması açısından da kritik öneme sahip olduğu belirlenmiştir. Ancak, halk müziği eğitim programlarında nefes tekniklerinin öğretilmesine yeterince önem verilmediği, bu durumun öğrencilerin performanslarını olumsuz etkilediği görülmüştür. Sonuç olarak, nefes kontrolü ve düzenli nefes egzersizleri, Türk halk müziğinde uzun cümlelerin başarılı icrası için vazgeçilmez unsurlardır. Araştırma, müzik eğitimi programlarında nefes tekniklerinin sistematik olarak öğretilmesinin, eğitimcilerin bu konudaki farkındalıklarının artırılmasının ve icracıların düzenli nefes egzersizleri yapmaya teşvik edilmesinin gerekliliğini ortaya koymaktadır. Bu öneriler doğrultusunda yapılacak iyileştirmeler, hem icra kalitesinin artmasına hem de halk müziğinin sanatsal değerinin korunmasına önemli katkılar sağlayacaktır.

Anahtar kelimeler: Türk halk müziği, uzun cümle, nefes kontrolü, nefes egzersizleri, diyafram nefesi, müzik eğitimi, icra teknikleri

ABSTRACT

This research was conducted to examine the importance of breath control and breathing exercises during the performance of long musical phrases in Turkish folk music. The correct and aesthetic performance of long-sustained phrases, which are frequently encountered especially in genres such as bozlak, uzun hava (long tune), and hoyrat, depends on the performer's breath control skills. The study investigated the problems that folk music performers and students experience in breath usage, the effects of breathing exercises on performance, and the level of breath technique instruction in music education. The study employed a case study design from qualitative research methods. The study group consisted of five professional folk music artists and five conservatory students determined through purposive sampling method. Data

Gülay Laçın — gulay-batur@hotmail.com

Geliş tarihi/Received: 20.04.2026 — Kabul tarihi/Accepted: 08.07.2026 — Yayın tarihi/Published: 31.07.2026

Telif hakkı © 2026 Yazar(lar). Açık erişimli bu makale, orijinal çalışmaya uygun şekilde atıfta bulunulması koşuluyla, herhangi bir ortamda veya formatta sınırsız kullanım, dağıtım ve çoğaltmaya izin veren Creative Commons Attribution License (CC BY) altında dağıtılmıştır.

Copyright © 2026 The Author(s). This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License (CC BY), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium or format, provided the original work is properly cited.

were collected using semi-structured interview forms and observation forms, and analyzed using descriptive analysis method. Research findings revealed that breath insufficiency and uncontrolled breath usage are the main problems in performing long musical phrases. Participants reported experiencing problems such as incomplete phrases due to not using diaphragmatic breathing, deterioration in voice quality, and rapid fatigue during performance. A significant improvement was observed in the performance of participants who practiced regular breathing exercises, and it was found that they could perform long phrases more fluently and without fatigue. It was determined that breath control is not only a technical requirement but also has critical importance in the aesthetic interpretation of musical phrases and conveying the emotional intensity of the piece. However, it was observed that insufficient attention is given to teaching breathing techniques in folk music education programs, and this situation negatively affects students' performances. In conclusion, breath control and regular breathing exercises are indispensable elements for the successful performance of long phrases in Turkish folk music. The research demonstrates the necessity of systematically teaching breathing techniques in music education programs, raising educators' awareness on this subject, and encouraging performers to practice regular breathing exercises. Improvements made in line with these recommendations will provide significant contributions both to increasing performance quality and preserving the artistic value of folk music.

Keywords: Turkish folk music, long phrase, breath control, breathing exercises, diaphragmatic breathing, music education, performance techniques

1. GİRİŞ

Geçmişten günümüze kuşaklar arası aktarımla varlığını sürdüren Türk halk müziği, Anadolu coğrafyasının binlerce yıllık birikimini içinde barındıran, toplumsal bellekte derin izler bırakmış köklü bir müzik geleneğidir. Boratav, halk müziğinin kültürel hafızadaki rolünü "sözlü gelenekte şekillenen ezgilerin, toplumsal yaşam biçimlerinin en güçlü tanıkları olduğunu" vurgular (2000, s. 45). Bu geleneğin en karakteristik özelliklerinden biri, özellikle vokal icrada karşımıza çıkan uzun melodik cümlelerin tek nefeste, kesintisiz bir biçimde seslendirilmesidir. Uzun havalar, bozlaklar, mayalar ve gurbet havaları gibi türler, yorumcunun ileri seviyede nefes hâkimiyetine sahip olmasını ve fiziksel dayanıklılık göstermesini zorunlu kılmaktadır. Örneğin, Öztürk'e göre "bozlak icrasında nefesin yapısal bir unsur hâline gelmesi, icracının yalnızca ses üretmesini değil, duyguyu nefes aracılığıyla şekillendirmesini de gerektirir" (2014, s. 128).

Halk müziğinde uzun melodik cümlelerin icrasında karşılaşılan temel zorluk, müzikal bütünlüğü bozmadan, ton kalitesinden ödün vermeden ve yorumun duygusal yoğunluğunu koruyarak bu cümleleri tamamlayabilmektir. Kaya'ya göre, "uzun hava icrasındaki en belirleyici nitelik, melodik akışın hiçbir şekilde bölünmemesi ve nefesin müzikal ifadeyi kesintiye uğratmamasıdır" (2018, s. 92). Geleneksel icra üslubunda melodik hattın bölünmemesi, eserin özgün karakterinin korunması açısından hayati öneme sahiptir. Bu noktada sistematik nefes egzersizlerinin rolü ön plana çıkmaktadır.

Günümüzde halk müziği eğitimi alan öğrenciler ve profesyonel icracılar, uzun melodik cümleleri seslendirirken çeşitli teknik güçlüklerle karşılaşmaktadırlar. Yetersiz nefes kapasitesi, hatalı nefes kullanımı ve uygun egzersiz programlarının eksikliği performans kalitesini olumsuz etkilemekte ve icracının müzikal ifade olanaklarını sınırlandırmaktadır. Konu üzerine yapılan bir araştırmada Ergen, "öğrencilerin büyük çoğunluğunun nefes desteğini doğru yönlendiremediği ve bu durumun özellikle uzun hava icralarında belirgin hatalara yol açtığı"nı belirtir (2020, s. 57). Özellikle konservatuvarlar ve güzel sanatlar fakültelerinde verilen halk müziği ses eğitiminde, batı müziği vokal teknikleriyle geleneksel icra biçimlerinin sentezlenmesi ihtiyacı, nefes eğitiminin önemini daha da artırmaktadır. Tura, bu sentezi "modern tekniklerin geleneksel tavrı bozmadan icraya katkı sağlayabileceği bir birleşim" olarak tanımlar (1998, s. 64).

Nefes egzersizleri, sadece fizyolojik kapasitenin artırılması değil, aynı zamanda müzikal ifadenin zenginleştirilmesi açısından da kritik bir role sahiptir. Richard Miller, doğru nefes tekniğinin vokal performans üzerindeki etkisini "nefes kontrolü, rezonansın etkinliğini artırır ve sesin doğal renklerini daha parlak hâle getirir" şeklinde açıklar (1996, s. 37). Halk müziğinin karakteristik süslemeleri olan hançere vurma, tril ve glissando gibi tekniklerin başarılı bir şekilde uygulanması da yeterli nefes desteğine bağlıdır. Akdoğu, hançere tekniğini değerlendirirken "nefes akışının sürekliliğinin, süslemenin berrak ve stile uygun biçimde duyulmasında belirleyici olduğunu" vurgular (2003, s. 211).

Özetle, Türk halk müziği geleneğinde yer alan geniş melodik yapıların başarılı bir şekilde seslendirilmesi, icracının nefes yönetimi yetkinliğiyle doğrudan ilişkilidir. Sistematik nefes çalışmaları, gerek öğrenim aşamasında gerekse sanatsal performans süreçlerinde vokal kalitenin yükseltilmesine ve müzikal anlatım kapasitesinin güçlendirilmesine önemli katkılar sağlamaktadır. Bu çerçevede araştırmanın temel hedefi, halk müziği repertuarındaki geniş melodik örgülerin icra niteliğini yükseltmeye yönelik nefes tekniklerinin

kritik rolünü ortaya koymak ve müzik öğretimi müfredatlarına entegre edilebilecek uygulamalı yaklaşımlar geliştirmektir.

2. PROBLEM DURUMU

Türk halk müziği, uzun melodik cümlelerin, geniş ses alanlarının ve yoğun duygusal anlatımın ön planda olduğu köklü bir vokal icra geleneğine sahiptir. Özellikle uzun hava, bozlak, maya ve gurbet havaları gibi türlerde eserlerin karakteristik yapısını oluşturan uzun soluklu melodik akışların kesintiye uğramadan seslendirilmesi, icracının gelişmiş nefes kontrolü becerilerine sahip olmasını gerektirmektedir. Ancak günümüzde gerek mesleki müzik eğitimi alan öğrenciler gerekse profesyonel icracılar, bu tür eserlerin yorumlanmasında nefes yönetimi kaynaklı çeşitli güçlüklerle karşılaşmaktadır. Nefes kapasitesinin yetersizliği, nefesin ekonomik kullanılamaması, diyafram desteğinin etkin biçimde sağlanamaması ve düzenli nefes egzersizlerinin eğitim süreçlerinde yeterince yer almaması, uzun melodik cümlelerin icrasında performans kayıplarına yol açmaktadır.

Bu durum yalnızca teknik bir eksiklik olarak değerlendirilmemelidir. Nefes kontrolündeki yetersizlikler; ses kalitesinin bozulmasına, entonasyon problemlerinin ortaya çıkmasına, süsleme tekniklerinin sağlıklı uygulanamamasına ve müzikal anlatımın bütünlüğünün zarar görmesine neden olmaktadır. Türk halk müziğinin temel estetik unsurlarından biri olan kesintisiz melodik akışın bölünmesi, eserin geleneksel üslubuna ve ifade gücüne doğrudan etki etmektedir. Dolayısıyla nefes yönetimi, yalnızca fizyolojik bir gereklilik değil, aynı zamanda geleneksel icra tavrının korunmasında belirleyici bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır.

Türk halk müziğinin vokal icra geleneği, yüzyıllar boyunca büyük ölçüde usta-çırak ilişkisi içerisinde aktarılan özgün bilgi ve becerilere dayanmaktadır. Bu aktarım sürecinde nefes kullanımı, belirli bir kuramsal çerçeveye bağlı olmaktan çok gözlem, taklit ve deneyim yoluyla öğrenilmiş; icracılar nefes kontrolüne ilişkin becerilerini uygulama süreçleri içerisinde geliştirmişlerdir (Öztürk, 2014). Geleneksel öğretim anlayışı, halk müziğinin karakteristik tavır ve üslup özelliklerinin korunmasında önemli katkılar sağlamış olsa da günümüz profesyonel müzik eğitiminin gerektirdiği sistematik ve bilimsel yaklaşımların geliştirilmesi ihtiyacını da beraberinde getirmiştir. Özellikle konservatuvarlar ve müzik eğitimi veren yükseköğretim kurumlarında, ses üretiminin anatomik ve fizyolojik temellerinin bilinmesi, öğrencilerin teknik becerilerini daha bilinçli biçimde geliştirmelerine olanak tanımaktadır. Eke (2016), Türk müziği ses eğitiminde anatomik bilginin ve fizyolojik farkındalığın geliştirilmesinin, sesin daha kontrollü kullanılmasına ve icra kalitesinin yükselmesine önemli katkılar sağladığını belirtmektedir. Buna rağmen geleneksel deneyim aktarımı ile bilimsel temelli nefes eğitimi uygulamalarının nasıl bütünleştirileceğine ilişkin çalışmaların sınırlı olması, eğitim süreçlerinde önemli bir eksiklik olarak değerlendirilmektedir.

Öte yandan mevcut literatür incelendiğinde, nefes eğitimi ve vokal performans ilişkisini ele alan çalışmaların büyük ölçüde genel ses eğitimi veya Batı müziği vokal pedagojisi çerçevesinde şekillendiği görülmektedir. Türk halk müziği repertuvarında yer alan uzun melodik cümlelerin icrasına yönelik özel nefes stratejilerini, uygulama biçimlerini ve eğitim süreçlerindeki kullanımını inceleyen araştırmaların ise sınırlı olduğu dikkat çekmektedir. Oysa Türk halk müziğinin melodik yapısı, süsleme teknikleri, tavır özellikleri ve uzun soluk gerektiren eserleri, bu alana özgü nefes yaklaşımlarının geliştirilmesini gerekli kılmaktadır. Alan yazındaki bu eksiklik, halk müziği ses eğitimi programlarında kullanılabilecek sistematik ve uygulamaya dönük nefes eğitim modellerine duyulan ihtiyacı ortaya koymaktadır.

Ayrıca halk müziği ses eğitiminde kullanılan nefes çalışmalarının çoğu zaman belirli bir program dâhilinde yürütülmemesi ve repertuvarın gerektirdiği performans özellikleriyle doğrudan ilişkilendirilmemesi, öğrencilerin karşılaştıkları teknik sorunların çözümünü güçleştirmektedir. Bu durum, uzun melodik cümlelerin icrasında nefes kontrolünün geliştirilmesine yönelik bilimsel temelli uygulamaların etkililiğinin araştırılmasını gerekli kılmaktadır.

Bu bağlamda araştırmanın problem durumu; Türk halk müziğinde uzun melodik cümlelerin icrasında gerekli olan nefes kontrolü becerilerinin geliştirilmesine yönelik uygulamaların yeterince sistematik ve alan odaklı olmaması, geleneksel öğretim anlayışı ile bilimsel ses eğitimi yaklaşımlarının bütünleştirilmesine ilişkin bilgi eksikliği bulunması ve nefes egzersizlerinin icra kalitesine olan katkılarının Türk halk müziği bağlamında yeterince ortaya konulamamış olması şeklinde ifade edilebilir. Bu nedenle, Türk halk müziği repertuvarında yer alan uzun melodik cümlelerin seslendirilmesinde nefes egzersizlerinin etkisinin incelenmesi ve elde edilen bulgular doğrultusunda eğitim süreçlerinde kullanılabilecek uygulamalı önerilerin geliştirilmesi önemli bir gereksinim olarak ortaya çıkmaktadır.

Nefes Kapasitesi ve Müzikal İfade İlişkisi

İnsan sesinin üretimi, kompleks bir fizyolojik süreçtir ve bu sürecin merkezinde solunum sistemi yer almaktadır. Vennard (1967), ses üretimini "koordine edilmiş kas hareketlerinin sonucu" olarak tanımlarken, bu koordinasyonun başarısının büyük ölçüde nefes desteğine bağlı olduğunu vurgulamaktadır.

Halk müziğinin karakteristik özelliklerinden olan süsleme teknikleri, vibrato kullanımı ve ses rengi değişimleri, yeterli nefes desteği olmadan başarıyla uygulanamamaktadır. Davran (2010), ses eğitimi üzerine yaptığı çalışmada, nefes kapasitesinin sadece fiziksel bir parametre olmadığını, aynı zamanda müzikal ifadenin zenginleşmesinde kritik bir rol oynadığını vurgulamaktadır. Özellikle uzun havaların icrasında, nefes planlamasının melodik yapıya uygun olarak önceden tasarlanması, yorumun bütünlüğü açısından hayati önem taşımaktadır.

Ses Sağlığı ve Sürdürülebilir İcra

Türk halk müziği, uzun ve kesintisiz müzikal cümlelerin yoğun olarak yer aldığı bir icra geleneğine sahiptir. Özellikle uzun hava, bozlak ve hoyrat gibi türlerde icracılardan beklenen en temel özelliklerden biri, bu uzun cümleleri estetik bütünlük içinde ve tek nefeste sürdürebilme becerisidir. Bu durum, yalnızca müzikal ifade açısından değil, aynı zamanda vokal sağlık açısından da önemli bir gereklilik ortaya koymaktadır.

Yanlış nefes tekniklerinin uzun vadeli etkileri, ses sağlığı açısından ciddi riskler barındırmaktadır. Profesyonel düzeyde sesini kullanan icracıların mesleki sürdürülebilirliği ve performans başarısı, ses üretim mekanizmalarının sağlıklı ve işlevsel olmasına doğrudan bağlıdır (Oksayolu, 2018). Töreyin (2008), profesyonel ses kullanıcılarında görülen vokal problemlerin büyük çoğunluğunun hatalı solunum alışkanlıklarından kaynaklandığını ifade etmektedir. Halk müziği icracılarının sıklıkla uzun konserler vermesi ve yoğun prova programları düşünüldüğünde, doğru nefes tekniklerinin benimsenmesi, kariyer sürdürülebilirliği açısından zorunlu hale gelmektedir. Çevik (2013a), müzik öğretmeni adayları üzerinde yaptığı araştırmada, sistematik nefes egzersizleri uygulayan öğrencilerin ses yorgunluğu şikayetlerinde belirgin azalma olduğunu tespit etmiştir.

Vokal sağlık, sesin doğru, dengeli ve sürdürülebilir biçimde kullanılmasıyla doğrudan ilişkilidir. Uygun nefes kontrolü, doğru destek mekanizması ve bilinçli ses kullanımı, hem performans kalitesini artırmakta hem de ses tellerinin zarar görmesini önlemektedir. Türk halk müziğinde uzun cümlelerin icrası sırasında kontrolsüz ve zorlayıcı nefes kullanımı, ses yorgunluğu, ses kısıklığı ve uzun vadede çeşitli ses problemlerine yol açabilmektedir. Bu bağlamda, uzun müzikal cümlelerin doğru tekniklerle icra edilmesi, yalnızca estetik bir gereklilik değil, aynı zamanda vokal sağlığın korunması açısından da kritik bir unsurdur.

Eğitim Programlarında Nefes Çalışmalarının Yeri

Konservatuvarlar ve müzik eğitimi veren kurumlarda uygulanan müfredatların incelenmesi, nefes eğitime ayrılan sürenin ve içeriğin kurumlar arasında büyük farklılıklar gösterdiğini ortaya koymaktadır. Sakar (2011), Türk müziği eğitimi veren kurumların müfredatlarını karşılaştırdığı çalışmada, nefes tekniklerine yönelik standart bir yaklaşımın bulunmadığını ve bu durumun eğitim kalitesinde tutarsızlıklara yol açtığını belirtmektedir. Benzer şekilde, Yılmaz (2012), halk müziği topluluklarında görev alan sanatçılarla yaptığı görüşmelerde, çoğunluğunun formal eğitim sürecinde yeterli nefes eğitimi almadığını ve bu eksikliği kendi çabalarıyla gidermeye çalıştıklarını tespit etmiştir.

Türk halk müziğinde "uzun cümle" terimi, tek bir nefeste icra edilmesi beklenen melodik yapıları ifade etmektedir. Parlak (2000), geleneksel icra pratiklerini incelerken, uzun havaların "20-30 saniye sürebilen kesintisiz melodik akışlar" içerdiğini belirtmiştir. Bu süre, normal konuşma nefesinin yaklaşık 4-5 katıdır ve özel bir hazırlık gerektirmektedir.

Davran (2006), şarkı söyleme sanatının fiziksel özelliklerini analiz ederken, uzun cümlelerin başarılı icrası için üç temel faktörün önemine dikkat çekmektedir:

- Vital kapasite: Akciğerlerin maksimum hava tutma kapasitesi
- Nefes ekonomisi: Havanın kontrollü ve verimli kullanımı
- Postüral destek: Vücut duruşunun nefes mekanizmasını desteklemesi

Türk halk müziği icrasında nefes teknikleri, yalnızca fiziksel bir zorunluluk değil, aynı zamanda müziğin anlatım gücünü ve devamlılığını sağlayan temel bir unsurdur. Özbek'in (2014), terminoloji araştırmasında vurguladığı üzere, "nefes" olgusu basit bir biyolojik işlevden öte, melodik yapıların taşıdığı duygu yükünü dinleyiciye iletmenin önemli bir yoludur. Bu yaklaşım, nefes çalışmalarının yalnızca icra becerisi açısından değil, sanatsal ifade gücü bakımından da ele alınması gerekliliğini göstermektedir.

Özellikle konservatuvarlarda eğitim gören ses eğitimi öğrencilerinde gözlenen ses yorulması, nefes kontrolü yetersizliği, tiz bölgede gerilme, vibrato düzensizliği, nefesin zamanından önce tükenmesi gibi sorunların büyük bölümü diyaframın bilinçli ve kontrollü kullanımının eksikliğinden kaynaklanmaktadır. Buna rağmen, diyafram farkındalığının öğretimi çoğu zaman teorik açıklamalar ve nefes egzersizleri ile sınırlı kalmakta; öğrencinin kendi beden deneyimi üzerinden anlam kurması yeterince desteklenmemektedir (Akdemir, 2025).

Ses eğitimi, insan sesinin bilimsel temellere dayalı olarak geliştirilmesini hedefleyen sistematik bir süreçtir. Töreyin (2008), ses eğitiminin temelinde doğru nefes tekniği, ses telleri üzerinde kontrollü hava akışı ve rezonans boşluklarının etkin kullanımının yer aldığını belirtmektedir. Bu anatomik yapıların koordineli çalışması, sesin kalitesini ve dayanıklılığını doğrudan etkilemektedir. Özellikle diyafram kasının bilinçli kullanımı, uzun süreli ses üretiminde yorgunluğu azaltırken, ton kalitesinin korunmasına da katkı sağlamaktadır.

Çevik (2013a), müzik öğretmeni adaylarına yönelik ses eğitimi çalışmasında, bireysel farklılıkların gözetilmesinin önemini vurgulamaktadır. Her öğrencinin ses yapısı, fiziksel özellikleri ve müzikal geçmişi farklı olduğundan, ses eğitimi programlarının kişiye özel olarak düzenlenmesi gerekmektedir. Grup derslerinde ortak teknik çalışmalar yapılabilir de, bireysel derslerde öğrencinin ses tipine uygun repertuar seçimi ve egzersiz programlarının hazırlanması, eğitimin verimliliğini artırmaktadır. Ayrıca, psikolojik faktörlerin ses performansına etkisi göz önünde bulundurularak, öğrencinin özgüven gelişimi de eğitim sürecinin ayrılmaz bir parçası olarak ele alınmalıdır.

2.1. Problem Cümlesi

Türk halk müziğinde uzun müzikal cümlelerin icrası sırasında nefes egzersizlerinin rolü nedir ve bu egzersizlerin icra kalitesine olan etkisi nasıl değerlendirilmektedir?

2.2. Amaç ve Önem

Bu araştırma, Türk halk müziğinde uzun müzikal cümlelerin icrası sırasında nefes kontrolü ve nefes egzersizlerinin önemini incelemeyi amaçlamaktadır. Türkülerde uzun soluk gerektiren bölümlerde;

- İcracıların ve öğrencilerin nefes kullanımında yaşadıkları sorunları tespit etmek
- Nefes egzersizlerinin performans üzerindeki etkilerini değerlendirmek
- Müzik eğitiminde nefes tekniklerinin ne düzeyde öğretildiğini ortaya koymak amaçlanmaktadır.

Çalışma hem icracı performansının iyileştirilmesi hem de Türk halk müziğinin sanatsal değerinin korunması ve gelecek nesillere aktarılması açısından somut öneriler sunması bakımından önemlidir.

3. YÖNTEM

Bu çalışma, nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması (case study) deseni kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Durum çalışması, belirli bir olgunun derinlemesine incelenmesini sağlayarak, konunun ayrıntılı bir şekilde analiz edilmesine olanak tanır (Yıldırım ve Şimşek, 2021).

Yin (2018), durum çalışmasını "güncel bir fenomenin, özellikle fenomen ve bağlam arasındaki sınırların açık olmadığı durumlarda, gerçek yaşam bağlamında derinlemesine incelenmesi" olarak tanımlamaktadır. Bu yöntem, "nasıl" ve "niçin" sorularına yanıt aradığında, araştırmacının olaylar üzerinde kontrolünün az olduğu veya hiç olmadığı durumlarda tercih edilmektedir.

3.1. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, amaçlı örnekleme yöntemlerinden maksimum çeşitlilik örnekleme kullanılarak belirlenmiştir. Maksimum çeşitlilik örnekleme, nitel araştırmalarda kullanılan amaçlı örnekleme stratejilerinden biridir. Patton (2014), bu yöntemi “görelî olarak küçük bir örnekleme maksimum çeşitliliği yansıtmak amacıyla, araştırılan konuyla ilgili farklı durumların kasıtlı olarak seçilmesi” şeklinde tanımlamaktadır. Bu örnekleme stratejisinin temel amacı, çeşitlilik gösteren durumlar arasında ortaya çıkabilecek ortak temaları ve farklı boyutları keşfetmektir.

Maksimum çeşitlilik örneklemesinin oluşturulmasında, araştırma problemini farklı bakış açılarıyla değerlendirebilmeye olanak sağlayacak katılımcı özellikleri dikkate alınmıştır. Bu örnekleme yönteminin temel amacı, araştırılan olguya ilişkin farklı özelliklere sahip bireyleri çalışma grubuna dâhil ederek çeşitlilik gösteren durumlar arasındaki ortak ve farklı yönleri ortaya koymaktır. Bu doğrultuda katılımcıların belirlenmesinde araştırmanın amacıyla ilişkili bazı ölçütlerden yararlanılmıştır. Söz konusu ölçütler araştırmacı tarafından geliştirilebildiği gibi, literatürde yer alan kuramsal ve uygulamalı çalışmalar doğrultusunda da belirlenebilmektedir (Başaran, 2017). Araştırmada, Türk halk müziğinde uzun müzikal cümlelerin icrasına ilişkin deneyim düzeyindeki farklılıklar temel çeşitlilik ölçütü olarak kabul edilmiştir. Bu doğrultuda çalışma grubu, uzun müzikal cümleler içeren Türk halk müziği repertuvarına hâkim ve bu repertuvarı aktif olarak icra eden bireylerden oluşturulmuştur. Profesyonel sanatçı grubuna; uzun hava, bozlak ve hoyrat gibi türlerde sahne deneyimine sahip, bu eserleri düzenli olarak seslendiren beş Türk halk müziği sanatçısı dâhil edilmiştir. Öğrenci grubunu ise lisans düzeyinde Türk Halk Müziği alanında öğrenim gören ve düzenli olarak ses eğitimi alan beş öğrenci oluşturmuştur. Böylece araştırmada, uzun müzikal cümlelerin icrasında nefes kullanımına ilişkin görüş ve deneyimlerin hem alanında uzmanlaşmış icracılar hem de eğitim sürecindeki öğrenciler açısından değerlendirilmesi ve karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Türk halk müziği icracıları: Beş profesyonel Türk halk müziği sanatçısı

Halk müziği eğitimi alan öğrenciler: Lisans düzeyinde Türk Halk Müziği dalında ses eğitimi alan beş öğrenci

Araştırmada etik ilkeler doğrultusunda katılımcıların kimlik bilgileri gizli tutulmuş ve katılımcı bilgi kodlama yöntemi kullanılmıştır. Bu kapsamda profesyonel sanatçılar “S1–S5”, öğrenciler ise “Ö1–Ö5” şeklinde kodlanmıştır. Kodlar veri toplama ve analiz süreci boyunca tutarlı biçimde kullanılarak anonimlik ve veri düzeni sağlanmıştır.

3.2. Veri Toplama Teknikleri

Araştırmanın verileri, yarı yapılandırılmış görüşme formu ve gözlem formu kullanılarak toplanmıştır.

Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu

Araştırmanın amacı doğrultusunda, halk müziği icracıları ve THM (Türk Halk Müziği) şan öğrencilerinin nefes kullanımı, nefes egzersizlerinin önemi ve icra sırasında karşılaştıkları sorunlara ilişkin görüşlerini almak amacıyla yarı yapılandırılmış bir görüşme formu hazırlanmıştır.

Yarı yapılandırılmış görüşme tekniğinde, araştırmacı görüşme sürecinde yönelteceği soruları önceden belirleyerek bir görüşme protokolü oluşturur. Ancak bu teknik, esnek bir yapıya sahip olması nedeniyle görüşme sırasında ortaya çıkan yeni durumlara bağlı olarak ek soruların yöneltmesine veya mevcut soruların derinleştirilmesine olanak tanır. Ayrıca, görüşülen bireylerin verdikleri yanıtların kapsamı, ayrıntı düzeyi ve ifade biçimi konusunda belirli tercihlerde bulunabilmeleri mümkündür; katılımcılar yanıtlarını ayrıntılı şekilde sunabilecekleri gibi, bazı durumlarda sınırlı bilgi vermeyi de tercih edebilirler (Türnüklü, 2000). Yarı yapılandırılmış görüşmeler, veri toplama sürecinde ne tam yapılandırılmış görüşmelerde olduğu gibi katı ve önceden belirlenmiş bir yapıya sahiptir ne de yapılandırılmamış görüşmelerde görülen tam esneklik düzeyini barındırır (Altunay vd., 2014).

Yarı yapılandırılmış görüşme formu hazırlanırken ilgili alan yazın incelenmiş, özellikle Türk halk müziğinde nefes kullanımı, uzun cümlelerin icrası ve ses eğitimi tekniklerine ilişkin kavramsal çerçeve dikkate alınmıştır. Görüşme formunda yer alan sorular; katılımcıların uzun müzikal cümleleri icra ederken karşılaştıkları güçlükler, nefes kontrol stratejileri, uyguladıkları egzersizler ve bireysel deneyimlerini ortaya koyacak şekilde açık uçlu olarak yapılandırılmıştır. Form, uzman görüşü alınarak kapsam ve içerik açısından değerlendirilmiş

ve gerekli düzenlemeler yapılarak son haline getirilmiştir. Bu yapı sayesinde araştırmada hem belirli temalar çerçevesinde veri toplanmış hem de katılımcıların kendi deneyimlerini ayrıntılı biçimde ifade edebilmelerine olanak tanınmıştır.

Görüşmeler birebir yapılmış, katılımcıların uygunluğuna göre yüz yüze veya çevrim içi platformlar üzerinden gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler katılımcıların izni doğrultusunda ses kayıt cihazı kullanılarak kaydedilmiştir. Her görüşme ortalama 15-20 dakika sürmüştür.

Görüşme formunda yer alan örnek sorular:

1. Uzun müzikal cümleleri icra ederken en çok hangi teknik zorlukları yaşıyorsunuz?
2. Nefes kontrolü, performansınızda ne tür değişikliklere yol açıyor?
3. Nefes egzersizlerini düzenli uyguluyor musunuz? Hangi teknikleri kullanıyorsunuz?
4. Nefes egzersizlerinin müzikal yorumlama ve dayanıklılık üzerindeki etkilerini nasıl değerlendiriyorsunuz?
5. Halk müziği eğitiminde nefes tekniklerinin öğretilme düzeyi hakkında ne düşünüyorsunuz?

Gözlem Formu

Araştırmacı, çalışma grubundaki öğrencilerin nefes kontrolüyle icra ettikleri uzun cümleleri gözlemlemiş ve bu gözlemlerini yapılandırılmış bir gözlem formuna kaydetmiştir.

Nitel araştırma yaklaşımının en önemli veri toplama tekniklerinden bir olan gözlem, doğal ortamlarda yapılan, davranışların incelenmesini temel amaç edinen bir veri toplama aracıdır. (Ekiz, 2017). Gözlem yöntemi kendi içinde katılımcı, katılımcı olmayan olmak üzere iki kategoriye ayrılmaktadır (Merriam, 2018). Katılımcı gözlemci olarak yürütülen gözlem sürecinde, araştırmacı katılımcı gözlemcinin bir alt türü olan 'gözlemci olarak katılımcı rolü' nü üstlenmiştir. Araştırmacı, bu durumda araştırılan duruma katılım sağlamaktadır. Aynı zamanda da gözlem yaparak kişilerdeki gelişimi incelemektedir. Bu süreçte sağlıklı iletişimin kurulması için araştırmacı ve gözlenen kişinin kimleri gizli tutulmamaktadır (Ekiz, 2017).

Gözlem formu katılımcıların performans süreçlerini sistematik biçimde incelemek amacıyla geliştirilmiştir. Formun oluşturulmasında; nefes alma sıklığı, nefesin kullanım süresi, cümle bütünlüğünü koruma düzeyi, artikülasyon, sesin sürekliliği ve teknik yeterlilik gibi performansa dayalı ölçütler dikkate alınmıştır. Gözlem sürecinde araştırmacı, katılımcıların belirlenen repertuar parçalarını icra etmeleri sırasında bu ölçütlere göre yapılandırılmış kayıtlar tutmuştur. Gözlem formu hem betimleyici (nitel) notlar hem de belirli performans göstergelerine dayalı değerlendirmeleri içerecek şekilde düzenlenmiştir. Böylece görüşmelerden elde edilen öznel veriler ile gözlem yoluyla elde edilen nesnel verilerin birlikte değerlendirilmesi sağlanarak veri çeşitliliği (triangulation) artırılmıştır.

Gözlem formunda yer alan kriterler:

- Nefes Kontrolü
 1. Nefesi doğru yerde alma
 2. Nefesi cümle sonuna kadar taşıma
 3. Nefesin dengeli kullanımı
 4. Nefes kontrolünde süreklilik
- Müzikal Cümle Bütünlüğü
 1. Cümleyi bölmeden icra etme
 2. Müzikal akışın Sürekliliği
 3. Anlamlı ifade bütünlüğü
 4. Cümle sonlandırma başarısı

- İcra Teknikleri
 1. Diyafram kullanımı
 2. Ses yerleşimi
 3. Artikülasyon/Diksiyon
 4. Entonasyon doğruluğu
- Karşılaşılan Zorluklar
 1. Cümle ortasında nefes alma
 2. Cümle sonunda ses düşmesi
 3. Ritmik aksama
 4. Performans kaygısı belirtileri

Gözlem formunda katılımcıların performansları, Türk halk müziğinde uzun cümle icrasına yönelik belirlenen ölçütler doğrultusunda değerlendirilmiştir. Bu kapsamda nefes kontrolü, nefes süresi, cümle bütünlüğünü koruma, sesin sürekliliği, artikülasyon ve diksiyon ile teknik doğruluk gibi kriterler esas alınmıştır. Her bir ölçüt, performans düzeyini belirlemek amacıyla 5'li Likert tipi derecelendirme (1=çok yetersiz, 5=çok iyi) üzerinden puanlanmıştır. Bu sayede katılımcıların icra düzeyleri sistematik ve karşılaştırılabilir bir şekilde analiz edilmiştir.

Gözlem formunun uygulanma aşamasında, öğrencilerle TRT repertuarında bulunan ve icrasında uzun soluk kullanımını gerektiren aşağıda belirtilen eserler üzerine çalışmalar gerçekleştirilmiştir.

Tablo 1

Araştırmada kullanılan türkülere ilişkin repertuvar bilgileri

Türkü Adı	Yöre	Makam	Kaynak Kişi	Derleyen	Repertuar No	Usül
Dost Dost Diye Hayalına Yeldiğim	Sivas	Hüseyni	Aşık Veysel Şatıroğlu	Muzaffer Sarısözen	440	2/4
Ah Gine Bugün Yaralandım	Erzurum	Hüseyni	Saadettin Akatay	Muzaffer Sarısözen	1076	4/4
Seherde Ağlayan Bülbül	Sivas	Hüseyni	Aşık Veysel Şatıroğlu	Muzaffer Sarısözen	826	2/4

Gözlem formunun uygulanma aşamasında, öğrencilerle TRT Türk Halk Müziği repertuarında yer alan ve icrasında uzun soluk kullanımını gerektiren üç eser üzerinde çalışmalar gerçekleştirilmiştir. Gözlem sürecinde kullanılan eserlerin yöre, makam, kaynak kişi, derleyen, repertuar numarası ve usul bilgileri Tablo 1'de sunulmuştur. Tablo 1 incelendiğinde, araştırmada yer alan üç türkünün de Hüseyni makamında olduğu, farklı yörelerden derlenmiş olmalarına rağmen ortak makam özelliği taşıdığı görülmektedir.

Seçilen eserlerde yer alan uzun soluklu müzik cümleleri aşağıdaki Nota 1, 2 ve 3'te gösterilmiştir. Belirlenen bölümlerde öğrencilerin nefes kontrolleri gözlemlenmiştir.

Nota 1

"Dost dost diye hayalına yeldiğim" eserinde uzun soluk gerektiren müzik cümlesi



Nota 2

"Ah gine bugün yaralandım" eserinde uzun soluk gerektiren müzik cümlesi

**Nota 3**

"Seherde ağlayan bülbül" eserinde uzun soluk gerektiren müzik cümlesi

**3.3. Verilerin Analizi**

Bu araştırmada, Türk Halk Müziğinde uzun soluklu müzikal cümlelerin icrasına yönelik veriler, yarı yapılandırılmış görüşme ve gözlem teknikleri aracılığıyla elde edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde nitel veri analiz yöntemlerinden betimsel analizi kullanılmıştır. Yıldırım ve Şimşek (2016, s.239) betimsel analizi, "elde edilen verilerin daha önceden belirlenen temalara göre özetlenip yorumlandığı, görüşülen ya da gözlenen bireylerin görüşlerini çarpıcı bir biçimde yansıtmak amacıyla doğrudan alıntılara sıkça yer verilen ve elde edilen bulguların düzenlenmiş ve yorumlanmış bir biçimde okuyucuya sunulduğu bir nitel veri analizi türü" olarak tanımlamaktadır.

Analiz süreci, önceden belirlenen temalar çerçevesinde verilerin düzenlenmesi ve yorumlanmasına dayanmaktadır. Bu doğrultuda analiz süreci şu aşamalar izlenerek gerçekleştirilmiştir:

İlk aşamada, yarı yapılandırılmış görüşmelerden elde edilen veriler öncelikle yazılı metne dönüştürülmüş ve ardından detaylı bir biçimde incelenmiştir. gözlem formlarından elde edilen veriler araştırmacı tarafından hazırlanan gözlem formu doğrultusunda sistematik olarak kayıt altına alınmıştır. Gözlem verileri; icracıların nefes kullanımı, cümle bütünlüğü, ses kontrolü, süsleme teknikleri ve icra sırasında karşılaşılan güçlükler gibi ölçütler çerçevesinde değerlendirilmiştir. Bu veriler, görüşme bulgularını desteklemek ve derinleştirmek amacıyla analiz sürecine dahil edilmiştir. İkinci aşamada, araştırmanın amacı doğrultusunda veri seti tekrar tekrar okunarak anlamlı ifadeler belirlenmiş ve ön kodlar oluşturulmuştur. Üçüncü aşamada, benzer içeriklere sahip kodlar bir araya getirilerek kategoriler oluşturulmuş, bu kategoriler daha üst düzeyde temalar altında toplanmıştır. Son aşamada ise elde edilen bulgular, doğrudan alıntılar ve gözlem verileri ile desteklenerek betimlenmiş ve yorumlanmıştır.

Kodlama sürecinde hiyerarşik bir yapı benimsenmiştir. Bu yapı; kod, kategori ve tema olmak üzere üç düzeyden oluşmaktadır. Kodlar, veride yer alan anlamlı en küçük birimleri temsil ederken; kategoriler benzer kodların bir araya getirilmesiyle oluşturulmuştur. Temalar ise kategorilerin daha üst düzeyde kavramsallaştırılmasıyla elde edilmiştir. Örneğin, "nefes yetmemesi", "cümle ortasında nefes alma" gibi kodlar "nefes kontrolü sorunları" kategorisi altında toplanmış, bu kategori de "icra sürecinde karşılaşılan güçlükler" teması içerisinde değerlendirilmiştir. Bu hiyerarşik kodlama yapısı, hem görüşme hem de gözlem verilerinin bütüncül bir şekilde analiz edilmesine olanak sağlamış, farklı veri kaynaklarından elde edilen bulguların karşılaştırmalı olarak incelenmesini mümkün kılmıştır. Böylece araştırmada veri çeşitliliği sağlanarak bulguların geçerlik ve güvenilirliği artırılmıştır.

Veri analizi sürecinde izlenen adımlar:

1. Görüşme kayıtları yazılı hale getirilmiştir.

2. Veriler, kodlama yöntemiyle sınıflandırılmış ve benzer ifadeler temalar altında toplanmıştır.
3. Analiz sonuçları, katılımcıların doğrudan alıntlarıyla desteklenmiştir.
4. Gözlem sürecinde elde edilen veriler, araştırmacı tarafından oluşturulan gözlem formu doğrultusunda sistematik olarak kayıt altına alınmıştır. Bu veriler, görüşme bulgularını desteklemek ve karşılaştırmak amacıyla analiz edilmiştir.

Verilerin güvenilirliği:

Katılımcı doğrulaması yapılmış, analiz edilen veriler tekrar katılımcılarla paylaşılmış ve doğruluk onayı alınmıştır.

4. BULGULAR

Bu bölümde, araştırma kapsamında elde edilen veriler, yarı yapılandırılmış görüşme sonuçları doğrultusunda analiz edilmiş ve temalar oluşturularak sunulmuştur. Katılımcıların görüşleri araştırmanın alt problemlerine uygun olarak betimsel analiz yöntemiyle değerlendirilmiştir. Bulgular doğrudan alıntılarla desteklenmiş ve yorumlanmıştır. Araştırmaya katılan beş profesyonel sanatçı ve 5 öğrencinin görüşleri, beş öğrencinin gözlem notları ve performans analizleriyle birlikte değerlendirilerek dört ana tema altında toplanmıştır.

4.1. Nefes Kontrolüne İlişkin Bulgular

Nefes kontrolüne ilişkin gözlem verileri incelendiğinde, katılımcıların bu alanda genel olarak orta düzeyin altında bir performans sergiledikleri belirlenmiştir ($\bar{X} \approx 2.6$).

Alt ölçütler bazında değerlendirildiğinde, nefesi doğru yerde alma becerisinin diğer ölçütlere göre daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu ($\bar{X} = 2.8$), buna karşın nefes kontrolünde süreklilik ($\bar{X} = 2.4$) ve nefesi cümle sonuna kadar taşıma ($\bar{X} = 2.6$) becerilerinin daha düşük düzeyde kaldığı görülmektedir. Nefesin dengeli kullanımı ölçütünde de benzer şekilde orta düzeyin altında bir performans ($\bar{X} = 2.6$) tespit edilmiştir.

Frekans dağılımları incelendiğinde, katılımcıların önemli bir bölümünün "geliştirilmeli" düzeyinde yoğunlaştığı, bununla birlikte bazı katılımcıların "iyi" düzeyde performans sergilediği dikkat çekmektedir. Bu durum, grup içerisinde nefes kontrolü becerileri açısından bireysel farklılıklar bulunduğunu göstermektedir.

Elde edilen bulgular, katılımcıların nefesi doğru yerde alma konusunda kısmen yeterli olduklarını, ancak nefesi dengeli kullanma, süreklilik sağlama ve cümle sonuna kadar taşıma becerilerinde yetersizlikler yaşadıklarını ortaya koymaktadır. Bu durum, uzun soluklu müzik cümlelerinin icrasında nefes yönetiminin henüz yeterli düzeyde gelişmediğini göstermektedir.

Gözlem verileri, katılımcıların önemli bir kısmının uzun soluklu müzik cümlelerini icra ederken nefes kontrolünde güçlük yaşadığını göstermektedir. Öğrenci katılımcıların nefesi cümle ortasında tüketme eğiliminde oldukları, buna karşılık deneyimli icracıların ise nefesi ekonomik kullanarak cümle sonuna kadar taşıyabildikleri görülmüştür.

Görüşme verileri de bu bulguyu destekler niteliktedir. Katılımcılardan biri bu durumu şu şekilde ifade etmiştir:

Ö3: "Uzun cümlelerde nefesimi ayarlamakta zorlanıyorum, çoğu zaman cümlelerin ortasında nefes almak zorunda kalıyorum."

S1: "Bozlak icralarında bazen nefesi doğru kullanmadığımda cümleyi tamamlayamıyorum. Bu da melodiyi kesintiye uğrattıyor ve dinleyici üzerinde olumsuz bir etki bırakıyor. Özellikle Avşar bozlaklarında, melodik yapının uzun ve süslü olması nedeniyle nefes planlaması yapmadığım zamanlarda büyük zorluklar yaşıyorum."

Ö3: "Uzun havalarda nefesimi yetiştiremiyorum. Özellikle cümle sonunda nefesim bitince sesim titremeye başlıyor. Bazen parçayı yarıda kesip nefes almak zorunda kalıyorum, bu da müzikal bütünlüğü bozuyor."

S4: "30 yıllık sanat hayatımda gördüğüm en büyük sorunlardan biri, genç icracıların nefes tekniğini önemsememeleri. Hızlı ve yüzeysel nefes alma alışkanlığı, uzun vadede ses tellerine de zarar veriyor."

"Nefesi başta hızlı tükettiğim için cümlelerin sonunu getiremiyorum." (Ö5)

Gözlem ve görüşme verileri birlikte değerlendirildiğinde, nefes kontrolünün yalnızca teknik bir beceri değil, aynı zamanda planlama ve deneyim gerektiren bir süreç olduğu anlaşılmaktadır. Deneyimli icracıların nefesi daha ekonomik kullandıkları hem gözlemlenmiş hem de kendi ifadelerinde vurgulanmıştır. Ersöz'ün (2020) flüt çalma sanatında nefes tekniğine ilişkin çalışmasında belirttiği üzere, nefes kapasitesi gelişmemiş bir icracının yaklaşık beş saniyelik üfleme süresine sahip olduğu, oysa düzenli egzersizlerle bu sürenin en az dört katına çıkarılabildiği tespit edilmiştir. Bu bulgu, Türk halk müziğindeki uzun havaların özellikle serbest ritimli ve kesintisiz ezgi yapılarının icrasında nefes egzersizlerinin neden zorunlu olduğunu açıkça göstermektedir. Türk halk müziğinin karakteristik unsurlarından olan uzun havalar, Karakoç ve diğerlerinin (2025) belirttiği gibi, belirli makamsal yapılar içinde uzun ve kesintisiz melodik hatlar içermektedir. Bu yapıların başarılı icrası, yalnızca müzikal yetkinlik değil, aynı zamanda gelişmiş bir solunum kontrolü gerektirmektedir.

4.2. Müzikal Cümle Bütünlüğüne İlişkin Bulgular

Müzikal cümle bütünlüğüne ilişkin gözlem verileri incelendiğinde, katılımcıların bu alanda genel olarak orta düzeye yakın ancak yeterli olmayan bir performans sergiledikleri belirlenmiştir ($\bar{X} \approx 2.65$).

Alt ölçütler değerlendirildiğinde, müzikal akışın sürekliliği ölçütünün en yüksek ortalamaya sahip olduğu ($\bar{X} = 3.0$), buna karşın cümle sonlandırma başarısının en düşük ortalamaya sahip olduğu ($\bar{X} = 2.2$) görülmektedir. Cümleyi bölmeden icra etme ($\bar{X} = 2.8$) ve anlamlı ifade bütünlüğü ($\bar{X} = 2.6$) ölçütlerinde ise orta düzeye yakın performanslar tespit edilmiştir.

Frekans dağılımları incelendiğinde, katılımcıların büyük çoğunluğunun "orta" ve "geliştirilmeli" düzeylerinde yoğunlaştığı, "iyi" düzeyde performans sergileyen katılımcı sayısının sınırlı olduğu dikkat çekmektedir. Özellikle cümle sonlandırma becerisinde düşük düzeyde performansların yoğunlaşması, müzikal ifadede tamamlanma hissinin yeterince sağlanamadığını göstermektedir.

Elde edilen bulgular, katılımcıların müzikal akışı genel olarak sürdürebildiklerini, ancak cümle bütünlüğünü tam anlamıyla koruyamadıklarını ve özellikle cümle sonlandırma aşamasında belirgin zorluklar yaşadıklarını ortaya koymaktadır.

Görüşme verileri incelendiğinde, katılımcıların da bu durumun farkında oldukları görülmektedir:

"Cümleyi bölmeden okumam gerektiğini biliyorum ama nefes yetmeyince ister istemez bölüyorum." (Ö2)

"Cümle bölündüğünde türkü anlatımını kaybediyor gibi hissediyorum." (S1)

Gözlem bulgularında özellikle öğrencilerin cümle bütünlüğünü korumakta zorlandıkları, buna karşın deneyimli icracıların cümleyi tek bir ifade yapısı içinde sunabildikleri belirlenmiştir.

Bu bulgular, müzikal cümle bütünlüğünün doğrudan nefes kontrolü ve teknik yeterlilik ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır.

4.3. İcra Tekniklerine İlişkin Bulgular

İcra tekniklerine ilişkin bulgular incelendiğinde, katılımcıların bu alanda genel olarak orta düzeye yakın ancak dengesiz bir performans sergiledikleri belirlenmiştir ($\bar{X} \approx 2.7$).

Alt ölçütler değerlendirildiğinde, artikülasyon ($\bar{X} = 2.8$) ve entonasyon doğruluğu ($\bar{X} = 2.8$) ölçütlerinde katılımcıların daha dengeli ve kabul edilebilir düzeyde performans sergiledikleri görülmektedir. Buna karşılık diyafram kullanımı ($\bar{X} = 2.6$) ve ses yerleşimi (rezonans) ($\bar{X} = 2.6$) ölçütlerinde daha düşük performanslar tespit edilmiştir.

Frekans dağılımları, katılımcıların performanslarının "yetersiz" ile "iyi" düzeyleri arasında geniş bir aralığa yayıldığını ve grup içerisinde belirgin bireysel farklılıklar bulunduğunu göstermektedir. Özellikle temel ses üretim mekanizmalarına ilişkin ölçütlerde (diyafram ve rezonans) zayıf performansların varlığı dikkat çekmektedir.

Elde edilen bulgular, katılımcıların müzikal doğruluk ve artikülasyon açısından belirli bir yeterliliğe sahip olduklarını, ancak ses üretiminin temelini oluşturan teknik becerilerde eksiklikler bulunduğunu ortaya koymaktadır.

Görüşme verileri de bu durumu desteklemektedir:

Ö4: "Diyaframı doğru kullanamadığımda nefesim çabuk bitiyor."

S2: "Sesimi doğru yere oturttuğumda cümleyi daha rahat tamamlayabiliyorum."

S4: "Düzenli nefes egzersizleri yaptığımda performansında gözle görülür bir iyileşme oldu. Cümlelerin sonuna kadar nefesimi yetirebiliyor ve yorulmadan söyleyebiliyorum. Özellikle sabah saatlerinde yaptığım 20 dakikalık diyafram egzersizleri, tüm gün boyunca sesimi daha güçlü ve kontrollü kullanmamı sağlıyor."

Ö2: "Çalışma öncesi diyafram egzersizleri yaptırdıktan sonra nefesimi daha iyi kontrol ediyorum. Bu egzersizler sayesinde daha uzun cümleleri kesintisiz icra edebiliyorum. Eskiden 8 ölçülük bir cümleyi tamamlayamazken, şimdi 16 ölçülük pasajları rahatça söyleyebiliyorum."

Gözlemler, teknik altyapısı daha güçlü olan katılımcıların nefesi daha kontrollü kullandıklarını ve cümleleri kesintisiz icra edebildiklerini ortaya koymaktadır.

Bu doğrultuda, icra tekniklerinin yalnızca ses üretimiyle sınırlı olmadığı, aynı zamanda müzikal cümlelerin sürekliliğini sağlamada önemli bir rol oynadığı söylenebilir. Aydın ve Sağer'in (2023) Türk halk müziği ekosisteminde çalgı ve vokal icra etkileşimine yönelik araştırmaları, nefes tekniğinin yalnızca üflemeli çalgılarla sınırlı kalmadığını, vokal icrada da belirleyici bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Bu çalışmalar, ağız ve hançere tekniklerinin oluşumunda ezgisel kodların önemini vurgularken, aynı zamanda nefes kontrolünün bu tekniklerin temelini oluşturduğunu göstermektedir. Benzer biçimde, Öner'in (2020) ses eğitimi ve ses açma egzersiz tekniklerine ilişkin bulguları da mevcut sonuçları desteklemektedir. Öner, ses üretiminde doğru nefes desteği, uygun rezonans alanlarının kullanımı ve sistematik egzersizlerin ses kalitesi ile kontrol üzerinde doğrudan etkili olduğunu belirtmektedir. Bu bağlamda araştırmadaki görüşme verilerinde yer alan "diyaframı doğru kullanamadığımda nefesim çabuk bitiyor" ve "sesimi doğru yere oturttuğumda cümleyi daha rahat tamamlayabiliyorum" ifadeleri, literatürde vurgulanan teknik-pratik ilişkiyi somut biçimde doğrulamaktadır. Özellikle düzenli nefes egzersizi yapan katılımcıların daha uzun cümleleri kesintisiz icra edebildiklerini ifade etmeleri, teknik gelişimin doğrudan performans kalitesine yansıdığını göstermektedir.

Karşılaşılan Zorluklara İlişkin Bulgular

Karşılaşılan zorluklara ilişkin bulgular incelendiğinde, katılımcıların uzun soluklu müzik cümlelerini icra sürecinde hem teknik hem de psikolojik çeşitli sorunlar yaşadıkları belirlenmiştir.

Katılımcıların cümle ortasında nefes alma ($\bar{X} = 2.8$) ve cümle sonunda ses düşmesi ($\bar{X} = 2.2$) gibi nefes temelli sorunları belirli düzeylerde yaşadıkları görülmektedir. Özellikle cümle ortasında nefes alma davranışının bazı katılımcılarda daha belirgin olduğu dikkat çekmektedir. Türk halk müziğinde özellikle uzun hava ve geniş melodik seyirli eserlerde ezginin doğal akışının korunması, yalnızca doğru ses basımıyla değil, aynı zamanda nefesin yerinde ve planlı kullanımıyla mümkündür. Türk halk müziği ezgisel yapısına ilişkin çalışmalar, bu müzik türünde motiflerin ve cümle kuruluşlarının anlam ve ifade taşıyan yapılar olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla cümle ortasında zorunlu nefes alma, yalnızca teknik bir eksiklik değil, aynı zamanda müzikal anlatımın ve üslubun bozulmasına yol açan bir durum olarak değerlendirilmelidir (Eke, 2016).

Entonasyon bozulması ($\bar{X} = 2.8$) ve ritmik aksama ($\bar{X} = 3.0$) bulguları, katılımcıların müzikal doğruluk ve ritim sürekliliği açısından da sorunlar yaşadıklarını göstermektedir. Ritmik aksamanın katılımcıların büyük çoğunluğunda görülmesi, bu sorunun grup genelinde yaygın olduğunu ortaya koymaktadır. Entonasyon bozulması ve ritmik aksama bulguları, nefes kontrolündeki yetersizliğin yalnızca sesin süresini değil, müzikal doğruluğu da etkilediğini göstermektedir.

Bulgular içinde en yüksek ortalamanın performans kaygısında görülmesi ($\bar{X} = 3.6$), uzun müzikal cümlelerin icrasında psikolojik boyutun en az teknik boyut kadar belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır. Katılımcı ifadelerinde heyecanın nefesi kısaltması, sesi titretmesi ve kontrolü zorlaştırması, performans kaygısının doğrudan fizyolojik çıktılar ürettiğini göstermektedir. Türkiye'de müzik performans kaygısı alanında yapılan

araştırmalar, bu olgunun özellikle öğrenciler ve sahne deneyimi sınırlı bireylerde yaygın olduğunu; dikkat, motor koordinasyon, teknik doğruluk ve sahne başarısı üzerinde olumsuz etkiler oluşturduğunu ortaya koymaktadır (Kurtaslan vd., 2022) Ayrıca Türkiye’de müzik performans kaygısı üzerine yapılmış lisansüstü çalışmaların incelendiği araştırmada da kaygının performansın teknik niteliğini düşüren temel değişkenlerden biri olduğu vurgulanmaktadır (Can ve Akbal, 2021).

Bu bağlamda, gözlem ve görüşme verilerinde ortaya çıkan “heyecanlandığımda hem nefesim yetmiyor hem de sesim titriyor” ifadesi, performans kaygısının teknik yetersizlikleri artırıcı etkisini somut biçimde desteklemektedir. Kaygı durumunda solunumun yüzeyselleşmesi, diyafram desteğinin zayıflaması ve kas gerginliğinin artması; hem sesin yerleşimini hem de cümle sonuna kadar taşınmasını zorlaştırmaktadır. Müzik öğretmeni adayları üzerine yapılan çalışmalarda da iyi oluş düzeyi ile performans kaygısı arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu, psikolojik sağlamlığın sahne performansını dolaylı biçimde etkilediği ifade edilmektedir (Eğilmez, 2021).

Elde edilen bulgular, katılımcıların yaşadığı zorlukların yalnızca teknik becerilerle sınırlı olmadığını; nefes kontrolü, müzikal süreklilik ve psikolojik faktörlerin bir arada etkili olduğunu göstermektedir.

Görüşme verileri bu bulguları destekler niteliktedir:

“Cümlelerin sonuna doğru sesim düşüyor ve kontrol etmek zorlaşıyor.” (Ö1)

“Heyecanlandığımda hem nefesim yetmiyor hem de sesim titriyor.” (Ö6)

Ayrıca performans kaygısının özellikle öğrencilerde teknik sorunları artırdığı hem gözlem hem de katılımcı ifadelerinde ortaya çıkmıştır.

Gözlem ve görüşme verilerinin birlikte değerlendirilmesi, karşılaşılan zorlukların büyük ölçüde nefes yönetimi, teknik yetersizlik ve performans kaygısı ile ilişkili olduğunu göstermektedir.

Elde edilen tüm bulgular birlikte değerlendirildiğinde, katılımcıların artikülasyon ve entonasyon gibi bazı teknik alanlarda belirli bir yeterliliğe sahip oldukları; ancak nefes kontrolü, diyafram kullanımı ve ses yerleşimi gibi temel becerilerdeki yetersizliklerin müzikal cümle bütünlüğünü olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Bununla birlikte, performans kaygısının tüm katılımcılarda görülmesi, icra sürecinde psikolojik faktörlerin de belirleyici bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, uzun soluklu müzik cümlelerinin etkili bir şekilde icra edilebilmesi için teknik ve psikolojik boyutların birlikte ele alınması gerektiği anlaşılmaktadır.

5. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç ve Tartışma

Bu araştırmada elde edilen veriler, yarı yapılandırılmış görüşmeler ve gözlem tekniği aracılığıyla toplanmış ve bütüncül bir yaklaşımla analiz edilmiştir. Farklı veri toplama yöntemlerinin birlikte kullanılması, araştırmanın güvenilirliğini artırmak ve elde edilen bulguları derinlemesine incelemek amacıyla tercih edilmiştir.

Görüşme verileri incelendiğinde, katılımcıların uzun soluklu müzikal cümlelerin icrasında özellikle nefes kontrolü, cümle bütünlüğü ve teknik yeterlilik konularına vurgu yaptıkları görülmüştür. Katılımcılar, uzun hava ve benzeri türlerde başarılı bir icra için nefesin doğru planlanması ve diyafram kullanımının önemine dikkat çekmiştir. Bu bulgu, Kaya’nın (2018) uzun hava icrasında nefesin melodik akışı kesintiye uğratmaması gerektiğine yönelik görüşleriyle örtüşmektedir. Benzer şekilde Öztürk (2014), bozlak geleneğinde nefesin yalnızca fizyolojik bir gereksinim değil, müzikal anlatımı şekillendiren temel bir unsur olduğunu belirtmektedir. Araştırmada katılımcıların nefes kontrolünü müzikal ifadenin temel belirleyicilerinden biri olarak değerlendirmeleri, söz konusu çalışmaları destekler niteliktedir.

Gözlem verileri ise görüşme bulgularını büyük ölçüde destekler niteliktedir. Özellikle sanatçı ve öğrenci grupları arasında belirgin farklılıklar tespit edilmiştir. Sanatçı grubunun nefes kontrolü, cümle bütünlüğünü koruma ve entonasyon doğruluğu açısından daha başarılı olduğu gözlemlenirken; öğrenci grubunda nefes yetmezliği, cümle bölünmesi ve fiziksel yorgunluk gibi durumların daha sık ortaya çıktığı belirlenmiştir. Bu

sonuçlar, Ergen'in (2020) Türk halk müziği öğrencilerinin nefes desteğini yeterli düzeyde kullanamadıkları ve bunun özellikle uzun hava icralarında çeşitli performans sorunlarına yol açtığı yönündeki bulgularıyla benzerlik göstermektedir.

Öğrenciler ile deneyimli icracılar arasında gözlenen fark da bu bulguları desteklemektedir. Deneyimli icracıların cümleyi tek bir ifade yapısı içinde sunabilmeleri, müzikal cümle bütünlüğünün yalnızca doğuştan gelen bir yeti değil; tekrar, deneyim, nefes kontrolü ve stil bilgisiyle gelişen bir icra becerisi olduğunu düşündürmektedir. Bu durum, Yılmaz'ın (2012) profesyonel halk müziği icracılarının deneyim yoluyla geliştirdikleri nefes kullanım stratejilerine ilişkin bulgularıyla paralellik göstermektedir. Aynı zamanda Tura'nın (1998) geleneksel icra bilgisinin bilimsel ses eğitimi yöntemleriyle desteklenmesi gerektiğine yönelik değerlendirmeleri de bu sonucu açıklamaktadır.

Araştırma bulguları, düzenli nefes egzersizlerinin uzun müzikal cümlelerin daha akıcı ve yorulmadan icra edilmesine katkı sağladığını ortaya koymuştur. Katılımcıların önemli bir kısmı, diyafram temelli nefes çalışmaları sonrasında cümleleri daha rahat tamamlayabildiklerini ifade etmiştir. Bu sonuç, Miller'in (1996) nefes kontrolünün rezonans etkinliğini artırdığı ve ses kalitesini geliştirdiği yönündeki görüşleriyle uyumludur. Benzer şekilde Töreyin (2008), Çevik (2013b) ve Öner (2020) tarafından yürütülen çalışmalar da düzenli nefes ve ses açma egzersizlerinin ses dayanıklılığı ve performans kalitesi üzerinde olumlu etkileri olduğunu ortaya koymaktadır.

Araştırmada öğrencilerin özellikle diyafram kullanımı ve ses yerleşimi konularında yetersizlik yaşadıkları belirlenmiştir. Katılımcıların diyaframı etkin kullanamadıklarında nefeslerinin daha hızlı tükendiğini ifade etmeleri, Çevik'in (2006) ses eğitiminin bireyin sesini anatomik ve fizyolojik özelliklerine uygun, doğru solunum desteğiyle kullanmasını hedeflediği yönündeki görüşlerini desteklemektedir. Benzer şekilde, Topbaş ve Çelik (2016), bireysel ses eğitiminde doğru nefes tekniği, diyafram desteği ve ses organlarının koordineli kullanımının etkili ve sağlıklı ses üretiminin temelini oluşturduğunu belirtmektedir. Bu doğrultuda elde edilen bulgular, öğrencilerin diyafram kullanımına yönelik becerilerinin geliştirilmesinin uzun soluk kontrolü ve ses kalitesinin artırılması açısından önemli olduğunu göstermektedir.

Araştırmada elde edilen bir diğer önemli bulgu, nefes kontrolündeki yetersizliklerin müzikal cümle bütünlüğünü doğrudan etkilemesidir. Özellikle öğrencilerin cümle ortasında nefes alma eğilimi göstermeleri ve cümle sonlandırmada güçlük yaşamaları, müzikal anlatımın bütünlüğünü zedelemektedir. Bu durum, Parlak'ın (2000) uzun havalarda görülen kesintisiz melodik yapıların özel bir nefes hazırlığı gerektirdiğine yönelik tespitleriyle açıklanabilir.

Araştırma sonuçları, performans kaygısının da uzun müzikal cümlelerin icrasında önemli bir değişken olduğunu göstermiştir. Katılımcılar, heyecanlandıklarında nefeslerinin kısaldığını, ses kontrolünün zorlaştığını ve cümle bütünlüğünü korumakta güçlük çektiklerini belirtmişlerdir. Bu bulgular, Kurtaslan ve diğerlerinin (2022) müzik performans kaygısının teknik doğruluk ve sahne başarısı üzerinde olumsuz etkiler oluşturduğunu ortaya koyan çalışmalarıyla uyumludur. Benzer biçimde Can ve Akbal (2021) ile Eğilmez'in (2021) araştırmaları da performans kaygısının müzikal performans üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Her iki veri kaynağının birlikte değerlendirilmesi sonucunda, uzun soluklu müzikal cümlelerin icrasında teknik bilgi, deneyim, nefes kontrolü ve psikolojik hazırlığın belirleyici unsurlar olduğu anlaşılmaktadır. Görüşmelerde ifade edilen sorun alanlarının gözlem verileriyle örtüşmesi, elde edilen bulguların tutarlılığını güçlendirmektedir. Bu durum, araştırmada kullanılan veri toplama yöntemlerinin birbirini desteklediğini ve sonuçların geçerliliğini artırdığını göstermektedir.

Sonuç olarak, nefes kontrolü ve nefes egzersizleri Türk halk müziğinde uzun müzikal cümlelerin akıcı, estetik ve yorulmadan icra edilmesinde belirleyici bir role sahiptir. Bununla birlikte araştırma bulguları, başarılı bir icra için yalnızca teknik becerilerin yeterli olmadığını, performans kaygısı gibi psikolojik faktörlerin de dikkate alınması gerektiğini ortaya koymuştur. Bu nedenle Türk halk müziği eğitiminde nefes planlaması, diyafram ve destek çalışmaları, cümleme egzersizleri, entonasyon-ritim bütünlüğünü geliştiren uygulamalar ve performans kaygısını azaltmaya yönelik sahne deneyimi temelli çalışmaların birlikte yürütülmesi önerilmektedir. Böyle bir bütüncül yaklaşımın hem müzikal cümle bütünlüğünün korunmasına hem de icracıların sahne performanslarının geliştirilmesine önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

5.2. Öneriler

Araştırma bulguları doğrultusunda aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

1. Eğitim Programlarına Nefes Teknikleri Entegre Edilmelidir: Halk müziği eğitiminde diyafram nefesi başta olmak üzere doğru nefes teknikleri sistematik bir şekilde öğretilmelidir. Bu tekniklerin müfredatta önemli bir yer tutması sağlanmalıdır.
2. Düzenli Nefes Egzersizleri Yapılmalıdır: Öğrenciler ve icracılar, performanslarını iyileştirmek amacıyla düzenli nefes egzersizleri yapmaya teşvik edilmelidir. Nefes egzersizlerinin bireysel ve grup çalışmaları ile desteklenmesi önerilmektedir. Öner (2020) yapmış olduğu çalışmada, Türk halk müziği eğitiminde nefes egzersizlerinin sistematik biçimde müfredatta dahil edilmesinin gerekliliğini ortaya koymaktadır. Beden ve nefes egzersizleriyle rahatlamış bir vücut için en kritik aşamanın ses açma çalışmaları olduğu vurgulanmalıdır. Bu egzersizlerin türe özgü yapıda olması örneğin makamsal yapıya uygun tasarlanması eğitimin etkinliğini artıracaklarını belirtmektedir.
3. Eğitimcilerin Farkındalığı Artırılmalıdır: Halk müziği öğretmenlerinin nefes kontrolü ve egzersizleri konusunda bilinçlendirilmesi, eğitim sürecinin kalitesini artıracaktır. Bu doğrultuda öğretmenlere yönelik hizmet içi eğitimler düzenlenmelidir.
4. Nefes Kontrolü Üzerine Araştırmalar Teşvik Edilmelidir: Halk müziği icrasına yönelik nefes kontrolü ve teknikleri üzerine yapılan araştırmalar artırılmalı, bu alanda kapsamlı çalışmalar yapılmalıdır.
5. Performans Analizleri Yapılmalıdır: İcracılara, nefes tekniklerinin performansları üzerindeki etkilerini görebilmeleri için kayıtlar alınarak geri bildirim verilmelidir.

Etik kurul onayı

Çalışma, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (tarih: 16.04.2025, sayı: 2025-1450).

Yazarlık katkısı

Çalışmanın tasarımı ve konsepti: GL; verilerin toplanması: GL; sonuçların analizi ve yorumlanması: GL; çalışmanın yazımı: GL. Yazar sonuçları gözden geçirmiş ve makalenin son halini onaylamıştır.

Finansman kaynağı

Yazar, çalışmanın herhangi bir finansman almadığını beyan etmektedir.

Çıkar çatışması

Yazar, herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan etmektedir.

Ethical approval

The study was approved by Burdur Mehmet Akif Ersoy University Ethics Committee (date: 16.04.2025, number: 2025-1450).

Author contribution

Study conception and design: GL; data collection: GL; analysis and interpretation of results: GL; draft manuscript preparation: GL. Author reviewed the results and approved the final version of the article.

Source of funding

The author declare the study received no funding.

Conflict of interest

The author declare that there is no conflict of interest.

KAYNAKLAR

- Akdemir, M. (2025). Ses eğitiminde diyafram farkındalığı: Nefes yöntemi, beden algısı ve duygusal düzelme süreçlerinin incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Kültür ve Sanat Dergisi*, 11(2), 473-484. <https://doi.org/10.22252/ijca.1832992>
- Akdoğan, O. (2003). *Türk halk müziğinde icra teknikleri*. Ege Yayınları.
- Altunay, E., Oral, G. ve Yalçinkaya, M. (2014). Eğitim kurumlarında mobbing uygulamalarına ilişkin nitel bir araştırma. *Sakarya University Journal of Education*, 4(1), 62-80.
- Aydın, İ. ve Sağer, T. (2023). Türk halk müziği ekosisteminde çalgı ve vokal icra etkileşimi: Hamçere tekniklerinin oluşumunda müzikal davranışlar. *Etnomüzikoloji Dergisi*, 6(3), 59-79.

- Başaran, Y. (2017). Sosyal bilimlerde örneklem kuramı. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(47), 480-495. <https://doi.org/10.16992/ASOS.12368>
- Boratav, P. (2000). *Halk edebiyatı ve folklor*. Bilgi Yayınevi.
- Can, Ü. ve Akbal, B. (2021). Türkiye’de müzik performans kaygısı üzerine yapılmış lisansüstü çalışmaların incelenmesi. *Türkish Studies*, 6(1), 85-101.
- Çevik, S. (2006). *Müzik öğretmenliği eğitiminde ses eğitimi alan derslerinin müzik öğretmenliği yeterlikleri yönünden değerlendirilmesi* [Sözlü bildiri sunumu]. Ulusal Müzik Eğitimi Sempozyumu Bildirisi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Denizli.
- Çevik, S. (2013a). Müzik öğretmeni adaylarının ses eğitimi dersine yönelik tutum ve öz-yeterlik algılarının incelenmesi. *Eğitim-Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 265-277.
- Çevik, S. (2013b). Ses eğitiminde nefes ve destek kavramlarının önemi. *Turkish Studies*, 8(3), 165-176.
- Davran, Y. (2006). Şarkı söyleme sanatının fiziksel özellikleri. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (15), 231-240.
- Davran, Y. (2010). *Ses eğitiminde temel yaklaşımlar*. Bağlam Yayıncılık.
- Eğilmez, H. (2021). Müzik öğretmeni adaylarının iyi oluşları ile müzik performans kaygıları arasındaki ilişki. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(40), 499-525. <https://doi.org/10.21550/sosbilder.735578>
- Eke, M. (2016). Türk halk müziği ezgilerindeki motifler ve işlevleri. *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi*, (32), 37-47. <https://doi.org/10.17498/kdeniz.279667>
- Ekiz, D. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Anı Yayıncılık.
- Ergen, B. (2020). Türk halk müziği eğitiminde nefes kullanımı üzerine bir değerlendirme. *Müzik ve Bilim Dergisi* 6(2), 50-68.
- Ersöz, B. (2020). Flüt çalma sanatında nefes tekniğini geliştirici çözümler. *Sahne ve Müzik*, (11), 187-209.
- Karakoç, B., Tokaç, M. ve Güray, C. (2025). Tokat/Reşadiye yöresinde icra edilen uzun havaların "ezgi çekirdeği" yöntemiyle analizi. *Online Journal of Music Sciences*, 10(2), 304-322. <https://doi.org/10.31811/ojomus.1657986>
- Kaya, A. (2018). Uzun hava icrasında nefesin rolü. *Türk Müzik Araştırmaları Dergisi*, 12 (1), 85-104.
- Kurtaslan, Z., Sarıkaya, M., Dönmez, E. ve Kibici, V. (2022). Müzik performans kaygısı alanında yapılan araştırmaların Türkiye ölçeğinde incelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 24(3), 941-953. <https://doi.org/10.32709/akusosbil.1064639>
- Merriam, S. B. (2018). *Nitel araştırma desen ve uygulama için bir rehber* (S. Turan, Ed. ve Çev.). Nobel.
- Miller, R. (1996). *The struvture of singing*. Schirmer.
- Oksayoglu, Y. (2018). *Ses sağlığı ve korunmasına yönelik öğrenci tutumları: Anadolu üniversitesi opera anasanat dalı öğrencileri örneği* (Tez No. 506433) [Yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi.
- Öner, A. (2020). Klasik Türk musikisinde ses açma egzersiz teknikleri. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 9(5), 4043-4058. <https://doi.org/10.15869/itobiad.802904>
- Özbek, M. (2014). *Türk halk müziği el kitabı*. Atatürk Kültür Merkezi Yayınları.
- Öztürk, O. (2014). *Bozlak geleneğinde icra ve tavır*. Pan Yayıncılık.
- Parlak, E. (2000). *Türkiye’de el ile müzik öğretim yöntemleri*. Ekin Kitabevi Yayınları.
- Patton, M. (2014). *Nitel araştırma ve değerlendirme yöntemleri* (3. bs.; M. Bütün ve S. B. Demir, Ed. ve Çev.). Pegem Yayıncılık.
- Sakar, G. (2011). *Türk müziği eğitiminde ses eğitimi uygulamaları*. Müzik Eğitimi Yayınları.
- Topbaş, B. ve Çelik, S. S. (2016). Güzel sanatlar liseleri müzik bölümlerinde bireysel ses eğitimi derslerinde öğretilen eserler üzerine bir antoloji çalışması. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitü Dergisi*, 1(1), 245-288. <https://doi.org/10.14520/adyusbd.87336>
- Töreyin, M. (2008). *Ses eğitimi: Temel kavramlar-ilkeler-yöntemler*. Sözkese Matbaacılık.
- Tura, Y. (1998). *Müzikte gelenek ve modernlik üzerine*. İş Bankası Yayınları.
- Türnüklü, A. (2000). Eğitim bilim araştırmalarında etkin olarak kullanılabilecek nitel araştırma tekniği: Görüşme. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 3, 543-559.
- Vennard, W. (1967). *Singing: The mechanism and the technic*. Carl Fischer Music.

- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2021). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Yılmaz, G. (2012). Profesyonel halk müziği icracılarının ses eğitimi deneyimleri üzerine nitel bir araştırma. *İnönü Üniversitesi Sanat ve Tasarım Dergisi*, 2(5), 219-233.
- Yin, R. (2018). *Case study research and applications: Design and methods* (6. bs). Sage Publications.

EXTENDED ABSTRACT

1. Introduction

Turkish folk music represents a deeply rooted musical tradition that reflects the historical and cultural accumulation of Anatolia and has been transmitted from generation to generation through oral tradition. One of the most distinctive characteristics of this musical culture is the presence of long and uninterrupted melodic phrases, particularly in vocal performance. In genres such as *uzun hava*, *bozlak*, *hoyrat*, and *maya*, performers are required to possess a high level of breath capacity and control in order to sustain melodic phrases without interruption while preserving the aesthetic integrity of the musical expression. In these musical forms, the ability to perform extended melodic phrases in a single breath with strong vocal support is not only a technical competence but also a fundamental component of musical interpretation and expression. Therefore, breath control is widely regarded as one of the most essential technical elements of vocal performance in Turkish folk music.

The accurate and effective performance of long melodic phrases in Turkish folk music is directly associated with the performer's breath management skills. Insufficient breath capacity, uncontrolled breath usage, or the ineffective use of diaphragmatic breathing may lead to several technical difficulties during performance. Such issues may result in interrupted melodic phrases, deterioration of vocal quality, irregular vibrato control, and rapid vocal fatigue. Particularly in musical works requiring sustained breath support, the planning and controlled management of breathing play a critical role in maintaining musical continuity and expressive integrity. In this context, breathing exercises emerge as an important practice area that supports both the physiological aspects of voice production and the artistic quality of musical interpretation.

2. Purpose of the Study

The primary aim of this study is to examine the significance of breath control and breathing exercises in the performance of long musical phrases in Turkish folk music. In addition, the study seeks to reveal the experiences and perspectives of folk music performers and music education students regarding breath usage and to evaluate the effects of breathing exercises on performance quality. Another objective of the research is to determine the level at which breathing techniques are taught in folk music education and to identify potential deficiencies in this area.

3. Method

The research was conducted using a qualitative research design, specifically a case study approach. This method was preferred because it enables the in-depth examination of a particular phenomenon within its real-life context. The study group consisted of a total of fifteen participants selected through purposive sampling. Among the participants, five were professional Turkish folk music performers and ten were undergraduate students receiving music education. The inclusion of participants with different levels of experience allowed the study to explore diverse perspectives and experiences related to breath control and performance. In accordance with ethical principles, participants' identities were kept confidential and coded accordingly.

Data were collected through semi-structured interviews and structured observation forms. During the semi-structured interviews, participants were asked questions regarding the technical challenges they experience while performing long musical phrases, the effects of breath control on performance, the types of breathing exercises they practice, and their opinions about the level of breath technique instruction in folk music education. The interviews were conducted with the participants' consent and recorded using audio devices. Each interview lasted approximately 15–20 minutes. In addition, the researcher conducted observational analyses of the students' performances and recorded these observations using a structured observation form. The observation criteria included the starting point and duration of breathing, instances where phrases

were interrupted due to insufficient breath, the aesthetic impact of breath usage during performance, the use of diaphragmatic breathing, and physical signs of fatigue observed during performance. The collected data were analyzed using descriptive analysis, and the participants' views were organized and interpreted under thematic categories.

4. Findings

The findings of the study revealed that the most common difficulty encountered in the performance of long musical phrases is breath insufficiency and uncontrolled breath usage. Observations indicated that many students tended to use thoracic (chest) breathing rather than diaphragmatic breathing and lacked sufficient awareness of proper breathing techniques. This situation frequently resulted in incomplete phrases, reduced vocal quality, and rapid fatigue during performance. Professional performers emphasized the importance of breath planning and highlighted that effective breath management is essential for sustaining long melodic phrases without interrupting the musical flow.

5. Discussion

The results of the study also indicated that participants who regularly practiced breathing exercises demonstrated noticeable improvements in their performance. These participants were able to perform long melodic phrases more fluently, maintain vocal quality more effectively, and experience less fatigue during performance. Furthermore, the findings revealed that breath control should not be considered merely a technical necessity but also an important factor influencing the aesthetic dimension of musical interpretation. Proper breath usage facilitates the transmission of the emotional intensity of a musical work and enhances the performer's expressive capacity.

Another significant finding of the research is that breathing techniques are not sufficiently emphasized within institutional folk music education programs. A considerable number of participants reported that they did not receive systematic breathing training during their formal education and had to compensate for this deficiency through individual practice. This finding suggests that breathing techniques should be integrated more systematically and comprehensively into music education curricula.

6. Conclusion and Recommendations

In conclusion, breath control and regular breathing exercises are indispensable components for the successful performance of long musical phrases in Turkish folk music. The systematic teaching of breathing techniques not only improves performance quality but also contributes to the protection of vocal health and sustainability in vocal performance. In this regard, it is recommended that music education programs allocate greater emphasis to breathing training, that educators increase their awareness of the pedagogical importance of breath control, and that performers be encouraged to practice regular breathing exercises. Such improvements are expected to enhance individual performance quality and contribute to the preservation and sustainability of the unique vocal traditions of Turkish folk music.