

# MÜZİK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI ÖĞRENCİ VE ÖĞRETİM ELEMANLARININ MÜZİSYEN HASTALIKLARIYLA İLGİLİ BİLGİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ (BAİBÜ ÖRNEĞİ)<sup>1</sup>

Şevval SATICI<sup>2</sup>  
Seda EDEN ÜNLÜ<sup>3</sup>  
Ahmet Serkan ECE<sup>4</sup>

<sup>2</sup>Yüksek Lisans Öğrencisi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.saticisevval(at)gmail.com 0000-0003-3412-1743

<sup>3</sup>Arş. Gör, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü.sedaeden(at)gmail.com Orcid ID: 0000-0002-3947-7442

<sup>4</sup>Prof. Dr, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü.eceserkan(at)gmail.com Orcid ID: 0000-0002-1369-5812

Satıcı, Şevval, Eden Ünlü, Seda, Ece, Ahmet Serkan. "Müzik Eğitimi Anabilim Dalı Öğrenci ve Öğretim Elemanlarının Müzisyen Hastalıklarıyla İlgili Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi (Baibü Örneği)" ulakbilge, 43 (2019 Kasım): s. 951-965. doi: 10.7816/ulakbilge-07-43-09

## Öz

Müzik eğitimi anabilim dallarında dört yıllık lisans eğitimi süresince, çeşitli enstrümanlar (keman, viyola, viyolonsel, piyano, flüt, gitar, bağlama, vd.) ile bireysel çalgı eğitimi verilmektedir. Bu eğitim Türkiye’de 26 müzik eğitimi anabilim dalı kurumunda örgün olarak, uygulamalı ders kapsamında yürütülmektedir. Dersin içeriğinde öğrenciden enstrümanına ilişkin öğretmenlik hayatında kullanabileceği bilgi birikimini güçlendirmesi ve sınıf düzeyiyle doğru orantılı olarak enstrümanındaki yeterlilik seviyesini yükseltmesi, aynı şekilde ilgili öğretim elemanının da öğrenciyi enstrümanında belirlenen seviyeye ulaştırması beklenmektedir. Bireysel çalgı eğitimi dersi öğrenci ve öğretim elemanlarının yüksek performans göstermelerini gerektirmektedir. Bu süre içerisinde öğrencilerin bireysel çalgıları da zamanla hayatlarının bir parçası haline gelmektedir. Günde ortalama 6-7 saat enstrüman çalışmaya bedenlerini ve zihinlerini hazırlamış olmalı, doğru duruş-tutuş kurallarına göre pratik yapmalıdırlar. Doğru duruş-tutuşa aykırı bir biçimde pozisyon ve yüksek performans gerektiren bu uğraşın aslında fiziksel sağlık açısından ne kadar riskli bir iş olduğu, yapılan diğer araştırmalarda da saptanmıştır. Bu araştırmada, öğrencilerin zamanla karşılaşılabilecekleri fiziksel sorunlardan söz edilmekle birlikte, öğrenci ve öğretim elemanlarının bu konu hakkındaki bilgi düzeylerinin belirlenmesi hedeflenmektedir. Araştırma tarama modeline dayalı, betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın çalışma grubunu Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü, Müzik Eğitimi Anabilim Dalındaki 17 öğretim elemanı ve I. II. III. ve IV. sınıflarda öğrenim görmekte olan 85 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri, araştırmacılar tarafından geliştirilen anket formu doğrultusunda toplanarak işlenmiş, veriler analiz edilmiş ve yorumlanmıştır. Elde edilen verilere göre, öğrenci ve öğretim elemanlarının benzer şekilde boyun, bel ve sırt bölgelerinde fiziksel rahatsızlıklar yaşadıkları, enstrüman çalmaktan kaynaklı oluşabilecek başlıca rahatsızlıklar hakkında öğretim elemanlarının ve öğrencilerin bilgi sahibi olmadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte öğrenciler, öğretim elemanlarının, müzisyen hastalıkları hakkında bilgilendirme yapmaları konusunda, öğretim elemanlarından farklı görüşler ortaya koymuşlardır.

**Anahtar Sözcükler:** Bireysel çalgı, Müzisyen hastalıkları, Kas-iskelet problemleri, Doğru duruş-tutuş, Müzik eğitimi

Makale Bilgisi

Geliş: 29 Temmuz 2019

Düzeltilme: 25 Ağustos 2019

Kabul: 30 Eylül 2019

<sup>1</sup>Bu çalışma, "II. Uluslararası Müzik Araştırmaları Öğrenci Kongresi"nde sunulan sözlü bildirinin gözden geçirilmiş ve genişletilmiş halidir. Sakarya Üniversitesi, Sakarya/Türkiye. 04-06 Nisan 2019. © 2019 idil. Bu makale Creative Commons Attribution (CC BY-NC-ND) 4.0 lisansı ile yayımlanmaktadır.

## Giriş

### 1.1.Problem Durumu

Müzik eğitimi anabilim dallarında dört yıl boyunca, lisans öğrenimi süresince verilmekte olan bireysel çalgı eğitimi dersi,bedenen yüksek performans gerektiren bir ders olmakla birlikte, her gün düzenli bir çalışma gerektirmektedir.Bu yapılan düzenli çalışmaların, ancak bilinçli bir şekilde yapılırsa verim sağlayacağı düşünülmektedir.Bu noktada "çalgi eğitimcileri çalgı çalmayı güçleştiren, kısıtlayan, kesintiye uğratan, hatta sona erdiren rahatsızlıklar hakkında öğrencilerini uyarmalı, bilgilendirmeli ve eğitim sürecinde gerekli önlemleri almalıdırlar" (Çimen, 2003:180). Aksi takdirde, uzun süreli çalışmalar müzisyenlerde bazı fiziksel rahatsızlıklara neden olmaktadır. Müzisyenlerde oluşan başlıca fiziksel rahatsızlıkların da; Overuse (aşırı kullanım) Sendromu (ilgili bölgelerde hassasiyet, ağrı, gerginlik, yorgunluk), Skolyoz (omurga eğriliği), Kifoz ( kamburluk), Disk Hernisi (bel, boyun omurlarında fıtıklaşma) olduğu görülmektedir. Bu fiziksel rahatsızlıklar, hem çalışmanın verimliliğini düşürmekte hem de müzisyenlerin vücudunda kalıcı hasarlara neden olmaktadır. Isınma-gevşeme egzersizlerinin düzenli yapılması, ilgili öğretim elemanı tarafından bilgilendirmenin sık yapılması, kullanılan kas ve tendonlar hakkında yeterli derecede bilgi sahibi olmanın bu kalıcı hasarların önüne biraz olsun geçebileceği öngörülmektedir. İlgili literatür taramasında, müzisyenlerin enstrüman çalmaktan kaynaklı yaşadıkları bedensel rahatsızlıklar üzerinde çalışmalara (Cüceoğlu, 2008; Duranoğlu, 2015; Gençel, 2005), öğrencilerin yaşadıkları fiziksel rahatsızlıklar üzerine yapılan çalışmalara (Akgül Barış, Acay, Avcı ve Yılmaz, 2006; Cüceoğlu, 2009; Dündar; 2008; Ergin, 2006) ve müzisyenlerin en çok karşılaştıkları fiziksel problemler üzerine araştırmalara (Algı ve Seyhan, 2018; Cüceoğlu Önder, 2013; Yağışan, 2004) rastlanmaktadır. Yağışan (2002), araştırmasında, "müzisyenler ile mesleklerini bedenleriyle icra eden profesyonel sporcuların hiçbir farkları olmadığını ve çoğu ortak noktada birleştiklerini" vurgulamaktadır. Leblebicioğlu (2005) ise, enstrüman çalan müzisyenlerin yaşadıkları el-kol-parmak problemlerine dair yaptığı araştırmada, müzisyenlerin enstrüman seçiminde yeteneklerinin yanı sıra fiziksel özelliklerinin de göz önünde bulundurulmasını, müzisyenlerin temel anatomi kavramlarına sahip olmalarını, antrenörler ile çalışmalarını ve müzisyenlerin sağlık sorunlarına yönelik hizmet veren kuruluşların daha organize çalışmaları gerektiği sonucuna ulaşmıştır. Konuyla ilgili yurtdışında gerçekleştirilen araştırmalar incelendiğinde ise, Harman (1987), müzisyenlerin kas-iskelet sistemi rahatsızlıkları ile ilgili olarak 246 araştırmanın, Bejjani, Kaye & Benham (1996) ise, 1986-1996 yılları arasında yapılmış toplam 75 araştırmanın bibliyografik dökümünü ortaya koymuştur. Bejjani, Kaye & Benham (1996) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, sahne sanatları tıbbi (Performing Arts Medicine) alanına dikkat çekilmiş, sahne sanatları tıbbinin dansçılar, enstrüman çalan müzisyenler ve vokalistlerde meydana gelen yaralanmaların ya da hastalıkların araştırıldığı bir çalışma alanı olduğunun altı çizilmiştir. Dawson (2013) tarafından yapılan araştırmada, sahne sanatları tıbbinin 1985 yıllarında bir uzmanlık alanı olarak ortaya çıkmasından ve 1985 tarihinden öncesinde ise, müzisyenlerin tıbbi sorunlarının tanımlanmasından ve kaygılarını ele alan nispeten daha az sayıda yayın bulunmasından bahsedilmektedir. Lederman (2003) ise enstrüman çalan müzisyenlerde nöromusküler ve kas-iskelet sistemi problemlerini incelenmiş olup, 1353 müzisyen arasında gerçekleştirilen araştırmasında, müzisyenlerin yaşadığı problemlerin, %64 kas-iskelet sistemi bozukluklarından, %20 periferik sinir problemlerinden ve %8 fokal-distoniden kaynaklı olduğunu vurgulamaktadır. Kaufman-Cohen ve Ratzon (2011), enstrüman ağırlığının ve haftalık ortalama çalışma saatlerinin müzisyen hastalıklarında ana belirleyiciler olarak rol aldığını ifade etmektedirler.Lockwood (1988), müzisyen hastalıklarındaki bilgilendirmelerin müzik eğitimi sürecinin başlangıcında yapılması gerektiğinin altını çizerek, "genç yaş grubundaki performans sanatçılarının yaşadıkları sorunların yaygınlığı gelecekte daha ciddi sorunların habercisi olabilir" şeklinde ifade etmiştir. Ayrıca pek çok müzik aletinin vücuda asimetrik basınç uyguladığını ve genç performans sanatçılara, özellikle verimli bir performans duruşu için, yönlendirilmeleri konusunda kılavuzluk edilmesinin önemini vurgulamış, ayrıca müzisyen ve çalgı arasındaki etkileşimin, özellikle genç müzisyenlerde çok önemli olduğunu belirtmiştir.

İlgili literatür incelendiğinde müzisyenlerin kas-iskelet problemleri hakkında bilgi sahibi olmalarının; performansları, eğitimleri ve sağlıkları açısından son derece önemli olduğu anlaşılmaktadır.Bu önem doğrultusunda, konu ile ilgili ulusal literatüre bakıldığında ise, ülkemizdeki müzik eğitimi kurumlarında, "müzisyen hastalıklarıyla ilgili bilgi düzeylerinin incelenmesi" konusunda hem öğrenci hem de öğretim elemanlarının çalışma grubu olarak yer aldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır.

## 1.2 Amaç

Bu çalışma müzik eğitimi anabilim dalı öğrenci ve öğretim elemanlarının enstrüman çalmaktan kaynaklı karşılaşılan ve karşılaşma riskleri bulunan rahatsızlıklar ile ilgili bilgi düzeylerini ortaya koyma temel amacını taşımaktadır. Bu amaç doğrultusunda, belirtilen rahatsızlıkların çalışma esnasında ve sonrasında ne düzeyde olduğu, hangi bölgelerde fazlaca görüldüğü ve öğrenci - öğretim elemanı arasında bu rahatsızlıklar ile ilgili bilgilendirme düzeyinin ne durumda olduğu araştırılmıştır.

## 1.3 Araştırma Soruları

1.Öğrencilerin ve öğretim elemanlarının enstrüman çalmaktan kaynaklanan yaşadıkları fiziksel rahatsızlıklar (ağrı, uyuşma, hissizlik, şişkinlik, hassasiyet, iltihaplanma, titreme, vb.), vücutlarının hangi bölgelerinde yer almaktadır?

2.Öğrencilerde ve öğretim elemanlarında enstrüman çalmaktan kaynaklanan fiziksel rahatsızlıklar, çalışma sırasında ve sonrasında ne düzeyde oluşmaktadır?

3.Öğrenciler ve öğretim elemanları enstrüman çalmaktan kaynaklanan fiziksel rahatsızlıklar hakkında ne düzeyde bilgi sahibidirler?

4.Öğrencilere ve öğretim elemanlarına göre, öğretim elemanları, öğrencilerine enstrüman çalmaktan kaynaklı oluşabilecek fiziksel rahatsızlıklar hakkında ne düzeyde bilgilendirme yapmaktadırlar?sorularına yanıt aranmıştır.

## 1.4 Araştırmanın Önemi

Müzisyen hastalıkları ile ilgili yapılan araştırmalar, enstrüman çalışma sürecini olumsuz yönde etkileyen birçok etkene, hastalığa ve vücut yatkınlıklarına dikkat çekmekte ve çeşitli öneriler getirmektedir.Enstrümanı hayatının bir parçası haline gelen müzisyenlerin çalışma öncesinde, esnasında ve sonrasında fiziksel iyileştirme (rehabilitasyon) gereksinimi de bilindik bir gerçektir. Bu nedenden dolayı, enstrüman eğitimi alan ve enstrüman eğitimi veren kişilerin fiziksel iyileştirme konularında bir bilgi birikimine sahip olması beklenmektedir.

Araştırma öncesi yapılan literatür taramasında, çalışmanın konusunu oluşturan "öğrenci ve öğretim elemanlarının müzisyen hastalıklarıyla ilgili bilgi düzeyleri" ile ilgili herhangi bir çalışmaya rastlanmamakla birlikte, yapılan araştırmalarda ise görülen genel rahatsızlıkların sınırlı düzeyde anlatıldığı ve yaşanan rahatsızlıklara bir çözüm önerisi sunulmadığı gözlemlenmiştir.

Uluslararası literatür taraması yapıldığında, yaşanan ve yaşanabilir rahatsızlıklardan korunma yolları, ısınma-gevşeme egzersizlerinin önemi konusunda, ulusal literatüre görece daha zengin bir literatürle karşılaşılmaktadır.Bu noktada, uluslararası literatürde, yaşanan hastalıkların araştırıldığı Sahne Sanatları Tıbbı (Performing Art Medicine), bir çalışma alanı olarak uzun yıllardır işlevini sürdürmektedir.Ulusal literatürdeki bu eksikliğin altı çizilerek, araştırmanın bu yöndeki önemi de vurgulanmaktadır.

Bu nedenle araştırma; müzik eğitim kurumlarında enstrüman dersi veren ve gelecek nesilde enstrüman dersi verecek olan bireylerin, mesleklerini bilinçli olarak yapmadıkları takdirde, sakatlanma risklerinin olduğunu, enstrüman çalmaktan kaynaklı hastalıklara yakalanma olasılıklarının yüksek olduğunu hatırlatmak ve bu konuda farkındalık yaratmak açısından önem taşımaktadır.Bir diğer açıdan, yapılan bu araştırmadan elde edilen bulguların ileride yapılacak olan araştırmalara da bir zemin oluşturacağı düşünülmektedir.

## 2. Yöntem

### 2.1 Araştırmanın Modeli

Bu araştırma Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü, Müzik Eğitimi Anabilim Dalı öğrenci ve öğretim elemanlarının müzisyen hastalıkları ile ilgili bilgi düzeylerini ölçmeye yönelik tarama modeline dayalı, betimsel bir çalışmadır.

### 2.2 Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü, Müzik Eğitimi Anabilim Dalı'ndaki 2018-2019 Akademik Yılı'nda öğrenim görmekte olan I., II., III. ve IV. sınıftan85 öğrenci ve 17 öğretim elemanı oluşturmaktadır. Öğrenciler, "maksimum çeşitlilik örnekleme"; öğretim elemanları ise "tam sayım örnekleme" yoluyla seçilmiştir. Çalışma grubu içerisinde öğrencilere ait betimsel istatistiklere ve enstrüman çalışma sürelerine Tablo 2.2.1 ve Tablo 2.2.2'de, öğretim elemanlarına ait betimsel istatistiklere ve enstrüman çalışma sürelerine ise Tablo 2.2.3 ve Tablo 2.2.4'te yer verilmiştir.

**Tablo 2.2.1. Öğrencilerin Demografik Bilgileri**

		<i>f</i>	%
Cinsiyet	Kadın	57	67.1
	Erkek	28	32.9
Sınıf düzeyi	Lisans I	19	22.4
	Lisans II	18	21.2
	Lisans III	20	23.5
	Lisans IV	28	32.9
Enstrüman	Keman	29	34.1
	Viyola	7	8.2
	Viyolonsel	5	5.9
	Gitar	13	15.3
	Bağlama	6	7.1
	Flüt	13	15.3
	Piyano	4	4.7
	Şan	6	7.1
	Diğer	2	2.3
<b>Toplam</b>		<b>85</b>	<b>100.0</b>

**Tablo 2.2.2. Öğrencilerin Enstrüman Çalışma Süreleri**

		<i>f</i>	%
Enstrüman çalışma süresi	0-5 Yıl	22	25.9
	5-10 Yıl	51	60.0
	10-15 Yıl	10	11.8
	15 yıl ve üzeri	2	2.3
Haftalık çalışma süresi	1-2 gün	27	31.8
	2-3 gün	25	29.4
	4-5 gün	21	24.7
	Her gün	12	14.1
Günlük ortalama çalışma süresi	Yarım saat	16	18.8
	1-2 saat	43	50.6
	3-4 saat	25	29.4
	5 saat ve üzeri	1	1.2
<b>Toplam</b>		<b>85</b>	<b>100.0</b>

Tablo 2.2.1 ve Tablo 2.2.2 (öğrencilerle ilgili tablolar) incelendiğinde, katılımcı öğrencilerin çoğunluğunun kadın olduğu (%67.1), büyük çoğunluğunun keman (%34.1), gitar (%15.3) ve flüt (%15.3) eğitimi aldığı görülmektedir. Katılımcılarının %32.9 oranla IV.sınıf öğrencilerinin olduğu, diğer sınıfların katılım dağılımının ise eşit olduğu görülmektedir. Öğrenciler %60 oranla 5-10, %25.9 oranla ise 0-5 yılı aşkın süredir enstrüman çalmaktadır. Katılımcıların %31.8'inin, haftalık çalışma süresinin 1-2 gün olduğu ve her gün enstrüman çalışanların tüm katılımcılara oranının ise %14.1 olduğu görülmüştür. Son olarak günlük çalışma sürelerine bakıldığında çoğunluğu(%50.6) 1-2 saat çalışanların, azınlığı ise(%1.2) 5 saat ve üzeri çalışanların oluşturduğu görülmektedir.

**Tablo 2.2.3. Öğretim Elemanlarının Demografik Bilgileri**

		<i>F</i>	%
Cinsiyet	Kadın	7	41.2
	Erkek	10	58.8
Enstrüman	Keman	5	29.4
	Viyola	2	11.8
	Gitar	2	11.8
	Bağlama	2	11.8
	Flüt	1	5.8
	Piyano	5	29.4
	Şan	0	0
<b>Toplam</b>		<b>17</b>	<b>100.0</b>

**Tablo 2.2.4. Öğretim Elemanlarının Enstrüman Çalışma Süreleri**

		<i>F</i>	%
Enstrüman çalma süresi	15 yıl ve üzeri	17	100
Enstrüman eğitimi verme süresi	5-10 Yıl	4	23.5
	10-15 Yıl	3	17.7
	15 yıl ve üzeri	10	58.8
Haftalık çalışma süresi	2-3 gün	5	29.4
	4-5 gün	8	47.1
	Her gün	4	23.5
Günlük ortalama çalışma süresi	1-2 saat	12	70.7
	3-4 saat	4	23.5
	5 saat ve üzeri	1	5.8
<b>Toplam</b>		<b>17</b>	<b>100.0</b>

Tablo 2.2.3 ve Tablo 2.2.4 öğretim elemanlarıyla ilgili tablolar incelendiğinde, öğretim elemanlarının çoğunluğunun erkek olduğu (%58.8), büyük çoğunluğunun keman eğitimi ya da piyano eğitimi verdiği, tamamının 15 yılı aşkın bir süredir enstrüman çalmakta olup, % 58.8'lik bir oran ile çoğunluğun enstrüman dersi verme süresinin 15 yılın üzerinde olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Öğretim elemanları çalışma grubu ve enstrüman çalışma süreleri incelendiğinde ise, çoğunlukla haftada 4-5 gün ve günde 1-2 saat bireysel enstrüman çalıştıkları görülmektedir.

### 2.3 Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada BAİBÜ Eğitim Fakültesi Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü Müzik Eğitimi Anabilim Dalı öğretim elemanlarının ve öğrencilerinin müzisyen hastalıkları hakkındaki bilgi düzeylerini belirlemek amacıyla, araştırmacılar tarafından hazırlanan iki farklı (öğrenciler ve öğretim elemanları için) veri toplama aracı ve bir vücut diyagramı kullanılmıştır. Anket soruları hazırlanırken, daha önceki yapılmış çalışmalardan referans alınmıştır. Araştırmanın kapsam geçerliği için ise, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü alanında dört alan uzmanının görüşleri dikkate alınarak hazırlanmıştır.

#### *Öğrencilerin müzisyen hastalıkları hakkındaki bilgi düzeyleri inceleme formu*

- Enstrüman çalmaktan kaynaklanan yaşadıkları fiziksel rahatsızlıkları,
- Fiziksel rahatsızlıkların çalışma sırasında ve sonrasında ne düzeyde oluştuğunu,
- Enstrüman çalarken kullandıkları fiziksel yapılarıyla ilgili bilgi düzeylerini,
- Öğrenciye ne sıklıkla ısınma–gevşeme egzersiz programı, fiziksel yapılar hakkındaki bilgilendirme yapıldığını,
- Başlıca müzisyen hastalıkları olarak görülen rahatsızlıklar hakkındaki bilgi düzeylerini ölçmek amacıyla, 15 demografik bilgi sorusu, rahatsızlık yaşadıkları ilgili bölgeleri işaretleyecekleri vücut diyagramı ve 43 maddelik anket sorusunu içermektedir.

#### *Öğretim elemanlarının müzisyen hastalıkları hakkındaki bilgi düzeyleri inceleme formu*

- Enstrümandan çalmaktan kaynaklı yaşadıkları fiziksel rahatsızlıkları,
- Fiziksel rahatsızlıkların çalışma sırasında ve sonrasında ne düzeyde oluştuğunu,
- Yakalanma riskleri olan hastalıklar hakkında öğrencilerine bilgilendirme yapmalarının sıklıklarını,
- Isınma–gevşeme egzersizleri bilgilendirme sıklıklarını,
- Başlıca müzisyen hastalıkları olarak görülen rahatsızlıklar hakkındaki bilgi düzeylerini ölçmek amacıyla, 15 demografik bilgi sorusu, rahatsızlık yaşadıkları ilgili bölgeleri işaretleyecekleri vücut diyagramı ve 41 maddelik anket sorusunu içermektedir.

### **2.4 Verilerin Toplanması**

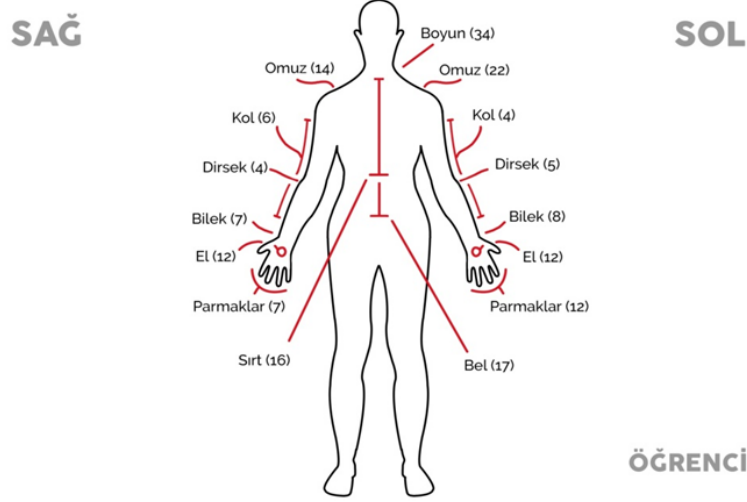
Araştırma ile ilgili veriler demografik sorular, vücut diyagramı ve anket yoluyla elde edilmiştir. Hazırlanan öğrenci anketi; 15 demografik bilgi sorusu, vücut diyagramı ve 43 maddelik anket sorularından, öğretim elemanı anketi ise 15 demografik bilgi sorusu. Vücut diyagramı ve 41 maddelik anket sorularından oluşmaktadır. Anket uygulanan tüm katılımcılardan, bireysel çalgısıyla ilgili soruların yanı sıra, uzmanlar ile görüşme sıklıkları, yaşadıkları fiziksel rahatsızlıklar, hastalıklar hakkında ne kadar bilgi sahibi olduklarını ve kendilerinde bu hastalıkları çalışma sırasında ve sonrasında ne kadar gördükleri hakkında sorular sorulmuştur. Anket sorularının her sorusu için ifadeler 5’li likert tipinde olup, “hiç” , “çok az” , “kısmen” , “büyük ölçüde” ve “tamamen” şeklinde yer almıştır.

### **2.5. Toplanan Verilerin Kodlanması ve Analizi**

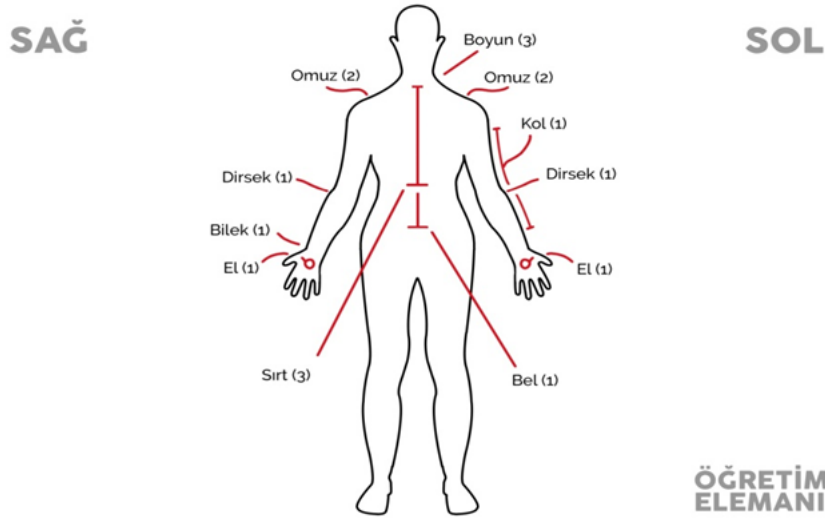
Araştırmanın anket verileri kodlanarak bilgisayar ortamına aktarıldıktan sonra, SPSS 20.0 (Statistical Package for the Social Sciences) programı kullanılarak veri analizi yapılmıştır. Araştırmanın analizi yapılırken betimsel analiz kullanılmış ve bu amaçla elde edilen veriler, önce sistematik ve açık bir biçimde betimlenmiş, daha sonra yapılan bu betimlemeler açıklanarak birtakım sonuçlara ulaşılmıştır. Vücut diyagramında ise, rahatsızlık yaşanan bölgeler üzerinde işaretleme yapılmış, bu verilerin sonucu araştırmacı tarafından gruplanmış ve yorumlanmıştır.

### 3. Bulgular ve Yorum

3.1. Öğrencilerin ve öğretim elemanlarının enstrüman çalmaktan kaynaklanan yaşadıkları fiziksel rahatsızlıklar (ağrı, uyuşma, hissizlik, şişkinlik, hassasiyet, iltihaplanma, titreme, vb.) vücutlarının hangi bölgelerinde yer almaktadır?



Şekil 3.1.1 Öğrencilerin Yaşadıkları Fiziksel Rahatsızlıkların Bölgesel Diyagramı



Şekil 3.1.2 Öğretim Elemanlarının Yaşadıkları Fiziksel Rahatsızlıkların Bölgesel Diyagramı

Şekil 3.1.1 ve şekil 3.1.2 karşılaştırmalı olarak incelendiğinde ağrı, uyuşma, hissizlik, şişkinlik, hassasiyet, iltihaplanma, titreme, vb. rahatsızlıklarına en fazla rastlanan bölgelerin iki çalışma grubunda da "boyun, omuz, sırt ve bel" bölgeleri olduğu görülmektedir. Aynı şekilde iki çalışma grubunda da yaşanan rahatsızlıkların en az görüldüğünü bölgelerin "el, kol ve dirsek" bölgeleri olduğu görülmektedir. Katılımcıların çoğunun enstrümanın keman olduğu göz önünde bulundurulduğunda, rahatsızlık yaşanan bölgelerin "boyun, sırt, omuz ve bel" olması ile bir ilişki kurulması mümkündür.

### 3.2. Öğrencilerde ve öğretim elemanlarında enstrüman çalmaktan kaynaklanan fiziksel rahatsızlıklar çalışma sırasında ve sonrasında ne düzeyde oluşmaktadır?

Tablo 3.2.1 Öğrencilerin Yaşadıkları Rahatsızlıkların Düzey Tablosu

		Hiç	Çok Az	Kısmen	Büyük Ölçüde	Tamamen
Overuse	(aşırı kullanım)	24	19	20	12	10
Tendinitis	(kasların tendonlarında meydana gelen iltihap)	56	12	8	7	2
Fokal kas distoni	(istemsiz parmak bükülme ve açılma rahatsızlığı)	43	17	15	5	5
Karpal tünel sendromu	(el bilek uyuşması)	32	21	18	9	5
Torasikoutletsendromu	(ön kollarda, ellerde, omuzlarda; ısı kaybı, uyuşukluk, ağrı)	38	13	21	10	3
Kubital tünel sendromu	(aşırı kullanım sonucu dirseğe yapılan baskıdan dolayı küçük parmakta ağrı)	43	13	20	6	3
Triggerfinger	(işaret parmağında tendonun kılıf içinde sertleşip sabit kalması ve hareketle tetik gibi takılması)	50	16	11	4	4
Tuzak nöropatiler	(belirli bölgelerde sinir sıkışmaları)	43	15	17	6	4
Disk hernisi	(bel, boyun omurlarında fitiklaşma)	36	20	13	10	6
Temporomandibular eklem bozukluğu	(ağrı veya ısırma ya da çiğnemede rahatsızlık ağzı açıp kapatırken ses çıkması)	50	17	10	3	5
Diş dizilim problemleri	(enstrüman çalmaktan kaynaklı)	52	12	11	5	5
Görev odaklı tremor	(çalarken titreme)	48	15	17	2	3
Fiddler'sneck	(keman ve viyola icracılarının çene altındaki izi)	48	15	17	2	3
Skolyoz	(omurga eğriliği)	56	12	10	3	4
Kifoz	(kamburluk)	45	15	8	9	8

Tablo 3.2.2 Öğretim Elemanlarının Yaşadıkları Rahatsızlıkların Düzey Tablosu

		Hiç	Çok Az	Kısmen	Büyük Ölçüde	Tamamen
Overuse	(aşırı kullanım)	3	2	6	5	1
Tendinitis	(kasların tendonlarında meydana gelen iltihap)	12	2	2	1	-
Fokal kas distoni	(istemsiz parmak bükülme ve açılma rahatsızlığı)	11	1	5	-	-
Karpal tünel sendromu	(el bilek uyuşması)	11	2	2	2	-
Torasikoutletsendromu	(ön kollarda, ellerde, omuzlarda; ısı kaybı, uyuşukluk, ağrı)	9	2	3	3	-
Kubital tünel sendromu	(aşırı kullanım sonucu dirseğe yapılan baskıdan dolayı küçük parmakta ağrı)	10	4	2	1	-
Triggerfinger	(işaret parmağında tendonun kılıf içinde sertleşip sabit kalması ve hareketle tetik gibi takılması)	13	1	2	1	-
Tuzak nöropatiler	(belirli bölgelerde sinir sıkışmaları)	10	4	3	-	-
Disk hernisi	(bel, boyun omurlarında fitiklaşma)	6	5	3	2	1
Temporomandibular eklem bozukluğu	(ağrı veya ısırma ya da çiğnemede rahatsızlık ağzı açıp kapatırken ses çıkması)	13	2	2	-	-
Diş dizilim problemleri	(enstrüman çalmaktan kaynaklı)	13	2	2	-	-
Görev odaklı tremor	(çalarken titreme)	10	3	3	1	-
Fiddler'sneck	(keman ve viyola icracılarının çene altındaki izi)	9	1	4	-	3
Skolyoz	(omurga eğriliği)	11	3	3	-	-
Kifoz	(kamburluk)	10	2	5	-	-

Tablo 3.2.1 incelendiğinde, öğrencilerin enstrüman çalmaktan kaynaklı en fazla Overuse (aşırı kullanım), Kifoz (kamburluk) rahatsızlıklarını yaşadıkları, bununla birlikte en az olarak da Tendinitis (kasların tendonlarında meydana gelen iltihap durumu) ve Skolyoz (omurga eğriliği) rahatsızlıklarını yaşadıkları sonucuna ulaşılmaktadır. Bu sonuçlar öğrencilerin bilgi düzeyini ifade eden Tablo 3.5 ile birlikte yorumlanırsa, öğrencilerin en çok bilgi sahibi oldukları fiziksel rahatsızlıkları Kifoz, Skolyoz; Görev odaklı tremor, Triggerfinger rahatsızlıkları hakkında da çok az ve hiç şekilde yanıt verdikleri sonucuna ulaşılabilir.



Tablo 3.2.2 incelendiğinde öğretim elemanlarında çalışma sırasında ve sonrasında en fazla Overuse, Torasikoutlet sendromu ve Fiddler's neck rahatsızlıklarının olduğu; Tendinitis, Temporomandibular ve Diş dizilim problemlerinin hiç oluşmadığı görülmektedir. Bu sonuçlar öğretim elemanlarının bilgi düzeyini ifade eden Tablo 3.6 ile birlikte yorumlanırsa, en az bilgi sahibi olduğu rahatsızlıkların ise Torasik outlet, Fiddler's neck olduğu görülmekteyken, en fazla sorun yaşadıkları rahatsızlıkların da aynı rahatsızlıklar olduğu görülmektedir.

Tablo 3.2.1 ve Tablo 3.2.2 karşılaştırılmalı olarak incelendiğinde iki çalışma grubunda da çalışma sırası ve sonrasında en fazla Overuse (aşırı kullanım), Fokal kas distoni (istemsiz parmak bükülme ve açılma rahatsızlığı), Karpal tünel sendromu (el bilek uyuşması), Disk hernisi (bel, boyun omurlarında fitiklaşma), Kifoz (kamburluk) rahatsızlıklarının olduğu görülmektedir. Tablo 2.2.2 ve Tablo 2.2.4 öğrenci ve öğretim elemanlarının çalışma süreleri göz önünde bulundurulduğunda, çalışma sürelerinin fazla olması ile çalışma sırasında ve sonrasında oluşan rahatsızlıklar arasında bir ilişki kurulması mümkündür. Aynı şekilde iki çalışma grubunda da çalışma sırasında ve sonrasında Tendinitis (kasların tendonlarında meydana gelen iltihap), Triggerfinger (işaret parmağında tendonun kılıf içinde sertleşip sabit kalması ve hareketle tetik gibi takılması), Temporomandibular eklem bozukluğu (ağrı veya ısırma ya da çiğneme rahatsızlık ağzı açıp kapatırken ses çıkması), Diş dizilim problemleri (enstrüman çalmaktan kaynaklı), Skolyoz (omurga eğriliği) rahatsızlıklarının az düzeyde olduğu görülmektedir.

### 3.3. Öğrenciler ve öğretim elemanları enstrüman çalmaktan kaynaklanan fiziksel rahatsızlıklar hakkında ne düzeyde bilgi sahibidirler?

Tablo 3.3.1. Öğrencilerin Fiziksel Rahatsızlıklar Hakkında Bilgi Düzeyi Tablosu

		Hiç	Çok Az	Kısmen	Büyük Ölçüde	Tamamen
Overuse	(aşırı kullanım)	39	19	14	9	4
Tendinitis	(kasların tendonlarında meydana gelen iltihap)	52	13	15	3	2
Fokal kas distoni	(istemsiz parmak bükülme ve açılma rahatsızlığı)	58	7	11	7	2
Karpal tünel sendromu	(el bilek uyuşması)	48	19	11	5	2
Torasikoutletsendromu	(ön kollarda, ellerde, omuzlarda; ısı kaybı, uyuşukluk, ağrı)	51	12	18	3	1
Kubital tünel sendromu	(aşırı kullanım sonucu dirseğe yapılan baskıdan dolayı küçük parmakta ağrı)	53	16	12	3	1
Triggerfinger	(işaret parmağında tendonun kılıf içinde sertleşip sabit kalması ve hareketle tetik gibi takılması)	57	14	8	2	4
Tuzak nöropatiler	(belirli bölgelerde sinir sıkışmaları)	54	17	5	5	4
Disk hernisi	(bel, boyun omurlarında fitiklaşma)	46	22	6	6	5
Temporomandibular eklem bozukluğu	(ağrı veya ısırma ya da çiğneme rahatsızlık ağzı açıp kapatırken ses çıkması)	54	14	9	4	4
Diş dizilim problemleri	(enstrüman çalmaktan kaynaklı)	53	15	5	7	5
Görev odaklı tremor	(çalarken titreme)	57	11	13	2	2
Fiddler'sneck	(keman ve viyola icracılarının çene altındaki izi)	51	16	9	5	4
Skolyoz	(omurga eğriliği)	36	16	18	7	8
Kifoz	(kamburluk)	34	16	18	13	4

**Tablo 3.3.2 Öğretim Elemanlarının Fiziksel Rahatsızlıklar Hakkında Bilgi Düzeyi Tablosu**

		Hiç	Çok Az	Kısmen	Büyük Ölçüde	Tamamen
Overuse	(aşırı kullanım)	3	4	3	5	2
Tendinitis	(kasların tendonlarında meydana gelen iltihap)	4	5	4	3	1
Fokal kas distoni	(istemsiz parmak bükülme ve açılma rahatsızlığı)	4	5	4	2	2
Karpal tünel sendromu	(el bilek uyuşması)	3	5	4	2	3
Torasikoutletsendromu	(ön kollarda, ellerde, omuzlarda; ısı kaybı, uyuşukluk, ağrı)	5	6	2	2	2
Kubital tünel sendromu	(aşırı kullanım sonucu dirseğe yapılan baskıdan dolayı küçük parmakta ağrı)	7	2	4	2	2
Triggerfinger	(işaret parmağında tendonun kılıf içinde sertleşip sabit kalması ve hareketle tetik gibi takılması)	7	4	3	2	1
Tuzak nöropatiler	(belirli bölgelerde sinir sıkışmaları)	7	3	3	4	-
Disk hernisi	(bel, boyun omurlarında fıtıklaşma)	4	2	3	4	4
Temporomandibular eklem bozukluğu	(ağrı veya ısırma ya da çiğnemede rahatsızlık ağzı açıp kapatırken ses çıkması)	10	2	2	3	-
Diş dizilim problemleri	(enstrüman çalmaktan kaynaklı)	7	2	4	3	1
Görev odaklı tremor	(çalarken titreme)	7	2	5	2	1
Fiddler'sneck	(keman ve viyola icracılarının çene altındaki izi)	6	5	4	-	2
Skolyoz	(omurga eğriliği)	2	3	7	2	3
Kifoz	(kamburluk)	4	1	7	3	2

Tablo 3.3.1 ve Tablo 3.3.2 karşılaştırılmalı olarak incelendiğinde iki çalışma grubunda da enstrüman çalmaktan kaynaklı oluşabilecek rahatsızlıklar arasında en fazla bilgiye sahip oldukları rahatsızlıkların Overuse (aşırı kullanım), Skolyoz (omurga eğriliği) ve Kifoz (kamburluk) olduğu görülmektedir. Tablo 3.2.1 ve Tablo 3.2.2 ile birlikte incelendiğinde yaşadıkları rahatsızlıkla ilgili bilgi düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Aynı şekilde iki çalışma grubunda da enstrüman çalmaktan kaynaklı oluşabilecek rahatsızlıklar arasında en az bilgiye sahip oldukları rahatsızlıkların ise Fokal kas distoni (istemsiz parmak bükülme ve açılma rahatsızlığı), Kubital tünel sendromu (aşırı kullanım sonucu dirseğe yapılan baskıdan dolayı küçük parmakta ağrı), Triggerfinger (işaret parmağında tendonun kılıf içinde sertleşip sabit kalması ve hareketle tetik gibi takılması), Tuzak nöropatiler (belirli bölgelerde sinir sıkışmaları) ve Temporomandibular eklem bozukluğu (ağrı veya ısırma ya da çiğnemede rahatsızlık ağzı açıp kapatırken ses çıkması) olduğu görülmektedir.

### 3.4. Öğrencilere ve öğretim elemanlarına göre, öğretim elemanları öğrencilerine enstrüman çalmaktan kaynaklı oluşabilecek fiziksel rahatsızlıklar hakkında ne düzeyde bilgilendirme yapmaktadırlar?

**Tablo 3.4.1. Öğrencilerin ve Öğretim Elemanlarının Bilgilendirme Yapma Düzeyleri Tablosu**

	Hiç	Çok Az	Kısmen	Büyük Ölçüde	Tamamen
Öğretim elemanlarına göre kendileri öğrencilere ne düzeyde bilgilendirme yapmaktadır?	1	3	5	3	5
Öğrencilere göre, öğretim elemanları onlara ne düzeyde bilgilendirme yapmaktadır?	30	18	15	12	10

Tablo 3.4.1 incelendiğinde; öğretim elemanlarının öğrencilere fiziksel rahatsızlıklar hakkında büyük ölçüde bilgilendirme yaptıklarının yanıtını verdikleri görülürken, öğrencilerin büyük çoğunluğunun; öğretim elemanlarının hiç bilgilendirme yapmadığı yanıtını verdikleri görülmüştür. Bu durum, müzisyen hastalıklarına dair bilgilendirilme konusunda, öğrencilerin beklentilerinin öğretim elemanlarının sundukları bilgilerden çok daha fazla olduğunu ifade etmektedir. Bir başka ifade ile, öğretim elemanları müzisyen hastalıklarına dair öğrencilerine yeterli bilgilendirme yaptıklarını düşünürken, öğrenciler bu konuda yeterli bilgi almadıklarını belirtmektedirler. Bu durum öğrencilerin müzisyen hastalıklarına dair daha çok bilgi almak istedikleri şeklinde yorumlanabilir.

## 4. Sonuç, Tartışma ve Öneriler

### 4.1 Sonuç ve Tartışma

Yukarıda ortaya konan veriler doğrultusunda, öğrencilerin en fazla ağrı çektikleri bölgelerin boyun, sol omuz, bel, sırt şeklinde olduğu ifade edilirken; öğretim elemanlarının ise boyun, sırt, omuzlar şeklinde olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Araştırmada, öğrenciler büyük bir oranda, Görev odaklı tremor, Fokal kas distoni, Trigger finger rahatsızlıkları hakkında hiç bilgi sahibi olmadıklarını ifade ederken; öğretim elemanları ise Kubital tünel sendromu, Trigger finger, Tuzak nöropatiler, Temporomandibular eklem bozukluğu hastalıkları hakkında hiç bilgi sahibi olmadıklarını ifade etmişlerdir. Bu bulgular ışığında öğrenci ve öğretim elemanlarının bilgi sahibi olmadıkları rahatsızlıklar ile ilgili rahatsızlıklar yaşadıkları görülmektedir. Araştırmadan elde edilen en ilginç bulgu ise, öğretim elemanlarının büyük bir oranda öğrencilere fiziksel problemler hakkında bilgilenme yaptıklarını ifade ettikleri iken, öğrencilerin tam zıt olarak öğretim elemanının bilgilendirme yapmadıklarını ifade etmiş olmalarıdır.

Yapılan literatür taramasında bu araştırmaya benzer olarak, Yağışan (2004) 'ın araştırmasında müzisyenlerin en sık karşılaştıkları fiziksel rahatsızlıklar incelenmiş ve bu rahatsızlıkların belirtileri ve ilgili çözüm yolları üzerinde durulmuştur. Aynı şekilde Cüceoğlu (2008;2009), Duranoğlu (2015) ve Gençel (2005) 'ın araştırmalarında da bu çalışmaya benzer olarak öğrencilerin yaşadıkları fiziksel rahatsızlıklar çalışılmış ve sonuç olarak öğrencilerin enstrüman çalmaktan kaynaklı sorun yaşadıkları görülmüştür. Leblebicioğlu (2005) 'nun araştırması da bu çalışmayı destekler nitelikte olup, araştırmada bilgi düzeylerinin yükseltilmesi amaçlanarak, fizyoterapi ve enstrüman eğitimcilerinin birlikte çalışmasının öğrencilerin performansını olumlu yönde etkileyeceği vurgulanmıştır. Leeve diğerleri (2013) tarafından yayımlanan enstrüman çalan müzisyenlerin karşılaştıkları müzisyen hastalıkları üzerine yapılan araştırmada, overuse sendromunun karşılaşımla sıklığının yaygın olduğuna vurgu yapılmakta olup, yapılan bu araştırmada da yaygın enstrüman çalan öğrencilerin ve öğretim elemanlarının oranının yüksek olmasına paralel olarak, benzer bir sonuç ile karşılaşılmıştır. Bir başka ifade ile araştırmada overuse sendromu karşılaşılan müzisyen hastalıkları arasında yaygın olarak görülmektedir. Kennedy ve diğerleri (2006) tarafından gitaristler üzerinde gerçekleştirilen araştırmada ise, Karpal tünel sendromunun sıklıkla görüldüğü sonucuna ulaşılmakta olup yapılan bu araştırma ile benzer sonuçları taşımaktadır.

Yapılan literatür taramasında bu araştırmadan farklı olarak ise, Hoppmann ve Patrone (1989) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, müzisyenler arasında yaygın olan kas/iskelet sistemi rahatsızlıkları arasında sinir sıkışması/ torasik outlet sendromu önemli bir yer oynamaktadır. Yapılan bu araştırmada ise Torasik outlet sendromu ile büyük oranda karşılaşılmadığı sonucuna ulaşılmaktadır. Jankovic ve Ashoori (2008) tarafından yapılan araştırmada da müzisyenler arasında görülen en yaygın rahatsızlığın Fokal kas distoni olduğuna dikkat çekilmekte iken, bu araştırmada ise Fokal kas distoni en yaygın müzisyen hastalığı olarak yer almamaktadır. Dündar (2008) 'ın araştırmasından çıkarılan bulgudan farklı olarak çalma ve çalma sonrası süreçte en fazla rahatsızlık yaşanan bölgelerin sağ ve sol bilek olduğu görülürken, bu araştırmada çalma ve çalma sonrası rahatsızlık yaşanan bölgelerin bel, boyun ve sırt olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kok ve diğerleri (2013) tarafından müzik eğitimi öğrencileri ve tıp fakültesi öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen araştırmada, müzik öğrencilerinin Tıp Fakültesi öğrencilerine göre sağ el, sağ-sol el bilekleri, sol dirsek, omuzlar, boyun, çene ve ağız ile ilgili daha fazla rahatsızlık şikayetinde buldukları sonucuna ulaşılmıştır, yapılan bu araştırmada ise vücut diyagramında en sık görülen rahatsızlıkların, Kok ve diğerleri (2013) tarafından gerçekleştirilen araştırmanın aksine, el-bilek ve dirsekte yer almadığı, sadece boyun, sırt, omuz ve bel bölgesinde yer aldığı görülmektedir.

Zaza (1998) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, hafif, geçici şikayetlerin enstrüman çalmaktan kaynaklı kas-iskelet sistemi rahatsızlıklarından ayırt edilmesi gerektiği vurgulanmıştır. Yapılan bu araştırmada, veri toplama sürecinde işaretlenen tüm rahatsızlıklar, enstrüman çalmaktan kaynaklı kas-iskelet sistemi rahatsızlığı olarak değerlendirilmiştir. Bu durum, yapılan bu araştırmanın sınırlılıkları arasında yer almaktadır.

## 4.2 Öneriler

### Öğrencilere,

- Enstrüman çalışmaya başlamadan önce ısınma-gevşeme egzersizleri yapmaları önerilebilir. Böylece bilinçli çalışma sağlanabilir.

### Öğretim elemanlarına,

- Müzisyen hastalıkları hakkında daha çok üzerinde durarak, öğrencilerine bilgilendirmeler yapmaları önerilebilir.
- Fizyoterapistlerle görüşülerek hizmet içi eğitim, seminer ve toplantıların yapılması önerilebilir.
- Fizyoterapi ve müzik eğitimi bölüm yönetimlerinin ortaklaşa çalışarak seminerler ve çalıştaylar düzenlemeleri, öğrencilerin de bu etkinliklere zorunlu katılımları sağlanabilir.
- Ülkemizde de Sahne Sanatları Tıbbı (Performing Arts Medicine) alanında, benzer çalışmaların yapılması ve bu alanda uzmanlıkların artması ve müzik eğitimcilerinin ve öğrencilerin bu uzmanlar ile sık sık bir araya gelmeleri önerilebilir.

### Araştırmacılara,

- Kaufman-Cohen ve Ratzon (2011), Lee ve diğerleri (2013), Zaza ve Farewell (1997) tarafından yapılan araştırmada, yaylı çalgı çalan müzisyenlerin, diğerlerine oran ile daha yüksek bir sıklıkta müzisyen hastalığı ile karşılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Yine Zaza ve Farewell'in (1997) araştırmalarında cinsiyet değişkeni ele alınarak, kadınların erkeklere oranla daha çok müzisyen hastalığı ile karşılaştığı sonucuna varılmaktadır. Bu araştırmalardan hareketle, yapılan bu araştırmanın cinsiyet ve enstrüman türü gibi değişkenlerin alt problem olarak ele alındığı bir araştırmanın gerçekleştirilmesi önerilebilir.
- Çeşitli enstrümanlar ve fiziksel rahatsızlıklar arasında korelasyon araştırmaları yapmaları önerilebilir.
- Roehr (2019) tarafından yapılan araştırmada gitaristler ve yaşadıkları dermatolojik rahatsızlıklar incelenmiştir. Bu doğrultuda, müzisyenlerin karşılaştıkları rahatsızlıklar, kas-iskelet hastalıkları, deri hastalıkları, psikolojik rahatsızlıklar (anksiyete) gibi gruplandırılarak araştırılması önerilebilir.
- Lederman'ın (2003) araştırmasında olduğu gibi, araştırmanın çalışma grubu enstrümantal müzisyenler olarak sınırlandırılabilir, şan ve ses eğitimi eğitimcileri ve öğrencileri çalışma grubundan hariç tutulabilir.
- Çeşitli enstrümanlarda karşılaşılan hastalıklarla ilgili neden – sonuç araştırmaları yapmaları önerilebilir.

\* Etik Not: Bu araştırma 2018–2019 eğitim–öğretim yılı içerisinde, BAİBÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Güzel Sanatlar Eğitimi Anabilim Dalı, Müzik Eğitimi Bilim Dalı Yüksek Lisans programında verilmekte olan "Seminer" dersi için hazırlanmış olan araştırma önerisinden hareketle hazırlanmıştır.

### Kaynaklar

Akgül Barış, D., Acay, S., Avcı, Ş. ve Yılmaz, N. (2006) *Çalgı Eğitiminde Fiziksel Yapının Önemi*. Ulusal Müzik Eğitimi Sempozyumu Bildirisi, 26-28 Nisan 2006, Pamukkale Üniv.Eğt.Fak.Denizli.

Algı, S. ve Seyhan, Z. (2018) Çalgı Eğitiminde Karşılaşılan Sağlık Sorunları. *Sobider / Sosyal Bilimler Dergisi*, 20, s. 192-208

Aydiner, M. (2004) *Piyano eğitimi sürecinde karşılaşılabilen bedensel rahatsızlıklar ve bu rahatsızlıkların oluşmaması için müzik eğitimi anabilim dallarında alınabilecek önlemler*.Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Bejjani, F. J., Kaye, G. M. & Benham, M. (1996). Musculoskeletal And Neuromuscular Conditions of instrumental musicians.*Archives of physical medicine and rehabilitation*, 77(4), 406-413.

Burkholder, K. R.,& Brandfonbrener, A. G. (2004). Performance-related injuries among student musicians at a specialtyclinic.*MedicalProblems of PerformingArtists*, 19(3), 116-123.

- Cüceoğlu Önder, G. (2009) Flüt Çalışmasından Kaynaklanan Bedensel Sorunlar. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 17(9) s. 56-70.
- Cüceoğlu Önder, G. (2013) Müzik Eğitimi Anabilim Dalı Lisans Öğrencilerinin Çalgı Çalmaya Bağlı Bedensel Sorun Yaşama Durumlarının Çeşitli Değişkenler Yönünden İncelenmesi (Makü Örneği). *E- Journal Of New World Sciences Academy*. 8 (2) s.326-337.
- Cüceoğlu, G. (2008) *Flüt Çalışmasından Kaynaklanan Bedensel Sorunlar Çerçevesinde Geliştirilmiş Bir "Flüt Isınma Programı"*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Çimen, G. (2003) *Çalgı çalmaya bağlı fiziksel rahatsızlıklar*. Cumhuriyetimizin 80. Yılında Müzik Sempozyumu, 30-31 Ekim 2013, İnönü Üniveritesi, Malatya.
- Dawson, W. J. (2013). Performing Arts Medicine: a Bibliographic Retrospective of the Early Literature. *Medical problems of performing artists*, 28, 47-53.
- Duranoğlu, N. E. (2015) Çalgı Eğitiminde Görülen Kas ve İskelet Rahatsızlıkları ve Performansa Etkileri Üzerine Öğretmen ve Öğrenci Görüşleri. *Karaelmas Journal of Educational Sciences* 3, s.87-97.
- Dündar, G. E. (2008) *Keman Ve Viyola Çalan Öğrencilerde Ortaya Çıkan Fiziksel Sağlık Problemleri Ve Çözüm Önerileri*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Enke, A.M., & Poskey, G.A. (2018). Neuromuscular re-education programs for musicians with focal hand dystonia a systematic review. *Med Probl Perform Art*, 33(02), 137-145.
- Ergin, E. (2006) *Gitar Eğitiminde Karşılaşılan Önkol Hastalıklarına İlişkin Öğrenci Görüşleri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Frizziero, A., Gasparre, G., Corvo, S., Gamberini, J., Finotti, P., Masiero, S., & Maffulli, N. (2018). Posture and Scapular Dyskinesis in young bowed string instrument musicians. *Muscles, Ligaments & Tendons Journal (MLTJ)*, 8(4).
- Gençel, Ö. (2005) *Müzik Öğretmeni Yetiştiren Kurumlarda Flüt Eğitimi Sürecinde Karşılaşılan Bedensel Rahatsızlıklar ve Öğrenci Başarısına Etkileri*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Harman, S. E. (1987). Bibliography for Occupational Diseases of instrumental musicians. *Med Probl Perform Art*, 2(4), 155-162.
- Hoppmann, R. A., & Patrone, N. A. (1989). *A review of musculoskeletal problems in instrumental musicians*. In *Seminars in arthritis and rheumatism* 19(2), pp. 117-126). WB Saunders.
- Jankovic, J., & Ashoori, A. (2008). Movement disorders in musicians. *Movement disorders official journal of the Movement Disorder Society*, 23(14), 1957-1965.
- Kaufman-Cohen, Y., & Ratzon, N. Z. (2011). Correlation between risk factors and musculoskeletal disorders among classical musicians. *Occupational Medicine*, 61(2), 90-95.
- Kennedy, R. H., Hutcherson, K. J., Kain, J. B., Phillips, A. L., Halle, J. S., & Greathouse, D. G. (2006). Median and ulnar neuropathies in university guitarists. *Journal of Orthopaedic and Sports Physical Therapy*, 36(2), 101-111.
- Kok, L. M., Vlieland, T. P. V., Fiocco, M., & Nelissen, R. G. (2013). *A comparative study on the prevalence of musculoskeletal complaints among musicians and non-musicians*. *BMC musculoskeletal disorders*, 14(1), 9.
- Leblebicioğlu, G. (2005) *Enstrümantalist müzisyenlerde el sorunları*. Müzisyen Sağlığı Günleri – I, 11-12 Mart 2005, Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul.
- Lederman, R. J. (2003). Neuromuscular and Musculoskeletal Problems in instrumental musicians. *Muscle & Nerve: Official Journal of the American Association of Electrodiagnostic Medicine*, 27(5), 549-561.
- Lee, H. S., Park, H. Y., Yoon, J. O., Kim, J. S., Chun, J. M., Aminata, I. W., ... & Jeon, I. H. (2013). Musicians' medicine musculoskeletal problems in string players. *Clinics in orthopedic surgery*, 5(3), 155-160.
- Lockwood, A. H. (1988). Medical Problems in secondary school-aged musicians. *Med Probl Perform Art*, 3(4), 129-132.

- Lundborg, B., & Grooten, W. J. A. (2018). Resistance Training for Professional String Musicians: A Prospective Intervention Study. *Medical problems of performing artists*, 33(2), 102-110.
- Roehr, B. (2019). Stephen I. Katz: Influential Director of the national institute of arthritis and musculoskeletal and skin diseases at the US national institutes of health. *British Medical Journal (Online)*, 364
- Yağışan, N. (2004) *Çalgı İcracılarında Kas – İskelet Problemleri ve Nedenleri*. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 11, s. 561-574.
- Yağışan, N. (2002) *Keman Çalmada Etkin Bedensel Yapıların Hareket Analizi ve Fiziksel – Motorik Özellikleri Geliştirmenin Çalma Performansı Üzerindeki Yansımaları*. Gazi Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmamış doktora tezi.
- Zaza, C., & Farewell, V. T. (1997). Musicians' playing-related musculoskeletal disorders: An examination of risk factors. *American journal of industrial medicine*, 32(3), 292-300.
- Zaza, C. (1998). Playing-related musculoskeletal disorders in musicians: a systematic review of incidence and prevalence. *Cmaj*, 158(8), 1019-1025.

# AN INVESTIGATION OF KNOWLEDGE LEVELS OF STUDENTS AND TEACHERS ABOUT MUSICAL DISORDERS IN THE DEPARTMENT OF MUSIC EDUCATION (BAIBU EXAMPLE)

Şevval SATICI  
Seda EDEN ÜNLÜ  
Ahmet Serkan ECE

## Abstract

During the four-year undergraduate education in the departments of music education, individual instruments training is provided with various instruments (violin, viola, cello, piano, flute, guitar, baglama, etc.). This formal training in music education department at twenty-six faculties in Turkey are carried out under practical courses. The content of the course is expected to strengthen the knowledge that the student can use in personal teaching life and to increase the level of proficiency in personal instrument in direct proportion to the grade level, and also to bring the student to the level determined in personal instrument. The individual instrument training course requires high performance of students and instructors. During this time, the individual instruments of the students become a part of their lives. They should have prepared their bodies and minds for an average of 6-7 hours per day and should practice according to the correct posture rules. In other studies, it has been determined that this occupation which requires position and high performance contrary to correct posture is a risky job in terms of physical health. In this research, it is aimed to measure the level of knowledge of students and faculty members about this subject, although physical problems that students may encounter in time. The research is a descriptive study based on the survey research model. The study group consisted of 17 instructor in the Department of Music Education, Department of Fine Arts Education, Faculty of Education, Bolu Abant İzzet Baysal University and I. II. III. and IV. 85 students studying in the classroom. The data of the research was collected and processed in accordance with the questionnaire developed by the researchers, and the data were analyzed and interpreted. According to the data obtained, students and instructor have physical disorders in the neck, waist and back regions, and the instructors and students are not aware of the main disorders that may arise from playing instruments. According to the students, instructors have low level of informing themselves about physical disorder caused by playing instruments; according to the teaching staff, the level of informing students about this issue varies with this ratio.

**Keywords:** Individual instrument, Musician diseases, Musculoskeletal disorder, Correct posture, Music education