



folklor/edebiyat, cilt:21, sayı:81, 2015/1

MÜZİK TERAPİ UYGULAMALARI VE BAZI ÜLKELERDEKİ EĞİTİMİ*

Burçin Uçaner-Birsen Jelen**

Giriş

Therapeuin: Yunanca hizmette bulunmak, hastayla ilgilenmek, çare bulmak anlamlarını ifade eden müzik terapinin dünyada ve Türkiye’de binlerce yıllık bir geçmişi vardır. Türklerin en eski ataları tapınma ve büyü’nün yanı sıra iyileştirmede de müzikten yararlanmışlardır (Uçan, 2000). İlkel kabilelerdeki sihirbaz doktorlar, hastanın veya onun bedenindeki kötü ruhun ses ve şarkısını bularak onu iyi etmeye çalışırlardı. Afrika’da bazı kabileler bugün dahi müzik terapi geleneğini devam ettirmektedirler. Türkiye’de müzik terapi konusunda akademik eğitim veren herhangi bir kurum bulunmamaktadır. Sudan’da sihirbaz doktorlar yaptıkları tedavi ayini ile korkuyu yenebilmektedirler (Ak,2006:18). Jung antik Yunan’da yaklaşık İ.Ö.1000’de müziğin şifalı olduğunu bularak çeşitli mitolojik bilinç kademelerinde uygulayarak ispatlamıştır (Doğan, 2006:60). Eski Yunan tanrısı Heros

* Bu çalışma 1-3 Mayıs 2009 tarihinde 1. Uluslararası Eğt.Arş.Kongresinde “Türkiye’de ve Dünyada Müzikle Teda-vi Uygulamaları” başlığı ile bildiri olarak sunulmuş, tekrar güncellenmiştir.

** Burçin Uçaner, Gazi Üniversitesi Türk Müziği Devlet Konservatuarı öğretim üyesi.

Birsen Jelen, Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Enstitüsü Müzik Eğitimi Anabilim Dalı öğretim görevlisi.

Asklepios hekimlik tanrılığına yükselince M.Ö.4.yüzyılda Bergama'da sağlık koruma yurdu kurmuştur. Burada telkin, fizyoterapi ve müzik terapinin bugün halen kullanılan çeşitli tedavi yöntemlerini uygulamıştır (Ak, 2006:28). Müziğin tedavideki yakın tarihçesine bakacak olursak; Praglı Müzikterapist Raudnitz, 1848'de psikozlarda ilk defa müziğin tıptaki önemini inceleyen kişi olmuştur (Doğan, 2006:66). 1959'da Viyana'da, 1973'te Almanya'da "Müzik Terapi Derneği" kurulmuştur. Çin ise müzik tedaviyi teknoloji ve yenilikçi olarak anesteziyelerdeki elektro akapunktur tedavilerinde kullanmaktadır (Doğan, 2006:123). Uzunca bir süre unutulmuş müzik terapi yönteminin önemi, son yıllarda tekrar fark edilmiştir. Bu çalışmada dünyada müzik terapi eğitimi veren okullar, müzik terapi dernekleri tanıtılmış ve bu alandaki bilimsel çalışma sonuçlarına yer verilmiştir.

Norveç'te Müzik Terapi Eğitimi

Norveç küçük bir ülke olmasına rağmen, müzik terapi konusunda son 30 yılda oldukça hızlı gelişme göstermiştir. 1980'li yıllarda müzik terapi aktiviteleri başkent Oslo civarında yoğunlaşmıştır. 1991 yılında Norveç hükümeti, özel ihtiyaçları olan insanların da normal insanlar gibi kendi özel çevresinde çalışmaya, okula gitmeye ve hobi geliştirmeye hakkı olduğunu ortaya koyan "birleştirme" reformunu hayata geçirmiştir. Bu reform sayesinde müzik terapiye ilgi hızla artmış ve bunun sonucunda "Norveç Müzik Akademisi" altı aylık bir program başlatmıştır. Bu program daha sonra açılacak olan "müzik terapi" programına hazırlık olmuştur. Günümüzde müzik terapi programı Norveç Müzik Akademisinde yüksek lisans (master) programı olarak varlığını sürdürmektedir. Norveç Müzik Akademisindeki Müzik Terapi master programında öğrencilerin bir senelik müzik ve sağlık programını tamamlamaları istenmektedir. Bu programdan mezun müzik terapistleri haftada bir gün müzikten faydalanarak hayat kalitesini arttırmayı sağlayacak sahada pratik çalışma yapmaktadırlar. Bu saha çalışmasında müzik terapistleri engelli çocuklarla, tutuklularla, huzurevindeki yaşlılarla ya da psikiyatrik hastalar ile çalışabilmektedirler. Norveç'te müzik terapistleri, müzik eğitimi kültür çalışanları ve sağlık çalışanları arasındaki sınırlar çok belirgin değildir. Birbirini izole etmekten çok her alanın çalışanı işbirliği için yollar üretmektedir (Almaas, 2008:98).

Letonya'da Müzik Terapi Eğitimi

1940 yılında başlayıp 1991 yılında tamamen biten Sovyet işgali sırasında engelli ve psikolojik rahatsızlıkları olan hastalar toplum içerisinde görülmemekteydi. Onlarının bakımını aileleri üstlenmekte ya da özel kurumlara yerleştirilmekteydiler. 1991 yılındaki bağımsızlıktan itibaren Letonya'da psikoloji bilimi özellikle kadınların ilgisini çekmeye başlamıştır. Müzik terapi ve diğer yaratıcı terapiler de buna dahil olmuştur. 1998 yılında Mirdza Paipere Liepaja Almanya'dan aldığı destek sayesinde pedagoji akademisinde ilk müzik terapi kursunu düzenlemiştir. Bu ilk kurslar Witten-Hendecke Üniversitesinden Dr. Reiner Hauss tarafından yönetilmiş, çocuklar ve gençlere yönelik müzik terapi uygulanmıştır. 2003 yılında Rigas Stradina Üniversitesinde tıp fakültesine bağlı tam zamanlı "sanat terapisi" master programı açılmıştır. Programda görsel sanatlar, müzik ve dans terapisi, medikal ve psikoterapik metodolojiye ağırlık verilmiştir. 2003 yılından beri Letonya'da uluslararası sanat tedavisi konferansları verilmekte, İngiltere, İskoçya,

Rusya ve Almanya'dan gelen uzmanlar seminerler düzenlemektedirler. Ayrıca başkent Riga'da sanat terapisi derneği kurulmuştur (www.arttherapy.lv). Son olarak 2006 yılında Akademiye bağlı müzik terapi programı açılmış ve müzik-terapi derneği kurulmuştur (Lagzdina, 2008:355).

Japonya'da Müzik Terapi Eğitimi

Japonya'da müzik terapi 1950'lerden itibaren öğretmenler, psikologlar ve psikiyatristler arasında arasında ilgi çekici bir alan olmuştur. 1960'lı yıllarda Dr. Yamamatsu (psikolog), Dr. Matsui (psikiyatrist), Dr. Murai (profesyonel müzisyen ve psikiyatrist) müzik terapi uygulanmaya başlamıştır. 1970'li ve 1980'li yıllarda bu konuya ilgi iyice artmıştır. Yurtdışında eğitim alan veya kendini müzik terapi konusunda geliştiren insanların sayısı bu yıllarda oldukça artmıştır. Bu kişiler rehabilitasyon merkezlerinde, hastanelerde ve hemşire evlerinde müzik terapiyi uygulamışlardır. Aynı zamanda müzik terapi çalışma gruplarından yola çıkarak zamanla yerel müzik terapi dernekleri kurulmuştur. Bu derneklerden biri "Klinik Müzik Terapi Derneği" diğeri ise "Bio-Müzik" derneğidir. Bio-Müzik derneği 1995'te "Müzik Terapi Japon Federasyonu (JFMT)"na ve 2001 yılında "Japon Müzik Terapi Derneğine" -Japanese Music Therapy Association (JMTA) dönüşmüştür (6,030 üyesi bulunmaktadır). JMTA Japonya'daki üniversite ve müzik kolejlerinde uygulanmakta olan 15 müzik terapi programını onaylamaktadır. JMTA müzik terapi alanında 4 yıllık müfredat programı sunmaktadır. Öğrenciler 4 yıllık programı tamamladıktan sonra "yerel terapist" olarak sertifika almaktadırlar. Mezun olduktan sonra gerçek" müzik terapisti" olmak için 3 yıl gözlem altında çalışmaktadırlar (Okazaki:2003).

İngiltere'de Müzik Terapi Eğitimi

İngiltere'de müzik terapinin zengin ve uzun tarihi var. Orta çağdan 20. yüzyıla kadar küçük insan gruplarından başlayarak bugün bir meslek olarak kabul edilen müzik terapi alanında yaklaşık 600 pratisyen bulunmaktadır. Müzik terapi uzmanları ulusal sağlık hizmeti veren merkezlerde, okullarda, hapishanelerde, hastanelerde, ve özel müzik terapi merkezlerinde çalışmaktadırlar. İngiltere'de iki önemli müzik terapi derneği bulunmaktadır. 1958 yılında Juliette Alvin tarafından kurulan "Büyük Britanya Müzik Terapi Topluluğu (The British Society for Music Therapy-BSMT)" ve 1976 yılında profesyonel müzikterapistlerin ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla kurulan Profesyonel "Müzik Terapistleri Derneği (The Association of Professional Music Therapists-APMT)". Bu iki kuruluş beraber, yakın temas içerisinde çalışmaktadır ve yakında yeni bir organizasyon oluşumuna gidecektir (ODELL, 2009). BSMT'nin kurucusu Juliette Alvin, Guildhall Müzik ve Drama Okulu tarafından devet edilmiş ve ilk mezuniyet sonrası müzik terapi eğimi kursunu 1968 yılında düzenlemiştir. Ardından 1974 yılında Nordoff-Robbins Londra'da müzik terapi merkezi kurmuştur. Bu merkezlerde ilk çalışmalar öğrenme güçlüğü olan çocuklar ve yetişkinlerle, ruh sağlığı yerinde olmayan kişilerle ilgili olarak yapılmıştır. Çalışma alanları okul öncesi okullar, fiziksel engelli ve nörolojik hastalıkları olan çocuk ve yetişkin merkezleri, yaşlılar, işitme problemlili kişiler için merkezler ve hapishanelerdir. 1990 yılından beri müzik terapi konusunda İngiliz yazarlar tarafından pek çok yayın yapılmıştır. Müzik terapi 1997 yılında tıbbi tamamlayıcı ve devlet tarafından onaylanan bir meslek haline gelmiştir. Günümüzde altı

eğitim merkezi bulunmaktadır. Hepsi yarı zamanlı veya tam zamanlı olmak üzere diploma veya master derecesi verecek durumdadır. Bu merkezler:

- Guildhall Postgraduate Diploma Kursu - at the Guildhall School of Music and Drama (University of York)
- Nordoff-Robbins Müzik Terapi Master programı -City University
- Müzik Terapi Master Programı - University of Surrey Roehampton
- Müzik Terapi Master Programı- Anglia Polytechnic University
- Müzik Terapi Diploma Programı - University of Bristol
- Müzik Terapi İleri Düzey Diploması - Welsh College of Music and Drama (Andsdell, 2002).

Arjantin’de Müzik Terapi Eğitimi

Arjantin’de müzik terapi konusunda 4 profesyonel dernek bulunmaktadır. Birincisi 1966’da oluşturulan “Arjantin Müzik Terapisi Derneği (ASAM)”dır. Üniversite mezunları tarafından daha sonra “Arjantin Cumhuriyeti Müzik Terapistleri Derneği (AMURA)” kurulmuştur. 1990’lı yıllarda Patagonia bölgesinde Neuquen Müzik Terapistleri Derneği (AMUN) kurulmuştur. En son Buenos Aires şehrinde “Müzik Terapisi Derneği (AmdeBA)” kurulmuştur ve müzik terapistleri organizasyonu olarak hükümet tarafından destek görmekte, buraya üye olan müzik terapistleri kamu hastanelerinde görev alabilmektedirler (Ferrari, 2008).

Brezilya’da Müzik Terapi Eğitimi

Brezilya’da müzik terapi 1970 yıllarda önemli bir meslek haline gelmiştir. 1972’de Rio de Janeiro’da “Conservatório Brasileiro de Música’da” ilk diplomalı müzik terapi kursunu başlatmıştır. Müzik terapi diploması MEC (Eğitim Bölümü) tarafından kabul gören bir diplomadır. 1996 yılında Dünya Müzik Terapistleri federasyonunun klinik ve pratik ilkelerine uygun olarak metodlar ve teknikler kullanılmıştır. Brezilya’da şu an 1500 kadar mezun müzik terapisi bulunmaktadır. Bu terapistler aşağıda adları yazılan üniversitelerden mezun olmuşlardır.

- Universidade Federal de Goiás (GO): Lisans ve yüksek lisans programı,
- Universidade Federal de Pelotas (RS): Yüksek lisans programı
- Escola Superior de Teologia (RS): Lisans Programı,
- Feevale do Rio Grande do Sul (RS): Yüksek lisans programı,
- Faculdade de Artes do Paraná (PR): Lisans Programı
- Conservatório Brasileiro de Música (RJ): Lisans Programı,
- Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas (SP): Lisans Programı
- Faculdade Paulista de Artes (SP): Lisans ve yüksek lisans programı,
- Universidade de Ribeirão Preto (SP): Lisans programı
- Universidade do Sul de Santa Catarina (SC): Yüksek Lisans Programı
- Universidade Católica de Salvador (BA). Lisans Programı,

UBAM (União Brasileira das Associações de Musicoterapia) Brezilya’daki 12 müzik terapi derneğini kapsayan bir kuruluştur. Amacı müzik terapinin bilimsel olarak gelişmesini sağlamak ve müzik terapistlerinin profesyonel ihtiyaçlarını desteklemektir.

Brezilya'daki müzik terapi dernekleri şöyledir:

- Associação Gaúcha de Musicoterapia ,
- Associação de Musicoterapia do Rio Grande do Sul ,
- Associação de Musicoterapia de Santa Catarina ,
- Associação de Musicoterapia do Paraná ,
- Associação de Profissionais e Estudantes de Musicoterapia do Estado de São Paulo ,
- Associação de Musicoterapia de Ribeirão Preto ,
- Associação de Musicoterapia do Estado do Rio de Janeiro ,
- Associação Mineira de Musicoterapia ,
- Associação de Musicoterapia de Minas Gerais ,
- Sociedade Goiana de Musicoterapia ,
- Associação Baiana de Musicoterapia ,
- Associação de Musicoterapia do Estado do Rio Grande do Norte ,
- União Brasileira das Associações de Musicoterapia (UBAM) (Maristela,2008).

Mısır'da Müzik Terapi Eğitimi

Mısır'da müzik terapi konusunda akademik eğitim veren bir kurum bulunmamaktadır. Müzik terapi konusunda uzmanlaşmış hastane veya merkezler de bulunmamaktadır. Bunun yanında medikal kuruluşların çoğu geleneksel müzik terapi yöntem ve tekniklerini kullanmaktadırlar. Aynı zamanda 2001 yılında açılan ulusal enstitüde rehabilitasyon ve bağımlılık konusunda iyileştirme yöntemi olarak müzik terapiye yer verilmiştir. Mısır sağlık bakanlığı son zamanlarda çok sayıda hekimi özellikle müzik terapi konusunda eğitim almaları için yurt dışına göndermektedir (El-Saaded, 2005).

Türkiye'de Müzik Terapi Eğitimi

Türkiye'de müzik terapi konusunda akademik eğitim veren herhangi bir kurum bulunmamaktadır. Ancak özel iki merkez olan TÜTEM ve TUMATA (Türk Musikisini Araştırma ve Tanıtma Grubu) 'da Türk Müziği ile terapi çalışmaları yapılmaktadır. Ayrıca 2013 yılında müzik terapisinde çağdaş tıbbın, psikoloji ve psikiyatride kullanılan çeşitli yöntemlerini uygulamalarla zenginleştirip eğitim-öğretime katkısı olan araştırmalar yapmak amacıyla Üsküdar Üniversitesi'ne bağlı olarak Müzik Terapi Uygulama ve Araştırma Merkezi (MÜTEM) kurulmuştur. MÜTEM , hastaların sosyo-kültürel yapısına uygun olan müzik türlerini tespit ederek, beyin elektrosu (EEG) ile kişinin beyin haritasını belirledikten sonra beynin elektriksel ritminin frekansını belirleyip, bu frekansın normal sınırlara gelmesini sağlayacak müziği tespit ederek; yapılan araştırmalarla sonraki aşamada ise hastaya uygun müziğin uygulanmasını gerçekleştirmeyi hedeflemektedir.

2014 yılında ise bir grup araştırmacı tarafından Ankara'da Müzik-Terapi Derneği (MÜZTED) kurulmuştur. Dernek; müziğin ve diğer sanatların, bireysel ya da grup psikoterapilerinde terapötik amaçla kullanılmasını sağlayan müzik-terapinin ülkemizde tanıtılması, geliştirilmesi ve toplumun yararına kullanılması için çalışmalarda bulunarak, terapötik amaçlı müzik-terapi çalışmalarının ülkemizde sağlık, eğitim, endüstri, sanat, iletişim, sosyal hizmetler gibi uygulama alanlarındaki katkılarını arttırmak, meslek elemanlarının standartlarını yükseltmek ve bu konuda çalışmalar yapan kişi ve kuruluşlara

destek vermek amacı ile kurulmuştur. Ayrıca müzik-terapi eğitim, öğretim, araştırma, geliştirme, uygulama ve topluma hizmet faaliyetleri ile kalite bilincinin yerleştirilmesine, yükseköğretim kurumlarında kalitenin geliştirilmesine, ulusal ve uluslararası düzeyde kurumsal tanınma sağlanmasına katkıda bulunmayı amaçlamaktadır.

Ayrıca Sağlık Bakanlığı bünyesinde geleneksel, tamamlayıcı ve alternatif tıp uygulamaları daire başkanlığı kurulmuştur. Çalışma konuları arasında müzik terapinin de yer aldığı başkanlık, uygulamalar hakkında mevzuat oluşturulması, uygulayıcıların yeterliliklerinin belgelendirilmesi, uygulama alanlarında faaliyet gösterecek merkezlere ruhsat düzenlenmesi ve iptali ile faaliyetine ilişkin işlemleri yürütmek, uygulamaları yapan yurt içi ve yurt dışı kurum ve kuruluşların çalışmalarını araştırmak ve incelemek, uygulamalar hakkında eğitim veren kurumların kayıtlarını tutmak, uygulama merkezlerini ve uygulayıcıları izlemek, düzenleme ve izinlere aykırı faaliyetleri ve tanıtımları durdurmak, uygulayıcıların sertifikasyon programlarını planlamak vb. çalışmalar yapmaktadır.

Son Yıllarda Müzik Terapi Alanında Yapılan Bazı Bilimsel Çalışma Örnekleri

İngilizce dilini 2. dil olarak okuyan, Avustralya'ya yeni gelmiş göçmen öğrencilerin sınıf davranışlarına etkisini ortaya koymak amacıyla kısa süreli bir müzik terapi programı yapılmıştır. Haftada bir gün olmak üzere, iki ile beş hafta arasında değişen geçiş süresi içerisinde müzik terapisi grup toplantıları düzenlenmiştir. Çocukların okuldaki olumlu ve olumsuz davranışlarını ölçmek için davranış değerlendirme ölçeği kullanılmıştır. Farklı sınıflarda olan 43 öğrenci, öğrencilerin göçmenlik ve okula devam etme durumuna göre seçilmiştir. Random yöntemiyle öğrenciler 2 gruba ayrılmıştır. Araştırma projesi 20 hafta sürmüştür. Çocukların dışı vurdukları hiperaktivite ve agresif davranışlarda anlamlı ölçüde azalma görülmüştür. Diğer davranışlarında anlamlı bir fark görülmemiştir (Felicity, 2006).

Ayakta tedavi edilen pediatrik onkoloji hastalarında müziğin etkisi belirlenmeye çalışılmıştır. Ayakta tedavi gören lösemili çocuk hastalara kendi kontrolleri için hastane ziyaretlerinde müzik terapi uygulanmıştır. İlk gelişlerinde çocuklar 20 dakika müziksiz dinlendirilmiştir; 2. ziyaretlerinde 20 dakika canlılıkları ve kalp atışlarının değerlerinde değişkenlik (HRV) yaratacak özellikte seçilmiş müzikler dinletilmiştir. Çocuklar kendi durumlarını objektif olarak ifade edebilecek durumda olmadıkları için onların yardımıyla veliler tedaviden önce ve sonra kendi çocuklarının rahatlık, canlılık, iyi olma, endişe, stres ve depresyon durumlarıyla ilgili "görsel benzerlik ölçekleri(VAS)" doldurmuşlardır. Tedavi boyunca (HRV)'leri hesaplayabilmek için hastaların kalp atışları gözlemlenmiştir. Parasempatik HRV parametreleri müzik terapide, yalnızca müziksiz dinlenmeye göre çok daha düşük bulunmuştur. Bunların dışında önemli farklar bulunmamıştır (Kemper, 2008).

Portekiz'de yapılan bir çalışmada, yarı açık cezaevinde bulunan hırsızlık, soygun, silah ve uyuşturucu taşıma, cinsel taciz ve cinayet gibi suçlardan tutuklanmış 15-18 yaş arası gençlerde hip hop müziğin etkisi araştırılmıştır. Çalışmaya katılan gençlerin çoğu hip hopun en çok sevdikleri müzik türü olduğunu söylemiş ama bunun yanında Çigan, techno ve rock müzik sevdiklerini de açıklamışlardır. Çalışma şu aşamalardan oluşmuştur: oturumların izlenmesi, MD'ye kaydedilen çalışmaların dinlenmesi, oturum kayıtlarının incelenmesi. Bu kayıtlar incelenirken gençlerin başkalarıyla temas etme durumları tespit edilmeye çalışılmıştır. Bu durumlar:

- Başkalarının fikirlerini kabul etme veya reddetme durumları,
- Konuşma sırasındaki yüz ifadeleri ve ses tonları,
- Müzik enstrümanlarıyla temas etme derecesi,
- Müziksel sesleri ve ritim kalıplarını kullanma durumları
- Verilen görevlerdeki dikkat durumları,
- Müziksel aktivitenin ardından sonra yapılan tartışmaya katılım durumları incelenmiştir.

Bu çalışmada müzik, genç yetişkin katılımcılara farklı bir bakış açısı kazandırmıştır. Ayrıca gençlerin kimseyi tehdit etmeden daha güvenli hareket etme ve kendilerini daha kuvvetli ifade edebilmelerine neden olmuştur. Bunun yanında gençlerde kendi davranışlarını kontrol altına alma ve verilen uyarıcılara doğru tepki verme gözlenmiştir. Genç yetişkinlerin temel ihtiyaçları olan anlaşılabilme, kendileri için bir şeyler yapabilme, benzersiz ve saygın olma, bir grubun üyesi olma bu çalışmada uygulanan müzik terapisinin gençler üzerindeki olumlu etkilerindendir (Vasconcelo, 2008:395).

Berhem 2008 'de yaptığı araştırmada Filistinli çocukların müzik terapi ile kendi duygularıyla başa çıkma becerilerini geliştirme potansiyelini, ailelerin ve cemaatlerin çocukların duygusal ihtiyaçlarını nasıl karşıladıklarını araştırmıştır. Araştırmaya 1. ve 5.sınıflar arasında, değişen yaş grubunda (ortalama 9.45 yaş) 19'u erkek 1'i kız 20 çocuk katılmıştır. Çalışma beş hafta süreyle yapılmıştır. Bu çocukların ikisi okulda davranış bozukluğu sergilemiştir. Çocukların duygularını ifade eden kelime hazneleri ve insan yüzünün ifadelerini gösteren çizgisel eşleştirme durumları ön ve son testle ölçülmüştür. Duygularla ilgili kelimelerinin sayısını arttırmak, duygularını kişisel olarak ifade etmeleri ve müzikten zevk almaları için müzik terapi uygulanmıştır. Müzik terapi oturumları mutluluk, üzüntü, kızgınlık ve korku kelimeleri ve deneyimleri ile ilgili olarak düzenlenmiştir. Bunların yanında gurur ve hayal kırıklığı kelimeleri araştırmacı tarafından eklenmiştir. Gurur kelimesi çocukların kendilerini iyi hissetmelerini sağlarken, hayal kırıklığı, kızgınlık kelimesi kadar sert olmayan bir ifade içerdiği için çocuklar tarafından tercih edilmiştir. Çalışma sonunda mülakat yapılan bütün kişiler ölümle ilgili kaygı duyduklarını belirtip müziğin hayatlarında yer almasını desteklemişlerdir. Bütün sosyal servis çalışanları müziğin iyileştirme gücüne inandıklarını belirtmişlerdir. Çalışma süresince araştırmacı çocukların geleneksel çalgılar dışındaki çalgıları daha iyi kullandıklarını belirtmiş fakat bununla birlikte yerel müzik kalıplarını da kullandıklarını belirtmiştir. Filistin'deki politik sorunun kısa vadede çözülemeyeceği bilinmektedir fakat müzik, çocukların şu anki duygusal ihtiyaçlarına destek olmaktadır (Berhrens, 2008:77).

Türkiye'de Yapılan Bilimsel Çalışma Örnekleri

Türkiye'de üniversitelere bağlı tıp fakültelerinde, özel hastanelerde ve özel merkezlerde fizik tedavi ve rehabilitasyon, kalp-damar cerrahisi, onkoloji, nöroloji, çocuk psikiyatrisi, psikiyatri, algoloji, dahiliye, kadın doğum vb. bölümlerde Türk Müziği ile tedavi çalışmaları başlamış ve bu çalışmalar büyük önem kazanmıştır. Günümüzde yapılan bilimsel çalışmalardan bazılarını aşağıda değinilmiştir.

2005-2006 yılları arasında indüksiyon uygulanan *primipar gebelere **travayda verilen eğitim ile dinletilen müziğin doğum sürecine etkisi adlı çalışmanın sonuçları şöyledir:

* İlk bebeğini doğuran ya da doğuracak olan.

** Doğum sancısı.

Araştırmaya 40 deney, 40 kontrol grubu toplam 80 gebe katılmıştır. Deney grubundaki gebelere eğitim verilmiş, doğum ağrılarına iyi geldiği bilinen Rehavi makamındaki müzik birer saat arayla, her saatte 20 dakika olmak koşulu ile en az 6 kez dinletilmiştir. Kontrol grubundaki gebelere eğitim verilmemiş, müzik dinletilmemiştir. Müziğin gebelerin doğum ağrılarının endişe ve duyarlılığını azaltarak ağrının yarattığı sıkıntıların artmasında gecikmelere neden olmuştur. Araştırma sonucunda indüksiyon uygulanan primipar gebelere travayda verilen eğitim ile dinletilen müziğin doğum sürecine olumlu etkileri olduğu saptanmıştır. Ağlama, çığlık atma, yakınma deney grubunda ilk 3 saat boyunca hiç görülmemiş, kontrol grubunda giderek artan bir şekilde görülmüştür. Kendisine zarar verecek davranışlara deney grubunda hiç rastlanmazken kontrol grubunda 1. saatte davranış gözlenmemiş, diğer saatlerde ise gözlenmiştir. Deney grubundaki gebelerin %60'ı doğum öncesi müzik etkili olabilir derken, %92,5'i müzik dinletildikten sonra müziğin ağrılarının azalmasında olumlu etkisi olduğunu belirtmişlerdir (Ersanlı, 2007).

2007 yılında Ege Üniversitesi Hastanesi Onkoloji bölümünde kanser hastaları üzerinde müziğin kemoterapi yan etkilerine ve kaygı düzeylerine etkisi araştırılmıştır. Araştırmaya 30 deney ve 30 kontrol grubu olmak üzere toplam 60 hasta katılmıştır. Deney grubu kanser hastalarına damar yolu açıldıktan ve *premedikasyonları (yaklaşık 10-15 dk.) bittikten sonra hastalardan rahat bir pozisyon almaları, rahatlamaları, müziği dinlemeleri istenmiş, kemoterapinin amacına ulaştığını hayal etmeleri konusunda cesaretlendirilmiş ve ardından hastalardan bütün dikkatlerini müziğe vermeleri istenmiştir. Daha sonra deney grubu kanser hastalarına kemoterapi tedavileri boyunca bir kulaklık aracılığıyla ile önceden seçilmiş sözsüz müzik dinletilmiştir. Hastaların takip eden 3 kemoterapileri boyunca sürecek olan tedavi sürecinde aynı tedavi ve aynı müzikler kullanılmıştır. Kontrol grubu hastalarına kemoterapi ile kombine edilen tedavi prosedürü uygulanmamıştır. Deney grubundaki hastaların kemoterapi yan etkileri ile müziğin etkileşimi istatistiksel olarak anlamlı bulunmazken ($p>0.05$), durumluk kaygı ortalama puanları ile müziğin etkileşimi anlamlı bulunmuştur ($p<0.001$). Deney grubundaki hastaların %76.67'si katılmış oldukları tedavi sürecinin yararlı olduğunu belirtmiştir. Bu hastalar müziğin dinlendirdiğini, rahatlattığını, huzur verdiğini, hoşlarına gittiğini, mutlu ettiğini, zevk verdiğini, kendilerini özel ve önemli hissettirdiğini, dikkatlerini hastalıktan, tedaviden ve ortamdan uzaklaştırdığını, hayal kurmalarına yardım ettiğini, ortamı daha katlanır duruma getirdiğini belirtmiştir (Yıldırım, 2007:37).

2007 yılında Gazi Üniversitesi Algoloji Bölümünde başlatılan çalışmada ağrılı hastalarda Türk Müziği ile terapinin etkinliği araştırılmıştır. Araştırmaya bel, boyun ve baş ağrısı çeken 20 hasta katılmıştır. Hastalara terapi öncesi ve sonrası ağrı derecesi sorulmuş ve ağrı şiddeti (0 ile 10 arasında) verbal numerik skala (VNS) ile değerlendirilmiştir. Hastaların ağrı dereceleri arasında müzik terapi öncesi ve sonrasında anlamlı bir fark çıkmıştır. Ayrıca terapi öncesi ve sonrasında hastaların ACTH ve kortisol stres hormon düzeyleri incelenmiştir. Hormon testlerinde de müzik terapi sonrasında anlamlı olarak azalma (%40) tespit edilmiştir (Babacan, vd. 2008).

Gazi Üniversitesi çocuk psikiyatrisi bölümünde 2007 yılında başlatılan çalışmada, otistik bozukluklu 6-15 yaş grubu aralığında 10 çocuk ve ergene ayda bir kez, beş saat uygulanan

* Hazırlayıcı tedavi. Ameliyata bir adım kala yapılan son anestezi hazırlığıdır. Hastanın hastaneye yatışı ile başlar. Psikolojik premedikasyon ve farmakolojik premedikasyon olmak üzere iki bölümden oluşur.

müzik terapi seanslarının otizmin şiddeti ve sözel iletişim, sosyal etkileşim, davranış alanlarına yönelik etkinliği ve terapiye nörohormonal yanıtlar araştırılmıştır. Çalışma sonuçları, müzik terapisinin hiperkinezik hareketliliği ve basmakalıp-yineleyici davranışları azalttığını; karşılıklı sosyal etkileşimi ve sözel iletişimi arttırdığını ortaya koymaktadır. Yine terapi sonrasında ÇODÖ ile değerlendirilen otistik belirtilerin şiddetinde anlamlı azalma saptanmıştır. Terapi öncesi ve sonrası hormon düzeyleri karşılaştırıldığında; kortizol, ACTH, adrenalin ve noradrenalin düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark bulunmamıştır (Güney, 2009).

Gazi Üniversitesi ve TUMATA (Türk Müziği Araştırma ve Tanıtma Grubu) işbirliği ile yapılan her iki çalışmada (ağrılı hastalar ve otistik bozukluklu çocuk ve ergenler) da aktif ve pasif müzik terapi uygulanmaktadır. Terapinin ilk bölümü olan aktif müzikoterapide “Baksı Dansı” adı verilen hareketlerle Türk Müziği enstrümanları ile yapılan müzik eşlik etmektedir. İkinci bölümde ise hastalar genellikle oturarak veya uzanarak rahat bir pozisyonda doğaçlama olarak seslendirilen Türk Müziği’ni dinlemektedirler. İcra edilen müzikte su sesi eşliğinde ney, rebap, çeng, ud, dombra, rebab vb. Türk Müziği Çalgıları kullanılmaktadır (Uçaner, 2008:38).

Sonuç ve Öneriler:

Yukarıda da görüldüğü gibi müzik terapinin insan yaşamındaki olumlu etkileri ve katkıları yadsınamaz. Bu alanda özellikle Avrupa, Amerika ve Güney Amerika ülkelerinde lisans ve yüksek lisans düzeyinde müzik terapi eğitimi verilmekte, dernekler kurulmakta, bilimsel konferans ve kongreler düzenlenmektedir. Bu ülkelerde müzik terapisi önemli bir meslek olarak kabul edilmekte, terapistler kamu kurum ve kuruluşlarında görev yapmaktadırlar. Türkiye’de de binlerce yıllık bir geçmişi olan Türk Müziği ile terapi geleneği gelişmiş ülkelerden alınacak örnekler ile birleştirilmeli ve bu alanda akademik eğitimler verilmelidir. Bu alanda gelişmekte olan ülkelerin yaptığı gibi (Mısır, Letonya, Japonya vb.) Türkiye’den de müzik terapi eğitimi almaları için yurt dışına öğrenciler (tıp, müzik, psikoloji vb.) gönderilmelidir. Müzik terapi konusunda ilerlemiş ülkelerden İngiltere örneğinde olduğu gibi (müzik terapi yönteminin iki öncüsü olan konser viyolonselisti ve piyanist Alvin ve Nordorf’un yaptığı gibi müzik terapisine müziksel temelli yaklaşmışlardır) Türkiye’de de profesyonel müzisyenlerin bu konuya ilgisini çekmekte yarar vardır. Bu alanda tıp, psikoloji, sosyoloji vb. alanlardan ilgili kişilerin bu konuda çalışma yapmaları faydalı olduğu gibi müzik terapi, müzik temelli bir yöntem olduğu için özellikle müziği ve etkilerini iyi bilen profesyonel müzisyenlerin bu konuyla ilgilenmeleri faydalı olacaktır. Yapılan çalışmalarda da görüldüğü gibi müzik terapi uygulamaları doğal felaketler, iklim değişiminin yol açtığı rahatsızlıklar, ruh sağlığı, psikolojik travmalar, kişilik bozuklukları, engellilerin yaşam kalitesini arttırma, yaşlıların toplumla bağlarının kopmaması, onkoloji hastalarının tedavi seanslarının daha etkili olması, ağrının azaltılması, suçluların topluma kazandırılması gibi konularda etkili ve faydalı olmuştur. Müziğin insanların günlük hayatındaki yeri ve önemi bilinmektedir ve bundan sonra da daha etkili, bilinçli bir terapi yöntemi olarak kullanılabilmesi için bilimsel çalışmalar yapılmalıdır.

KAYNAKÇA

- Ak, S. (2006). Müzikle Tedavi, Özener Yayıncılık, Ankara.
- Almaas, B.(2008). "Music Therapy Education in Norway and its Development During the Last 30 Years", XII Congreso Mundial de Musicoterapia 2008, Librería Akadia Editorial, 22-26 July Argentina, 98-100
- Babacan, A., Alcali, D. (2008), Ağrı Hastalarında Müzikoterapinin Etkinliği, Gazi Üniversitesi, Yayınlanmamış Makale, Ankara.
- Babacan, Ş. (1998), "Türkiye'de Ruh Hastalıklarının Tedavisinde Müziğin Rolünün Müzik Eğitimi Açısından İncelenmesi ve Yorumlanması, Gazi Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Berhrens, G.(2008)," Understanding The Emotional Coping Needs Of Palestinian Children Through Music Therapy", XII Congreso Mundial de Musicoterapia 2008, Librería Akadia Editorial, 22-26 July Argentina, 77-80
- David, L, (2008). "The State of Music Therapy in the Western Region of the United States", Voices: A World Forum for Music Therapy. Retrieved April 13, 109.
- Uçaner,B.,Tufan,E.(2008)," History And Current Applications of Turkish Music Therapy", XII Congreso Mundial de Musicoterapia 2008, Librería Akadia Editorial, 22-26 July Argentina.
- Coban, A. (2005). Avrupa ve Türk İslam Medeniyetlerinde Müzikle Tedavi, İstanbul: Tavaslı Press.
- Colombe, C. (2006). Müziğin İnsan ve Hayvanlara Etkisi, Ankara: Özener Yayıncılık.
- Doğan, B. (2006). Avrupada Müzikle Tedavi, İstanbul: Ezgi Yayıncılık.
- El-Saadat,A, (2005). "Music Therapy in Egypt". Voices: A World Forum for Music Therapy.
- Ferrari, K., Sanchez,V (2003)." Music Therapy in Argentina". Voices: A World Forum for Music Therapy. Retrieved April 13, pp,109.
- Felicity,B.,Carolyn,J (2006)."The Effect of Music Therapy Services on Classroom Behaviours of Newly Arrived Refugee Students in Australia--A Pilot Study", Emotional & Behavioural Difficulties, v11 n4 p249-260 Dec 2006.
- Ersanlı, C. (2007), "İndüksiyon Uygulanan Primipar Gebelere Travayda Verilen Eğitim İle Dinletilen Müziğin Doğum Sürecine Etkisi, Marmara Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Gencel, Ö. (2006). Müzikle Tedavi, Kastamonu Eğitim Dergisi Cilt: 14 No: 2, Sayfa: 697-706
- Guney, E.,İşeri,E., Güvenç,O.,(2009),"Otistik Bozukluklu Çocuklarda Müzik Terapisi", Ulusal Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kongresi, 14-17 Nisan 2009, Antakya.
- Okazaki, S.,Marys,S(2003)," Music Therapy in Japan ", Voices: A World Forum for Music Therapy.
- Oyaoğlu, N., Ucan, O., Pehlivan, S., Büyükhatipoğlu, H., Savaş, C., Gulsen, M. (2006), "Listening to Turkish Classical Music Decreases Patients' Anxiety, Pain, Dissatisfaction

- and the Dose of Sedative and Analgesic Drugs During Colonoscopy: A Prospective Randomized Controlled Trial, World Journal of Gastroenterology, Chine.
- Kemper, K., Hamilton, C., Mclean, T., Lovato, A (2008), "Impact of Music on Pediatric Oncology Outpatients" Wake Forest University School of Medicine, Winston-Salem, North Carolina, Pediatric Research: Volume 64(1) July 2008, pp 105-109
- Lagzdina, V. (2008), "One of The Newest Professions in Latvia", XII Congreso Mundial de Musicoterapia 2008, Librería Akadia Editorial, 22-26 July Argentina, 356-358.
- Maristela, S (2003). "Music Therapy in Brazil", Voices: A World Forum for Music Therapy. Retrieved April 13, s, 109.
- Michelle, H. (2006). "Music Therapy in the United States". Voices: A World Forum for Music Therapy
- Vasconcelo, M. (2008). "The MusicAR Project: Hip Hop Culture With Institutionalized Adolescents, XII Congreso Mundial de Musicoterapia 2008, Librería Akadia Editorial, 22-26 July Argentina, 395-399
- Ucan, A. (2000). Türk Müzik Kültürü, Ankara: Masaüstü Yayıncılık.
- Özçevik, A. (2007), Müzikle Tedavi ve Öğrenciler Üzerindeki Terapik Etkileri, İstanbul Teknik Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.
- Somakcı, P. (2003). Türklerde Müzikle Tedavi, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Dergisi. No: 15
- Sina, İ. (2004). Müzik, İstanbul: Çınar Yayıncılık.
- Turabi, A. H. (2005). Gevrekzade Hafız Hasan Efendi ve Müzik Risalesi, İstanbul: Rağbet Yayıncılık.
- <http://www.tumata.com/muzikterapi.aspx> (10.07.2007).
- Yıldırım, G., Gürkan, A. (2007), "Müziğin, Kemoterapi Yan Etkilerine ve Kaygı Düzeyine Etkisi", Anadolu Psikiyatri Dergisi 2007

Özet

MÜZİK TERAPİ UYGULAMALARI VE BAZI ÜLKELERDEKİ EĞİTİMİ

Müzik, tarih boyunca eski Mısır, Çin, Yunan, Orta Asya vb. medeniyetlerinde terapi amacıyla kullanılmıştır. İlkel kabilelerdeki sihirbaz doktorlar, hastanın veya onun bedenindeki kötü ruhun ses ve şarkısını bularak onu iyi etmeye çalışmışlardır. Türkler Orta Asya'da tapınma ve büyüün yanı sıra müziği de iyileştirme amaçlı kullanmış, Selçuklu ve Osmanlılar döneminde pek çok şifahane yaptırmış, müzik terapi üzerine kitaplar yazmışlardır. Afrika'da bazı kabileler bugün dahi müzik terapi geleneğini devam ettirmektedirler. Müziğin tedavideki yakın tarihçesine bakacak olursak; Praglı Müzikterapist Raudnitz, 1848'de psikozlarda ilk defa müziğin tıptaki önemini inceleyen kişi olmuştur. Ardından farklı ülkelerde ardı arkasına çalışmalar başlamış, müzik terapi dernekleri açılmış ve daha sonra da üniversitelerde müzik terapi bölümleri kurulmuştur. Günümüzde ise Avrupa, Amerika ve Asya'da pek çok ülkede lisans, yüksek lisans ve doktora düzeyinde müzik terapi eğitimi verilmekte, pek çok dernek ve