Turkish Studies *Educational Sciences*

Volume 14 Issue 3, 2019, p. 723-742
DOI: 10.29228/TurkishStudies.22636
ISSN: 2667-5609
Skopje/MACEDONIA-Ankara/TURKEY

INTERNATIONAL
BALKAN
UNIVERSITY

EXCELLENCE FOR THE FUTURE
IBU.EDU.MK

Research Article / Araştırma Makalesi

Article Info / Makale Bilgisi

✍ *Received/Geliş:* 14.03.2019

✓ *Accepted/Kabul:* 10.06.2019

📅 *Report Dates/Rapor Tarihleri:* Referee 1 (27.03.2019)- Referee 2 (12.04.2019)

This article was checked by iThenticate.

KONSERVATUVAR MÜZİK ÖĞRENCİLERİNİN OTOMATİK DÜŞÜNCELER, TEKRARLAYAN OLUMSUZ ÖZ-DERİN DÜŞÜNCELER, ALGILANAN SOSYAL YETKİNLİK DÜZEYLERİ İLE PERFORMANS ALANINA İLİŞKİN AKADEMİK BAŞARILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Hepşen OKAN - Leyla BEKENSİR** - Suphi TUNÇ****

ÖZ

Müziyenler için performans olgusu, temel olarak birçok teknik, müzikal beceri ve yetkinliği kapsamaktadır. Bunun yanı sıra, müzik ve performans eğitimi sürecinde bireylerin çeşitli psikolojik, zihinsel yaklaşımlarının bu süreçte etkili olduğu alanyazında yapılan araştırmalarda belirtilmektedir. Bu çalışmanın amacı, Konservatuvar müzik öğrencilerinin otomatik düşünceleri, tekrarlayan olumsuz öz - derin düşünceleri, algılanan sosyal yetkinlik düzeyleri ile performans alanlarına ilişkin akademik başarıları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu araştırma 2018 yılında, Ankara Üniversitesi Devlet Konservatuvarı Müzik Ve Sahne Sanatları Bölümü 14'ü erkek, 39'u kız öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir (n=53). Verilerin toplanmasında öğrencilerin sınıfları, performans alanları ve performans alanlarına ilişkin akademik not ortalamaları ile Otomatik Düşünceler Ölçeği, Tekrarlayan Olumsuz Öz Derin Düşünce Ölçeği ve Algılanan Sosyal Yetkinlik Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler bağımsız gruplar t-testi, Anova ve Pearson korelasyon analizi ile çözümlenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, öğrencilerin performans alanlarına ilişkin akademik başarı not ortalamalarıyla Otomatik Düşünceler Ölçeği, Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşünceler Ölçeği ve Algılanan Sosyal Yetkinlik ölçek toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur ($p>0,05$). Alanyazında müzik ve performans

* Dr. Öğr. Üyesi, Ankara Üniversitesi Devlet Konservatuvarı, E-posta: hokan@ankara.edu.tr

** Dr. Öğr. Üyesi, Ankara Üniversitesi Devlet Konservatuvarı, E-posta: leylabekensir@gmail.com

*** Uzman Psikolog, Zekai Tahir Burak Eğitim Araştırma Hastanesi, E-Posta: psikologsuphitunc@gmail.com

eğitimi sürecinde bireylerin çeşitli psikolojik, zihinsel yaklaşımları ile müzik performans başarıları arasında ilişki olduğu belirtilmekle beraber, bu çalışmada araştırılan otomatik düşünce, tekrarlayan olumsuz öz-Derin Düşünce, algılanan sosyal yetkinlik ile müzik performans başarıları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamasının, alana özgün bir katkı sağladığı düşünülmektedir. Bu araştırma pilot bir çalışma olduğu için, başka evren ve örneklemelerde tekrarlanmasının önemli olabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Otomatik Düşünce, Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşünce, Sosyal Yetkinlik Düzeyi, Müzik Eğitimi.

ANALYZING CONSERVATORY MUSIC STUDENTS AUTOMATIC THOUGHTS, SELF RUMINATION, PERCEIVED SOCIAL COMPETENCE LEVELS BETWEEN ACADEMIC ACHIEVEMENT

ABSTRACT

For musicians, the musical performance mainly involves many technical and musical skills and competencies. In addition, it is stated in different researches in the literature that individuals various psychological, mental attitudes and habits are also effective in the process of music and musical performance education. The aim of this study is to investigate the relationship between the conservatory music students automatic thoughts, self rumination, social competence levels and academic achievements in their performance areas. This research was conducted on 14 male and 39 female students in Ankara University State Conservatory Department of Music and Performing Arts in 2018 (n=53). In the collection of data, grade point averages of students, grade, performance areas, Automatic Thoughts Scale, Perceived Social Competence Scale and Self-Rumination Scale were used. Data obtained from the study were analyzed using the independent groups t-test, Anova and Pearson correlation analysis. It was found that there was no statistically significant difference between the students' grade point averages and total scores of Automatic Thoughts Scale, Perceived Social Competence Scale and Self-Rumination Scale ($p>0.05$). The literature suggests that there is a relationship between various psychological and mental approaches of individuals and their music performance achievements in music and performance education process. However, this study makes an original contribution to the field by finding no statistically significant difference between automatic thoughts, self - rumination, perceived social competence and music performance achievement. As this research is considered as a pilot study, it is thought that it may be important to repeat it in other universes and samples.

STRUCTURED ABSTRACT

Introduction:

The phenomenon of performance in music includes many dimensions. For musicians, it can be said that the goal in the performance process is to reach the optimal performance. In order to

achieve the optimal performances of the musicians on the stage, the management of the cognitive and affective mental processes in the best and most efficient way as well as the technical and musical preparations are thought to play a significant role in the performance process.

It is specified in the literature that the time allocated to playing musical instruments has also an effect on the performance achievement beside the basic factors increasing the performance quality and achievement and technical (psychomotor) and musical skills during the performance process in music, however, it has also been reported in many studies of the literature in recent years that there are differences between the performance qualities and the academic achievement of the musicians in relation to their mental approach to the performance areas and psychological processes along with the factors such as the time allocated to the performance, its method etc.

Musical performance requires a highly complex psychomotor skill. A professional musical performance is possible not only with technical motor skill but also with the ability to produce different performances of the same piece of music due to the nature of structural and emotional communication (Sloboda, 2000). The process of preparing and presenting the performance is directly related to the field of psychology as it will be possible by acquiring cognitive, affective and psychomotor skills (Sarıkaya, 2018: 7-8).

If the negative and inhibitory psychological states of the students and educators cannot be interpreted during the music education, instrument and performance education, it can be said that this will be reflected on the performance quality and academic achievement.

"It is suggested in various sources of the literature that the quality of performance in music is affected by the level of experience of the performer and her/him being sufficiently prepared for performance as well as psychological factors. It can be said for the optimal performance in musicians that the holistic structure of human beings should be taken into account and the physical and psychological processes should be evaluated together. In this context, it is thought that the relationship between the negative automatic thoughts, self rumination and the perceived social competence levels of the students who receive music education and their academic achievements with regard to the performance areas can be supposed that important in terms of psychological processes.

Purpose of the Study:

It is stated in various studies that the healthy management of the musicians psychologically negative approaches on their own is important besides their technical and musical preparations in order to achieve the optimal performance of the musicians on the stage. Is there a significant relationship between the academic achievements of the students who receive music education in the conservatory regarding the performance areas, their automatic thoughts, social competence perception and self-rumination? An answer was sought for this question. In this direction, the following research questions were developed.

1-) Is there a significant relationship between the automatic thoughts and academic achievements of the students who receive Music Education?

2-) Is there a significant relationship between the social competence perceptions and academic achievements of the students who receive Music Education?

3-) Is there a significant relationship between the self-rumination and the academic achievements of the students who receive Music Education?

In the literature, it is stated in many studies that psychological processes are effective in music and performance education process. Although there are studies related to music education and performance education examining the psychological processes such as the negative automatic thoughts, self-rumination and perceived social competence levels, no direct research was found specifically for the negative automatic thoughts, self-rumination, perceived social competence levels and performance-related academic achievements. Accordingly, this study is thought to provide a unique contribution to the literature.

Method:

The research is in the relational screening model. Relational screening models are the research models with the purpose of determining the presence and / or degree of the covariance between two or more variables (Karasar, 2002: 81). Accordingly, it was determined by the statistical methods to be specified below whether there is a significant relationship between the academic achievements of the students who receive music education in the conservatory related to the performance areas and their automatic thoughts, social competence perception and self-rumination.

The population of research consists of the conservatories in Turkey and the sampling is comprised of the students who receive music education at Preparatory, 1st, 2nd, 3rd and 4th years of the State Conservatory in Ankara University in the 2017-2018 academic year, which was planned as a pilot study.

This study was conducted on the undergraduate students from the Vocal Major, Department of Performing Arts and the Instrument Major, Department of Music in the State Conservatory of Ankara University within the 2nd semester of 2017-2018 academic year. This study was conducted with the approval of Ankara University Ethics Committee and the official permission of the related institution and by obtaining the written consent of the students who formed the study group. In this study, in order to use the Automatic Thoughts Scale, Self-Rumination and Perceived Social Competence Scales, which were used for the purpose of data collection, first of all, permissions were obtained from the beneficiaries of the scales by e-mail. In order to collect the data, students were asked to fill in the Automatic Thoughts Scale, Self-Rumination Scale, Perceived Social Competence Scale in addition to stating their information related to the class and performance areas, and the academic achievement scores were used regarding the students' performance areas. In the examination after the collection of the scales,

70 scales were taken into consideration, however, 18 scale forms were excluded from the evaluation because they had missing parts.

The data were analyzed using SPSS 22 and were studied with a 95% reliability level. The kurtosis and skewness values, which were obtained from the intra-item scales, between +3 and -3 are seen sufficient for the normal distribution (Groeneveld and Meeden, 1984, Moors, 1986, Hopkins and Weeks, 1990, De Carlo, 1997, Groeneveld, R.A. and Meeden, G., 1984), "MeasuringSkewnessandKurtosis", TheStatistician, 33: 391-399. Since the kurtosis and skewness values obtained from the achievement score and scale scores were between +3 and -3, the parametric test techniques were used in our analyses. The relationship between the achievement score and the scale scores and the relationship between the scale scores were analyzed by the Pearson correlation of parametric test techniques. The difference in the achievement scores and the scale scores according to aforementioned variables was analyzed by using the Independent Samples t-test and ANOVA test from parametric test techniques. In case of a difference occurring in ANOVA test, the group from which the difference originated was analyzed by the Tukey test of the multiple comparison tests.

Findings and Discussion:

In this study, it was concluded that there was no statistically significant difference between the scores the conservatory music students obtained from the automatic thoughts, self-rumination, perceived social competence scales, and the performance areas, grade variables and academic achievements of the conservatory music students.

It was concluded in the study of Küçükosmanoğlu (2018) that the education stress levels of the classical guitar students from Music Education, the Department of Fine Arts were found to be moderate; that there was no statistically significant difference between the gender, class, age variables and the education stress levels; and that there was no statistically significant difference between the education stress levels and the academic achievement grades of individual instruments classical guitar course (Küçükosmanoğlu, 2018: 44).

It was discovered in the study of Yöndem et al. (2019) titled "the Examination of the Individual Instrument Performance in Students receiving Music Education According to Psychological and Personal Characteristics" that the relationships between individual instrument performance achievement was found to be not significant through the the variables such as the individual instrument performance achievement and the focus of supervision (Yöndem et al., 2019:299).

Automatic thoughts, self-rumination and social competence perception in terms of general and academic achievement of the individuals are reported in various studies. However, in this study, it was concluded that there was no statistically significant difference between the students' automatic thoughts, self-rumination, social competence perceptions and academic achievements, and specified in the literature. In this sense, it can be said that the variables such as the music students' holistic personal characteristics, attitudes and daily study duration etc. have a role in their performance-based academic

achievements, in their academic achievements related to performance areas.

The above-mentioned study results are thought to be similar to the results of this study. The psychological phenomena like Education Stress, Negative Automatic Thoughts, Self-rumination and Social Competence Perception have an important place in a person's life, but it can be said that they may not always have a determining role and significance in academic achievement.

As it is seen in the results of this study, it can be claimed that there is not always significant relationship between psychological and cognitive perception processes of artists and their music performance achievements. In this context, the underlying mechanisms of music performance are very complex and multidimensional, and they should be examined in depth.

Musicians psychological health may improve their performance beside their technical and musical competences can create an important difference for musician education so that the performing musicians can achieve optimal performance within the scope of their education. It can be suggested that researching the academic achievements, psychological processes, states and relationships of the music students who receive performance education is necessary due to the increasing awareness together with the increase in the number of various studies in concern with the musicians psychological health, in addition to the physical problems of the musicians in recent years.

From here, it is believed that examining whether there was a significant relationship between the music students' automatic thoughts, social competence perceptions and self rumination and performance-based academic achievements provided an important contribution to the literature considering that no research was encountered directly regarding the music students' automatic thoughts, self-rumination and social competence perceptions in the literature.

When the data of this research were evaluated, it was concluded that there was no significant relationship between the music students' automatic thoughts, self rumination, social competence perception, academic achievements and performances. However, as a result of the statistical analyses, Perceived Social Competence skills of those whose area is string instruments, were determined to be higher. It can be assumed that this situation has a positive effect on the healthy development of the social and psychological processes of the orchestra and chamber music courses performed together and collectively. Accordingly, it can be said that increasing the number of hours of collective courses that will be held in other fields together will positively contribute to the general and professional life of music students.

The findings of our research are considered to be important in terms of revealing the relationships between the aforementioned psychological processes and academic achievements of conservatory music students and also providing data to other scientific researches. And because this research is a pilot study, the expansion and repetition of the sampling on the other students from Conservatory and Music Education Major in Department of Fine Art is thought to contribute to the literature.

Keywords: Automatic Thoughts, Self Rumination, Perceived Social Competence, Music education.

Giriş:

Müzikte performans olgusu, birçok boyutu kapsamaktadır. Müzisyenler için performans sürecinde amacın, optimal (en uygun) performansa ulaşmak olduğu söylenebilir. Müzisyenlerin sahne üzerinde optimal (en uygun) seviyede performanslarına ulaşabilmek için, teknik ve müzikal hazırlıklarının yanı sıra, bilişsel ve duyuşsal, mental süreçlerinin de en iyi ve etkili bir biçimde yönetilebilmesinin, performans sürecinde önemli rol oynadığı düşünülmektedir.

Bir müzisyenin profesyonelleşmesinde, müzikal hafıza (genel ve müzikal), müzik kulağı (işsel, melodik, armonik, arketonik, polifonik), müzikal-ritim duygusu, teknik (virtüözlük, temiz icra), estetik (tını zenginliği, nüans çeşitliliği v.b. gibi becerilerin performans alanına ilişkin temel yetkinlikleri oluşturduğu söylenebilir (Lukaşeva, 2016: 14). Müzikte performans sürecinde, performans kalitesini ve başarısını arttıran temel unsurların teknik (psiko-motor) ve müzikal becerilerin yanı sıra, çalgı çalışmaya ayrılan sürenin performans başarısında etkili olduğu alanyazında belirtilmektedir. Ancak tüm bunlarla birlikte, performans için ayrılan çalışma süresi, yöntemi v.b. gibi unsurların yanı sıra, müzisyenlerin performans alanlarına ilişkin sahip oldukları zihinsel yaklaşım ve psikolojik süreçlerle ilişkili olarak, performans kaliteleri ve akademik başarıları arasında farklılıklar olduğu, son yıllarda alanyazında yer alan bir çok çalışmada belirtilmektedir.

Müzikal performans oldukça karmaşık bir psikomotor becerisini gerektirir. Profesyonel bir müzikal performans ise sadece teknik motor becerisi ile değil aynı zamanda yapısal ve duygusal iletişimin doğası gereği aynı müzik parçasının farklı performanslarını üretme becerisi ile mümkündür (Sloboda, 2000). Performansın hazırlanması ve sunulması süreci bilişsel, duyuşsal ve devinışsel becerilerin kazanılmasıyla mümkün olacağından psikoloji alanı ile doğrudan ilgilidir (Sarıkaya, 2018: 7-8).

Öğrenme, bireyin değerleri, teknolojiyi, başarıyı ve ilgili olguları doğru yorumlamasını ve değerlendirmesini gerekli kılan becerileri kapsar. Washburne'e (2006) göre öğrenme, bireyin karşılaştığı problemi, yeni de olsa, varsa deneyimlerinden faydalanarak, en uygun biçimde çözme becerisini ifade eder. Bu beceriyi, birey yaşam amaçlarından, sorunlarını çözme isteğinden, karşılaştığı engellerden ve başarı arzusundan elde etmelidir (Kara, 2010: 52). Bireylerin her eğitim sürecinde olduğu gibi müzik, çalgı ve performans öğrenme sürecine ilişkin olguları doğru yorumlayabilmesi gerekmektedir. Müzik eğitimi, çalgı ve performans eğitimi sürecinde, öğrenci ve eğitimcilerin olumsuz ve engelleyici durumlarını, doğru yorumlayamaması durumunda performans kalitesine ve akademik başarısını etkileyebileceği söylenebilir.

İnsanın dünyaya bakış tarzını ve yorumlarını belirleyen bilişsel yapıda yeralan beklentiler ve inançlar çarpık veya işlevsel değilse kişi sorunlar yaşamaya başlar. Bireyin anlık değerlendirmeleri olan ve zihinsel işleyişinin içeriğinde yer alan otomatik düşünceler, kişinin inanç ve kurallarından, yani şemalarından kaynaklanır. Kişi, eğer insanların güçlü ve cezalandırıcı olduklarına inanıyorsa "Susmalıyım" diye düşünür, insanlara karşı çıkamaz. Ondan bir şey talep edildiğinde yerine getirmezse "Eyvah" Şimdi ne yapacağım? Mahvoldum! gibi otomatik düşünceler ortaya çıkar (Türkçapar, 2018: 65-385).

Otomatik düşünceler bireyin kendisi, dünyası ve geleceği ile ilgili iç diyaloglarıdır ve kişinin zihninde kendiliğinden ortaya çıkan, çok kolay fark edilmeyen, en önemlisi de birey tarafından analiz edilmeden doğruluğu kabul edilen düşüncelerdir (Beck, 2001). Önceki olumsuz olaylar, şemalar şeklinde kodlanır daha sonra benzer olaylar yaşandığında bu şemalar etkin hâle

gelir ve olayların yorumlanmasını etkiler. Duygusal sorunlar, insanların olay ve olguları algılama, anlamlandırma ve değerlendirmede yaptıkları çarpıtmalardan kaynaklanırken; kişinin yaşadığı problemlerin büyük bir çoğunluğu, sahip olduğu yanlış kanılarla ve inançlarla gerçeği çarpıtmasının sonucu oluşmaktadır (Beck ve Ark, 2004, Corey, 2008). Bireylerin bilişsel yapısı ve bilgiyi işleme biçimi ile yakından ilişkili bir durum olan umutsuzluk (Corey, 2008, Dinçer ve Derelioğlu, 2005), kişilerin objektif ve gerçekçi bir nedeni olmadığı hâlde, deneyimlerine yanlış anlamlar yüklemesi, amacına ulaşmak için çaba sarf etmediği hâlde bunlardan negatif sonuçlar beklemesi ve bunun sonucu olarak gelecek hakkında olumsuz beklentiler geliştirmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Abbey, 2006, Akt:Çakar, 2014: 1673-1674).

Kişi belirli bir durumla karşılaştığında, altta yatan bazı inançlar, kişinin olayla ilgili algılarını etkileyerek, birtakım otomatik düşüncelere yol açar. Bu düşünceleri ise bireyin duygusal tepkilerini etkiler. Duygusal tepkileri düşünce biçimini değiştirir. Düşünce biçimi ise fizyolojik reaksiyonlarını etkiler (Beck, 2014). Depresyonlu bireylerin düşünme tarzları, bilişsel üçlü adı verilen, bireyin kendine, dünyaya ve geleceğe ilişkin düşünce yapılarından oluşur. Ve bu düşünce yapılarında bir hayli olumsuz otomatik düşünce bulunmaktadır (Leahy, 2015, Akt:Yıldız, 2017: 3).

Beck'in (1963) geliştirdiği depresyonun bilişsel teorisinde, tüm depresyonda olan insanlar bilişsel bir üçleme gösteme eğilimindedir. Otomatik (tekrarlayan, istemeden yapılan, kasıtsız, kolaylıkla kontrol edilemeyen) düşüncelere sahiptir ki, bu düşünceler kayıp, kendine, geleceğe ve dünyaya dair olumsuzlukları yansıtmaktadır (Haaga, Dyck, Ernst, 1991: 215).

Otomatik düşünceler olumlu ya da olumsuz biçimde bütün insanlarda bulunmakta ve davranışlar üzerinde etkili olmaktadır. Genellikle bireyin kendini değerlendirmesi, olayları yorumlaması ve sosyal çevreden aldığı uyarıcılarla (Beck, Freeman – Davis, 2004), sözel veya hayali formda ve bilinçle uyum içinde (Wells, 1997), hızlı, seri ve spontan bir şekilde (Beck, 1976) ortaya çıkmaktadır. Otomatik düşünceler özellikle bireyin kendisini rahatsız hissettiği olaylar karşısında (Free, 1999), hiçbir çaba harcamadan kendi kendine (Persons, 1989) ortaya çıkmaktadır (Akt:Karahana ve diğerleri, 2006: 36).

Birçok müzisyenin deneyimlediği performans anında istenmeyen hata ve kayıplarının, genellikle değişen derecelerde müzisyenleri etkilediği gözlemlenebilir. Bu süreçte , olumsuz otomatik düşüncelerin farkında olunması ve bilinçli bir yaklaşımın önemli olabileceği düşünülmektedir.

Ancak sahnede müzikal performansa ilişkin teknik ve müzikal yeterliliklerin dışında, bilişsel, duyuşsal yeterlik ve becerilerde önem kazanmaktadır ve sadece teknik yetiler yeterli değildir. İyi bir zemin için gereksinimler bulunmaktadır. Bunlar; 1. Kişilik Gereksinimleri: Kendini tanımlayabileceği, ispat edebileceği imkanlar anlamına gelir. 2. Sosyal Çevre: Aidiyet duygusu anlamına gelir (Körner, 2016: 230).

Argyle (1967) de sosyal yeterliliği etkililik olarak ele almakta ve öğelerini şöyle sıralamaktadır: algısal duyarlık, sıcaklık ve *rappor*t sosyal teknik repertuarı, esneklik, enerji ve ilişki başlatma (girişim-inisiyasyon) ve düz tepki örüntüleri. Trower (1982) de sosyal yeterliği becerikli davranışı ortaya koyma yeteneğine (capability) "sahip olma" olarak tanımlamaktadır (Bacanlı, 2014: 28-29).

Sosyal Yetkinlik algısı; davranışlarının etkili olabileceğine güvenme ve sosyal yetkin davranışların başkası tarafından desteklenmesinden oluşmaktadır. Sosyal yetkinlik algısının gelişmesinde, bireyin yetkin davranışlarda bulunması ve çevresindeki kişilerden de bu yönde geri bildirimler alması gerekmektedir (Akın, Akın, Gediksiz, Arslan, Sarıçam&Yalnız;2012, Coleman, 2003, Akın ve diğerleri, 2013:593).

Müzik performans durumları, sosyal-kendini koruma teorisi içinde sosyal-değerlendirici stresörler olarak düşünülebilir. Bu teoriye göre, sosyal benlik, yani, bireyin sosyal bir grup içindeki değerinin ve statüsünün korunması temel bir insan motivasyonudur (Kemeny, 2009). Müzik performansı durumları, çeşitli unsurların bir araya gelmesi nedeniyle sosyal benliğe tehdit olarak algılanabilir (Rohleder ve diğerleri: 2007). Bu unsurlar şöyle sıralanabilir. (a) Yüksek bir performans düzeyi, müzisyenlerin öz-kimliği için önemli bir amaçtır; (b) Müzik performansı, estetik ve yorumlayıcı becerilerle birleştirilen üst düzey bilişsel ve duyudevinimsel (sensorimotor) becerilerin gösterilmesini gerektirir; (c) Müzisyenlerin performansı başkaları tarafından değerlendirilir; (d) Kontrol edilemez ve öngörülemezdir (Gomez, Nielsana ve diğerleri, 2018: 18-19).

Tekrarlayan Olumsuz Öz Düşünce (ruminasyon), öncelikle depresyonla ilişkisi nedeniyle uyumsuzluk olarak tanımlanmıştır. Bununla birlikte, ruminasyon da sanatsal yaratıcılık ile ilişkilendirilmiştir (Jones, 2014: 219).

Günümüzde birçok insan farkında olmadan bazen derin düşüncelere dalmaktadır. Hatta bazıları vardır ki kendilerini bu düşüncelerden alamayıp çokça vakit harcamaktadır. Derin düşünceler kimi zaman gelecekte alınacak doğru kararlar için kendini düzenleme sisteminin bir parçası olabileceği gibi, kimi zamanda takıntı haline gelip kişiyi içten içe tüketen bir yapıya dönüşebilmektedir. Martin ve Tesser'e göre (1996) ruminasyon tekrarlayıcı düşüncenin farklı biçimlerine işaret eden bir terimdir. Başka bir deyişle ruminasyon: belirli bir konu etrafında dönen, düşünmeyi gerektirecek koşullar ve ortam oluşmadığında dahi bazı aralıklarla sürekli tekrarlayan bilinçli düşünce biçimi olarak tanımlanabilir. Tekrarlayan olumsuz öz-derin düşünce ise kişinin kendi düşünce ve hislerini incelemesi olarak bilinen (Elliot&Coker, 2008) bütünlüklü bir yorumlamayı içeren ve olumsuz unsurların tekrarlayıcı döngülerle yaşandığı bir süreç olarak tarif edilebilir (McIlwain, Taylor, O.Greeves, 2009, Sarıçam, Akın, 2015: 71).

Eğitimciler, çalgı eğitiminde çalgı derslerinin büyük bir kısmını teknik becerileri öğretmeye ayırmaktadırlar (Özmenteş, 2004: 10). Fakat iyi bir müzikal anlatım için teknik çalışmanın ötesinde müzikalite, stil ve estetik gibi pek çok unsur da gereklidir. Bir icracının, bu unsurların hepsini yerine getirirse bile bir odada tek başına ya da bir eğitimci ile çalgı çalışmaktan ya da çalmaktan çok daha farklı bir deneyim olan topluluk karşısında bir müzikal performansı gerçekleştirebilmesi çeşitli beceri, deneyim ve stratejiler gerektirmektedir (Topoğlu, 2012:44).

İyi bir hazırlık ve prova süreci geçirilmesine rağmen sunum sırasında beklenmedik durumlar ortaya çıkabilir...Bir terslik olduğunda doğaçlama olarak hızlı ve etkili çözüm üretme, yanı sıra kısa sürede fark edip seyirciye belli etmeden düzeltebilme, bu sırada heyecanını ve tepkilerini kontrol edebilme bu başlık altında müzisyenlerin belirttiği becerilerdir (Sever, 2017: 389).

Sever'in (2017) çalışmasında belirttiği üzere, bazen teknik ve müzikal bütün hazırlıklar gerçekleştirilse bile performans istenildiği gibi sonuçlanmayabilir. Bu bağlamda kullanılan becerilerle, kişinin psikolojik beceri repertuarı ile de yakın bir ilişki içerisinde olduğu düşünülmektedir.

Performansa hazırlık sürecinde ve performans anında, Otomatik düşünceler, Tekrarlayan olumsuz öz düşünceler ve Sosyal Yetkinlik Algı düzeylerine ilişkin müzisyenler tarafından sıklıkla dile getirilen ifadeler gözlemlenebilir. Örneğin belli teknik zorluk içeren pasaj ve bölümlerin defalarca güzel ve uygun şekilde icra edilmesine karşılık, özellikle öğrencilerden bu kısmı performans anında yapamayacağım, istediğim gibi olmayacak v.b. gibi ifadeler, performans anında nasıl değerlendirileceğine ilişkin jüri kaygısı çeşitli görüş, kaygı ve düşünceler müzik eğitimcileri tarafından sıklıkla işitilmektedir.

Müzikte performans olgusu, birçok boyutu kapsamaktadır. Müzisyenler için performans sürecin de amacın; optimal performansa ulaşmak olduğu söylenebilir. Müzisyenlerin sahne üzerinde optimal seviyede ki performanslarına ulaşabilmek için, teknik ve müzikal hazırlıklarının yanısıra, psikolojik olarak olumsuz yaklaşımlarının, müzisyenler tarafından sağlıklı bir şekilde yönetilebilmesinin önemli olduğu çeşitli çalışmalarda belirtilmektedir. Yukarıda bahsedilen müzik performans durumlarında teknik ve müzikal hazırlıkların yanı sıra, bireylerin psikolojik beceri ve yetkinliklerinin de bu süreçte önemli ve destekleyici bir unsur olduğu söylenebilir. Buna bağlı olarak, bu çalışmada Konservatuvarda müzik eğitimi alan öğrencilerin olumsuz otomatik düşünceleri, tekrarlayan olumsuz öz-derin düşünceleri ve sosyal yeterlik algıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? sorusuna cevap aranmıştır.

Araştırmanın Amacı:

Bu çalışmada konservatuvarda müzik eğitimi alan öğrencilerin olumsuz otomatik düşünceleri, tekrarlayan olumsuz öz düşünceleri, sosyal yetkinlik algısı ile performans alanlarına yönelik akademik başarılarının ilişkisel tarama yöntemiyle incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma, ilişkisel tarama modelindedir. İlişkisel tarama modelleri, iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2002: 81). Bu kapsamda aşağıdaki araştırma soruları geliştirilmiştir.

1-) Müzik Eğitimi alan öğrencilerin olumsuz otomatik düşünceleri ile akademik başarıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2-) Müzik Eğitimi alan öğrencilerin tekrarlayan öz derin düşünceleri ile akademik başarıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

3-) Müzik Eğitimi alan öğrencilerin sosyal yetkinlik algıları ile akademik başarıları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırmanın Önemi:

Müzikte süre gelen performans eğitim sürecinde, psikomotor/teknik hareketler, müzikal-estetik unsurların yanısıra, bilişsel, duyuşsal ve psikolojik süreçlerin, iyi bir şekilde yönetilmesinin performansta önemli bir boyut olduğu yapılan araştırmalarla desteklenmektedir. Müzik ve çalgı eğitiminde başarı ve akademik başarıyla ilişkili olabilecek, psikolojik boyut ve değişkenlerin belirlenmesi son yıllarda alanyazında sıklıkla karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamda, alanyazında müzik öğrencilerinde olumsuz otomatik düşünce, tekrarlayan öz düşünce ve sosyal yetkinlik algılarına ve akademik başarılarına dair doğrudan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Buna bağlı olarak, konservatuvarda müzik öğrencilerinin olumsuz otomatik düşünceleri, tekrarlayan olumsuz öz düşünceleri ve sosyal yetkinlik algıları ile akademik başarıları ve performansları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığının incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

YÖNTEM

Evren ve Örneklem:

Araştırmada öncelikle örneklem sayısının belirlenmesi amacıyla güç analizi yapılmıştır. Araştırmada güç analizi yapımında α değeri 0, 05; güç değeri $(1-\beta)$ 0, 90 ve etki düzeyi (ρ) 0, 5 olarak alınmıştır. Buna göre %95 güven düzeyi, %90 güç ve %5 örneklem hatası ile örneklem sayısı 28 olarak hesaplanmıştır.

Araştırmanın evrenini Türkiye çapındaki konservatuvarlar oluştururken, örneklemi pilot çalışma olarak düşünülen 2017-2018 eğitim öğretim yılının II. döneminde Ankara Üniversitesi Devlet Konservatuvarında Hazırlık, 1.2.3. ve 4.sınıflarında, müzik öğrenimi gören öğrenciler oluşturmaktadır.

Verilerin Toplanması:

Bu çalışma 2017-2018 eğitim öğretim yılının II. döneminde Ankara Üniversitesi Devlet Konservatuvarında Sahne Sanatları Şan Anasanat Dalı ve Müzik Bölümü Çalgı Anasanat Dalı Lisans öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu çalışma, Ankara Üniversitesi Etik Kurulu'nun onayı ve ilgili kurumun resmi izni ile çalışma grubunu oluşturan öğrencilerden yazılı onam almak suretiyle gerçekleştirilmiştir. Çalışmada öncelikle ölçeklerin hak sahiplerinden elektronik posta yolu ile ilgili izinler alınmıştır. Verilerin toplanabilmesi için, öğrencilerin sınıf ve performans alanlarına ilişkin bilgilerini belirtmelerinin yanı sıra Otomatik Düşünceler Ölçeği, Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşünceler, Algılanan Sosyal Yetkinlik Ölçeğini dolduması istenmiş ve öğrencilerin performans alanlarına yönelik akademik başarı notlarından yararlanılmıştır. Ölçeklerin toplanması sonrası yapılan incelemede, 70 ölçek değerlendirilmeye alınmış, ancak doldurulmasında eksiklik görüldüğü için ancak 18 ölçek formu değerlendirme dışında bırakılmıştır.

Veri toplama araçları:

Otomatik Düşünceler Ölçeği (ODÖ)

Bireylerin kendilerine yönelik olan olumsuz otomatik düşüncelerin ortaya çıkma sıklığını ölçmeyi amaçlayan Otomatik Düşünceler Ölçeği (ODÖ) Hollan ve Kendal (1980) tarafından geliştirilmiş ve Şahin, Şahin (1992) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. 30 maddelik ölçek 1-5 arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği, bireyin otomatik olumsuz düşüncelerinin sıklıkla ortaya çıktığını gösterir. Türkiye'deki güvenilirlik çalışmalarında Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı 0,93 bulunmuştur. Bu çalışma için yapılan güvenilirlik işleminde Cronbach Alfa içtutarlılık katsayısı .92 olarak hesaplanmıştır.

Algılanan Sosyal Yetkinlik Ölçeği: Araştırmada katılımcıların algılanan sosyal yetkinlik düzeylerini belirlemek amacıyla Anderson-Butcher, Iachini ve Amorose (2007) tarafından geliştirilen ve Türkçeye Akın ve Ark (2012) tarafından uyarlanan Algılanan Sosyal Yetkinlik Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin psikometrik özellikleri, test-tekrar test, iç tutarlık, doğrulayıcı faktör analizi ve ölçüt bağıntılı (benzer ölçek) geçerlik yöntemleriyle incelenmiştir. Ölçüt bağıntılı geçerlik için (Akın, 2007) tarafından geliştirilen Özgüven Ölçeği kullanılmıştır. Algılanan Sosyal Yetkinlik Ölçeğinin yapı geçerliği için uygulanan doğrulayıcı faktör analizinde orijinal formula tutarlı olarak 6 maddeden oluştuğu ve maddelerin tek boyutta toplandığı görülmüştür ($\chi^2=7.34$, $sd=7$, $RMSEA=.010$, $CFI=1.00$, $RFI=0.99$, $IFI=1.00$, $AGFI=.98$, $GFI=.99$, $NFI=.99$ ve $SRMR=.018$). Ölçeğin faktör yükleri .57 ile .80 arasında sıralanmaktadır. Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı ise .80 olarak bulunmuştur (Sarıçam, Akın, Akın, Çardak, 2013: 592). Bu

çalışma için yapılan güvenirlik işleminde Cronbach Alfa içtutarlıkkatsayısı .88 olarak hesaplanmıştır.

Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşünce Ölçeği;

Elliot ve Coker (2008) tarafından geliştirilen Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşünce ölçeğini Türkçe'ye uyarlamak (2013) ve ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Sarıçam ve Akın tarafından yapılmıştır. Ölçeğin psikometrik özellikleri, test-tekrar test, iç tutarlık, doğrulayıcı faktör analizi ve ölçüt bağıntılı (benzer ölçek) geçerlik yöntemleriyle incelenmiştir. Ölçüt bağıntılı geçerlik için Tekrarlayan Olumsuz Öz Derin Düşünce Ölçeği ile birlikte Öz Düşünüm Ölçeği kullanılmıştır.

Ölçeğin faktör yükleri .44 ile .78 arasında sıralanmakta olup; Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .86 olarak bulunmuştur. Bu çalışma için yapılan güvenirlik işleminde Cronbach Alfa içtutarlık katsayısı .82 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin analizi:

- Verilerin analizi SPSS 22 programı ile yapılmış ve %95 güven düzeyi ile çalışılmıştır.

- Maddeler içi ölçeklerden elde edilen basıklık ve çarpıklık değerlerinin +3 ile -3 arasında olması normal dağılım için yeterli görülmektedir (Groeneveld ve Meeden, 1984, Moors, 1986, Hopkins ve Weeks, 1990, De Carlo, 1997, Groeneveld, R.A. and Meeden, G., 1984), “MeasuringSkewnessandKurtosis”, TheStatistician, 33: 391-399.

- Başarı puanı ve ölçek puanlarından elde edilen basıklık ve çarpıklık değerlerinin +3 ile -3 arasında olmasından dolayı analizlerimizde parametrik olan test teknikleri kullanılmıştır. Başarı puanı ile ölçek puanları arasındaki ilişki ve ölçek puanlarının kendi aralarındaki ilişki parametrik test tekniklerinden pearsonkorelasyon ile analiz edilmiştir. Başarı puanı ve ölçek puanlarının ilgili değişkenlere göre farklılık gösterme durumu ise parametrik test tekniklerinden Bağımsız Gruplar t testi ve ANOVA testi ile analiz edilmiştir. ANOVA testinde fark çıkması durumunda farkın kaynaklandığı grup çoklu karşılaştırma testlerinden Tukey testi ile analiz edilmiştir.

Parametrik Testler

- Bağımsız Gruplar T Testi: Bağımsız iki grubun nicel bir değişken açısından karşılaştırılmasında kullanılan test tekniğidir.

- One-Way ANOVA: Bağımsız k grubun ($k > 2$) nicel bir değişken açısından karşılaştırılmasında kullanılan test tekniğidir.

- Pearsonkorelasyon: İki nicel değişken arasındaki ilişkinin yönü ve kuvvetini inceleyen test tekniğidir.Paket Programlar ile İstatistiksel Veri Analizi 1, Prof. Dr. Kazım ÖZDAMAR, Genişletilmiş Baskı, Kaan Kitapevi 2004: 490-528).

- Korelasyon katsayısı güç düzeyleri; $0 \leq r \leq 0,25$ çok zayıf, $0,26 \leq r \leq 0,49$ zayıf, $0,50 \leq r \leq 0,69$ orta, $0,70 \leq r \leq 0,89$ güçlü, $0,90 \leq r \leq 1$ çok güçlü (Akgül Vd, 2003: 358, Akgül A., Çevik O., 2003) “İstatistiksel Analiz Teknikleri”, Emek Ofset, Ankara.

BULGULAR

Araştırmanın bulgular bölümünde öğrencilerin, performans alanı ve sınıflarına göre dağılımına ait bulgular ile Otomatik Düşünceler Ölçeği, Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşünce Ölçeği, Algılanan Sosyal Yeterlilik Ölçeğine ile akademik başarı puanları arasındaki ilişkiler istatistiksel teknikler sonucu ortaya çıkan bulgular sunulmaktadır.

Tablo 1: Cinsiyet, Performans Alanı ve Sınıfa göre Dağılım Sonuçları

		N	%
Cinsiyet	Erkek	14	26, 4
	Kız	39	73, 6
Alan	Şan	39	73, 6
	Keman	3	5, 7
	Kompozisyon	3	5, 7
	Piyano	3	5, 7
	Viyola	4	7, 5
	Koro	1	1, 9
Sınıf	Hazırlık	14	26, 4
	1.sınıf	8	15, 1
	2.sınıf	10	18, 9
	3.sınıf	12	22, 6
	4.sınıf	9	17, 0

Ankete cevap veren katılımcılardan;

- Erkeklerin oranı %26, 4 iken kızların oranı %73, 6'dır.
- Alanı şan olanların oranı %73, 6 keman olanların oranı %5, 7; kompozisyon olanların oranı %5, 7; piyano olanların oranı %5, 7; viyola olanların oranı %7, 5; koro olan bir kişinin oranı ise %1, 9'dur.
- Hazırlıkta olanların oranı %26, 4; 1.sınıf olanların oranı %15, 1; 2. sınıf olanların oranı %18, 9; 3. sınıf olanların oranı %22, 6; 4. sınıf olanların oranı %17, 0'dır.

Tablo 2: Öğrencilerin Başarı Puanı ile Otomatik Düşünceler, Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Ölçek Puanları Algılanan Sosyal Yetkinlik Ölçek Puanları Arasındaki Sonuçlar

		Başarı Puanı
Kendine Yönelik Olumsuz Düşünceler	R	, 006
	P	, 965
Şaşkınlık ve Kaçmaya Yönelik Düşünceler	R	, 092
	P	, 511
Kişisel Uyumsuzluğa Yönelik Olumsuz Düşünceler	R	-, 004
	P	, 976
Yalnızlığa Yönelik Olumsuz Düşünceler	R	, 022
	P	, 874
Ümitsizliğe Yönelik Olumsuz Düşünceler	R	, 012
	P	, 932
Otomatik Düşünceler Ölçeği	R	, 034
	P	, 810
Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşünce Ölçeği	R	-, 033
	P	, 817
Algılanan Sosyal Yeterlilik Ölçeği	R	-, 173
	P	, 216

p<0, 01; p*<0, 05; p>ilişki yok**

Başarı Puanı ile Ölçek Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Korelasyon).

Tabloda görüldüğü gibi, öğrencilerin akademik başarı puanı ile Kendine Yönelik Olumsuz Düşünceler, Şaşkınlık ve Kaçmaya Yönelik Düşünceler, Kişisel Uyumsuzluğa Yönelik Olumsuz Düşünceler, Yalnızlığa Yönelik Olumsuz Düşünceler, Ümitsizliğe Yönelik Olumsuz Düşünceler ve toplam puan olan Otomatik Düşünceler Ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tabloda görüldüğü gibi, öğrencilerin akademik başarı puanı ile Tekrarlayan Olumsuz Öz-Değer Düşünce Ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tabloda görüldüğü gibi, öğrencilerin akademik başarı puanı ile Algılanan Sosyal Yeterlilik Ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 3: Öğrencilerin Başarı Puanı ve Performans Alanı ile Otomatik Düşünceler Ölçeği ve Alt Boyutlarına İlişkin Sonuçlar

Alan		n	Ortalama	Ss	F	p
Kendine Yönelik Olumsuz Düşünceler	Yaylı çalgılar	7	17,71	4,23	1,057	,355
	Şan	40	14,55	5,62		
	Diğer	6	15,67	5,01		
Şaşkınlık ve Kaçmaya Yönelik Düşünceler	Yaylı çalgılar	7	11,86	5,11	0,822	,445
	Şan	40	11,15	4,58		
	Diğer	6	13,67	3,39		
Kişisel Uyumsuzluğa Yönelik Olumsuz Düşünceler	Yaylı çalgılar	7	7,00	2,83	0,262	,770
	Şan	40	6,28	2,44		
	Diğer	6	6,50	2,26		
Yalnızlığa Yönelik Olumsuz Düşünceler	Yaylı çalgılar	7	9,14	3,63	0,916	,407
	Şan	40	7,63	2,83		
	Diğer	6	7,33	2,16		
Ümitsizliğe Yönelik Olumsuz Düşünceler	Yaylı çalgılar	7	6,71	2,29	0,933	,400
	Şan	40	5,65	2,27		
	Diğer	6	6,67	3,27		
Otomatik Düşünceler Ölçeği	Yaylı çalgılar	7	52,43	17,13	0,746	,480
	Şan	40	45,25	15,76		
	Diğer	6	49,83	14,51		

$p^*<0,05$; $p>$ fark yok

Diğer= (kompozisyon, piyano)

Otomatik Düşünceler Ölçeği ve Alt Boyutlarının Alan Açısından İncelenmesi (ANOVA).

Performans alanı farklı olan gruplar arasında Otomatik Düşünceler Ölçeği ve alt boyutları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 4: Öğrencilerin Başarı Puanı ve Performans Alanı ile Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşüncenin Performans Alanı Açısından İncelenmesine İlişkin Sonuçlar

Alan		n	Ortalama	ss	F	P
Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşünce Ölçeği	Yaylı çalgılar	7	40, 71	11, 28	1, 733	, 187
	Ses alanı	40	32, 85	10, 27		
	Diğer	6	32, 83	10, 42		

p* < 0, 05; p > fark yok Diğer = (kompozisyon, piyano)

Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşüncenin Alan Açısından İncelenmesi (ANOVA)

Alanı farklı olan gruplar arasında Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşünce açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır (p > 0, 05).

Tablo 5: Öğrencilerin Başarı Puanı ve Performans Alanı ile Algılanan Sosyal Yeterliliğin Performans Alanı Açısından İncelenmesine İlişkin Sonuçlar

Alan		n	Ortalama	ss	F	p	İkili Fark
Algılanan Sosyal Yeterlilik Ölçeği	Yaylı çalgılar	7	29, 14	1, 46	3, 557	, 036*	1-2
	Ses alanı	40	25, 80	3, 32			
	Diğer	6	24, 83	4, 58			

p* < 0, 05; p > fark yok Diğer = (kompozisyon, piyano)

Algılanan Sosyal Yeterliliğin Alan Açısından İncelenmesi (ANOVA)

Alanı farklı olan gruplar arasında Algılanan Sosyal Yeterlilik açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır (p < 0, 05). Alanı yaylı çalgılar olanların ortalaması 29, 14; ses olanların ortalaması 25, 80; diğer olanların ortalaması 24, 83'tür. Buna göre alanı yaylı çalgılar olanlarda Algılanan Sosyal Yeterlilik en fazladır. İkili olarak karşılaştırma için yapılan Tukey testine göre alanı yaylı çalgılar olanlar ile ses olanlar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır ve yaylı çalgılar olanlarda Algılanan Sosyal Yeterlilik daha fazladır.

Tablo 5: Otomatik Düşünceler Ölçeği ve Alt Boyutlarının Sınıf Açısından İncelenmesi

Sınıf		n	Ortalama	ss	F	P
Kendine Yönelik Olumsuz Düşünceler	Hazırlık	14	13, 4	5, 4	2, 118	, 093
	1.sınıf	8	19, 5	6, 9		
	2.sınıf	10	16, 1	5, 3		
	3.sınıf	12	14, 2	4, 7		
	4.sınıf	9	14, 0	3, 2		
Şaşkınlık ve Kaçmaya Yönelik Düşünceler	Hazırlık	14	10, 0	4, 9	1, 702	, 165
	1.sınıf	8	14, 1	4, 2		
	2.sınıf	10	13, 3	4, 8		
	3.sınıf	12	10, 8	4, 4		
	4.sınıf	9	10, 6	2, 9		
Kişisel Uyumsuzluğa Yönelik Olumsuz Düşünceler	Hazırlık	14	5, 6	2, 7	2, 399	, 063
	1.sınıf	8	7, 9	2, 2		
	2.sınıf	10	7, 6	1, 9		
	3.sınıf	12	5, 5	2, 4		
	4.sınıf	9	6, 2	2, 0		
Yalnızlığa Yönelik Olumsuz Düşünceler	Hazırlık	14	6, 6	2, 7	2, 176	, 086
	1.sınıf	8	9, 6	3, 0		
	2.sınıf	10	8, 8	2, 6		
	3.sınıf	12	7, 0	3, 2		
	4.sınıf	9	8, 0	1, 9		
Ümitsizliğe Yönelik Olumsuz Düşünceler	Hazırlık	14	5, 7	2, 9	0, 414	, 798
	1.sınıf	8	6, 9	2, 9		
	2.sınıf	10	6, 0	1, 8		
	3.sınıf	12	5, 6	2, 3		
	4.sınıf	9	5, 7	1, 8		
Otomatik Düşünceler Ölçeği	Hazırlık	14	41, 2	17, 5	2, 086	, 097
	1.sınıf	8	58, 0	15, 6		
	2.sınıf	10	51, 8	14, 5		
	3.sınıf	12	43, 1	15, 9		
	4.sınıf	9	44, 4	8, 4		

p* < 0, 05; p > fark yok

Otomatik Düşünceler Ölçeği ve Alt Boyutlarının Sınıf Açısından İncelenmesi (ANOVA).

Sınıfı farklı olan gruplar arasında Otomatik Düşünceler Ölçeği ve alt boyut puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır (p > 0, 05).

Tablo 6: Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşüncenin Sınıf Açısından İncelenmesi

Sınıf		n	Ortalama	ss	F	P
Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşünce Ölçeği	Hazırlık	14	32, 2	10, 9	0, 972	, 432
	1.sınıf	8	35, 6	10, 7		
	2.sınıf	10	39, 0	7, 4		
	3.sınıf	12	30, 9	10, 1		
	4.sınıf	9	33, 2	13, 2		

p* < 0, 05; p > fark yok

Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşüncenin Sınıf Açısından İncelenmesi (ANOVA)

Sınıfı farklı olan gruplar arasında Tekrarlayan Olumsuz Öz-Derin Düşünce açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır (p > 0, 05).

Tablo 7: Algılanan Sosyal Yeterliliğin Sınıf Açısından İncelenmesi

Sınıf		n	Ortalama	ss	F	p
Algılanan Sosyal Yeterlilik Ölçeği	Hazırlık	14	25, 1	3, 7	0, 729	, 577
	1.sınıf	8	25, 4	4, 3		
	2.sınıf	10	26, 6	3, 0		
	3.sınıf	12	27, 3	3, 3		
	4.sınıf	9	26, 3	3, 1		

p*<0, 05; p>fark yok

Algılanan Sosyal Yeterliliğin Sınıf Açısından İncelenmesi (ANOVA)

Sınıfı farklı olan gruplar arasında Algılanan Sosyal Yeterlilik açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır (p>0, 05).

Tartışma ve Yorum:

Bu çalışmada, konservatuvar müzik öğrencilerinin otomatik düşünceler, tekrarlayan olumsuz öz –derin düşünceler, algılanan sosyal yetkinlik algısı düzeyleri ile performans alanları, bulundukları sınıf ile akademik başarıları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Alanyazında da belirtildiği üzere müzik performansının altında yatan mekanizmalar oldukça karmaşık ve çok boyutludur, derinlemesine araştırılmalıdır. Buna bağlı olarak, bu araştırmanın ulaşılan sonuçlarında da görüldüğü üzere kişilerin psikolojik ve bilişsel algı süreçleri ile müzik performansı arasında her zaman anlamlı bir ilişki olmayacağı söylenebilir.

Küçükosmanoğlu (2018) çalışmasında, Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü Müzik Eğitimi Anabilim Dalı bireysel çalgı klasik gitar öğrencilerinin eğitim stresi düzeylerinin orta derecede olduğu, cinsiyet, sınıf ve yaş değişkenleri ile eğitim stres düzeyleri ile bireysel çalgı klasik gitar dersi akademik başarı notları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı sonucuna ulaşmıştır(Küçükosmanoğlu, 2018: 44).

Yöndem ve diğerleri (2019) “Müzik Eğitimi Öğrencilerinde Bireysel Çalgı Performansı Başarısının Psikolojik ve Kişisel Özelliklere Göre İncelenmesi” adlı çalışmasında bireysel çalgı performansı başarıları ile denetim odağı gibi değişkenlerle, bireysel çalgı performans başarıları arasındaki ilişkilerin anlamlı olmadığı saptanmıştır (Yöndem ve diğerleri, 2019:299).

Yukarıda bahsedilen çalışma sonuçlarının, bu çalışmanın sonuçları ile benzerlik gösterdiği düşünülmektedir. Eğitim stresi ile olumsuz otomatik düşünce, tekrarlayan olumsuz öz düşünce ve sosyal yetkinlik algısı gibi psikolojik olguların insanın yaşamında önemli bir yeri olmasıyla birlikte, akademik başarıda her zaman belirleyici bir rol ve öneme sahip olamayacağı söylenebilir. Tüm bunlarla birlikte, son yıllarda müzisyen sağlığında fiziksel sorunların yanı sıra, müzisyenlerin psikolojik sağlığına yönelik çok çeşitli araştırmaların sayısının artmasıyla birlikte ve bu konuda artan farkındalık bağlamında, performans eğitimi alan müzik öğrencilerinin akademik başarıları ile psikolojik süreç, durum ve ilişkilerinin araştırılmasının bir gereklilik olduğu söylenebilir.

Alanyazında müzik ve sanat öğrencilerinin çeşitli psikolojik yaklaşım ve algılarının performans dayalı akademik başarıda etkisi olduğu belirtilmektedir. Ancak bu çalışmada araştırılan otomatik düşünce, tekrarlayan olumsuz öz düşünce, algılanan sosyal yetkinlik ile akademik başarı arasında ulaşılan anlamlı bir fark olmadığı sonucunun alana özgün bir katkı getirdiği söylenebilir. Bu bağlamda müzik performansında ki akademik başarının psikolojik tutum ve algıların yanı sıra, temel olarak günlük çalışma süreleri, çalışma tutumları v.b. gibi ana unsurlara dayalı olduğu varsayılabilir.

Performans yapan müzisyenlerin eğitimi kapsamında en uygun (optimal) performansın gerçekleştirilmesi için teknik ve müzikal yeterlikler ana unsurlar olarak görülebilir. Müzisyenlerin psikolojik sağlığına ve performansını artırmaya yönelik eğitim ve desteğin artırılmasının gerekliliği, son yıllarda alanyazında giderek artan bir vurguyla devam etmektedir.

Buradan hareketle alanyazında müzik öğrencilerinde otomatik düşünce, tekrarlayan olumsuz öz düşünce ve sosyal yetkinlik algılarına dair doğrudan bir araştırmaya rastlanmamasına bağlı olarak, müzik öğrencilerinde otomatik düşünce, tekrarlayan öz düşünce (ruminasyon), sosyal yetkinlik algıları ile performanslarına dair akademik başarılarının incelenmesinin önemli ve katkı sağladığı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın verilerini değerlendirdiğimizde müzik öğrencilerinin otomatik düşünce tekrarlayan olumsuz öz düşünce ve sosyal yetkinlik algıları ile akademik başarıları ve performansları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte yapılan istatistiksel analizler sonucunda alanı yaylı çalgılar olanlarda Algılanan Sosyal Yeterlilik becerilerinin daha fazla olduğu belirlenmiştir. Bu durumun toplu yapılan ve birlikte icra edilen orkestra ve oda müziği derslerinin sosyal ve psikolojik süreçlerinin sağlıklı gelişiminde olumlu bir etki yaptığı varsayılabilir. Buna bağlı olarak diğer alanlarda da yapılacak olan birlikte müzik yapılan toplu ders saatlerinin artırılmasının müzik öğrencilerinin genel ve mesleki yaşantısına olumlu katkı sağlayacağı söylenebilir.

Araştırmamızdan elde edilen bulguların, konservatuvar müzik öğrencilerinin psikolojik süreçleri ve akademik başarıları arasındaki ilişkileri ortaya koyması ve ayrıca diğer bilimsel araştırmalara veri sağlaması açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca bu araştırma pilot bir çalışma olması sebebiyle, örneklemin genişletilerek diğer Konservatuvar ve Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü Müzik Eğitimi Anabilim dalı öğrencileri üzerinde tekrarlanmasının, alanyazına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Akgül, A. Çevik, O. (2003). *İstatistiksel Analiz Teknikleri*. Emek Ofset, Ankara
- Bacanlı, H.(2014). *Sosyal Beceri Eğitimi*. Pegem Akademi
- Çakar, S. (2014). *Otomatik Düşüncelerin Umutsuzluk Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi: Benlik Saygısının Aracılık Rolü*. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, Educational Sciences: Theory & Practice • 14(5) • 1673-1687
- Gomez, P., Nielsana.C., Studera, R., Hildebradt, H., Klumbs, P., Naterd.U., Wilda.P., Danusera.B. (2018). *Prolonged performance-related Neuroendocrine Activation and Perseverative Cognition in Low- and High-Anxious University Music Students*. Psychoneuroendocrinology, Volume 95, September 2018, Pages, 18-27 <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2018.05.018>
- Groenemveld, R.A., Meeden, G. (1984). “*Measuring Skewness and Kurtosis*”, The Statistician (391-399.)
- Hollon.S., Kendall.P., (1980) *Cognitive Self-Statements In Depression:Deveelopment of An Automatic Thouhts*. Cognitive Therapy And Research, Vol.4.1980, pp. 383-395
- Jones, M., Roy, M., Verkuilen.J. (2014).*The Relationship Between Reflective Rumination and Musical Ability Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. © 2014 American Psychological Association 2014, Vol. 8, No. 2, 219 –226 1931-3896/14/\$12.00 DOI: 10.1037/a0035634

- Kara, A. (2010). *Öğrenmeye İlişkin Tutum Ölçeğinin Geliştirilmesi*, Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, Bahar-2010 C.9 S.32 (049-062) ISSN:1304-0278 Spring-2010 V.9 Is.32
- Karahan.F., Sarıdoğan.M., Özkamalı.E., Menteş.Ö., (2016) *Lise Öğrencilerinde Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Otomatik Düşüncelerin, Yaşanılan Sosyal Birim ve Cinsiyet Açısından İncelenmesi*, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi Cilt:III Sayı:26 2016/4/15
- Karasar, N. (2002). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*.Ankara: Nobel Yayın Dağıtım Ltd. Şti.
- Kenny.T., Ackermann.B., (2012). *Optimizing physical and psychological health in performing musicians* –Oxford handbook of music psychology,
- Körner, A 2016. *Sahne Korkusu İçin Düşünce Teknikleri* , T.C. Uludağ Üniversitesi Devlet Konservatuvarı Uluslararası Müzik Sempozyumu “Müzikte Performans” 12-14 EKİM 2016 Bursa 225-233
- Küçükosmanoğlu.O. (2018). *Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü Müzik Eğitimi Anabilim Dalı Klasik Gitar Öğrencilerinin Eğitim Stresi Düzeyleri ile Çalgı Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Konya İli Örneği)* Eğitim Bilimleri Araştırmaları, Çizgi Kitabevi, Ekim 2018
- Lukaşeva, S.S. (2016). *İcracılarda Mesleki Profesyonel Yeterliliklerini Oluşturma süreci*.Naučno metodičeskiy elektronniy jurnal, “Kontsept” 2016. - № S14. - 0, 5 п. л. - URL: <http://e-kontsept.ru/2016/76169.htm>.
- Özdamar, K. (2004). *Paket Programlar ile İstatistiksel Veri Analizi 1*, Genişletilmiş Baskı, Kaan Kitapevi (490-528)
- Sarıçam, H. Akın, A.Akın, Ü.Çardak, M. (2013). *Algılanan Sosyal Yetkinlik Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması*. The journal of Academic Science Studies, International journal of Social Science Volume:6 Issue3 , p 597-600
- Sarıçam, H. Akın, A.A., (2015) *Tekrarlayan Olumsuz Öz –Derin Düşünce Ölçeği Türkçe Formu: Geçerlikve Güvenirlik Çalışması*. Sakarya University Journal Of Education, 5/1 Nisan /April 2015 ss. 70-80
- Sarıkaya, M. (2018). *Müzik Öğretmeni Adaylarının Mükemmellik ve Öz-yeterlik İnaçlarına Göre Müzik Performans Kaygılarının Yordanması*, T.C. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Üniversitesi Güzel Sanatlar Eğitimi Anabilim Dalı Müzik Eğitimi Bilim Dalı Programı Doktora Tezi
- Savaşır.I. , Şahin.N, (1997) *Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme:Sık Kullanılan Ölçekler*.Türk Psikologlar Derneği Yayınları
- Sever, G. (2017) *Müzik Performansının Alt Beceri Alanlarına İlişkin Müzisyenlerin Algıları*, Turkish Studies International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic Volume 12/17, p. 371-396 DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.11847> ISSN: 1308-2140, ANKARA-TURKEY
- Şahin, N., Şahin, N (1992) *Reliability and Validity Of Turkish Version Of The Automatic Thoughts Questionnaire*. Journal of Clinical Psychology, May 1992, Vol. 48, No. 3
- Topoğlu, O.(2012) *Müzisyenlerde Sahne Korkusu, Sahne Korkusunun Nedenleri ve Sahne Korkusuyla Baş Etmede Kullanılabilecek Stratejiler*. ISSN:1306-3111 e-Journal of New World Sciences Academy
- Türkçapar, H. (2018). *Bilişsel Davranışçı Terapi. Temel İlkeler ve Uygulama*. Epsilon Yayınları - 2018

-
- Türkçapar, Ü. (2016). *Pedagojik Formasyon Eğitimi Alan Bireylerin Algılanan Sosyal Yetkinlik Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Ocak 2016 Cilt:24 No:1Kastamonu Eğitim Dergisi 453-462
- Yıldız, M. (2017). *Üniversite Öğrencilerinde Fonksiyonel Olmayan Tutumların ve Olumsuz Otomatik Düşüncelerin Depresyona Etkisi*. Ulusal Eğitim Akademisi Dergisi (UEAD), 1(1), 1-7
- Yöndem, S., Yöndem, Z., Ünlü, S., Nartgün, Z. (2019) *Müzik Eğitimi Öğrencilerinde Bireysel Çalgı Performansı Başarısının Psikolojik ve Kişisel Özelliklere Göre İncelenmesi*, Kastamonu Eğitim Dergisi Kastamonu Education Journal Ocak 2019 Cilt:27 Sayı:1, DOI: 10.24106/kefdergi.2541