

## Professionals working in the field of psychological counseling views on the music therapy

Fahri Sezer<sup>2</sup>

### Abstract

The current study was designed to receive the opinions of counselors regarding music therapy, whether it can be used as a treatment tool for psychological problems and its future in the field of counseling psychology. In this study general screening model was used to determine the perception of music therapy academics working in universities and guidance teachers working in schools under the Ministry of National Education. Interview form has been sent to the 220 guidance teachers and faculty members by e-mail to gather data. 67 of them filled out the interview form and e-mailed back to the researcher. The participants indicated that music therapy should deserve more attention and has more applications in the field of counseling psychology. Although music therapy has been utilized extensively in history especially at the times of Ottoman and Seljuk, its value is not appreciated very well nowadays. Thus, counselors should assume a remarkable role in the development and application of music therapy in Turkey.

**Keywords:** Music, therapy, psychological counseling.

[\(Extended English abstract is at the end of this document\)](#)

## Psikolojik danışma alanındaki uzmanların müzik terapisine ilişkin görüşleri<sup>1</sup>

### Özet

Bu çalışma ile özellikle alan uzmanlarının ve çalışanlarının müzikle terapiye ilişkin düşüncelerinin neler olduğu tespit edilerek, ülkemizde müzikle terapinin geleceği hakkında fikir edinmiş olunacaktır. Çalışmada örneklem grubunda bulunan öğretmenlerin ve akademisyenlerin müzikle terapiye ilişkin görüşlerini belirlemek amacı ile genel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada örneklem grubunu belirlemek amacıyla üniversitelerde görev yapan akademisyenler ve rehber öğretmenlere 220 görüşme formu e-mail yolu ile gönderilmiştir. Bu işlem sonucunda toplam 67 form doldurulup geri gönderilmiştir. Sonuç olarak ülkemizde müzikle terapinin yeni bir alan olarak yer edinme çabası içinde olduğu söylenebilir. Her ne kadar tarihsel süreçte Selçuklularda, Osmanlıda hatta çok daha eski zamanlarda bile Türkler müziği tedavi aracı olarak kullanmışsa da günümüzde bu geçmiş dönemlerdeki gelişmelerin çok gerisinde kaldığımız söylenebilir. Bundan dolayı özellikle müzikle terapinin gelişmesine öncülük edecek olan Psikolojik Danışma ve Rehberlik alan çalışanlarının bu yöntemin ülkemizde gelişmesinde önemli rollerinin olacağı söylenebilir.

**Anahtar Sözcükler:** Müzikle terapi, psikolojik danışma, rehberlik.

<sup>1</sup> This paper is extended version of notice which had been presented as orally at "International Counseling and Education Conference 2012 (ICEC 2012)" as oral presentation.

<sup>2</sup> Assist. Prof. Dr., Balıkesir University, Necatibey Educational Faculty, Educational Sciences Department, Guidance and Psychological Counselling Department, Balıkesir. [fahrisezer23@hotmail.com](mailto:fahrisezer23@hotmail.com)

## Giriş

Müziğin terapötik amaçlı kullanılmasına ilişkin dünyanın birçok yerinde farklı uygulamalar yapılmış ve yapılan bu uygulamalarda müzikle terapinin psikolojik rahatsızlıkların tedavisinde olumlu yönde sonuçlar doğurduğu görülmüştür (Ferguson & Voll, 2004; Groen, 2007; Juslin & Laukka, 2004; Kreutz, Ott, Teichmann, Osawa, & Vaitl, 2008; Nikol, 2010; Robarts, 2006; Svonsdottir & Snaedal, 2006; Wigram & Lawrence, 2005). Müziğin psikolojik rahatsızlıkların tedavisinde kullanılması antik dönemden başlayarak tarih boyunca günümüze devam etmiştir. Müziğin bu yönü ona verilen önemi tarih boyunca arttırmış ve bu konu birçok filozofun da ilgisini çekmiştir. Filozof Hermes'e göre Tanrı en büyük müzisyendir ve kâinata baştan-başa müzik yapmaktadır, kozmik süreç ise onun müziğidir. Konfüçyüs'e göre müzik, gökle toprak arasında bir ahenktir (Çetinkaya, 1995). Eflatun'a göre müzik, insan ruhunu sakinleştiren, dinginleştiren bir sanattır (Demirhan, 2007). Aristo ise müzik eğitiminin pek çok bilgiye ulaşmak için bir araç olması yönünden gerekli olduğunu söyler. Ona göre müzik ve trajedi yoluyla insanlar temizlenir ve arınırlar (Yıldırım ve Koç, 2003).

Tarihsel süreç içerisinde müziğe ilişkin ortaya çıkan bu görüşler Türk-İslam Medeniyetinde de bilimsel açıdan ele alınmıştır. Özellikle tasavvuf ekolü mensupları (sufiler) müzikle uğraşmış, müziği psikolojik rahatsızlıklarda tedavi amaçlı kullanmış ve müziğin doğru kullanıldığında olumlu yönde psikolojik etkisinin olduğunu savunmuşlardır. Bu dönemde yaşamış büyük Türk-İslam âlimleri ve hekimleri Zekeriya ErRazi (854–932), Fârâbi (870–950) ve İbn-i Sina (980–1037) müzikle tedavinin, bilhassa müziğin psişik hastalıkların tedavisinde nasıl kullanılacağına ilişkin bilimsel tespitlerde bulunmuşlardır (Çoban, 2005).

İbn-i Sina, Fârâbi'nin eserlerinden çok yaralandığını ve hatta müziği ondan öğrenerek tıp mesleğinde uyguladığını aktarmıştır (Somakçı, 2003). Büyük İslam âlimlerinden Farabi Türk musikisindeki her bir makamının ruha farklı şekilde etki ettiğini belirtmiş ve bu musiki makamlarının günün hangi zamanında insanın psikolojik durumu üzerine ne şekilde etki ettiğini (örneğin; Rast makamının neşe-huzur, Neva makamının lezzet ve ferahlık, Uşşak makamının gülme hissi, Saba makamının cesaret ve kuvvet, Hüseyini makamının ise sükûnet, rahatlık verdiğini) açıklamıştır (Ak, 2006). Müziğin pozitif etkilerine ilişkin Türk-İslam tarihindeki bu çalışmaların sonucu olarak Selçuklu ve Osmanlı dönemlerinde kurulan hastanelerde müzik, akıl hastalıklarının tedavi edilmesi amacıyla kullanılmıştır. Nureddin Hastahanesi, Fatih Darüşşifası, Edirne Darüşşifası (II. Bayezid Külliyesi) ve Gevher Nesibe Şifahanesi müziğin tedavi amaçlı kullanıldığı hastaneler olarak literatürde geçmiştir (Sezer, 2009).

Tarih boyunca müziğin insanların ruhsal yapıları üzerine psikolojik etkilerinin olduğunun bilinmesi ona verilen önemi hep canlı tutmuştur. Günümüzde müzikle terapinin bilimsel olarak hak ettiği

değeri bulma çabası sürmüştür. Bu doğrultuda müzik, değişik uygulamalar ile pozitif sonuçlar elde etmek amacıyla tedavi amaçlı kullanılmaya başlanmıştır. İş veriminin artırılması, kaygının ve stresin azaltılması, öğrenme sürecinin hızlandırılması, hastaların iyileştirilmesi gibi pek çok alanda müzikle terapiden yararlandığına ilişkin birçok çalışma bulunmaktadır (Andersen, 1996; Barrera, Rykoy & Doyle, 2002; Burns, Labbe Arke, Capeless, Cooksey, Steadman, & Gonzales 2002; Hammer, 1996; Miluk-Kolasa & Matejek, 1996; Wells & Hakanen, 1991).

Müziğin, madde bağımlısı hastaların sağaltımında olumlu bir etkisinin olduğuna (Silverman, 2003), bireylerin stres düzeylerinde önemli oranda azalmaya (Marshall ve Tomcala, 1981) ve fizyolojik rahatsızlıklarının tedavi edilmesi amacıyla hastaneye gelen hastaların kaygılarının azaltılmasında (Greene, 2006) etkili olduğuna ilişkin çalışmalar bulunmaktadır. Ülkemizde yapılan bir çalışmada ise kolonoskopi tedavisi gören hastaların anksiyete, ağrı gibi psikolojik rahatsızlıklarını azalmada müzikle terapinin olumlu etkisinin olduğu, hastaların müzik dinletildikten sonra daha az ilaç talebinde buldukları, anksiyete düzeylerinde azalmanın, tedaviden memnuniyet düzeylerinde artışın olduğu ve ağrı şikâyetlerinin azaldığı tespit edilmiştir (Ovayolu ve Diğ., 2006). Başka bir çalışmada ise ses bandına alınmış olan kalp seslerini dinleyen bebek grubunun, sessiz odada yatanlar ve banttan ninni dinleyen bebeklere oranla daha erken uyudukları sonucu elde edilmiştir (Babacan, 1998). Sezer (2009) farklı müzik türlerinin öğrenciler üzerine etkisini deneysel olarak incelediği çalışmada, müzikle terapinin öğrencilerin kaygı, depresyon, anksiyete, öfke gibi duyguları üzerinde olumlu yönde etkisinin olduğunu saptamıştır.

Yukarıda aktarılan çalışmalar müziğin doğru kullanıldığında insanlar üzerine olumlu etkisinin olduğunu göstermektedir. Müzikle terapi uygulamalarının olumlu etkilerinin bilinmesine rağmen ülkemizde buna yönelik özellikle Eğitim bilimlerinin bir alt disiplini olan psikolojik danışma alanında çok az çalışma bulunmaktadır. Özellikle alandaki akademisyenlerin ve eğitim kurumlarında rehber öğretmen olarak çalışanların müzikle terapiye ilişkin düşüncelerinin tespit edilmesi ve böylece müzikle terapinin psikolojik danışma alanına nasıl katkı sağlayacağı hakkında bilgi sahibi olma ihtiyacı duyulmuştur. Bu çalışmada Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik alanındaki akademisyenlerin (Prof., Doç., Yrd. Doç., Öğr. Gör. ve Arş. Gör.) ve MEB'liğine bağlı eğitim kurumlarında rehber öğretmen olarak çalışan psikolojik danışmanların müzikle terapiye ilişkin görüşlerini belirlemek ve bu doğrultuda çalışmaların başlatılmasına ve geliştirilmesine dikkat çekmek amaçlanmıştır.

### Yöntem

Araştırmada üniversitelerde Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında görev yapan akademisyenler (Prof., Doç., Yrd. Doç., Öğr. Gör. ve Arş. Gör.) ve Milli Eğitim Bakanlığına bağlı

eğitim kurumlarında çalışan rehber öğretmenlerin (Psikolojik danışman) müzikle terapiye ilişkin düşüncelerini belirlemeye yönelik genel tarama modeli kullanılmıştır.

### Örneklem

Araştırmanın evrenini üniversitelerde Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında görev yapan akademisyenler ve Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı eğitim kurumlarında çalışan rehber öğretmenler oluşturmaktadır. Örneklem grubuna ulaşmak için internet ortamında Türkiye'deki farklı üniversitelerde görev yapan alan uzmanlarına ve rehber öğretmenlere Görüşme formu elektronik posta ile gönderilerek formu cevaplandırmaları istenmiştir. Bu yöntemle üniversitelerin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık alanında çalışan akademisyenlere 120, rehber öğretmenlere de 100 görüşme formu gönderilmiştir. Ancak bu formlardan sadece 67'si geri dönmüştür. Rehber öğretmenlere görüşme formunun daha çok uygulanmamasının nedeni akademisyen ve rehber öğretmen dağılımının dengeli olmasının sağlamaktır. Bu işlem sonucunda evrenden ulaşılabilen tesadüfi yöntemle seçilmiş unvanları Rehber Öğretmen, Araştırma Görevlisi, Öğretim Görevlisi, Yardımcı Doçent, Doçent ve Profesör olan toplam 67 gönüllü akademisyen ve rehber öğretmen görüşme formlarını doldurmuş ve çalışmanın örneklemini oluşturmuştur. Katılımcıların dağılımı tablo 1'de verilmiştir.

**Tablo 1. Çalışma örneklemi**

Unvan	f	%
Rehber Öğretmen	29	43,3
Araştırma Görevlisi	10	14,9
Öğretim Görevlisi	2	3
Yardımcı Doçent	22	32,8
Doçent	2	3
Profesör	2	3
Toplam	67	100

### Veri toplama aracı

Araştırmada akademisyen ve rehber öğretmenlere ait kişisel bilgileri içeren "Bilgi Formu" ve araştırmacı tarafından hazırlanan ve akademisyen ve rehber öğretmenlerin müzikle terapiye ilişkin görüşlerini belirlemeye yönelik açık uçlu sorularından oluşan yapılandırılmamış "Görüşme Formu" kullanılmıştır. Bu yöntemde karşılaştırma ve analiz kolaylığı amacıyla seçmeye zorlamak yerine açık uçlu sorular aracılığı ile zengin ve yeterli bilgilerin toplanması hedeflenmiştir (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2008). Bu görüşme formunda katılımcılara yöneltilmiş sorular araştırmacı tarafından konunun içeriğine uygun olacak şekilde önceden hazırlanmış uzman görüşüne sunulmuştur. Hazırlanan sorular uzman görüşüne sunulduktan sonra 8 maddeden oluşan açık uçlu

sorunun sorulmasına karar verilmiştir. Hazırlanmış görüşme formu daha sonra elektronik posta yolu ile katılımcılara gönderilmiştir. Katılımcıların bu sorulara verdikleri cevaplar tasniflenerek kategorileştirilmiştir. Katılımcılar tarafından yapılan ortak vurgular dikkate alınarak başlıklar altında toplanmış ve analiz edilmiştir. Verilerin analizinde frekans ve yüzde değerler kullanılmıştır.

### Bulgular

Katılımcılara görüşme formunda ilk olarak “Psikolojik temelli problemlerin sağaltımında etkili olduğunu düşündüğünüz yöntemler hangileridir?” sorusu yöneltilmiştir. Bu soruya katılımcıların verdikleri cevaplar unvanlarına göre gruplandırılarak Tablo 2’de verilmiştir.

**Tablo 2.** Katılımcıların Psikolojik Problemlerin Tedavisinde Etkili Olduğunu Düşündükleri Yöntemler

“Psikolojik temelli problemlerin sağaltımında etkili olduğunu düşündüğünüz yöntemler hangileridir?”	Rehber öğretmen	Arş. Görevlisi	Öğrt. Gör.	Yrd. Doç.	Doçent	Profesör	Toplam
Bireyden bireye değişir	2			2			4
Psikolojik danışma	7	2		2	2		13
Psikoterapi	4						4
Birden çok yöntem	2	4	2	6			14
Bireysel ve aile görüşmesi	2						2
Öğretmenlerle etkileşim	2						2
Bilişsel- davranışçı yaklaşımlar	2	2		6		2	12
Müzikle terapi				2			2
Sinema, bibliyo ve sanat terapisi	2	2					4
Dinleme	4						4
Yapılandırmacı yaklaşım	2						2
Sosyal destek				2			2
İlaç kullanımında psikiyatri yardımı				2			2
<b>Toplam</b>	<b>29</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>67</b>

Katılımcıların görev ve unvanlarına göre verdikleri cevaplar gruplandırıldığında 29 rehber öğretmenden 7’si en sık “psikolojik danışma” 4’ü “danışanı dinleme” ve 4’ü psikoterapi” yöntemlerinin kullanılmasının etkili olduğunu belirtmişlerdir. Araştırma görevlisi 10 katılımcıdan 4’ü ise “aynı anda birden çok yöntem” kullanmanın etkili olacağını belirtmişlerdir. Öğretim görevlisi 2 katılımcı “psikolojik danışmanın” etkili olduğunu, yardımcı doçent 22 katılımcıdan 6’sı aynı anda birden çok yöntemin” ve 6’sı ise “bilişsel-davranışçı yaklaşım” görüşlerini aktarmıştır. Doçent unvanına sahip 2 katılımcı “psikolojik danışmanın”, profesör unvanına sahip 2 katılımcı ise bilişsel-davranışçı yaklaşımların etkili olduğunu belirtmişlerdir. Buların dışında sadece 2 yardımcı doçent unvanına sahip katılımcı müzikle terapinin faydalı olacağını aktardıkları görülmüştür.

Görüşme formunun ikinci sorusunda katılımcılar “Psikolojik problemlerin sağaltımında müzikle terapinin faydası olduğunu düşünüyor musunuz?” Sorusuna 10 farklı kategoride birleştirilen şu cevapları vermişlerdir. Bu soruya katılımcıların verdikleri cevaplar unvanlarına göre gruplandırılmış ve sonuçlar Tablo 3’te verilmiştir.

**Tablo 3.** Katılımcıların Psikolojik Problemlerin Tedavisinde Müzikle Terapinin Etkili Olup Olmadığına İlişkin Görüşleri

“Psikolojik problemlerin sağaltımında müzikle terapinin faydalı olacağını düşünüyor musunuz?”	Rehber öğretmen	Arş. Görevlisi	Öğr. Gör.	Yrd. Doç.	Doçent	Profesör	Toplam
Olabilir				6			6
Evet	23	6	2	10	2	2	45
Hayır	2						2
Psikolojik danışma sürecinde		2					2
Dinlendirici müziklerin etkili olduğunu düşünüyorum	2						2
Kesinlikle evet	2			2			4
Çok az faydası olur				2			2
Kısmen faydası olur		2					2
Sadece bazı rahatsızlıklarda				2			2
<b>Toplam</b>	<b>29</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>67</b>

Müzikle terapinin faydalı olup olmayacağına ilişkin görüşleri belirlemek için sorulan soruya toplam 29 rehber öğretmenden 23’ü, 10 araştırma görevlisinden 6’sı, 22 yardımcı doçentten 10’u, 2 doçentten 2’si ve 2 profesörden 2’si “evet” cevabını vermiştir. Toplam 67 katılımcının 45’i bu soruya “evet” cevabını vermiştir. Bu soruya sadece 2 rehber öğretmen “hayır”, 2 yardımcı doçent ise “kısmen faydası olur” cevabını vermiştir.

Çalışmada kullanılan görüşme formunun üçüncü sorusunda sorulan “Müzikle terapi rehberlik ve psikolojik danışma alanına katkı getirir mi?” sorusuna katılımcılardan farklı yorumlar yapılmışlardır. Bu yorumlar çalışmaya katılanların unvanlarına göre gruplandırılmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 4’te verilmiştir.

**Tablo 4.** Katılımcıların Müzikle Terapinin Alana Katkısına İlişkin Görüşleri

“Müzikle terapi rehberlik ve psikolojik danışma alanına katkı getirir mi? Ne tür katkıları olur?”	Rehber öğretmen	Araş. Görevlisi	Öğrt. Gör.	Yrd. Doç.	Doçent	Profesör	Toplam
Olabilir				2			2
Evet	16	4		2	2	2	26
Hayır	2						2
Evet, ancak destekleyici manada	4	2					6
Psikolojik danışma ile birlikte olursa				2			2
Müzik ve dansın bir arada olması daha iyi olur			2				2
Kesinlikle getirir		2		4			6
Getirebileceğini düşünüyorum	3	2		4			9
Evet, ama daha ziyade psikologların işine yarar	2						2
Okullarda getirmez ancak klinik çalışmalarda getirir	2			2			4
Çok az				4			4
Bilmiyorum				2			2
Toplam	29	10	2	22	2	2	67

Alan çalışanlarının bu soruya verdikleri cevaplar unvanlarına göre gruplandırıldığında, toplam 29 rehber öğretmenden 16’sı, 10 araştırma görevlisinden 4’ü, 22 yardımcı doçentten 2’si, 2 doçentten 2’si ve 2 profesörden 2’si “evet” olmak üzere toplam 67 katılımcının 26’sı bu soruya “evet” cevabını vermiştir. 2 araştırma görevlisi ve 4 yardımcı doçent ise “kesinlikle evet” demişlerdir. 2 araştırma görevlisi, 4 yardımcı doçent ve 2 rehber öğretmende “getirebileceğini düşünüyorum” şeklinde cevaplamışlardır. 4 yardımcı doçent “çok az” fayda getireceğini belirtmiştir. 2 yardımcı doçent ve 2 rehber öğretmende “okullarda değil, klinik çalışmalarda fayda getirir” açıklamasında bulunmuştur. Sadece 2 rehber öğretmen fayda getirmeyeceğini belirtmiştir. 2 öğretim görevlisi ise “Müzik ve dansın bir arada olması bence daha iyi olur” yorumunda bulunmuşlardır.

Görüşme formunun dördüncü sorusunda “Müzikle terapi konusunda eğitim almayı ister misiniz? Cevabınız “hayır” ise açıklar mısınız?” soru yöneltilmiş ve katılımcıların verdikleri yanıtlar unvanlarına göre gruplandırılarak elde edilen sonuçlar Tablo 5’te verilmiştir.

**Tablo 5.** Katılımcıların Müzikle Terapi Eğitimi Almayı İsteyip İstemediklerine İlişkin Görüşleri

“Müzikle terapi konusunda eğitim almayı ister misiniz? Cevabınız “hayır” ise açıklar mısınız?”	Rehber	Öğretmen	Arş. Görevlisi	Öğrt. Gör.	Yrd. Doç.	Doçent	Profesör	Toplam
Hayır, çünkü yeteneğim yok	2					2		4
Hayır, (açıklama yok)	2				2			4
Evet isterim	21	10			12		2	45
Olabilir	4							4
Dans ile birlikte olursa evet isterim				2				2
Hayır, çünkü ilgi duymuyorum					2			2
Hayır, çünkü yürütmekte olduğum işime pek katkı sağlayacağını düşünmüyorum					2			2
Hayır, çünkü çok etkili olduğunu düşünmüyorum					2			2
Daha işe yarar tekniklerin kullanılmasını isterim...					2			2
Evet, ama önce bu tür bir yöntemin etkili olduğunun ortaya konulmasını isterim					2			2
<b>Toplam</b>	<b>29</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>67</b>

Bu soruya tablo 5'tede görüldüğü gibi 25 rehber öğretmen, 10 araştırma görevlisi, 2 öğretim görevlisi, 14 yardımcı doçent ve 2 profesör olumlu cevap vermiştir. Toplam 67 katılımcıdan 16'sı “hayır, çünkü yeteneğim yok”, “hayır, çünkü ilgi duymuyorum”, “hayır, çünkü çok etkili olduğunu düşünmüyorum”, “daha işe yarar tekniklerin kullanılmasını isterim” gibi farklı nedenlerden dolayı müzikle terapi konusunda eğitim almayı istemediklerini belirtmiştir.

Çalışmada sorulan “Müzikle terapiye hakkında yapılmış olan çalışmalara ilişkin bilginiz var mı? Varsa ne tür bilgilere sahibisiniz?” sorusuna katılımcıların verdikleri cevaplar gruplandırılarak Tablo 6'da verilmiştir.

**Tablo 6.** Katılımcıların Müzikle Terapi Alanındaki Yayınlar Hakkındaki Bilgileri

“Müzikle terapiye hakkında yapılmış olan çalışmalara ilişkin bilginiz var mı? Varsa ne tür bilgilere sahibisiniz?”	Rehber	Öğretmen	Arş. Görevlisi	Öğrt. Gör.	Yrd. Doç.	Doçent	Profesör	Toplam
Hiçbir bilgim yok	14	4	2		14		2	36
Tarihteki uygulamalar, kitaplar ve psikiyatri uzmanlarını biliyorum	4	4				2		10
Bu alanda çalışma yapan uzmanı biliyorum,	7				2			9
Bu konu hakkında bir tez, birkaç tane de makale incelemiştim					2			2
Kaygı, depresyon... gibi kavramlar üzerindeki etkilerinin bulunduğunu biliyorum					2			2
Otizm tedavisinde kullanıldığını biliyorum	2	2						4
Bazı ülkelerde uygulamaların yapıldığını biliyorum	2							2
Özellikle yetişkinlerde kullanılmış ve başarılı olmuş diye okumuştum					2			2
<b>Toplam</b>	<b>29</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>67</b>

Katılımcıların müzikle terapi hakkında hangi bilgilere sahip olduklarını belirlemek için sorulan bu soruya 36 katılımcı herhangi bir bilgilerinin olmadıklarını belirtmiştir. 31 katılımcı ise müzikle



terapiye ilişkin çeşitli alanlarda bilgi sahibi olduklarını belirtmiştir. Ancak bu bilgilerin uygulama şekline ilişkin bilgiler olmaktan çok “Tarihteki uygulamalar, kitaplar, psikiyatri uzmanları, makale ve tez incelemesi” şeklindeki bilgiler olduğu görülmüştür.

Görüşme formunda sorulan “Müzikle terapiyi danışanlarınız için kullanmayı düşünür müsünüz? Cevabınız “hayır” ise açıklar mısınız?” sorusuna katılımcıların verdikleri cevaplar unvanlarına göre gruplandırılarak Tablo 7’de verilmiştir.

**Tablo 7.** Katılımcıların Müzikle Terapiyi Kullanmayı İsteyip İstemediklerine İlişkin Görüşleri

“Müzikle terapiyi danışanlarınız için kullanmayı düşünür müsünüz? Cevabınız “hayır” ise açıklar mısınız?”	Rehber	öğretmen	Arş.	Görevlisi	Öğrt. Gör.	Yrd. Doç.	Doçent	Profesör	Toplam
Eğitim almadığım için kullanmam						2			2
Bilgim olmadığı için kullanmam							2		2
Hayır- problem odaklı olmadığı için kullanmam	2								2
Eğitim aldıktan sonra olabilir	2	4			2				8
Evet	17	4	2		14		2		39
Faydalı olduğu bilimsel olarak kabul edilirse uygulamam	4								4
Olabilir ama okullarda bu imkan yok	2								2
Hayır, çalışma koşullarım bunun için uygun değil						2			2
Alternatif bir yöntem olarak deneyebilirim			2						2
Biraz zor	2								2
Hayır, kendi yöntemlerimin daha etkili olacağını düşünüyorum						2			2
<b>Toplam</b>	<b>29</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>67</b>

Katılımcıların müzikle terapiyi kullanmayı düşünüp düşünmediklerini belirlemek amacıyla sorulan bu soruya 39 katılımcı “evet” isterim, 8 katılımcı “eğitim aldıktan sonra kullanırım” 4 katılımcı “faydalı olduğu bilimsel olarak kabul edilirse uygulamam” şeklinde cevaplar vermişlerdir. 12 katılımcı ise “eğitim almadığım için, bilgim olmadığı için, problem odaklı olmadığı için, çalışma koşullarım uygun olmadığı için ve kendi yöntemlerim daha etkili olduğu için” gibi çeşitli nedenlerden dolayı müzikle terapiyi kullanmayacaklarını belirtmişlerdir.

### Tartışma ve Sonuç

Çalışma kapsamında alan çalışanlarının psikolojik rahatsızlıkların sağaltımında müzikle terapinin etkili bir yöntem olup olmadığına ilişkin algılarının neler olduğu belirlenmeye çalışılmıştır. Bu durumu belirlemek amacı ile sorulan soruya katılımcılardan sadece 2’sinin müzikle terapinin etkili olabileceğini belirtmesi, müziği psikolojik rahatsızlıkların tedavisinde bir sağaltım yöntemi olarak görmediklerini göstermektedir. Bu sonucun ortaya çıkmasına neden olan en önemli faktörün, ülkemizde akademisyenlerin müzikle terapiye ilişkin rahatsızlıkların tedavisinde kullanıldığına ilişkin çok az bilgilerinin olabileceği düşünülmektedir. Çalışma kapsamında sorulan diğer bir soruda (Müzikle terapiye hakkında yapılmış olan çalışmalara ilişkin bilginiz var mı? Varsa ne tür bilgilere

sahibisiniz?) alan çalışanlarının yarısının bu konu hakkında herhangi bir bilgisinin olmaması ve diğerlerinin ise akademik düzeyde olmayan bilgilerden bahsetmeleri bu durumu doğrular niteliktedir. Bununla birlikte Yüksek Öğretim Kurumu tez tarama sayfasında yapılan inceleme sonucunda müzikle terapi konusunda hem sosyal bilimler hem de fen bilimleri (tıp) alanında yapılmış sadece 10 adet çalışmaya rastlanmıştır. Ancak aynı elektronik tarama yurt dışındaki yayınlara ilgili yapıldığında (Elsevier, get CITED, psycnet ve google scholar gibi veri tabanlarında) bu sayının on binlere ulaşması müzikle terapi alanında ülkemizdeki çalışmaların oranları hakkında bize bilgi vermektedir.

Ülkemizde akademik alanda çalışan uzmanların müziğin terapötik bir araç olarak kullanılmasına ilişkin düşüncelerinin olumlu yönde olmasına karşın yapılan araştırmaların az olması bir diğer eksiklik olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu olumlu düşüncenin bir göstergesi olarak, Psikolojik Danışma ve Rehberlik alan uzmanlarının müzikle terapiyi psikolojik rahatsızlıkların tedavisinde etkili bir yöntem olarak görüp görmediklerini belirlemek için yöneltilen soruya 45 katılımcı “evet” cevabı vermeleri gösterilebilir. Bu soruya sadece iki katılımcı net bir şekilde olumsuz cevap vermiştir. Bu bulgu da, katılımcıların büyük bir çoğunluğunun psikolojik rahatsızlıkların tedavisinde müziğin terapötik bir araç olarak kullanılmasının fayda sağlayacağı kanaatini yaşadıklarını göstermektedir. Bu bulguyu destekler nitelikte katılımcıların müzikle terapinin PDR alanına olumlu yönde katkı getirip getirmeyeceğine ilişkin düşüncelerini belirlemek için yöneltilen soruya 6 katılımcı dışında diğer katılımcılar olumlu yönde cevap vermiştir.

Müzikle terapi alanında eğitim alıp bu yöntemi kullanmak isteyenlerin sıklığını belirleme adına katılımcılara sorulan soruya büyük bir çoğunluğu olumlu yanıt vermiştir. Katılımcılardan 16’sı ise farklı nedenlerden dolayı müzikle terapi konusunda eğitim almayı istemediklerini belirtmiştir. Buda ülkemizde müzikle terapi uygulamaları hakkında eğitimlerin verilmesinin fayda sağlayacağı algısının oluşmasına etki etmektedir.

Özellikle günümüzde Amerika’daki birçok üniversite ve kolejde (Berklee College of Music, Colorado State University ve Arizona State University gibi) müzikle terapi konusunda bilimsel anlamda enstitülerin ve bölümlerin olması ([http://www.berklee.edu/departments/music\\_therapy.html](http://www.berklee.edu/departments/music_therapy.html), <http://music.asu.edu/musictherapy/>) bu alana verilen önemin göstergesi olduğu söylenebilir. Ülkemizde ise tarihi süreçte Osmanlı döneminde Nureddin Hastahanesi, Fatih Darüşşifası ve Edirne Darüşşifası (II. Bayezid Külliyesi) gibi merkezlerde müzik psikolojik rahatsızların tedavisinde kullanılmış olması (Gençel, 2006) ve tarihi anlamda biraz daha geçmişe gidildiğinde Türk-İslam âlimleri ve hekimleri Zekerîya ErRazi (854–932), Fârâbi (870–950) ve İbni-i Sina’nın (980–1037) müzikle tedavinin bilhassa müziğin psikişik hastalıkların tedavisinde nasıl kullanılacağına ilişkin önemli çalışmalarının bulunması (Çoban, 2005), tarihi mirasımızda müzikle terapinin olduğunun

göstergesidir. Ancak Türkiye'deki şuan ki durumla karşılaştırıldığında müzikle terapinin yeterli gelişmeyi gösteremediği görülmektedir. Bu sonucun ortaya çıkmasına etki eden faktörleri saptamak üzerinde önemle durulması gereken bir husus olmuştur.

Çalışma kapsamında katılımcıların müzikle terapiyi psikolojik danışma sürecinde kullanmayı isteyip istemediklerini belirlemek amacıyla sorulan soruya 51 katılımcı bu yöntemi kullanabileceklerini belirtmişlerdir. 12 katılımcı ise çeşitli nedenlerden dolayı müzikle terapiyi kullanmayacaklarını ifade etmişlerdir. Bu sonuç, müzikle terapinin uygulamasında bir isteğin olduğunun göstergesidir. Ancak katılımcıların endişe duydukları konuların başında bu yöntemin bir müzik yeteneği gerektirip gerektirmediğidir. Özellikle müzikle terapinin farklı uygulama biçimleri olduğu göz önüne alındığında, bu yöntemi kullanmak için bir müzik aleti kullanmayı bilmenin gerekli olmadığı söylenebilir. Bunlar arasında yer alan bazı uygulanabilir yöntemler şunlardır; Pasif tedavi ve Dinleme tedavisinde, hasta yere sırt üstü uzandırılır ve seans sırasında ona dinlendirilen müziği dinlemesine dayalı bir süreç takip edilir (Gençel, 2006). Knight'ın yönteminde hastaların etkisi daha önce belirlenmiş müzik ile (sekizer kişilik gruplar halinde) uyumaları istenir ve bu yöntemin etkisinin sabah uyandığında ortaya çıktığı aktarılmıştır (Ak, 2006). De Sousa (2005), ise Executive (müzik yaparak) müzikle tedavide grupla veya bireysel olarak şarkı söyleyerek ve herhangi bir müzik aletini çalarak yapılan tedaviden bahsetmektedir. Bu yöntemde uğraşılan müzik aletini çalmayı bilmek gerekmemekte önemli olanın meşguliyet olduğu aktarılmaktadır. Bu açıdan bakıldığında bazı katılımcıların yeteneklerinin olmamasından dolayı müzikle terapiyi psikolojik danışma sürecinde kullanmak istememeleri de bu konu hakkındaki bilgi eksikliğinden kaynaklanıyor olabilir.

Sonuç olarak ülkemizde müzikle terapinin yeni bir alan olarak yer edinebilmesi için bu alanın gelişmesine öncülük edecek olan Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Alanının ve çalışanlarının önemli rollerinin olacağı söylenebilir. Tarihsel süreçte Selçuklular'ın, Osmanlı'ların ve eski Türklerin müziği tedavi aracı olarak kullanmış olması (Çoban, 2005; Somakçı, 2003; Güvenç, 1985; Altınölçek, 1998; Ak, 2006) günümüzde bu mirasın korunması gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır.

Alan çalışanlarının müzikle terapi konusundaki yaklaşımları göz önüne alınarak konu hakkında bilgilerin ve eğitimlerin verilmesinin fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte, ülkemizde özellikle PDR alanında müzikle terapinin bir terapi yöntemi olarak öğretilmesinin faydalı olacağını düşünülmektedir. Özellikle alan uzmanlarının bu tekniğin faydalı olduğunu düşünmesi bu alanda çalışma yapmak isteyenleri de cesaretlendirecektir. Bunu gelişmeyi sağlama adına özellikle yurt dışında müzikle terapi alanında yapılan çalışmalarını yerinde görmek ve eğitim almak için alan PDR alanında çalışan uzmanların teşvik edilmesinin fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

### Kaynaklar

- Ak, A.Ş. (1997). *Avrupa ve Türk-İslâm medeniyeti'nde müzikle tedavi taribi, gelişimi ve uygulamaları*, İstanbul: Öz Eğitim Basın Yayın Dağıtım Ltd. Şti.
- Altınölçek, H. (1998). *Bir iletişim aracı olarak müzik ve müzikle tedavi yöntemleri*, Yayınlanmamış doktora tezi, Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Andersen, N. (1996). Adolescent culture and music. *Emergency Librarian*, 24 (2): 30-31.
- Babacan, Ş.İ. (1998). *Türkiye'de rub hastalıklarının tedavisinde müziğin rolünün müzik eğitimi açısından incelenmesi ve yorumlaması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Barrera, M. E., Rykov, M. H. & Doyle, S. L. (2002). The effects of interactive music therapy on hospitalized children with cancer: a pilot study. *Psycho-Oncology*, 11(5), 379-388.
- Burns, J. L., Labbe, E., Arke, B., Capeless, K., Cooksey, B., Steadman, A. & Gonzales, C. (2002). The effects of different types of music on perceived and physiological measures of stress. *Journal of Music Therapy*, 39(2), 101-116.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Çoban, A. (2005). *Müzik terapi, ruh sağlığı için müzikle tedavi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Çetinkaya, Y. (1995). *İbvan-ı Safa'da müzik düşüncesi*. İstanbul, İnsan Yayınları.
- Eflatun (2007). *Devlet*, (Çev; Demirhan, H.), İstanbul, Palme Yayınları.
- De Sousa, A. (2005). The role of music therapy in psychiatry. *Alternative Therapies in Health and Medicine*, 11(6), 52.
- Gençel, Ö. (2006). Müzikle Tedavi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 14(2), 697-706.
- Greene, J. (2006). Sounds good: hospital uses music to calm nervous patients, health facilities management. *Health & Medical Complete*, 19(1), 3.
- Groen, K.M. (2007). Pain assessment and management in end of life care: a survey of assessment and treatment practices of hospice music therapy and nursing professionals. *Journal of Music Therapy*, 44 (2), 90-112.
- Ferguson, S.L. & Voll, K.V. (2004). Burn pain and anxiety: the use of music relaxation during rehabilitation. *Journal of Burn Care & Rehabilitation*, 25 (1), 8-14.
- Hammer, S. A. (1996). The effects of guided imagery through music on state and trait anxiety. *Journal of Music Therapy*, 33, 47-70.
- Juslin, P.N. & Laukka, P. (2004). Expression, perception, and induction of musical emotions: a review and a questionnaire study of everyday listening. *Journal of New Music Research*, 33(3), 217-23.
- Kreutz, G., Ott, U., Teichmann, D., Osawa, P., & Vaitl, D. (2008). Using music to induce emotions: Influences of musical preference and absorption. *Psychology of Music*, 36(1), 101-126.
- Marshall, O. W. & Tomcala, M. (1981). Effects of different genres of music on stress levels. *English Document* (Ed) 13, 13.
- Miluk-Kolasa, B. & Matejek, M. (1996). The effects of music listening on changes in selected physiological parameters in adult pre-surgical patients. *Journal of Music Therapy*, 33, 208-218.

Nicol, J.J. (2010). Body, time, space and relationship in the music listening experiences of women with chronic illness. *Psychology of Music*, 38(3), 351–367.

Ovayolu, N., Ucan, Ö., Pehlivan, S., Pehlivan, Y., Büyükhatipoğlu, H., Savaş, M.C. & Gülsen, M.T. (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*, 12(46), 7532–7536.

Robarts, J. (2006). Music therapy with sexually abused children. *Clinical Child Psychology and Psychiatry Copyright Publications*, 11(2), 249–269.

Sezer, F. (2009). *Müzikle terapinin sınav kaygısı, öfke ve psikolojik belirtiler üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.

Silverman, M.J. (2003). Music therapy and clients who are chemically dependent: a review of literature and pilot study. *The Arts in Psychotherapy*, 30, 273–281.

Somakçı, P. (2003). Türklerde müzikle tedavi, *Erziyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(2), 131–140.

Svonsdottir, H.B. & Snaedal, J. (2006). Music therapy in moderate and severe dementia of alzheimer's type: A case-control study. *International Psychogeriatrics*, 18 (4), 613–621.

Wigram, T. & Lawrence, M. (2005). Music therapy as a tool for assessing hand use and communicativeness in children with RETT syndrome. *Brain and Development*, 27(1), 95–96.

Wells, A. & Hakanen, E. A. (1991). The emotional use of popular music by adolescents. *Journalism Quarterly*, 68 (3), 445-454.

Yıldırım, V. & Koç, T. (2003). *Müzik felsefesine giriş*. İstanbul: Bağlam Yayınları.

### Extended English Abstract

Music has been used as therapeutic tool in different ways in the treatment of psychological disorders since ancient times. There have been many studies which focused on the beneficial effects of different types of music on improving productivity in the workplace, decreasing anxiety and stress, facilitation of learning and healing patients. The studies carried out music when used correctly shows that the positive effect on people. Although the benefits of music have been well-documented, there have been few studies that examined the application of music therapy in Turkey. The current study was designed to receive the opinions of counselors regarding music therapy, whether it can be used as a treatment tool for psychological problems and its future in the field of counseling psychology.

In this study general screening model was used to determine the perception of music therapy academics working in universities and guidance teachers working in schools under the Ministry of National Education. The study population consisted of academics working in universities' and educational institutions under the Ministry of Education employee guidance teachers. Interview form has been sent to the 220 guidance teachers and faculty members by e-mail to gather data. 67 of them filled out the interview form and e-mailed back to the researcher.

In study at the form of interview asked first "What are the methods you think are effective in the treatment of psychological problems based on?" The question in only 2 of the participants transferred the music they think might be effective therapy. This finding shows almost all of the employees involved in research in music therapy is not seen as a method for the treatment

of psychological disturbances. The second question of the interview form "Do you think that the benefit of music therapy in the treatment of psychological problems?" Question asked. To this question total of 45 participants "yes" was the answer. Only 4 participants "would be little benefit" was the answer. This finding, the vast majority of participants experienced opinion shows will benefit the use of music as a therapeutic tool in the treatment of psychological disturbances.

In the interview form at third question of to "Contribute to the guidance and counseling brings music therapy?" Oriented to participants the question of thoughts in this direction is determined. To this question 6 participants other than the participants responded positively music therapy and Psychological Counseling and Guidance will bring a different contribution to the field indicated an elaborate courtship ritual. This finding, especially in the field of Psychological Counseling and Guidance our country music therapy as a different method, the teaching of universities suggests that it is beneficial. Particularly the experts think that this technique is useful encourage those who want to do the work in this area.

The fourth question asked participants, "Would you like to receive training in music therapy? If your answer is "no" please explain? To this question the vast majority of participants working in the field of Psychological Counseling and Guidance have responded positively. 16 participants that did not want to receive training in music therapy for different reasons. This new discovery movement can be said in the field of music therapy, education programs which will benefit our country. For this purpose is thought see them studies abroad in the field of music therapy and to study will benefit to promote professionals working in the field the Psychological Counseling and Guidance. Field employees' in order to determine what information they have about music therapy "do you have what information regarding music therapy studies that are conducted on?" Question asked to participants. To this question 36 participants stated that not any information. 31 participants said they had knowledge of the various fields of music therapy. However, this information rather than information on the application form" applications in history, books, psychiatry experts, review articles and theses" were such information. Field workers, given the desire for music therapy more scientific information about this topic and education provision is intended to provide benefits.

In order to determine whether they want to use music therapy "Music therapy their clients/students to use for your appearance? If your answer is "no" please explain?" Question asked to participants. 39 participants to this question are "yes" I would like, eight participants "After training I use the" 4 participant "is considered to be beneficial to apply a scientific" gave answers in the form. 12 participants reported Will not use music therapy for a variety of reasons.

As a result the music therapy can be said that a new field in our country. Although the historical process, the Seljuk, the Ottoman, or even much more, even in ancient times at Turks has used music as a therapeutic tool. The today it can be said that we were far behind developments in previous periods. Therefore in particular, who will lead the development of music therapy Psychological Counseling and Guidance and employees of the area may suggest that an important role in the development of this area.