

## MÜZİKSEL BELLEK GELİŞTİRMEDE BERARD METODU KULLANIMININ İNCELENMESİ

### Investigation of The Use of Berard Method in Musical Memory Development

DOI NO: 10.36442/AMADER.20191055037

Derya UÇAK<sup>1</sup>

#### Özet

*Müziğin insan üzerinde çok yönlü etkilerinin olduğu bilinmektedir. Buna dayanarak insanlar üzerindeki etkilerini irdelemeye yönelik pek çok çalışma yapılmaktadır. 20.yy. başlarından günümüze kadar müzik aracılığı ile yapılan terapi çalışmaları ve algı geliştirici metotların geliştirilip yaygınlaştığı görülmektedir.*

*Kullanılan çeşitli metotlar algıyı daha işlevsel bir hale getirebilmek için otizm, disleksi ve öğrenme güçlüğü yaşayan kişiler üzerinde uygulanmaya devam etmektedir. Bu çalışmalar arasında Berard Metodu oldukça dikkat çekici fakat yeterince bilinmeyen bir metot olarak karşımıza çıkmaktadır. Berard Metodu bir algı geliştirme yöntemidir. Herhangi bir şekilde tıbbi ya da hastalık tedavi edici bir özellik taşımamasına karşın günümüzde pek çok insanın bu metot ile yaşadığı güçlüklerin üstesinden geldiği bildirilmekte, çeşitli örnekler sunulabilmektedir. Dünya'da 500'ün üzerinde Türkiye'de ise 70 kadar uygulama merkezi olan bu metot 1960'tan bu yana Dünya'da ve 2004 yılından itibaren Türkiye'de hizmet vermektedir. Bu metot çerçevesinde dinletilen müziklerin niteliğinin yanı sıra, dinletilen bireye gönderilen frekanslar da sağ ve sol beyin lobunun gelişiminde büyük bir önem taşımaktadır. Bu yapısı metodu incelenmek, ne tür çalışmalarda kullanılabileceği ve yaygınlaştırılabileceği konusunda çalışmalar yapmayı gerekli kılmaktadır.*

*Bu çalışmada, müzik eğitimi alan bireyler için oldukça büyük önem taşıyan müziksel bellek üzerine, çeşitli araştırmalarda faydalı olduğu görülen Berard Metodunun nasıl kullanılabileceği konusu irdelenmiştir. Metodun müziksel bellek geliştirmeye olan etkileri kaynak tarama ve görüşme yöntemi kullanılarak incelenmiştir.*

**Anahtar Kelimeler:** Berard Metodu, Müziksel Bellek, Algı Geliştirme.

---

<sup>1</sup> Yüksek Lisans Öğrencisi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, [derya-ucak@msn.com](mailto:derya-ucak@msn.com)

\*Bu makale 25-27.04.2019 tarihleri arasında Kütahya'da düzenlenen "İnsan Yaşamında Müzik" konulu X. Hisarlı Ahmet Sempozyumu'nda sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

**Abstract**

*It is known that music has many effects on human. On this basis, many studies are being conducted to examine the effects on people. Therapy studies carried out through music from the beginning of the 20th century to the present day and perception development methods have been developed and become widespread.*

*The various methods continue to be applied on people with Autism, dyslexia and learning difficulties to make the perception more functional. Among these studies, the Berard Method emerges as a remarkable but not known enough method. The Berard Method is a method of perception development. Although it does not have any medical or disease-curative properties nowadays, it is reported that many people overcome the difficulties experienced by this method and various examples can be presented. This method, which has more than 500 application center in the world and up to 70 application center in Turkey, has been serving in the world since 1960 and in Turkey since 2004. In addition to the quality of the music played within the framework of this method, the frequencies sent to the individual are of great importance in the development of the right and left brain lobes. This structure makes it necessary to study the method and carry out studies on what kind of studies can be used and disseminated.*

*In this study, the importance of the Berard Method, which is found to be useful in various researches, is examined upon the musical memory which is of great importance for the individuals who received music education. The effects of the method on the development of musical memory were investigated by using the literature review and interview methods.*

**Key Words:** *Berard Method, Musical Memory, Perception Development*

## GİRİŞ

Halk arasında müzik genellikle bir eğlence aracı olarak görülse de, duygu ve düşünceleri seslerle anlatmaya yarayan içerisinde estetik kaygılar barındırılan bir sanattır. İnsanlar üzerindeki etkileri konusunda birçok bilimsel araştırma yapılmış olan müzik insan ruhunu, duygu ve düşünce dünyasını beslemeye devam etmektedir. Bu açıdan müzik, sadece bir eğlence aracı değil, iyileştirici, sakinleştirici ve hatta kimi durumlarda tedavi edici bir özelliğe sahiptir.

Uzun yıllardır insanlar bedensel ve fiziksel olarak yaşadığı sorunlara hep bir çözüm arayıp buldukları çözüm önerileri ile kendilerini her seferinde bir adım daha ileriye götürmeyi amaçlamışlardır. Berard Ait Metodu vb. çalışmalar zaman içerisinde bazı bilim adamlarının tespit ettiği çeşitli özellikler neticesinde

gelişerek destek eğitimi yöntemleri arasında dikkati çekmeye başlamıştır. Dr. Guy Berard düzenli bir yöntem altında modüle edilmiş sesler ile yapılan müziksel dinletilerin psikolojik ve fizyolojik hastalıklara iyi geldiği savunulmaktadır.

Bu araştırmada müziğin bir destek eğitimi aracı olarak kullanıldığı Berard Metodu ele alınmakta, bu metot kapsamında ne tür çalışmalar yapıldığı incelenmeye çalışılmaktadır.

### **Müziği Oluşturan Unsurlar**

Ritim, müziğin en temel unsurlarından birisi olarak bilinir ve zamanın eşit parçalara bölünmesi olarak ifade edilmektedir.

“Evrende ritmin var olduğuna ilişkin ilk kanıtlar, doğanın gözlemlenmesiyle ortaya çıkar. Gün ile gecenin birbirini izlemesi, durmadan kıyıya vuran dalgalar, kalp atışları, nefes alıp verişler, zaman içinde düzenli olarak tekrarlanan hareket ile ritim arasında çok güçlü bir bağ olduğunu düşündürür. Sürekli olarak tekrarlanan bu vuruş etkisi (pulse) günlük konuşmalarımızda bile fark edilebilir; ama sözcüklerle heceler, özellikle dikkat çekecek biçimde, sıkı ya da gevşek bir düzen oluşturmak üzere gruplandırılması, ancak şiirde olanaklıdır” (Karolyi, 1999: 27).

İnsanlığın kullandığı en eski temel müzik öğesinin müziğin hareketini belirleyen ritim olduğunu söyler. Tarih öncesi çağlarda müziğin büyü amacıyla yapılan ilk örneklerinde başlıca yeri ritimlerin tuttuğunu, ilkel topluluklarda da ritmin egemen olduğunu, ilk müzik öğesi olarak doğadaki ritmik oluşumların insanları etkilediğini belirtir. Ayrıca, müziğin özünün ritim olduğunu vurgular. “Çünkü ritim, müziğin hareketini, dolayısıyla karakterini belirler. Ritmin doğası için en az iki sesin art arda gelmesi ve o iki sesteki birinin daha güçlü duyulması gerekir. Böylece güçlü duyulan ses vurgulanmış olur” (Say, 2002: 93-94).

Ritim kavramının çeşitli tanımlarına bakıldığında bir dizede, bir notada vurgu, uzunluk veya ses özelliklerinin, durakların düzenli bir biçimde tekrarlanmasından doğan ses uygunluğu, tartım, dizem şeklinde tanımlanmaktadır (<http://tdk.gov.tr/>).

Melodi (Ezgi) ise; birbirini izleyen seslerin anlam oluşturduğu etkileyici müzik deyişi olarak ifade edilmektedir. Ancak bunu bir tanım değil, melodiyi anlatırken özelliklerini vermeye yarayacak bir yaklaşım biçiminde belirtmek daha uygun görülmektedir. Melodi doğası gereği ritim öğesini de içermektedir ve kimi seslerin uzun,

kimilerinin de kısa süreli olması, melodide ritim ögesinin bulunduğu bir işaretidir ve ritim ile melodi birbirinden ayrılmaz (Say, 2002: 95-96).

Armoni, “Yunanca kökenli “harmonia” sözcüğü, “ahenk”, “uyum” anlamına gelir. Özetle armoni iki ya da daha fazla sayıda sesin kaynaşması demektir” (Say, 2002: 96).

Armoninin bir başka tanımında, iki ya da daha fazla sesin eşzamanlı biçimde seslendirilmesiyle ortaya çıkan anlam olduğu ifade edilmektedir. Başka bir deyişle, yatay unsurların bileşimi ile meydana gelen müziğin dikey hali olarak anlatılmaktadır (Kostka, Payne ve Almen, 2013: 11, Akt. Avşar, 2018).

Bir başka tanımında armoninin, seslerin uyum ve ahenk içerisinde bir araya getirilmesi, seslerin uygun bir biçimde kaynaştırılıp, uyum sağlaması için kullanılan kural ve ilkeleri inceleyen bilim ve sanat dalı olarak da görülmektedir (Say, 2002: 96).

Müzik ritim, melodi ve armonik yapısıyla hemen her tür canlı üzerinde oldukça farklı etkilere sahip olabilmektedir. Bu yönü müziğin ne tür işlevleri olduğunun araştırılmasına yol açmıştır.

### **Müziğin İşlevleri**

“Müzik, bireyi ve toplumu besleyen başlıca yaşam ve kültür damarlarından biridir. Müzik eğitimi bu damarı açan, büyüten, genişleten, işleten ve geliştiren bir süreçtir. Müzik kültürü ise, bu damardan bireylere ve topluma akan, kendine özgü bir “kültürel kan” veya kendine özgü bir “kültürel öz su” dur” (Uçan, 1997).

“Müzik hem sanattır, hem bilim. Dolayısıyla hem duygusal olarak algılanabilmeli, hem de akıl ile kavranabilmelidir” (Karolyi, 1999: 7).

“Birçok bilim ve sanat insanı, müziğin eğitim ve öğretimindeki önemine ilişkin çeşitli görüşlerde, özellikle çocukların davranış eğitimi ne denli gerekli olduğu vurgulanmıştır. Eski Yunan’da müzik, eğitimin dayandığı temellerden biridir. Zevkleri ve ruhları terbiye etmede önemli bir araçtır. Bir eğitim aracı olarak kullanılması ve dört temel alanın insanın yetişmesinde dikkatle ele alınması gerektiği vurgulanmıştır. Bu dört temel alan ise felsefe, matematik, beden eğitimi ve müziktir” (Say, 2007, Akt. Türkmen, 2016: 2).

“A.Lavignac (1846-1916), müziği bir dil(lisan), sanat ve bilim dalı olarak nitelendirmiştir. Bu üç açıdan bakılıp ele alındığında müziğin insan yaşamındaki değerinin daha iyi anlaşılacağını anlatır. Çocukların en kötü huyları ilk çocukluklarında edindiklerini ve müziği kötü öğrenmenin de bunun içerisinde olduğu ifade edilmiştir” (Lavignac,1939, Akt. Türkmen, 2016: 3).

Antropolog Allan Merriam’ın müziğin işlevlerini aşağıdaki gibi ele aldığı kaydedilmektedir:

1. Duygusal ifade: duyguları ortaya çıkararak fikirlerin ifade edilmesi,
- 2.Estetik tatminler,
- 3.Eğlence,
- 4.İletişim,
- 5.Sembolik gösterimler,
- 6.Fiziksel tepkiler: Dans ve arkadaşlık aktiviteleri için tüm dünyada yaygın olarak kullanılmaktadır. Birçok kültürde müzikle talimatlar ve uyarılar verilmektedir.
- 7.Sosyal enstitülerin ve dini ritüellerin mevcudiyeti: Dini ibadetler sırasında müziğin kullanılması, toplumsal nedenler ile müziğin kullanılmasına birçok toplumda rastlanmaktadır.
- 8.Kültürün oturtulması ve devamlılığına katkı: Müzik ifadelerimizin toplam bir aktivitesi ve kültürel psikolojimizin merkezidir.
- 9.Toplumun entegrasyonuna katkı: Müzik genellikle insanları bir araya toplamak için yaygın olarak kullanılmaktadır” (Abeles vd., 1994 Akt. Türkmen, 2016: 4-5).

Uçan, müziğin işlevlerini, kültürel, psikolojik, sosyolojik, ekonomik ve eğitimsel işlevler olarak ele almaktadır (1997).

Müzik, toplumu duyuşsal ve bilişsel açılardan etkileyen aynı zamanda değişime katkı sağlayan bir yapıdır. Bu yüzden bireyin tedavisinde ve ya destek eğitiminde etkin bir araç olarak kullanılabilmesi müziğin işlevsel açıdan önemli bir yere sahip olduğunu göstermektedir.

Turabi, (2005); “Müziğin eğitim işlevinin, eğitim anlamında kullanılmasıyla değil, psikolojik işlevinin gerçekleşmesiyle başladığını söyler. Müziğin etkilediği ilk yerin insan ruhu olduğunu ve bıraktığı etkinin kötü ya da iyi bir ruha sahip olmasına yol açabileceğini bildirir. Aristo’ya göre, müzik eğlence, ahlaki eğitim, hoşça vakit geçirmek ve arınma olmak üzere dört amaca hizmet

eder. Sanatın asıl amacının ruhu arıtmak, insanın içini temizlemek ve müziğin de bütün doğal ahenkleri kendinde topladığı için işlerin ve sanatların en yücesi olduğu aktarılır ” (Akt. Türkmen, 2016: 8).

Bütün bu kaydedilenlere göre müzik çeşitli işlevleri ile insan ruhunu etkileyen bir yapıya sahiptir ve buna dayalı olarak da terapötik çalışmalarda yer verilmektedir. Yapılan pek çok araştırma ve bulgular müziğin insan beyni üzerinde de etkili olduğunu göstermektedir. “Müziği oluşturan işitsel uyarılar motor, duyuşsal ve bilişsel işlemlerin yapıldığı beyin alanlarına ulaşarak hareketleri, duyuşsal algıları ve bilişsel becerileri düzenleme ve pekiştirmeye katkı sağlar. Düzenleyici ve pekiştirici katkılarının ortaya konulması sonucunda, müziğin bir terapi aracı olarak kullanımı, tıp dünyasında giderek daha çok dikkat çeken yeni gelişmelerden birisi olmuştur” (Torun, 2016: 70).

### **Kulak ve Beyin Müziği Nasıl Algılar?**

“Algılama veya idrak etme, beynin öğrenilmiş anlamlı kalıplar içinde enformasyonu süzgeçten geçirerek anlamlandırmasıyla ilgilidir. Algılama sürecinde kalıplar oluşturma, seçme, organize etme ve yorumlama vardır. Kalıplar: Olayları, objeleri ve insanları nasıl algıladığımız ve enformasyonu (bilgi) beynimizdeki kalıplar içinde nasıl organize ettiğimizle ilgilidir. Seçme: Bu kalıpları yaratmada ilk önemli an seçmedir. Seçme bir eylemi, duyguyu ve düşünceyi harekete geçiren bir uyarı ile başlar. Seçme beynin bir uyarıyı diğerinden ayırmasıyla olur.

Üç tür seçme vardır:

(a) belli bir uyarıyı amaçlı olarak seçme (selective exposure) veya uyarıdan seçimsel olarak kaçma (selective avoidance);

(b) belli bir uyarı üzerine odaklanma (selective attention);

(c) seçilmiş, örgütlenmiş ve yorumlanmış bir enformasyonu süreçten geçirme, depolama ve geri çağırma (selective retention) Örgütlenme, Düzenleme (Organize etme): Çevremizdeki uyarıları anlamlandırmak için kategoriler içine yerleştirerek organize ederiz.

(a) uyarıların bazılarını ön planda bazılarını arka planda örgütleriz.

(b) örgütlemeye kayıp parçaları doldurarak örgütlemeyi yaparız.

(c) Birbirine mekan bakımından yakın olan iki veya fazla şeyi birlikte gruplandırırız. (d) Genişlik, biçim, renk ve diğer karakterler (özellikler, yönelimler) bakımından birbirine benzeyen uyarıları bir grup içine koyarız. Yorumlama: Uyarana anlam verme yorum olarak nitelenir. Uyarının yorumu geçmiş deneyimlerimize veya yeni deneyimlerimize dayanabilir” (Erdoğan, 2002: 162-163, Akt. Sazak, 2008: 3).

Pek çok insanda müziksel aktivitenin oluşumu, sağ yarıkürenin ortasında yer alır. Yalnızca müziğin elemanlarından biri olan ritim, sol yarıkürede yer almaktadır. Kuşlar şarkılarını, insan da dilini beyninin sol yarıküresinde oluşturur. Eğer müzik insan dilinin bir habercisi ise; dilin bileşenleri sol yarı küre fonksiyonları üzerinde egemen olmaya başladığı zaman, beynimizin müziksel fonksiyonlarının pek çoğunun sağ yarı küre üzerine doğru yer değiştirdiği olasıdır. Pek çok zaman eğitilmiş müzikçiler müziği analiz ettiklerinden dolayı, müzik dinlerken sol yarıküre mekanizmalarını da faaliyete geçirirler. Diğer insanlarda ise yalnızca müzik dinlerken sağ yarıküre harekete geçer (Sylwester, 1995, Akt. Çuhadar, 2008: 72).

Birey bulunduğu çevrede titreşimler ortamında yaşamaktadır. Bu ortamın en önemli unsurlarından biriye ses titreşimleridir. Kulağın işittiği uyarılar ise herhangi bir nesnenin (sistemin) titreşmesinden ortaya çıkarlar. “İnsan kulağı, genel olarak saniyede 20’den az, 20.000’den çok olan ses titreşimlerine karşı duyarlı değildir. Bu nedenle günümüz insanı, ortalama olarak saniyedeki titreşim sayısı 20 ile 20.000 arasında olan sesleri duyabilmektedir. Kulağa gelen ses titreşimleri, kulaktan girip belli sinir yollarından geçerek beyne ulaşır ve böylece işitme süreci tamamlanmış olur. Bu süreç, psikolojik oluşumların en yalın öğeleri olan algılamanın fizyolojik yanısıdır. Bu fizyolojik sürecin sonunda onunla birlikte algılama da meydana gelir. Algılama süreci beyinde gerçekleşir. Algılamada beyne ulaşan uyarımlar kümeler halinde örgütlenir ve aynı zamanda bir anlam kazanır. Örgütlemeyi gerektirmeyen yalın bir uyarım bile beyinde yorumlanır.

Görülüyor ki, işitsel duyumlar onlara dayalı algılamanın meydana gelmesini sağlayan fizyolojik oluşumlardır. Ses düzeyindeki bir işitsel uyarıcının başlıca özellikleri şunlardır:

Yükseklik (tizlik-peslik),

Yeğlilik (şiddet),

Tını,

Oylum (volüm),

Uzam ya da süre.

Kısaca betimlenen işitme ve ona dayalı algılama süreçleri, kuşkusuz daha karmaşık bir nitelik kazanarak, müziksel uyaranlar ağı içinde yaşayan bir bireyin müziksel işitme ve ona dayalı müziksel algılama sürecine dönüşür” (Uçan,1994:18-19, akt. Sazak, 2008: 4). “Fransız tıp ve bilim akademileri üyesi Dr. Alfred Tomatis’e göre beynin elektriksel olarak şarj olmasında kulaklar anahtar bir rol oynamaktadır. Tomatis’e göre beyin hücrelerindeki elektriksel enerjinin azalması konsantrasyonun bozulmasına ve yorgunluğa sebep olmakta, bu durumda beynin de piller gibi şarj edilmesi gerekmektedir. Tomatis beyin hücrelerinin enerjisiyle şarj edilmesi yollarından biri olarak 5000 ile 8000 hz. arasında yüksek frekanslar ihtiva eden müziklerin dinlenmesini keşfetmiştir. Yıllar süren analizlerden sonra Tomatis, bu frekans aralığındaki seslerin Mozart’ın müziklerinde çok sayıda mevcut olduğunu tespit etmiştir. Tomatis’e göre kulak salyangozunu dolduran Corti hücrelerinin titreşmesi, jeneratör vasıtası görerek beynin yeniden şarj edilmesini sağlamaktadır. (Kliever, 1999)” (Eskioğlu, 2003: 121 Akt. Sazak, 2008: 5).

## **Müziksel Bellek Nasıl Geliştirilir?**

### **Müziksel Bellek**

“Müziksel bellek; işitilen, okunan, yazılan, görülen, dinlenen, söylenen, çalınan müzikleri ya da müziksel öğeleri, bıraktıkları izler yoluyla akılda tutma, saklama ve gerektiğinde hatırlama gücüdür. Müziksel bellek, algılamanın ya da algılanan duyumların niteliğine göre işitsel, görsel, dokunsal, devinsel ya da kassal olmak üzere çeşitlilik gösterir. Müziksel dikkat; bilişsel, duyuşsal, devinişsel güçleri müziksel bir bütünün tümü bir parçası ya da özelliği üzerinde toplama ve yoğunlaştırma; zihni, söz konusu bütün, parça ya da özellik üzerinde uyanık bulundurma gücüdür. Müziksel dikkatin genişliği, (uzamı) ve yoğunluğu, çeşitli dikkat çalışmaları ve deneyleri yoluyla artırılabilir. Müziksel tasarım ise; bir müziksel bütünün tümünü, bir parçasını, bir özelliğini ya da müziksel öğeyi zihinde ilk kez ya da yeniden canlandırma gücüdür. Önceki bir müziksel algıyı zihinde yeniden canlandırma da bir müziksel tasarımdır” (Uçan, 1997: 23).



## Müziksel İşitme

“Müziksel işitme becerisi, sesler ve ses birleşimleri üzerinde odaklanır. Müziksel işitme becerisi temelde müziksel seslerin yükseklik, sürerlik, tınlılık ve gürlük özellikleri ile bu özellikler bakımından birbirleri ile olan ilişkileri ve birbirleri ile olan yatay-dikey birleşim ve örgüleri üzerine kurulmaktadır. Müziksel işitme, bir yandan boyutları bakımından (a) yatay işitme, (b) dikey işitme, (c) yatay-dikey işitme, diğer yandan kapsam bakımından (a) ses işitme, (b) ritim işitme, (c) ezgi işitme gibi farklı sınıf ve türlere ayrılmaktadır” (MEB, 2009: 11).

“Müziksel işitme, genel olarak, çevreden gelen müziksel uyarıları alma, alınan uyarılar ve oluşan uyarılardan uygun biçimde etkilenme ve bu etkilere uygun tepkilerde bulunma yoluyla kendini belli eder. Buna göre müziksel işitme yeteneği, çevreden işitme yoluyla gelen veya alınan müziksel uyarımlarla oluşan müziksel etkilere uygun müziksel tepkide bulunma ile görgül bir nitelik kazanır” (Uçan, 1997: 19).

Yönetken’e (1952) göre; iki esas müziksel işitme çeşidi vardır;

*1. Mutlak-Absolut işitme:* Bu işitme kabiliyetine sahip olan bireyler, tek, çift ve birçok sesin hangi sesler olduğunu hiçbir notaya bağlı kalmadan nota isimleriyle söyleyebilmektedir.

*2. İzaî, nispi-rölatif işitme:* Bu işitme kabiliyetine sahip olan bireyler ise mutlak işitmeye göre çok daha farklı, hemen hemen herkeste bulunan işitme kabiliyetidir. Nota isimlerini belirli bir sese bağlı kalıp (örn: la), onun yardımı ile adlandırırılar.

## Müziksel Okuma (Solfej Yapma Becerisi)

“Herhangi bir müzik yazısını süre, yükseklik, ritimleri ile birlikte seslendirmeye müzikal okuma (solfej) denir” (Özçelik, 2003; Akt. Avşar, 2018:7).

“Müziksel okuma (solfej yapma) ezgisel nitelikleri okuma parçalarını, ölçü rakamına, ses sürelerine ve ses yüksekliklerine uygun olarak tonal-modal durumlar göz önünde bulundurularak okumadır” (MEB, 2009: 11).

Say’a göre; Solfej yapmayı şöyle tanımlamaktadır; “müzik teorisinin temel bilgilerinden olan nota bilgisi öğretiminde uygulamalı şekilde gerçekleştirilen metodik alıştırmalar; bu amaçla hazırlanmış

ses müziği parçalarını nota adlarını belirterek okuyup seslendirme” (2012: 483).

### **Müziksel Yazma (Dikte Yapma) Becerisi**

Müziksel yazma (dikte yapma) ezgisel nitelikte yazılmış olan parçaları, ölçü rakamına, ses sürelerine ve ses yüksekliklerine uygun olarak tonal-modal durumlar göz önünde bulundurularak yazmadır. Dikte yapma da müziksel bellek ile ilgili bir konudur. Müziksel bellek, işitilen, okunan, yazılan, dinlenen, söylenen, çalınan müzikleri ya da müziksel öğeleri, bıraktıkları izler yoluyla akılda tutma, saklama ve gerektiğinde hatırlama gücüdür (Uçan, 1997: 23, Akt. MEB, 2009).

Müziksel yazma (dikte yapma) ezgisel nitelikte yazılan parçaları, ölçü rakamına, ses sürelerine ve ses yüksekliklerine uygun olarak tonal-modal (makamsal) durumlar göz önünde bulundurularak yazma” olarak tanımlanmaktadır (MEB, 2009: 14).

Müziksel belleğin iyi olması müzik eğitimi almakta olan veya mesleği müzik olan insanlar için oldukça önemlidir. Çaldığı ya da seslendirdiği eserlerin müzikal yapısını bilmeleri ve bu yapıyı irdelemeleri, analiz etmeleri gereklidir. Bu nedenle bellek hafızasının geliştirilmesine ihtiyaç duymaktadırlar.

### **Berard Metodu**

Dr. Guy Berard, tıp hayatına cerrah olarak başlamış, Fransız kökenli bir doktordur ve çalışmalarını sonrasında kulak-burun-boğaz alanında yapmayı tercih etmiştir. Yaptığı çalışmalarda konsantrasyon yöntemi olarak da bilinen ürününü inşa etmiştir. “Dr. Berard’ın ilk 5 yıllık çalışmasını takip eden yıllarda yaptığı klinik çalışmalar, denemeler ve tecrübelerden sonra yöntemi bugün, 1960’dan bu yana dünyaya hizmet vermektedir” ([www.drguyberard.com](http://www.drguyberard.com)).

“Berard yaşantısının çoğunu kendi kulak çnlama sorununa ve çocuklarının öğrenme güçlüğüne çare arayarak geçirmiştir. Geliştirmiş olduğu metodu kendi adıyla anılan Berard Metodu, Berard’ın sağlığında dünyanın her bir köşesinde binlerce kişiye yardım etmiş olup, vefatından sonra da yüz binlerce kişiye yardımcı olmaya devam etmektedir. Berard’ın çalışmaları ilk olarak kulak çnlaması ve bugün disleksi dediğimiz öğrenme güçlüğü ile başlasa da günümüzde konsantrasyon ve dikkatin uç derecede gerekli olduğu her alanda kullanılmaktadır. Okul hayatına yeni adım atacak

ya da özel eğitim gören çocuklardan başlayarak, spor, sanat ve iş hayatında hedefleri belirgin olan tüm kişiler yararlanmaktadır. Konuşma gecikmesi ve kekemelik durumlarında konuşma eğitimi öncesi bir ön eğitim olarak önemli bir yer tutmaktadır. Bu metodun stres yönetiminde etkili olduğu, isim ve yüz hafızası zayıflamaya başlayan ya da unutkanlıklardan şikâyet eden kişilerde de bu sorunların ortadan kalkmaya başladığı söylenmektedir. Dünyaya böyle bir eğitimi sunan ve 98 yıllık yaşantısında Guy Berard sağlıklı yaşamını her yıl kendine uyguladığı ‘Berard AIT’ seanslarına borçlu olduğunu söylemiştir. Uzun yıllar Fransa ile ABD arasında çalışmalarını sürdürürken, Autism Resarch Institute başkanı Dr. Bernard Rimland tarafından Berard Yöntemine AİT unvanı verilmiştir ve sonrasında Berard AİT Yöntemi olarak tanınmıştır. AİT’nin açılımı ise Auditory Integration Training (İşitsel Algı Yöntemi) demektir” (<http://www.berardmetodu.com/>).

### **Berard AIT’nin Müziği**

“Berard AIT bir müzik terapisi olmadığından müziğin çeşidi önemli değildir. Guy Berard, cihazlarının sesleri (Earducator veya Audiokinetron) en etkin şekilde işleyebilmesi üzerinde durdu. Kullanılan sesler gürültü bile olabilirdi. Alçak ve yüksek sesler önem taşıyordu. Bu seslerin iniş ve çıkışları daha da önemliydi. Bu özellikleri taşıyan müzik parçalarını mühendis olan Bill Clark ile tespit etti ve programına aldı” ([www.berardaitturkiye.com](http://www.berardaitturkiye.com)).

### **Berard AIT Uygulaması**

Algının en kısa yolu olan sağ kulak-sol zihin bağlantısının güçlendirilmesi eğitimidir. Sol kulak ağırlıklı işitsel algı, halk arasında ‘jetonun geç düşmesi’ olarak bilinir. Zihnimizde sözel ve sayısal iki işitme merkezimiz bulunmaktadır. Algılama ve yorumlama merkezimizin ise sol zihnimizde bulunmasından dolayı sol zihnin eğitiminin önemi açıktır. Sol zihni eğitmek için sağ kulağın işlenmiş müzikle (müzikteki alçak ve yüksek gidiş gelişlerin) eğitilmesi ve zihnin yeni yollar bularak, kendini eğitmesidir (<http://www.berardmetodu.com/>).

“Berard Metodu, uygulamalarda 30’ar dakikalık dinletiler halinde yapılır. 20 kez süreklilik taşıyacak şekilde dinletilere devam edilir. 10 günde, en az 3 saat ara ile 2 kez uygulama yapılabildiği gibi günde bir kez olarak eğitim 20 günde de tamamlanabilir.

Sağ ve sol zihnimizde birer işitme merkezimiz olmasına karşın algı ve yorum merkezimiz sadece sol zihnimizde bulunur. İşitmenin olduğu anda algılama olabilmesi için iki zihin yarım küremizi birleştiren çizginin sadece bir kere geçilmesi gerekir. İşitsel Algı'da iyi işitiyor olmanın bir fonksiyonu yoktur, iyi işiten bir kişinin de işitsel algısı düşük olabilir. Sol zihindeki işitme merkezine ulaşan ses, zaman kaybı olmadan anında algılanır. Bu nedenle Berard İŞİTME=DAVRANIŞ demiştir. Davranışlar hangi kulak ağırlıklı işitsel algımızı kullandığımıza göre, olumlu ya da olumsuz davranışlar olarak sergilenebiliyor. Sol kulak baskın işitsel algı varsa, çocuğun davranışları da olumsuz oluyor çünkü kelimelerin içeriğini anlamada zorlanıyor. Sağ ve sol kulak algılaması eşitse veya sağ kulak baskın algılama varsa çocuk hemen algıladığı için anne, baba ve öğretmene itaat etmesi kolaylaşıyor, davranışlar istenen davranış oluyor, işitilen anda anlama kavuşuyor.

Sağ ve sol zihnimizin dengeli ve işbirlikçi olması; öğrenme, öğrendiğini saklama, yeri gelince bu bilgileri kullanabilme açısından çok büyük önem taşıyor. Matematik problemlerini çözerken sol zihnimizdeki sayılara ihtiyaç duyarken aynı zamanda sağ zihnimizin yaratıcılığının işbirliğine ihtiyacımız vardır. Aynı şekilde konuşurken kelimeleri ve anlamlarını sol zihnimizden alırken, kelimelere vereceğimiz ritim, vurgulama ve duygusallık da sağ zihnimizden gelmektedir. Okula başlayana kadar her şeyi sağ zihnimizle öğrendiğimiz, okulla beraber artık sol zihinle daha çok öğrenmek mecburiyetinde olunduğu için bu geçiş döneminde, çocuk ders esnasında, sıralar arasında geziyor ve öğretmenin konuşmalarını alışık olduğu tarzda yani sağ zihniyle algılamaya devam ediyor. Bunun sonucunda algılama yavaş oluyor ki öğretmenin, annenin ve babanın istediği davranışlar alınmıyor. Sağ zihin alışkanlığı devam ettiği için evde ödev yapmak bir işkence haline geliyor. Sağ/sol kulak işitsel algısının dengelenmesi gerçekleşince bu sorun büyük oranda ortadan kalkıyor” (<http://www.berardmetodu.com/>).

“Berard yaklaşımında işitsel eğitim vermek için kullanılan aygıtta Kulak Eğitim ve Yeniden Eğitim Sistemi (EERS) adı verilir. Bu cihaz, bir ses kaynağından (örneğin, ses bandı veya kompakt disk) müzik alır, bireyin odyometri tarafından aşırı duyarlı olduğu tespit edilen belirli frekansları filtreler, sesleri elektronik olarak modüle eder ve ardından kulaklığı kulaklıklara gönderir. Bu işlenen müziği on saat dinledikten sonra, dinleyicinin tüm frekansları eşit derecede iyi duyma yönünde önemli ilerleme kaydetmiş olması gerekir” ([https://www.autism.com/treating\\_auditory](https://www.autism.com/treating_auditory)).

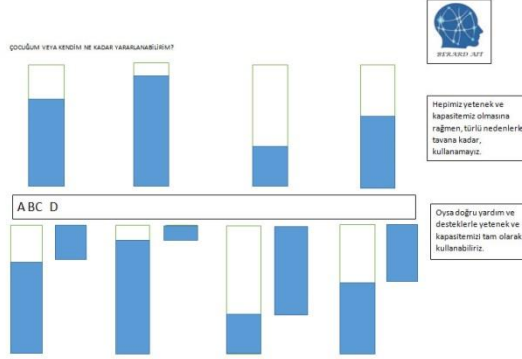
“Berard duygusal değil fizyolojik-eğitsel bir yaklaşıma dayanır, insanların sesleri "farklı" bir şekilde algıladıklarında davranışsal ve bilişsel problemlerin ortaya çıkabileceğini savunuyor.

Diğer bir deyişle, bazı frekanslar diğer frekanslardan daha iyi algılandığında, sesler çarpıtılmış bir şekilde algılanır anlama ve davranışta zorluklara yol açabilir. İşitsel eğitim sayesinde Berard, bozuk işitmenin ve belirli frekanslara aşırı duyarlılığın azaldığını ve ideal olarak tüm frekansların eşit derecede iyi algılanabileceğini iddia ediyor. Böylece, konuşma dâhil çevresel sesler normal olarak algılanır” ([https://www.autism.com/treating\\_auditory](https://www.autism.com/treating_auditory)).

### **Berard Metodu Kimlere Uygulanabilir?**

Berard Metodu 3 yaşını doldurduktan itibaren her yaş grubuna uygulanabilir. Üst yaş sınırı ise yoktur. Guy Berard kendine uygulayarak isim, yüz hafızasını ve zihnini zinde tutmuş olup 98 yaşına kadar sağlıklı bir yaşlılık dönemi geçirmiştir. Berard Metodu insan hayatının her evresinde ve değişik şekildeki ihtiyaçlarınıza yardımcı olabilmektedir. Özel eğitim gören bir çocuğun davranış sorunlarına çözüm sağlayabileceği gibi, ilkokula yeni başlayan çocukların sınıfa uyum sağlamasına da katkı sağlamaktadır. Öğrenme zorluğu çeken, algısı yavaş olan, yüksek lisans yapan ve kariyerini yükseltmek isteyen kişilerinde yararlanabilecekleri bir metottur. Maria Callas, Pavorotti sesini en iyi şekilde kullanmak ve işitsel algısını en yüksek düzeye çıkarmak için yaptırmış olup, Gerard Depardeu çocukluğunda kekemeliğini kontrol altına almak, yetişkin yaşlarında ise İngilizceyi öğrenebilmek ve daha iyi telaffuz edebilmek için tekrarlamıştır. Sözel ve yazısal ifadeyi geliştirdiğinden birçok yazar, sanatçı ve seminer veren kişiler yararlanmaktadır. Motor hareketlerin gelişimine yardımcı olduğundan spor alanında Berard önemli bir yer tutmaktadır (<http://www.berardmetodu.com/>).

## Ne Kadar Yararlanabiliriz?



(<http://www.berardmetodu.com/>)

Çevremizdeki insanların tüm kapasitelerini kullanmadıklarını fakat zeki olduklarını düşünürüz. Çaba ve gayret gösterilmediğini zannettiğimizden de başarısızlıklarımızı buna yorarız. Yukarıdaki şekilde gördüğümüz gibi, yetenek ve becerilerimizi kapasitemiz olduğu halde, üst sınırdan kullanamıyoruz. Kapasitemizin ne kadar kullanılacağına algı ve yorum sistemimiz karar vermektedir. “Sınava giren bir öğrencinin öksürük sesinden etkilenip, bildiklerini unutması mümkün olabileceği gibi, bir başka öğrencinin zihnine olumsuz düşüncelerin gelmesi de yorum sistemini ve buna bağlı olarak başarılarını etkileyebilir. İlk şekilde görüldüğü gibi A-B-C-D kişileri algı sistemlerinden farklı etkilendikleri için kapasitelerini tavana kadar kullanamıyorlar”. (<http://www.berardmetodu.com/>)

“İşitsel Algı Gelişimi/Berard Metodu bir algı gelişim yöntemidir. Herhangi bir şekilde tıbbi ya da hastalık iyileştirici bir tutum taşımaz” (<http://www.berardmetodu.com/>).

## YÖNTEM

Bu araştırmada kaynak tarama yöntemi tercih edilmiş, Berard Yönteminin müziksel bellek geliştirmede nasıl kullanıldığı öğrenilmeye çalışılmış, müzikal belleğe olan etkileri literatür taraması yoluyla tespit edilmeye çalışılmıştır. Ülkemizde yapılan çalışmalar incelendiğinde çok fazla kaynak bulunmadığı fakat Türkiye’de çoğu ilde bu uygulamayı yapan uygulayıcıların olduğu bilinmektedir. Metot, otizm, disleksi, işitme eksikliği, konuşma eksikliği, kekemelik,

öğrenme güçlüğü, algı gecikmesi, hiperaktivite, içe kapanıklık ve unutkanlık yaşayan bireylere uygulanmaktadır ve psikoloji eğitimi almış kişiler veya terapistler tarafından kullanılma şartı bulunmamaktadır.

“Berard Metodu uygulayıcısı olabilmek için Earducator Sertifika Programı’na katılım göstermek gerekmektedir. Programın uygulanmasında Earducator cihazı kullanılır. Algı gelişimi amacı güden bu metot herhangi bir şekilde tıbbi ya da hastalık iyileştirici bir tutum taşımaz. Uygulayıcılar programı ofislerinde, mesleklerine ve amaçlarına göre kullanır. Ayrıca ailelerin Earducator cihazını sertifikasıyla temin edip aile içinde gerektiğinde uygulama yapması Amerika Birleşik Devletleri’nde oldukça yaygındır. Cihaz eğitimi aldıktan sonra İsveçli Lars Persson tarafından sertifika ve Berard AIT marka adını kullanma yetkisi verilir. Bir kez Cihaz ve eğitim için ödeme yapılmaktadır. Sertifika sonrası aylık/yıllık başka bir ödeme yoktur ve kullanıcı cihazı ile yıllarca uygulamalarına başka bir ödeme yapmadan devam edebilmektedir” (www.berardmetodu.com).

Bu bilgilere dayalı olarak metodun araştırılmasının gerekli olduğu düşüncesine ulaşılmıştır. Araştırma kullanılmakta olan fakat ülkemizde yaygın olmadığı anlaşılmış, otizm, disleksi, işitme eksikliği, konuşma eksikliği, kekemelik, öğrenme güçlüğü, algı gecikmesi, hiperaktivite, içe kapanıklık ve unutkanlık yaşayan bireylere katkı sağlayabileceği umut edilmektedir. Bu durumun araştırmanın önemini ortaya koyduğu ve müzik eğitimcilerinin konuya dikkatlerini çekeceği düşünülmektedir.

Araştırmada sürecinde bir Berard uzmanı ile görüşülmüş ve metodun ülkemizde kullanımına yönelik bilgiler görüşme yoluyla elde edilmiştir. Elde edilen bilgiler yorumlanarak Berard Yönteminin müzikal belleğin geliştirilmesinde kullanılıp kullanılmayacağı tespit edilmeye çalışılmıştır.

## BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde **İzmir Berard Ait Metodu** Uygulayıcısı ile yaptığımız görüşmeler yer almaktadır.

Semra Güngör

Eğitim Durumu: Muhasebe bölümü ön lisans mezunu

Mesleği: Muhasebe ve mali müşavirlik

Bu Metodu Kaç Yıldır Uyguluyor: 15

***Berard Aıt'ı çalışmalarını nasıl keşfettiniz?***

1998 yılında oğluma otizm tanısı konulması sebebiyle birtakım araştırmalar yapmaya başladım ve psikologumuzun da önerisi ile bu metoda oğlum başlattım. Oğlumun daha iyiye gittiğini gördükçe bu metoda gönül verdim.

***Tedavi ettiği durumlar var mı?***

Tedavi değildir, destek eğitimidir. Otizm tanılı oğlum için çözüm ararken tanıştığımız bu metot 5. Seanstan sonra ağzından ilk kelimesini çıkartmasına yardımcı oldu ve bu metot uygulamalarından aldığım geri dönüşlere göre stres ve sınav kaygısı yaşayanlarda yüksek düzeyde başarı sağladığına şahit oldum.

***Berard metodu müziksel bellek geliştirmede etkili midir? Bu etkileri yaşayanlar var mı? Nasıl bir etkisi var?***

Bu uygulamayı yaptığımız otizmim tanılı çocuklarımız bulunmakta bu uygulamadan sonra sanatla iç içe korolarda ve çalgı eğitimlerini tamamlayarak hayatlarını devam ettirdiklerini görmekteyiz ayriyeten çabuk algılama, müzikteki ezgilerin ve ritimlerin akılda kalıcılığını arttırmak için sanat alanında da kullanılabilecek bir yöntem. Maria Callas, Pavorotti sesini en iyi şekilde kullanmak ve işitsel algısını en yüksek oranda kullanmak için bu uygulamadan yararlanmışlardır.

***Bu uygulamayı yapmak için bir eğitim almak gerekli mi?***

Evet, ben de 2004 yılında Lars Borazanci Persson ile başladığım Earducator Sertifika Programı'nı bitirdikten sonra İzmir bölgesinde uygulayıcı olmaya hak kazandım.

***Berard Metodu kimlere uygulanabilir?***

3 Yaşından itibaren herkese uygulanabilir, üst yaş sınırı yoktur.

***Bu metot hangi durumlarda kullanılabilir?***

Dikkat süresinin artması, odaklanma süre ve yoğunlaşmasının artması, hızlı düşünme, kolay algılama ve bilgilerin kolayca işlenmesi, hafızanın güçlenmesi, (Ders/isim/yüz hafızası vb unutkanlar için), akademik performansın yükselmesi, motor hareketlerin, denge ve uyumun artması (Konuşma/Telaffuz gelişimi, spor yeteneğini üst düzeyde kullanabilme), sosyalliğin ve insan ilişkilerindeki becerinin



artması (arkadaş edinebilme ve arkadaşlığı sürdürülebilirlik), sese aşırı duyarlılığın dengelenmesi (gürültü, yüksek ses, musluktan damlayan su sesi gibi seslere aşırı duyarlılık), sözel ifade, kendini anlatım ve konuşma becerisinin artması (İletişim).

***Berard Metodu nasıl uygulanır?***

Berard AIT uygulamaları 20 kez yarımşar saatlik dinletiler halinde. 20 gün günde 1 kez olarak dinletisi yapılabildiği gibi, günde 2 kez olarak en az 3 saat ara ile 10 gün de yapılabilir. Rahat bir koltuğa oturularak sadece müziği dinleyerek öğrenme kulağı olan sağ kulağını geliştirir. Gelişim süreci bu 20 dinletisi ile başlatılmış olur ve giderek açılan algı, tüm diğer yetileri etkileyerek 6 ay boyunca yükselir.

***Bu metodu en çok hangi rahatsızlıkta olan insanlar almak istiyor?***

Stresle başa çıkamayan, dikkat eksikliği ve odaklanma problemleri olan, okuma yazmada güçlük çeken, özgüven eksikliği yaşayan, iletişim sorunu yaşayan, hiperaktivite, otizm ve disleksi tanısı konmuş kişiler.

***Herhangi bir yan etkisi var mıdır?***

Kanıtlanmış hiçbir yan etkisi yoktur.

***Bu metodu uygularken yapılması sakıncalı durumlar var mıdır?***

Uyumak, okumak, telefonla ilgilenmek frekansları etkilediğinden uygulama esnasında yapılmaları yasaktır.

***Müziğin bu metot içerisindeki yeri nedir ve nasıl bir bağlantısı bulunmaktadır?***

Müzik burada bir araçtır. Cd'lerdeki işlenmiş müzikler özel olarak üretilmiş cihaza takılır, bu metotta kullanılan kulaklığa kadar her şey metotta uygun olarak üretilmiştir. Her müzik zevkine hitap eden bir metot fakat ben genelde klasik müzik dinletmeyi tercih ediyorum. Tabi ki evde dinlenen müzikle arasında uçurumlar kadar fark var çünkü sağ kulak dinler ve sol kulak işler sağ kulağın beyne gönderdiği sinyaller çok önemli siz fark etmeseniz de dinletilen müziklerin içinde kapı gıcirtısına kadar beyin sinyallerini devreye sokmaya amaçlayan sesler bulunmakta, bu metotta kullanılan müzikler modüle (filtrelenmiş) olup kulağınıza aktarılır siz dinlerken

sadece seslerin normal müzikten daha farklı olarak inip çıktığını ve incelik kalınlaştığını fark edersiniz.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Yapılan kaynak taramaları, internet araştırması ve metodun uygulayıcısı olan bir uzman ile görüşme sonrasında Berard Metodunun çeşitli durumlarda kullanılabilmesi ve etkili bir eğitim aracı olarak görülebileceği sonucuna ulaşılmıştır. Metodun yan etkilerinin bulunmaması, sertifika programı dışında bir uzmanlık eğitimi gerektirmemesi metodun yaygınlaşması ve kullanımının artması konusunda önemli kolaylıklar sunmaktadır. Bu kolaylıklar ve etkililik durumu, çocuklarının çeşitli problemlerine az ya da çok çözüm arayan ebeveynler için fırsatlar sunmaktadır.

Yapılan görüşmeler sonucunda bu metodu uygulayan uzmanın da belirttiği gibi Berard Metodu'nun çocukların gelişimini bilişsel açıdan etkileyen bir yönü olduğu anlaşılmıştır. Bu yönü müziksel bellek geliştirmede de etkili olabilmekte, özellikle müzik eğitimi alan bireylerin bellek gelişimlerinde ve müzikal gelişimlerinin hızlandırılması ve bilişsel aktivitelerinin zenginleştirilmesinde kullanılabilmesi düşünülmektedir.

Metodun gerek destek eğitimi gerekse müzik eğitimcilerinin geliştirilmeleri yolunda kullanımının artması, bu metodu uygulayanlar arasına müzik eğitimcisi ve sanatçıların da katılabilmesi umulmaktadır.

## KAYNAKÇA

- Avşar, M. (2018). Kodály Yaklaşımına Göre Uygulanan Armoni Dersinin Başarıya, Tutuma ve Performansa Etkisi, Doktora Tezi
- Çuhadar, C. H. (2008). Müzik ve Beyin, Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt 17, Sayı 2
- Karolyi, O. (1999). Müziğe Giriş, Çev.: M. Nemutlu, İstanbul: Pan Yayıncılık, Üçüncü Basım
- MEB, (2009). T.C. Milli Eğitim Bakanlığı Ortaöğretim Genel Müdürlüğü Güzel Sanatlar ve Spor Lisesi Müziksel İşitme,

Okuma ve Yazma Dersi Öğretim Programı (9,10,11,12 Sınıflar).

Say, A. (2002); Müziğin Kitabı, Müzik Ansiklopedisi Yayınları, İkinci Basım

Say, A. (2012); Müzik Sözlüğü, Müzik Ansiklopedisi Yayınları, Dördüncü Basım

Sazak, N. (2008) , Müziksel Algılamamanın Temel Boyutları, Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, Cilt:5 Sayı:1

Torun, Ş. (2016) Müziğin Beynimizdeki Yolculuğu, Osmangazi Tıp Dergisi s.38 (Özel Sayı 1): 66-70

Türkmen, E.F. (2016) Müzik Eğitiminde Öğretim Yöntemleri, (2. Baskı) Pegem Akademi yayınları

Uçan, A. (1997). Müzik Eğitimi Temel Kavramlar, İlkeler, Yaklaşımlar, Ankara: Müzik Ansiklopedisi Yayınları.

Yönetken, H. B. (1952) Okulda Müzik Öğretimi ve Öğretim Metotları, İstanbul: Milli Eğitim Basımevi

<http://www.berardmetodu.com/> (ET: 05.03.2019)

<http://www.tdk.gov.tr/> (ET: 03.04.2019)

[https://www.autism.com/treating\\_auditory](https://www.autism.com/treating_auditory) (ET: 05.03.2019)

[www.drguyberard.com](http://www.drguyberard.com) (ET: 05.03.2019)