

Müzik beyinde havai fişekler patlatıyor

SONAT BAHAR Giriş Tarihi: 9.4.2016



Avustralya Canberra Üniversitesi Nörobilim Uzmanı Dr. Anita Collins bir konferans vermek için İstanbul'da. Collins yaptığı araştırmalar sonucunda enstrüman çalmanın akademik başarıyı artırdığını kanıtladı

Anita Collins, Canberra Üniversitesi'nde müzik ve sanat eğitimi dalında öğretim üyesi olarak çalışıyor. Nörobilim ve müzik üzerine yaptığı çalışmalarla dünya çapında bir üne sahip. Daha Büyük ve İyi Beyinler başlıklı araştırmasında, nörobilim ve müzik eğitimi arasındaki ilişkiye odaklanmış durumda. Dünyanın dört bir yanında bu konuda konferanslar veren Collins ilk kez Bilfen Filarmoni Orkestrası'nın davetiyle Türkiye'ye geldi. Bir enstrüman çalmanın beyin faaliyetlerini olumlu yönde etkilediğini bir konferansla anlattı. Biz de Anita Collins'le yaptığı çalışmalarını konuştuk:

- Müzik, öğrenmeye neden ve nasıl katkı sağlar?

- Müzisyenler daha hızlı öğrenir ve yeni bilgiyi daha etkili bir şekilde bütünleştirir. Müzisyen beyni daha etkili ve yaratıcı şekilde kullanır. Bilgileri depolayabilirler. Bu onların daha etkili problem çözebilmeleri anlamına gelir. Müzisyenlerin beyni, öğrenmeyi sever çünkü bilişsel, duyuşsal ve ödüllendirme sistemlerinin hepsi aynı anda faaliyet gösterir.

- Beynin işlevi göz önünde bulundurulduğunda, müzik hangi farklılıkları yaratır?

- Müzisyenler enstrümanlarını ellerine aldıklarında beyinlerinde havai fişekler patlar. Müziği okurken, kesin ve çalışılmış hareketlerini yaparken dışarıdan sakin ve odaklanmış gözüküyor olabilirler. Ama beyinlerinin içinde bir parti döner.

MÜZİK BEYNİN EGZERSİZİ

- Bunu nasıl biliyorsunuz?

- Son 20-30 senede nörobilimciler, gerçek zamanlı incelemelerle beynimizin nasıl çalıştığı hakkında dev buluşlar yaptılar. Bunu görüntülemek için tarama aletleri kullandılar. İnsanlar bu makinelerle bağlandıklarında mesela okuma esnasında ya da bir matematik problemi çözerken, beyinde belli yerlerde bir etkinlik olur. Ve bu hareketlilik gözlenebilir. İşte bu görüntüleme aletleri sayesinde, araştırmacılar katılımcılara müzik dinletince, beyinlerinde resmen havai fişek patlamalarını andıran hareketler gördüler. Katılımcıların beyinlerinin birden çok bölgesi aynı anda parlıyordu. Ve beynimiz bütün bu işi, müziği ilk duyduğumuz andan ayağımızla tempo tutmaya başlayana kadar geçen kısacık anda yapıyor. Fakat bilimadamları müzisyenlerin beyinlerine odaklandıklarında, küçük havai fişekler dev bir şölene dönüştü. Ortaya çıktı ki, enstrüman çalmak beyinde bütün bir vücut egzersiziyle eşdeğer.

- Beyni böyle aydınlatan şey nedir?

- Bu araştırma hâlâ yeni sayılır fakat nörobilimcilerin gayet iyi bir fikri var. Bir enstrüman çalmak beynin hemen hemen bütün bölümlerini aynı anda meşgul ediyor, özellikle de görsel, işitsel ve motor kortekslerini. Enstrüman çalmak beyinde iki yarımküre arasındaki köprünün hacmini ve etkinliğini arttırır.

- Peki, bütün bu faydaların örneğin spor veya resim yapmak yerine sadece müziğe özel olduğunu nasıl biliyoruz?

- Bir müzik aleti çalmanın beyindeki etkisi diğer bütün sanatsal faaliyetlerden farklı. Yapılan bir araştırmaya göre bir dönem müzik öğrenimi görmüş olanlar diğerlerine nazaran birden çok beyin bölgesinde gelişme gösterdiler. Enstrüman çalmanın zihinsel yararları hakkında yapılan bu yakın tarihli araştırma zihinsel işlemler hakkındaki anlayışımızı geliştirdi. Ve beynimizdeki harika orkestrayı yaratan iç ritimleri ve karmaşık etkileşimi ortaya çıkardı.

- Çalışmalarınızdan ülkenizdeki eğitim sistemine dahil olan oldu mu?

- Şimdilik bazı okullarda uygulanıyor. En iyi örneği Goulburn Devlet Okulu'ndaki Goulburn Yaylı Çalgılar Projesi... Belli olanaksızlıklar içindeki bu okulda üçüncü ve beşinci sınıftaki her öğrenci keman çalıyor. Bu çocuklardaki akademik ve sosyal başarı oranı dikkat çekici biçimde arttı. Ayrıca Canberra'da bir müzik okulundaki Enstrümantel Müzik Programı'nda da yönetimsel işlevi geliştirmeye odaklanıyorlar.

ÇOCUK DOĞMADAN MÜZİK DİNLEMELİ

- Size göre kaç yaşında müzik eğitime başlanmalıdır?

- Doğmadan önce! Bir çocuk doğar doğmaz, dünyayı algılamak için müziği kullanır. Bu yüzden, bebeğe şarkı söylemek, onu ellerini çırpması için teşvik etmek, farklı sesleri keşfetmek ve çingirakla oynamak bir çocuğun tecrübe ettiği ilk müzik eğitimidir. Ardından müzik eğitimi oyunlarla, müzik aletleriyle karşı karşıya kalarak ve etkileşimli canlı performanslara katılarak varlığını sürdürür. Daha sonraları müzik eğitimi enstrüman ve şarkı söylemeyle devam eder.

- Hangi enstrüman beyin için daha faydalıdır?

- Hiçbir enstrüman için biri diğerinden daha iyidir diyemeyiz. Önemli olan çocuğun en çok ilgilendiği enstrümanı seçmek.

MÜZİK ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜNE İYİ GELİYOR

- Sizin kızınız müziğe ilgi duyuyor mu?

- Beş yaşındaki kızımın oyuncak olarak birçok müzik aleti var. Üç buçuk yaşından beri keman çalıyor. Konuşmalarımızı şarkı söyleyerek yaparız, bazen hiç kelimesiz bütün bir sohbeti melodiyle sürdürürüz. Bütün bunlar onun sosyal ve zihinsel becerilerini geliştiriyor.

- Dünyada bu çeşit uygulamalar yol alabiliyor mu? Sonuçları nelerdir?

- Bu nörolojik bilim alanında kapsamlı çalışılmadı, sadece sosyal ve fen bilimleri alanında araştırıldı. Bunu, doğru zaman geçtikten sonra yapmak çok zordur, çocukların beynini şimdiden çalıştırmalıyız.

- Öğrenme güçlüğü çeken çocukların, bu çalışmalar sayesinde ilerleme kaydedeceklerini söyleyebilir miyiz?

- Evet. Çalışmalar göstermiştir ki ortalama öğrenciler, müzik eğitimi ile gözle görülür bir ilerleme sağlıyorlar. Ortalama öğrencilerden daha fazla dezavantaj yaşayan öğrencilerde ise, ortalama öğrencilere göre daha fazla ilerleme sağlanmıştır. Müzik eğitiminin, otizm, duygu kontrol bozukluğu, işitme bozukluğu görülen çocuklarda, çok açık bir şekilde olumlu etkisi oluyor.