



T.C.

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**PANDEMİ SÜRECİNİN PROFESYONEL SES SANATÇILARINA
MESLEKİ VE EMOSYONEL YÖNDEN ETKİSİNİN
İNCELENMESİ**

AYŞE BUSE KURT

DİL VE KONUŞMA TERAPİSİ ANABİLİM DALI

DANIŞMAN

DR. ÖĞR. ÜYESİ R. SERTAN ÖZDEMİR

İSTANBUL – 2022

TEZ ONAY FORMU

Kurum : İstanbul Medipol Üniversitesi
Programın Seviyesi: Yüksek Lisans (X) Doktora ()
Anabilim Dalı : Dil ve Konuşma Terapisi
Tez Sahibi : Ayşe Buse KURT
Tez Başlığı : Pandemi Sürecinin Profesyonel Ses Sanatçılarında Mesleki ve
Emosyonel Yönden Etkisinin İncelenmesi
Sınav Yeri : İstanbul Medipol Üniversitesi Güney Yerleşkesi
Sınav Tarihi : 20.07.2022

Tez tarafımızdan okunmuş, kapsam ve nitelik yönünden Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

<u>Danışman</u>	<u>Kurumu</u>	<u>İmza</u>
Dr.Öğr.Üyesi Ramazan S. ÖZDEMİR	İstanbul Medipol Üniversitesi	
<u>Sınav Jüri Üyeleri</u>		
Dr.Öğr.Üyesi Talat BULUT	İstanbul Medipol Üniversitesi	
Doç.Dr. Fatma ESEN AYDINLI	Hacettepe Üniversitesi	

Yukarıdaki jüri kararıyla kabul edilen bu Yüksek Lisans tezi, Enstitü Yönetim Kurulu'nun/...../ tarih ve/..... - sayılı kararı ile şekil yönünden Tez Yazım Kılavuzuna uygun olduğu onaylanmıştır.

Prof.Dr. Neslin EMEKLİ

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdür V.

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANI

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün safhalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içerisinde elde ettiğimi, bu tez çalışması ile elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı, yine bu tez çalışması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını beyan ederim.

20.07.2022

Ayşe Buse KURT

İmzası

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın gerçekleőtirilmesinde, değerli bilgilerini benimle paylaőan, kendisine ne zaman danıősam zamanını ayırıp güler yüzünü ve samimiyetini benden esirgemeyen danışman hocam R. Sertan ÖZDEMİR'e ve İstanbul Medipol niversitesi ailesine teőekkürlerimi sunuyorum.

Teőekkürlerin az kalacağı diğer niversite hocalarımın da bana 4 yıllık niversite hayatım boyunca kazandırdıkları her şey için ve beni mesleğimde söz sahibi yapacak bilgilerle donattıkları için tüm Hacettepe niversitesi ailesine teőekkürü borç bilirim.

Ve son olarak çalıőmamda desteğini ve bana olan güvenlerini esirgemeyen, beni bu günlere sevgi ve saygı kelimelerinin anlamlarını bilecek şekilde yetiőtirerek getiren, aile kavramının kutsallığını sonuna kadar yaőatan, bu hayattaki en büyük őansım olan aileme ve Karamel'e sonsuz teőekkürler.

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI FORMU	i
ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANI	ii
TEŞEKKÜR	iii
İÇİNDEKİLER	iv
KISALTMALAR VE SİMGELER LİSTESİ	v
TABLolar LİSTESİ	vi
1. ÖZET	1
2. ABSTRACT	2
3. GİRİŞ VE AMAÇ	3
3.1. Problem Tanımı.....	4
3.2. Araştırma Amacı.....	4
4. GENEL BİLGİLER	6
4.1. Profesyonel Ses ve Sahne Sanatları	6
4.2. Dünya Salgını Olarak COVID-19.....	7
4.3. Profesyonel Ses ve COVID-19.....	9
5. METOT VE MATERYAL	13
5.1. Araştırma Modeli.....	14
5.2. Araştırma Grubu.....	14
5.3. Araştırmanın Yeri ve Zamanı.....	14
5.4. Araç ve Gereçler.....	15
5.4.1. Görüşme Formu.....	15
5.5. Veri Toplama.....	16
5.6. Veri Analizi.....	16
6. BULGULAR	18
7. TARTIŞMA	40
8. SONUÇ	57
9. KAYNAKLAR	60
10. EKLER	69

KISALTMALAR VE SİMGELER LİSTESİ

AFM: Amerikan Müzisyenler Federasyonu

AFA: Açımlayıcı Faktör Analizi

COVID-19: Koronavirüs 2019

CoV: Koronavirüs

dB: Desibel

KBB: Kulak Burun Boğaz

KMO: Kaiser-Meyer-Olkin

Long COVID: Uzun süreli COVID

MERS-CoV: Orta Doğu Solunum Sendromu

SARS-CoV: Ağır Akut Solunum Sendromu

SPSS: Statistical Parkage for the Social Sciences

VC-19 Anketi: Ses COVID-19 Anketi

TABLolar LİSTESİ

Tablo 6.1: Sosyodemografik Bilgiler ve Tıbbi Geçmiş.....	19
Tablo 6.2: Dil ve Konuşma Terapisti Bilinirliği.....	21
Tablo 6.3: Mesleki Faaliyet.....	23
Tablo 6.3.1: Haftalık Performans Süresinin Pandemi Öncesine Göre Karşılaştırılması.....	24
Tablo 6.3.2: Haftalık Prova Süresinin Pandemi Öncesine Göre Karşılaştırılması.....	25
Tablo 6.4: Vokal Hijyen.....	26
Tablo 6.4.1: Günlük Su Tüketiminin Pandemi Öncesine Göre Karşılaştırılması.....	32
Tablo 6.4.2: Günlük Kafein Tüketiminin Pandemi Öncesine Göre Karşılaştırılması.....	33
Tablo 6.4.3: Günlük Sigara ve Türevleri Tüketiminin Pandemi Öncesine Göre Karşılaştırılması.....	34
Tablo 6.4.4: Haftalık Alkol Tüketiminin Pandemi Öncesine Göre Karşılaştırılması.....	35
Tablo 6.5: Mesleki Alışkanlıklar ve Stres Düzeyi.....	36
Tablo 6.6: Pandemi Döneminin Pozitif ve Negatif Etkileri.....	37

1.ÖZET

PANDEMİ SÜRECİNİN PROFESYONEL SES SANATÇILARINA MESLEKİ VE EMOSYONEL YÖNDEN ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Koronavirüs (COVID-19) salgını dünya genelinde sağlık sistemini derinden değiştirmesiyle beraber şarkıcılar ve oyuncular gibi sahne alan ve onlarla iş birliği yapan profesyoneller de dahil olmak üzere kültürel, sosyal ve eğitimsel topluluklar üzerinde birbirine benzer değişim ve tahribata neden olmuştur. Bu araştırma pandemi sonrası toparlanma sürecinde profesyonel ses sanatçılarının yaşayabileceği mesleki, psikolojik ve ses sağlığı risklerini araştırmayı hedeflemiştir. Elde edilen veriler sonucunda dil ve konuşma terapistleri ve ilgili meslek gruplarının öncelikli olarak hangi sorunların iyileştirilmesi için çalışması gerektiğini belirlemeyi amaçlamıştır. Çalışma örneklemini 18-60 yaş aralığındaki profesyonel ses sanatçıları oluşturmaktadır. Yarı yapılandırılmış görüşmeler ile katılımcıların pandemi süreciyle ilgili perspektiflerini, tecrübelerini ve duygularını ortaya koymayı hedeflemiştir. Araştırma verilerinin analizinde içerik analizi yapılarak elde edilen veriler kategorik olarak incelenmiştir. Bu araştırmanın istatistik analizinde SPSS 26.0 paket programı Wilcoxon testi kullanılmıştır. Verilerin dağılımı incelenmiş ve gruplar arası karşılaştırmalarda nonparametrik testler kullanılmıştır. Katılımcıların yarısından fazlası performans ve prova süresinin pandemi öncesine kıyasla azaldığını bildirmiştir. Katılımcılarla stres düzeyleri konuşulduğunda genel olarak stresli hissedilen katılımcılar araştırmanın yarısından fazlasını oluşturmakta iken pandemi dönemi bu stresin daha da arttığı görülmüştür. Pandemi dönemi vokal hijyen adı altında değerlendirdiğimiz kriterlerden; ses ısıtma ve soğutma egzersizlerini uygulayanlar azalmış; uyku düzeni bozulanlar artmış; günlük su ve bitki çayı tüketimi değişmemiş; kafein tüketimi artmış; pastil tüketimi azalmış; gece geç saatte yemek yeme alışkanlığı değişmemiştir. Ayrıca sigara veya iritan madde kullanımı çoğunlukta değişmemiş, artan veya azalan ise aynı oranda katılımcı olmuş; alkol tüketiminin çoğunlukla değişmediği görülmüştür. Yapılan görüşmelerde, katılımcılar karantina döneminden kaynaklanan çeşitli faydaların da olduğu bildirilmiştir. Çalışmamızda profesyonel ses sanatçılarına konuşma ve dil terapistlerinin çalışma alanları sorulduğunda, bazıları mesleğin tanımı hakkında hiçbir fikrinin olmadığını ifade etmiştir. Bunun yanı sıra kekemelik, konuşma ses bozukluğu, ses bozuklukları, diksiyon alanında çalıştığımızı düşünen katılımcılar olmuştur.

Anahtar Kelimeler: Koronavirüs, Psikolojik iyi oluş, Profesyonel ses, Tam kapanma, Vokal hijyen.

2. ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF THE PANDEMIC PROCESS ON PROFESSIONAL VOICE ARTISTS IN OCCUPATIONAL AND EMOTIONAL PERSPECTIVES

The coronavirus (COVID-19) pandemic has profoundly altered the healthcare system around the world, causing similar change and devastation to the cultural, social and educational communities, including professionals performing and collaborating with singers and actors. This research aimed to investigate the occupational, psychological and vocal health risks that professional voice artists may experience during the recovery period after the pandemic. As a result of the data obtained, it was aimed to determine which problems should primarily be worked on by speech and language therapists and related professional groups. The sample of the study consists of professional voice artists between the ages of 18-60. Semi-structured interviews aimed to reveal the perspectives, experiences and feelings of the participants about the pandemic process. In the analysis of the research data, the data obtained by content analysis were analyzed categorically. The Wilcoxon test of the SPSS 26.0 package program was used in the statistical analysis of this study. The distribution of the data was analyzed and nonparametric tests were used for comparisons between groups. More than half of the participants reported reduced performance and rehearsal time compared to pre-pandemic. While the participants who felt stressed when their stress levels were discussed with the participants constituted more than half of the research, it was observed that this stress increased even more during the pandemic period. Among the criteria we evaluated under the name of vocal hygiene during the pandemic period; those who practiced voice warming and cooling exercises decreased; sleep disorders increased; daily water and herbal tea consumption remained unchanged; caffeine consumption increased; lozenge consumption decreased; The habit of eating late at night has not changed. In addition, the use of cigarettes or irritant substances did not change in the majority, while increasing or decreasing participants were at the same rate; alcohol consumption was mostly unchanged. In the interviews, the participants reported that there are various benefits arising from the quarantine period. In our study, when professional voice artists were asked about the working areas of speech and language therapists, some of them stated that they had no idea about the definition of the profession. In addition to this, there were also those who thought that we were working in the field of stuttering, speech sound disorder, voice disorders, and diction.

Keywords: Coronavirus, Lockdown, Professional voice, Psychological well-being, Vocal hygiene.

3. GİRİŞ VE AMAÇ

Koronavirüs (COVID-19) salgını sebebiyle sahne sanatlarındaki kısıtlamaların mesleki, duygusal ve finansal sonuçları olmuştur (1). COVID-19 salgını dünya genelinde sağlık sistemlerini derinden değiştirmesiyle beraber şarkıcılar ve oyuncular gibi sahne alan ve onlarla iş birliği yapan profesyoneller de dahil olmak üzere birçok kişinin güvendiği kültürel, sosyal ve eğitimsel topluluklar üzerinde de benzer değişim ve tahribata neden olmuştur (2). Birçok ülke, topluluk ve grup toplanmasını yasaklayan bir politika izlemiştir. Alınan bu tür önlemlerle, sayısız performansın, konserlerin, müzik turlarının ve festivallerinin küresel olarak süresiz durdurulmasına ve iptal edilmesine yol açılmış, hatta belirsiz bir süre için stüdyo kayıtlarının ve provalarının durdurulmasına karar verilmiştir (3).

COVID-19 etkilerini değerlendirmeye ilişkin birçok tartışma, dört olası sonuç etrafında toplanmaktadır: Önlem almak ve enfeksiyondan tamamen kaçınmak, COVID-19 hastalığına yakalanma ve iyileşme, COVID-19 hastalığına yakalanma, yaşamın sonlanması ve son olarak da COVID-19 hastalığına yakalanmak; hayatta kalmak ve yan etkileri ile yaşamak. COVID-19 kalıcı hasarları, şarkıcılar için özel ve potansiyel olarak yıkıcı riskler barındırmaktadır (4, 5, 6, 7, 8).

COVID-19 sebebiyle olağanüstü günlerden geçmeye devam ederken yaşama ve çalışma biçimimizdeki değişime de adapte olmaya çalışılmaktadır. Bu süreçte temel özelliklerinden birinin insanları bir araya getirmesi olan kültür-sanat alanı ise oldukça zor bir dönemden geçmiştir (9). COVID-19 ve pandemisi, profesyonel ses sanatçıları için sağlık ve ses üzerinde olumsuz etkileri olan stresli bir faktör olmuştur. Siqueira ve ark (10), mevcut durumla nasıl başa çıkılacağına dair rehberlik eksikliği nedeniyle oluşabilecek risk faktörlerinin kötü sonuçlar doğurabileceğini belirtmiştir.

Bu araştırmanın amacı COVID-19 pandemisine bağlı kapanma sürecindeki mevcut durumun Türkiye’de yaşayan profesyonel ses sanatçılarına etkisinin incelenmesi olarak belirlenmiştir. Bu kapsamda profesyonel ses sanatçılarının pandemiye bağlı kapanma sürecinde mesleki ve emosyonel yönden nasıl etkilendikleri sorusu araştırmanın ana temasını oluşturmaktadır. Pandemi sürecinin, negatif ve/veya pozitif etkisinin neler olduğu; kaygı, ses algısı ve mesleki faaliyetler üzerindeki

etkisinin nasıl olduğu; profesyonel ses sanatçuları için vokal hijyen ve ses bakımı alışkanlıklarında nasıl bir değişiklik yaşattığı çalışmanın alt araştırma sorularını oluşturmaktadır.

3.1. Problem Tanımı

COVID-19 pandemisi ile oluşan durum toplanma kısıtlamaları ile birlikte, profesyonel ses sanatçılara özgü zorluklar getirmiştir. Bu süreçte seyirci önünde sahne performansı ve kendilerini ifade etmeleri, grup arkadaşları veya hocalarıyla beraber yüz yüze pratik ve prova yapmaları durdurulmuştur. Ayrıca performans iptali politikaları beraberinde profesyonel ve finansal gelecekleriyle ilgili olan belirsizlik, sanatçıların endişelerini artırmıştır (11).

Bu durum büyük bir öneme sahiptir, çünkü canlı performanslar bu sanatçılar için en önemli gelir kaynağıdır (12). İkincisi, bu süreçte ses sanatçılarının genellikle stres, kaygı ve hatta madde bağımlılığı ile mücadele etmesi daha olasıdır (13). Dolayısıyla, tüm faaliyetleri durduran bir salgın olan COVID-19, profesyonel ses sanatçıları birçok yönden çarpıcı biçimde etkilemiştir (3).

3.2. Araştırma Amacı

Pandemi her alanı etkilediği gibi profesyonel ses alanında da büyük etkilere sebep olmuştur. Literatürde bununla ilgili birçok güncel çalışma yapılmıştır (14, 15, 16, 17, 18, 19). Pandemi sonrası prova ve performansların başlamasıyla toparlanma sürecine geçilirken pandemi döneminde yaşanan mesleki ve psikolojik etkilerin devam etmesi riski bulunmaktadır (10). Profesyonel ses sanatçılarının pandemiye bağlı kapanma sürecinde mesleki ve emosyonel yönden nasıl etkilendikleri sorusu araştırmanın ana temasını oluşturmaktadır. Bu çalışmada etik kurul onayı itibarıyla Ağustos 2021- Nisan 2022 tarihleri 20 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmada elde edilen veriler tam kapanma dönemi prova ve performansların iptalinin yanı sıra psikolojik etki ve ses sağlığı alışkanlıklarındaki değişimini; alınan önlemlerin etkisi ise pandemi sonrası devam eden süreçte yaşanan zorlukları gözlemlemek ve analiz etmek amacıyla incelenmiştir. Bu temel araştırma sorusunun yanıtı, pandemi sonrası sahnelere dönüşle beraber toparlanma sürecinde dil ve konuşma terapistleri ve ilgili

meslek gruplarının öncelikli olarak hangi sorunların iyileştirilmesi için çalışması gerektiğini belirlemek için faydalı sonuçlar ortaya koyduğu düşünülmektedir.



4. GENEL BİLGİLER

4.1. Profesyonel Ses ve Sahne Sanatları

İnsan sosyal bir varlık olarak tanımlanır ve yaşamını sürdürebilme, varlığını ortaya koyabilme ihtiyacı nedeniyle iletişim kurmak zorundadır. Bu ihtiyaç doğrultusunda çeşitli iletişim araçları geliştirilmiştir. İnsan için sanat, bu iletişim araçlarından biridir (20). Sanat, en genel anlamıyla yaratıcılık ve hayal gücü ile bir duygu, düşünce, tasarı ya da güzelliğin ifade edilmesinde kullanılan yöntemlerin tamamı şeklinde tanımlanır. Sanatçı ise bu duygu ve düşünceleri en güzel biçimde yansıtan veya ifade eden kişidir (21, 22).

Sanatçının sanatını sergilediği yer sahnedir. Sahne, seyirci ile sanatçı arasındaki ince çizgi olarak yaratılan sihirli bir dünya olarak ifade edilmektedir (20). Sanatçının sahnede yaşattığı gerçek, dayandığı dünya ise seyircinin sürekli olarak kurduğu bir hayal dünyasıdır, diğer bir manada gerçek ile hayal dünyasının bir alışverişi denilmiştir (23).

Sahne sanatlarında eser, sanatçı, sahne, dekor, ışık, kostüm gibi birçok faktörün beraber çalışmasıyla yapıt ortaya konmaktadır. Ancak bir eserin etkisini ve katkısı gerçekleştirilebilmek ve sesini duyurabilmek için seyirciye ihtiyaç vardır. Sanatın; yaratılış, yeniden oluşum veya gösteri biletinin satılma anından itibaren değil de seyirci kitlesi tarafından anlaşıldığı andan itibaren var olduğu söylenebilir (20).

Sahnede seyirciye ulaşırken sesini kullanarak performans gösteren meslek grupları bulunmaktadır. Profesyonel olarak sesini icra eden bu sanatçılar, profesyonel ses sanatçıları olarak tanımlanmaktadır. Ses, sözlü olarak ifade edilemeyen duyguları da anlatmaktadır. Profesyonel ses için ses, dinleyiciyi yakalayan duyguları ifade etmek için kullanılan bir araçtır. Ayrıca bir şarkıyı yorumlamak için şarkıcının bedenini ve zihnini birbirine bağlayan entelektüel ve sanatsal bir role sahiptir (24).

Profesyonel ses terimi, sesini mesleklerinin ve sanatının birincil aracı olarak kullanan ve sesi olmadan sürdürülebilmesinin imkansız olduğu meslek gruplarını kapsamaktadır. Koufman ve Isaacson (25) profesyonel ses sanatçıları dört ayrı kategoride incelemiştir. Bu kategori bir piramide benzemektedir. Mesleği ses üzerine

kurulu olup en hafif ses değişikliklerinden dahi ciddi etkilenen meslek elemanları bu piramidin en üstünde yer alır ve elit ses kullanıcıları olarak adlandırılmaktadır.

Elit ses kullanıcıları profesyonel ses içinde çok özel bir alt grubu oluşturmaktadır. Genel popülasyonda normal kabul edilebilecek ses değişimleri bu grupta semptomatik hale gelip ciddi sorunlara yol açabilmektedir (4). Dolayısıyla profesyonel seste yaşanabilecek herhangi bir olumsuz durumu birçok yönden ele alabilmek için erken müdahale ve multidisipliner yaklaşım benimsenmelidir. Ses bozukluğu yaşayan veya bu sebeple performans sergileyemeyen profesyonellerin kaybı sadece maddi değerle ölçülen bir kayıp değildir. Bu tarz bir durumda psikolojik bazı zorlukların da ortaya çıkması muhtemeldir. Profesyonel ses sanatçıları için ses, böylesine hassas bir durum iken ses bozukluklarının yaşanması ihtimalinde müdahale de bir o kadar önemlidir (26, 27).

Literatürde ses bozukluklarında müdahale, vokal iyileşmeye giden en etkili yolun genellikle hem konuşma hem de şarkı söyleme görevlerini ele alan ses bakımı ve üretimine yönelik bütüncül bir yaklaşımı içereceğini kabul etmektedir. Bu nedenle profesyonel ses sanatçılarının sık karşılaştığı ve mesleki olarak kariyerlerini etkileyen ses bozukluklarına yaklaşımında disiplinler arası yönetiminin, ideal olarak bir kulak burun boğaz uzmanı, bir dil ve konuşma terapisti ve bir şan eğitmeni ve/veya vokal koçu ekibinin bir kısmından veya tamamından oluşan yönetim ekibiyle birlikte olması önerilmiştir (28).

4.2. Dünya Salgını Olarak COVID-19

Aralık 2019'da Çin'in Hubei Eyaleti, Wuhan'da bilinmeyen bir pnömoni salgını bildirmiştir (29). Dünya Sağlık Örgütü, Çin'de tespit edilen yeni koronavirüsten (CoV) kaynaklanan hastalığa COVID-19 adını vermiştir (30). Şubat ayının sonunda hastalık pandemik hale gelmiş ve aynı kuruluş, 12 Mart 2020'de virüsün yayılma hızını ve ciddiyetini gerekçe göstererek COVID-19'u pandemik bir hastalık olarak ilan etmiştir (31). O zamandan beri virüs tüm dünyaya yayılmış ve birçok ülke, hastalığı kontrol altına almaya çalışmak amacıyla acil durum önlemleri yayınlamıştır (30).

Koronavirüsler soğuk algınlığından Orta Doğu Solunum Sendromu (MERS-CoV) ve Ağır Akut Solunum Sendromu (SARS-CoV) gibi daha ciddi hastalıklara kadar çeşitli hastalıklara neden olan büyük bir virüs ailesidir. Koronavirüsler zoonotik olup hayvanlardan bulaşarak insanlarda hastalık yapabilmekte ve insanlarda dolaşımında olan alt tipleri çoğunlukla soğuk algınlığına sebep olmaktadır (32). Birçok virüste, çoğalma döngüleri gerçekleşirken genom yapısında değişimler gözlenebilmektedir. Virüslerin genetik kodunda meydana gelen değişiklikler mutasyon olarak tanımlanmaktadır. Genom yapısında ana kökene göre önemli bir değişim veya birden fazla farklı mutasyonu barındıran yeni virüsler ise varyant olarak tanımlanmaktadır (33, 34).

Salgın seyrindeki önemli varyantlar; ilk olarak 2020 Eylül ayında İngiltere'den Alfa varyantı, Ekim 2020'nin sonunda Güney Afrika'dan Beta varyantı, Ocak 2021'de Brezilya'dan Gama varyantı, 2021'in başlarında Hindistan'da Delta varyantı ve 2021 yılı Kasım ayında Güney Afrika'dan rapor edilmiş olan Omicron varyantı olarak sıralanabilir (35).

COVID-19 semptomları arasında öksürük, nefes darlığı, ateş, tat ve koku bozukluğu bulunmaktadır (36). Delta varyantında önceki varyantlarda görülen ateş, halsizlik, koku ve tat alma duyularında kayıp yerine, boğaz ağrısı, burun akıntısı, baş ağrısı gibi klinik bulguların daha baskın olduğu görülmüştür (37).

Omicron varyantında daha önce bildirilmiş olan varyant çeşitleri arasında en fazla mutasyon barındıran varyanttır. Omicron varyantının enfekte edebilme yeteneğinde üst solunum yoluna doğru potansiyel bir kayma olduğunu göstermektedir (35). Önemli bir dergide yakın zamanda yayınlanan bir çalışmada, omicron varyantı ile enfekte olan hastaların, delta varyantı ile enfekte olanlara göre daha az koku kaybı bildirdiklerini ve boğaz ağrısı ve ses kısıklığı semptomları olasılığının %24 daha fazla olduğu bulunmuştur (38). Böylece, boğaz ağrısı ve kısık ses semptomları omicron varyantındaki yaygınlığı, delta varyantındaki yaygınlığına göre önemli ölçüde daha fazla mevcuttur (39).

Hastalığın başlangıcından itibaren semptomların 4 haftaya kadar etkisini gösterdiği dönem 'Akut-COVID' dönemi olarak adlandırılmaktadır. Akut COVID-

19'dan sonra devam eden veya yeni gelişen semptomları ve bulguları tanımlamak için 'Long COVID' terimi (uzun süreli COVID) terimi yaygın olarak kullanılmaktadır. Genel kabul gören yaklaşıma göre 'Uzun Süreli COVID' tanımı, akut hastalık durumunun sona ermesinden itibaren uzamış hastalık sürecinin tamamını ifade etmektedir. 'Uzun Süreli COVID', semptomların 4 haftayı aştığı fakat 12 haftadan kısa olduğu 'Subakut-COVID' ve semptomların 12 haftayı aştığı 'Post-COVID' olmak üzere iki aşamayı kapsamaktadır (40, 41). Semptomlar sürekli veya tekrarlayıcı olabilmektedir. (42). Hastalığın akut aşamasında beşten fazla semptomun varlığı, 'Uzun Süreli COVID' gelişme riskini artırmaktadır. 'Uzun Süreli COVID' ile en sık ilişkili semptomlar; yorgunluk, baş ağrısı, nefes darlığı, ses kısıklığı ve kas ağrısı olarak bulunmuştur (35).

Yakın zamanda yapılan bir araştırmada yirmi hastanın COVID-19 aşısının ardından laringoskopi ile yapılan değerlendirmesinde vokal fold paralizisi olduğu bulunmuştur. En sık başvuru semptom sırasına göre ses kısıklığı (%31,6) olmakla birlikte bildirilen diğer semptomlar; zayıf ses, disfaji, boğaz ağrısı, larenjit, ses değişikliği ve kulak ağrısıdır (43).

4.3. Profesyonel Ses ve COVID-19

Koronavirüs şiddetli akut solunum sendromu ile kalıcı akciğer hasarına sebep olur ve sesi etkilediği öne sürülmüştür (36). Solunum sistemi tehlikeye girerse, şarkı söylemek daha eforlu bir hal alabilir ve birçok ses sanatçısının potansiyel olarak zararlı telafi edici vokal stratejiler kullanmasına neden olabilir (4). Bu kalıcı akciğer hasarı, profesyonel ses sanatçıları için kariyer sonu olabilecek akciğer fonksiyonunda (bazen şiddetli) hafif ila orta derecede azalmaya neden olabilir (44). Ayrıca ses üzerindeki etkileri şarkıcılar ve diğer profesyonel ses sanatçıları üzerindeki etkisini derinden gösterebilir. Bu meslek grupları için uzun vadede sesi olumsuz potansiyel etkileri vardır (36).

SARS-CoV-2 ile enfekte olunmasının başlıca yolu, solunum yolu aerosollerine veya bulaşıcı virüs taşıyan damlacıklara maruz kalmaktır. COVID-19 temas, damlacık veya aerosol yoluyla bulaşabilir (45). COVID-19 parçacıkları havada saatlerce ve

yüzeylerde günlerce kalabilmektedir (46). Damlacık iletimi, enfekte bir kişiye yakın olduğunda daha büyük damlacıklara maruz kalınarak oluşur. Hava yoluyla bulaşma, daha küçük damlacıklara ve daha uzak mesafelerdeki parçacıklara maruz kalınarak oluşur (45). Öksürme ve hapşırma refleksleri yanında konuşma mekanizması da aerosoller ve damlacıkları iletmek için iyi bilinen mekanizmalardır (47).

Şarkı söylemenin konuşmaya kıyasla, yüksek ses seviyesinde (90-100 dB) hacimdeki artışla birlikte kütle konsantrasyonunda yükseliş gösterdiği bilinmektedir (36). Şarkı söylemek, duyguyu ses ve yorumlama yoluyla ileten bir sanatsal ifade biçimidir ancak bahsedildiği gibi büyük bir vokal efor ve ses yolunda karmaşık nöromusküler ayarlamalar gerektirmektedir (10). Ses kullanımı sırasında aerosol iletimi, Morawska ve arkadaşları tarafından karakterize edilmiş ve seslendirmenin nefes almaktan çok daha fazla aerosol partikülü yaydığı görülmüştür. Buna ek olarak başka bir çalışma; ne kadar yüksek sesle konuşulursa, o kadar fazla aerosol partikülünün üretildiğini ortaya koymuştur. Bu bulgular öngörüldüğü üzere şarkı söylerken ve topluluk önünde konuşurken aerosollerin yayılma riskini arttırdığını göstermiştir (48, 49).

Dolayısıyla şarkı söyleme, seslendirme yoluyla yayılan aerosol partikülleri nedeniyle potansiyel bir yayıcı (50) olarak kabul edildiğinden, sahne sanatları için performans iptali politikaları uygulanmıştır (51). Pandeminin ilk günlerinden bu yana, dünyanın dört bir yanındaki hükümet organları, COVID-19'un yayılmasını azaltmanın en uygun yolu olarak “sosyal mesafe” veya “fiziksel mesafe”ye dikkat edilmesi önerilmiştir. Çünkü bulaşma önce ortamda yayılarak, yakın temas sonrasında kişiden kişiye geçecek şekilde gerçekleşmektedir (52). Ayrıca dünya çapında sosyal kısıtlama önlemi olan karantina ile önleyici bir politika izlenmiş ve uygulamaya konulmuştur (53).

Dünyada alınan önlem politikalarına ilk örnek olarak Amerikan Müzisyenler Federasyonu (AFM), iş güvenliğine dönüş için bir kılavuz yayınlamıştır. AFM, küçük ve orta büyüklükteki canlı performans sergileyen mekanlar için sahnede ve seyircilerde sosyal mesafenin korunmasını, dans etmemeyi veya bir sanatçının sahneden ayrıldığından emin olduktan sonra diğer sanatçının sahneye çıkmasını ve dans pistini seyirci ile aralarındaki sosyal mesafenin bir yolu olarak kullanılmasını

tavsiye edilmiştir (54). Kayıt stüdyosunda mümkün olduğunca rüzgar oluşturacak üfleli çalgıların ayrılması, stüdyoda topluluktan kaçınılması, müzisyenlerin kendi mikrofon ve kulaklıklarını getirmeleri, ekipman ve yüzeylerin dezenfekte edilmesinin sağlanması önerilmiştir (36).

Wisconsin Kiliseler Konseyi, COVID-19 döneminde kilise müziği hakkında bir kılavuz yayınlamıştır. Bu konsey, canlı müzik yerine kayıtlı müzik kullanılmasını; nefesli ve üfleli çalgılar yerine piyano, elektronik klavye, org, yaylı veya vurmali çalgılar kullanmayı tavsiye etmiştir ve sosyal mesafe için daha fazla alan sağlama amacıyla insanları açık havada ibadet etmek, havalandırmayı iyileştirmek ve evde kutsal müzik söylemeyi teşvik etmeye yönlendirilmiştir (55).

Amerikan Koro Yöneticileri Derneği, 15 Haziran 2020'de bir COVID-19 müdahale komitesi raporu yayınlamıştır. Genel olarak, sosyal mesafe kurallarına uymak, maske takmak, internet erişimi olan öğrenciler için uzaktan erişim sağlamak ve mümkün olduğunda açık alanları kullanmak için daha küçük gruplar oluşturmayı önermişlerdir (55).

Ulusal Şarkı Söyleme Öğretmenleri Birliği, COVID-19 ve bulaşma riskini sınıflandırmak için kullanılacak risk değerlendirme araçlarının bir listesini ve daha önce bahsedilen AFM (54), Wisconsin Kiliseler Konseyi ve Amerikan Koro Yöneticileri Derneği'nin (55) yayınladığı benzer yönergeleri bir araya getirmiştir (56).

New York Times makalesi, Tekrar Birlikte Şarkı Söylemek Ne Zaman Güvenli Olacak? Doğru zaman ne zaman? ile temel soruyu gündeme getirmiş ve makale, Norveç'te, herkes 1 metre uzakta kaldığı sürece 50'ye kadar kişinin birlikte şarkı söyleyebildiğini, Almanya'da ise grup şarkı söyleme kurallarının bölgeye göre değiştiğini, bazı bölgelerde şarkıcıların 3 metre aralıklarla ayrıldığını ve diğer bölgelerin grup şarkı söylemeyi yasakladığını belirtilmiştir. Hollanda'da, Amsterdam'da tek bir konserden sonra 100'den fazla koro üyesinin hastalanmasından sonra, grup olarak şarkı söyleme faaliyetlerinin henüz başlamaması şiddetle tavsiye edilmiştir (57).

Colorado Üniversitesi, Gösteri Sanatları Aerosol çalışmasında Boulder ve Maryland Üniversitesi'nden bilim adamlarının görevlendirildiği gösteri sanatları

grubundan oluşan 120'den fazla gösteride klarnet, flüt, korno, soprano şarkıcıları ve trompet aerosolizasyonunu incelemiştir. Gösteri sanatları odasına girmeden önce personelin ve tüm öğrencilerin maske takması tavsiye edilmiştir. Tüm öğrenciler oturup öğretime hazır oluncaya kadar maskelerini çıkarmamaları ve konuşulması gerektiği zaman da maske takmaya devam etmeleri önerilmiştir. Enstrüman çalanlar için, çalabilmesi için maskede küçük bir boşluk kullanılmıştır. Her enstrüman çalan kişinin yaklaşık 2 metrelik bir sosyal mesafe alanı olmalıdır ve düz çizgi halinde konumlandırılmalıdır, çünkü rutin olarak kullanılan kavisli prova konumlandırması odadaki aerosol hareketini etkileyebilir uyarısında bulunulmuştur. Olası maruziyeti en aza indirmek için öğrencilerin hepsi aynı yöne, arkadan öne bakacak şekilde konumlandırılmıştır. Enstrümandaki tükürük valfinden atıkları toplamak için tükürük pedleri veya benzeri bir malzeme kullanılmalıdır tavsiyesini vermiştir (58).

Şarkı söyleyerek olası bulaşmayı azaltmanın yolları arasında sanal provalar veya performanslar, maske takma, daha küçük korolar, açık havada yapılan prova ve performans, sosyal mesafeyi koruma, daha kısa provalar, sık dokunulan yüzeyleri düzenli olarak temizleme ve elleri yıkama, başkalarıyla temastan kaçınma ve sıcaklık taraması sayılabilmektedir (59).

Prova ve performanslar için alınan önlemlerin yanında sanatçılara maddi olarak devlet destek fonları sağlanmıştır. İrlanda'da sanatçının başvurusu karşılığında destek verilmek üzere "COVID-19 Krizi Sanat Kurulu" kurulmuştur (60). Kanada'da, kültür-sanat alanında istihdamın sağlanabilmesi için destek fonu ayrılmıştır (61). Almanya'da "Kültür İçin Yeni Bir Başlangıç" programı ile 2021 yılının sonuna kadar kültür sanat şirketlerine ve sanatçılara ek finansman sağlanması amaçlanmıştır (62). İtalya'da COVID-19 pandemisi ilanı ile iptal olan etkinlikler ve doğabilecek potansiyel zararlar nedeniyle kültürel acil kullanım fonu oluşturulmuştur (63). Belçika'da da pandeminin başlamasından kısa bir süre sonra verilen örneklere benzer bir fon yaratılmıştır (64). Avustralya tiyatro, müzik, dans ve diğer alanlardaki organizasyonlara destek için COVID-19 sanat sürdürülebilirlik fonunun yanında canlı müzik ve performans endüstrisine özel ek bir bütçe ayırdığına da duyurmuştur (16). İsviçre'de salgın sebebiyle kültür sanat endüstrisine bütçe ayrılmış, daha sonra bu bütçe payı yükseltilmiştir (65).

COVID-19 salgınının toplum sağlığı ve kamu dzenini açısından oluşturduğu riski yonetme ve hastalığın yayılım hızını kontrol altında tutma amacıyla ulkemizde de tedbirlerin alınması gerekmiştir. COVID-19 ulkemizde gorulmeden once, havaalanlarına termal kameralar kurulmuş, birçok ulke sınırı kapatılmış ve yapılan uçak seferleri belirsiz bir sure olarak askıya alınmıştır. Ulkemizde ilk vakanın gorulmesinden sonra alınan kararlar doğrultusunda yuz yuze eğitim oğretim programlarına ara verilmiş, spor muşabakaları seyircisiz oynanmış ve sonrasında ara verilmiştir. Seyirci ile tamamlanan muzik ve sahne sanatlarına ara verilmiştir (66). Ardından 18 ay surecek olan kapanma sureci ve sonrasında muzisyenler, tiyatrocular, sinema ve dizi sektoru, neredeyse sanatın içinde olan tum sanatçı ve onlarla iş birliği yapan diğer profesyoneller bu durumdan zarar gormuştur. Bazı sanatçılar muzik aletlerini satarak geçimlerini sağlamaya çalışırken bazıları ise sağlığını etkileyecek duzeyde duygusal tukenmişlik yaşamıştır (9).

Kultur-sanatın uretimine ve yaygınlaşmasına katkı sağlayan pek çok kişi ve kurum, faaliyetlerini ertelemek ya da iptal etmek zorunda kalmıştır. Kultür ve Turizm Bakanlığı, pandemi doneminde muzik, yayıncılık ve guzel sanatlar gibi alanlarda toplam 274 projeye maddi destek sağlandığını, 2020-21 arasında 328 ozel tiyatro projesine, 2021-22 doneminde ise 428 ozel projeye destek verdiğini açıklamıştır. Çeşitli destek programları sayesinde de sahne sanatları çalışanlarına her ay olmak uzere 3 ay boyunca destek verdiğini açıklamıştır. Pek çok sanatçı, seyircileri ve ziyaretçileriyle etkileşimini aralıksız surdurebilmek için dijital platformlarda yeni ve yaratıcı yontemler geliştirmeye gayret etmiştir (9).

5. METOT VE MATERYAL

5.1. Araştırma Modeli

Çalışmamız, pandemi dönemi profesyonel ses sanatçılarının deneyimlerini tanımlamayı ve sürecin etkisine bakılmasını hedefleyen bir araştırmadır. Dolayısıyla bu çalışma durum tespitine yönelik betimsel çalışma modelinde hazırlanmıştır.

5.2. Araştırma Grubu

Araştırma evrenini Türkiye’de yaşayan profesyonel ses sanatçıları oluşturmaktadır. Çalışma örnekleme amaçlı örnekleme yöntemi olan kritik durum örnekleme ile oluşturulmuştur. Örnekleme için 18-60 yaş aralığındaki en az lisans derecesinde mezun katılımcıya uygunluk örnekleme ile ulaşılmıştır.

Katılımcılardan sahne sanatları meslek dalı dışında gelir kaynağı olacak ikinci bir mesleği olan, pandemi öncesinde ses bozukluğu tanısı alan ve pandemi döneminde şikayetleri devam eden veya pandemi öncesinden beri sesini etkileyen sinüzit, alerji, larenjit veya reflü gibi bir tıbbi tanı veya ilaç takviyesi alan katılımcılar çalışma dışı bırakılmıştır. Çalışmada katılımcılardan sinüzit, alerji veya reflü olduğunu belirtenler olmuş ancak sesini etkileyecek düzeyde hissetmedikleri, kronik olmadığı ve tıbbi tanı almadıkları için çalışmadan dışlanmamıştır. Ayrıca bir katılımcı pandemi dönemi bireysel provaları sonrası ses bozukluğu tanısı aldığı ve öncesinde ses bozukluğu olmadığı için çalışmaya dahil edilmiştir. Bu kriterler doğrultusunda 1 kişi çalışma dışı bırakılmıştır. Çalışmada 19 kişinin görüşme verileri dahil edilmiştir.

5.3. Araştırmanın Yeri ve Zamanı

Araştırmamız etik kurallar çerçevesinde gerçekleştirilmiş olup araştırmamız başlamadan önce Girişimsel Olmayan Etik Kurul (Karar No: 857 ve Karar Tarihi: 19.08.2021) izni alınmıştır. Betimsel araştırma olan bu çalışmada etik kurul onayı itibariyle Ağustos 2021 tarihinde veri toplanmaya başlamıştır. Çalışma COVID-19 ve pandemisini içerdiği için gerekli izinler Sağlık Bakanlığı Bilimsel Araştırma

Platformu'ndan alınmıştır. Görüşmeler Ağustos 2021 ve Nisan 2022 tarihleri arasında 20 kişi ile gerçekleştirilmiştir. COVID-19 sebebi ile katılımcılarla görüşme, sağlık veya mesafe faktöründen kaynaklı isteğe bağlı olarak uygulama üzerinden çevrimiçi görüntülü veya yüz yüze sağlanmıştır. Her bir görüşme 40-90 dakika aralığında sürmüştür.

5.4. Araç ve Gereçler

Kullanılan veri toplama araçları ile profesyonel ses sanatçılarının bakış açısından pandemi ve tam kapanma döneminin değerlendirilmesi hedeflenmiştir.

Elde edilen veriler sosyodemografik bilgi, tıbbi geçmiş ve pandemi sırasında profesyonel ses sanatçılarında vokal hijyen ve mesleki faaliyetleri içeren Sezin, R. K. tarafından (67) geliştirilen Ses Sağlığı Bilgi Düzeyi Formu 1. Bölümü izin alınarak araştırmacı tarafından 25 sorudan oluşan Görüşme Formu pandemi dönemine uyarlanarak oluşturulmuştur (Ek 10.2). Oluşturulan inceleme formuna üç uzman görüşü alınmıştır. Analiz edilen değişkenler yaş, cinsiyet, eğitim geçmişi, ses bozukluğu ve tıbbi geçmişi, ses şikayetleri, multidisipliner çalışma hakkında bilgi, pandemi öncesi ve dönemi mesleki prova ve performans süresi, vokal hijyen alışkanlıkları olarak belirlenmiştir.

5.4.1. Görüşme Formu

Kullanılacak olan yarı yapılandırılmış Görüşme Anketi sorularının hazırlanması sırasında, görüşülecek katılımcıların ihtiyaç ve haklarına duyarlı soruların seçilmesine özen gösterilmiştir. Görüşülecek katılımcılarla etkileşim ortamı yaratacak ve bu ortamın doğal akışı içinde gelişmesine imkan yaratacak soruların hazırlanmasına dikkat edilmiştir. Formu oluşturduktan sonra 1 deneme görüşme yapılmıştır. Bu deneme sonunda görüşme akışı için son düzenlemeler yapılmıştır. Anket üç ayrı kategoride oluşturulmuştur. Anketin ilk kategorisinde sosyodemografik bilgi ve tıbbi geçmişi içeren 9 soru ve katılımcının “Dil ve Konuşma Terapisti” mesleği hakkında bilgi ve düşüncesinin alındığı son soru ile toplam 10 sorudan oluşmaktadır.

Anketin ikinci kategorisi 11 sorudan oluşmaktadır. Mesleki faaliyetler, vokal hijyen ve ses alışkanlıklarındaki değişimlerin kıyaslanması amacıyla oluşturulan 11 soru katılımcılardan pandemi öncesi ve pandemi dönemi olmak üzere iki ayrı yanıt alınarak süreçteki yaşanan kişisel tecrübeleri anlatabilmesini amaçlamaktadır. Anketin üçüncü kategorisi 4 sorudan oluşmaktadır. Bu bölümde katılımcı mesleğinin hayatındaki yerini kapalı uçlu ve pandeminin tam kapanmaya bağlı bireysel etkileri oluşturan 3 soruyu ise açık uçlu yanıtlamıştır.

5.5. Veri Toplama

Yapılan görüşmeler katılımcıların pandemi süreciyle ilgili perspektiflerini, tecrübelerini, duygularını ve algılarını ortaya koymayı amaçlamıştır. Bu çalışmada veri toplama, pandemi süresince neler olup bittiği ve bu olanların araştırma grubunu nasıl etkilediğine ilişkindir. Görüşme öncesi katılımcının iş birliğinin edinilmesi için yazılı olarak araştırmacının kimliği, araştırmacının katılımcı adayın bilgilerini nereden edindiği, neden katılımcı olması istendiği açıkça beyan edilmiştir. Katılımcı tarafından onay alındıktan sonra tüm katılımcılardan ücretsiz ve Asgari Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu (Ek 10.1) aracılığıyla gönüllü olarak rızaları alınmıştır. İlk temas sonrası katılımcı ile görüşme zamanı ve yöntemi (yüz yüze veya çevrimiçi) kararlaştırılmıştır. Araştırmacı görüşmenin başında kendini tanıtmaya ve katılımcıyı tanımaya vakit ayırmıştır. Daha sonra sunmuş olduğu Görüşme Anketi (Ek 10.2) ile düşüncelerini duygularını ve deneyimlerini aktarmaları sağlanmıştır. Görüşme içinde hazırlanan sorular görüşülen her katılımcıya aynı şekilde sorulmuştur. Bu durum kişiler arası karşılaştırma yapabilmeye imkan tanımıştır.

5.6. Veri Analizi

Bu çalışmada analiz edilen sonuçlar sosyodemografik veriler, pandemi sırasında vokal hijyen, psikolojik etki, şarkı sesi kullanımı ve mesleki faaliyetlerdir. Araştırma verilerinin analizinde içerik analizi yapılarak elde edilen veriler kategorik olarak incelenmiş ve tablo altında açıklamaları yapılmıştır. Bu araştırmanın istatistik

analizinde SPSS 26.0 paket programı Wilcoxon testi kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıp dağılmadığı incelenmiş ve gruplar arası karşılaştırmalarda nonparametrik testler kullanılmıştır. Tüm değişkenlerin belirleyici istatistikleri (frekans, yüzde, ortalama, standart sapma, ortanca, min.-max. değerler) hesaplanmıştır.



6. BULGULAR

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulgular, araştırmanın amacına uygun olarak oluşturulan sorulara paralel bir şekilde verilmiştir. Araştırmamızda elde edilen veriler sonucunda aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranmıştır:

1. Pandemi döneminin profesyonel ses sanatçılarında mesleki faaliyetleri üzerinde etkisi olmuş mudur?
2. Pandemi döneminin profesyonel ses sanatçılarında psikolojik etkisi nedir?
3. Pandemi dönemi yaşanan kısıtlamalar nedeniyle profesyonel ses sanatçılarında vokal hijyen ve ses bakımı alışkanlıklarında değişiklik yaşanmış mıdır?

Aşağıda verilen tablo (Tablo 6.1) katılımcıların demografik bilgilerini ve tıbbi geçmişini içermektedir. Katılımcıların çoğunluğunu (%73,6) lisans mezunları oluşturmaktadır. Katılımcıların %78,9'u formal eğitimleri dışında meslekleri ile alakalı eğitim almışlardır. Katılımcıların %21,0'i sinüzit, %10,5'i alerjisi olduğunu belirtmiş ancak sesini etkileyecek düzeyde hissetmedikleri ve tanı almadıkları için çalışmadan dışlanmamıştır. Ayrıca bir katılımcı pandemi dönemi bireysel provaları sonrası ses bozukluğu tanısı aldığı ve pandemi öncesi böyle bir problemi olmadığı için çalışma dışı bırakılmamıştır.

Tablo 6.1. Sosyodemografik Bilgi ve Tıbbi Geçmiş

		Katılımcılar	
		n	%
Meslek	Ses sanatçısı	19	100,0
Eğitim durumu	Lisans	14	73,6
	Yüksek lisans	5	26,3
Meslekle ilgili alınan eğitim	Evet	15	78,9
	Hayır	4	21,0
Alerji/ sinüzit/ larenjit	Yok	13	68,4
	Sinüzit	4	21,0
	Alerji	2	10,5
Reflü şikâyetleri	Yok	14	73,6
	Var	5	26,3
Sürekli kullanılan ilaç/ilaçlar	Yok	16	84,2
	Antidepresan	3	15,7
COVID-19 geçirme durumu	Hayır	14	73,6
	Evet	5	26,3
Ses ile ilgili ameliyat veya sesle ilgili anestezi alımı	Hayır	19	100
Ses bozukluğu tanısı	Hayır	18	94,7
	Evet	1	5,2

Katılımcılara “Formal eğitiminiz dışında mesleğinizle ilgili bir eğitim aldınız mı?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K3: Alanımla ilgili kurs, workshop, masterclass, seminer ve çeşitli panellere katılım sağlayarak kendimi dinamik tutmaya çalışıyorum. İki yıl stil ve yorum üzerine vokal koçluk aldım.

K5: 3 yıl şan eğitimi aldım.

Katılımcılara “Alerji/sinüzit/larenjitiniz var mı?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K6: Bazen kirli havadan alerjim oluyor.

K7: Yok.

Katılımcılara “Reflü şikâyetleriniz var mı?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K3: Yediklerime dikkat etmediğim dönemlerde oluyor ancak sürekli değil. Mide reflüsünde sıkıntı yok ama boğaz reflüsünde sıkıntı yaşadığım zamanlar oldu. Dikkat ettiğim için artık olmuyor.

K4: Yok.

Katılımcılara “Sürekli kullandığınız ilaç/ilaçlar var mı? Varsa nedir?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K3: Yok.

K18: Pandemi dönemi 6 aydır antidepresan kullandım 5 ay önce bıraktım.

Katılımcılara “Sesinizi etkilediğini düşündüğünüz bir ameliyat geçirdiniz mi veya sesinizle alakalı anestezi altında bir inceleme yapıldı mı?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K6: Yapılmadı..

K8: Sekiz yıl önce burun ameliyatı oldum, sesime bir etkisi olmadı.

Katılımcılara “Ses bozukluğu tanısı aldınız mı/nedir/ne zaman? Şuan ses probleminiz varsa ses probleminizi kısaca özetleyiniz.” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K15: Hayır.

K12: Şuan ilk defa böyle bir sorun yaşıyorum, pandemi öncesi böyle bir şey yaşamamıştım. Tüm notalarda bunu hissetsem de özellikle tiz seslerde bu nefesliliği ve pürüzlülüğü çok hissetmeye başladım. Provalarda zorlandığımı hissedeli 3-4 ay kadar oldu ama son zamanlarda bu durum sesime çok yansımaya başladı. Videostroboskopi ile yapılan değerlendirmede çift taraflı sekresyon oluşturduğunu gördük. Bir gösterimiz vardı ve pandemide sıkı çalışmamız gerekiyordu. Şuan gösterimizi bitirdik ve sesimi dinlenmeye aldım. Sonrasında şan hocamla ses terapisine başlayacağız.

Tablo 6.2. Dil ve Konuşma Terapisti Bilinirliği

		Katılımcılar	
		n	%
Dil ve konuşma terapistiği mesleği kapsamı hakkında bilgi	Bilgim yok	7	36,8
	Diksiyon ile ilgili	4	21,0
	Ses bozukluğu ile ilgili	4	21,0
	Konuşma sesi bozukluğu ile ilgili	3	15,7
	Kekemelik ile ilgili	1	5,2

Katılımcılara “Dil ve konuşma terapistleği mesleğini duydunuz mu? Meslek kapsamı hakkında bir bilginiz var mı, neler biliyorsunuz?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K4: Evet Zoraki Kral’daki sahne geliyor aklıma. Toplum içerisinde kendisini net bir şekilde ifade edemeyip ileri derecede konuşma bozukluğu çeken insanlara yardımcı olan kişi diyebilirim.

K8: Bizim için çok önemli bir sağlık personelisiniz, işimiz sesle olunca en ufak bir aksilikte bile stres yaşayabiliyoruz. Bu yüzden mesleğiniz çok kutsal.

K9: Konuşmayı, telaffuzları, nefesi doğru kullanmak için eğitim veren meslek çalışanıdır. Şarkı söyleyen her profesyonel destek almalı diye düşünüyorum ama terapist bulmak da bir o kadar zor.

K13: Dil ve konuşma terapisti denince aklıma diksiyon sorunları geliyor ancak ses terapisti denildiğinde ses terapisi veren kişi olarak düşünüyorum. İkinin aynı meslek olduğunu düşünmemiştim.

K15: Güzel okuma ile alakalı olduğunu düşünüyorum.

K18: Duymamıştım.

Tablo 6.3. Mesleki Faaliyet

		Katılımcılar	
		n	%
Pandemi öncesi haftalık performans (çevrimiçi veya yüz yüze)	0-1 saat	0	0,0
	1-3 Saat	8	42,1
	3-5 Saat	4	21,0
	5 Saat ve üzeri	7	36,8

Pandemi dönemi haftalık performans (çevrimiçi veya yüz yüze)	0-1 saat	14	73,6
	1-3 saat	2	10,5
	3-5 saat	2	10,5
	5 saat ve üzeri	1	5,2
Pandemi döneminde haftalık performans (çevrimiçi veya yüz yüze)	Arttı	1	5,2
	Değişmedi	1	5,2
	Azaldı veya hiç olmadı	17	89,4
Pandemi öncesi haftalık prova süresi (çevrimiçi veya yüz yüze)	1-2 Saat	4	21,0
	2-3 Saat	3	15,7
	3-5 Saat	5	26,3
	5 saat ve üzeri	7	36,8
Pandemi dönemi haftalık prova süresi (çevrimiçi veya yüz yüze)	1-2 saat	6	31,5
	2-3 saat	8	42,1
	3-5 saat	5	26,3
	5 saat ve üzeri	1	5,2
Pandemi döneminde haftalık prova süresi (çevrimiçi veya yüz yüze)	Arttı	0	0,0
	Değişmedi	2	10,5
	Azaldı veya hiç olmadı	17	89,4

*Pandemi öncesi PÖ, pandemi dönemi PD olarak kısaltılmıştır.

Katılımcılara “Ortalama olarak haftada kaç saat performans gösteriyorsunuz?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K3: PÖ: Haftada ortalama 5 saat ders verip ayda 2 yada 3 defa konser veriyordum. PD: Ders yoğunluğu yarıya düştü ve çevrimiçi devam etti, konserler de tamamen iptal oldu.

K11: PÖ: haftada 16-12 saat. PD: 2 yıl kapanmada sadece 1 hafta sahneler açıldığında toplam 6 saat sahne alabildim.

Katılımcılara “Günlük provalarınız kaç saat sürüyor?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K5: PÖ: Oldukça yoğun bir süreçti ve haftada 4 defa sahne alıyordum. Provalar da bu yüzden yoğundu. PD: Tüm performanslarım iptal oldu ve 2 yıl sahne alamadım, başka sektörde çalışmak zorunda kaldım.

K6: PD yarı yarıya azaldı diyebilirim.

Araştırma kapsamında katılımcılara ortalama olarak haftada kaç saat performans gösterdikleri sorusuna verilen pandemi öncesine ve pandemi sürecindeki sonuçları arasındaki farkın anlamlılık düzeylerini belirlemek için Wilcoxon testi uygulanmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak yorumlanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 6.3.1.’de verilmiştir.

Tablo 6.3.1. Haftalık Performans Süresinin Pandemi Öncesine Göre Karşılaştırılması

n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	p
---	-----------------	--------------	---	---

Negatif Sıralar	17	9,97	169,50	-3,664	,000
Pozitif Sıralar	1	1,50	1,50		
Fark olmayanlar	1				

Tablo 6.3.1 incelendiğinde katılımcılara ait pandemi öncesi ve pandemi süreci performans sürelerinin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olduğunu göstermektedir ($p=,000$; $p<,05$). Katılımcılardan bir tanesinde performans süresi değişmemiş, bir tanesinde artmış ve buna karşılık 17 katılımcının performans sürelerinde azalma olduğu görülmektedir. Bu bulgu pandemi sürecinin katılımcıların performans sürelerini olumsuz yönde etkilediğini belirtmektedir.

Katılımcıların haftalık olarak yaptıkları provaların ne kadar sürdüğü ile ilgili olarak pandemi öncesi ve pandemi süresinde aralarındaki farklılığın anlamlı olup olmadığı Wilcoxon testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 6.3.2’de verilmiştir.

Tablo 6.3.2. Haftalık Prova Süresinin Pandemi Öncesine Göre Karşılaştırılması

	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	p
Negatif Sıralar	17	9,00	153,00	-3,625	,000

Pozitif Sıralar 0 ,00 ,00

Fark olmayanlar 2

Tablo 6.3.2 incelendiğinde katılımcılara ait pandemi öncesi ve pandemi süreci prova sürelerinin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ($p=,000$; $p<,05$). Katılımcılardan iki tanesinde performans süresi değişmemiştir geri kalan 17 katılımcının prova sürelerinde azalma olduğu görülmektedir. Bu bulgu pandemi sürecinin katılımcıların prova sürelerini olumsuz yönde etkilediğini ve prova için ayrılan sürenin azaldığını belirtmektedir.

Tablo 6.4. Vokal Hijyen

		Katılımcılar	
		n	%
Pandemi öncesi ses ısıtma ve ses soğutma egzersizleri	Evet	16	84,2
	Hayır	3	15,7
Pandemiden döneminde ses ısıtma ve ses soğutma egzersizleri	Arttı	0	0,0
	Değişmedi	5	26,3
	Azaldı	14	73,6
Pandemi öncesi düzenli uyku	Düzenli	6	31,5
	Düzensiz	13	68,4
Pandemi döneminde düzenli uyku	Düzenli	4	21,0

	Düzensiz	15	78,9
Pandemi öncesi günlük su tüketimi sıklığı (Günlük/litre)	0-1 Litre	6	31,5
	1-3 Litre	11	57,8
	3 Litre üzeri	2	10,5
Pandemi döneminde günlük su tüketimi sıklığı (Günlük/litre)	0-1 Litre	1	5,2
	1-3 Litre	16	84,2
	3 Litre üzeri	2	10,5
Pandemiden dönemde günlük su tüketimini sıklığı	Arttı	5	26,3
	Azaldı	4	21,0
	Değişmedi	10	52,6
Pandemi öncesi kafeinli içecek (kahve, çay, kola vs.) içme sıklığı (Günlük/bardak)	0	2	10,5
	1-3 bardak	9	47,3
	3 üzeri bardak	8	42,1
Pandemi döneminde kafeinli içecek (kahve, çay, kola vs.) içme sıklığı (Günlük/bardak)	0	1	5,2
	1-3 bardak	8	42,1
	3 üzeri bardak	9	47,3
Pandemi döneminde kafeinli içecek (kahve, çay, kola vs.) içme sıklığı	Arttı	8	42,1
	Azaldı	4	21,0

	Değişmedi	7	36,8
Pandemi öncesi bitki çayı içme sıklığı	İçmem	4	21,0
	Nadiren	12	63,1
	Sık	3	15,7
Pandemi döneminde bitki çayı içme sıklığı	Arttı	2	10,5
	Azaldı	1	5,2
	Değişmedi	16	84,2
Pandemi öncesi naneli şeker, pastil türevlerini tüketme sıklığı	Tüketmem	13	68,4
	Bazen	1	5,2
	Sahne alırken	5	26,3
Pandemi döneminde naneli şeker, pastil türevlerini tüketme sıklığı	Arttı	2	10,5
	Azaldı	7	36,8
	Değişmedi	10	52,6
Pandemi öncesi geç saatte yemek yeme alışkanlığı	Evet	8	42,1
	Hayır	10	52,6
	Nadiren	1	5,2
Pandemi döneminde geç saatte yemek yeme alışkanlığı	Arttı	4	21,0
	Azaldı	3	15,7
	Değişmedi	12	63,1
	Hayır	9	47,3

Pandemi öncesi sigara ve türevi irritan madde kullanımı (Evet	10	52,6
Pandemi öncesi sigara ve türevi irritan madde kullanımı (Günlük)	0	9	47,3
	1-10	3	15,7
	10 üzeri	7	36,8
Pandemi döneminde sigara ve türevi irritan madde kullanımı (Günlük)	0	9	47,3
	1-10	4	21,0
	10 üzeri	6	31,5
Pandemi döneminde sigara ve türevi irritan madde kullanımı	Arttı	4	21,0
	Azaldı	4	21,0
	Değişmedi	11	57,8
Pandemi öncesi alkol tüketimi (Haftada)	Hayır	6	31,5
	Evet	13	68,4
Pandemi öncesi alkol tüketimi (Haftada/Bardak)	0	6	31,5
	1-5	10	52,6
	5 üzeri	3	15,7
Pandemi döneminde alkol tüketimi (Haftada/Bardak)	0	8	42,1
	1-5	6	31,5
	5 üzeri	5	26,3
Pandemi döneminde alkol tüketimi	Arttı	2	10,5
	Azaldı	3	15,7

Katılımcılara “Ses ısıtma ve ses soğutma egzersizleri yapıyor musunuz?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K12: PÖ: Evet disiplinliydim. PD: Daha kısa yapmaya başladım %25 azaldı diyebilirim.

K13: PÖ: Çalışma öncesi sonrası düzenli yapıyorum ve PD değişmedi.

K14: PÖ ve PD düzenli olarak yaptım ancak pandemi sonlarına doğru biraz motivasyonum düştü diyebilirim.

Katılımcılara “Düzenli uyur musunuz?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K8: PÖ: Düzenliydi. PD: Gecem gündüzüm çok karıştı.

K9: PÖ: Düzensizdi ama PD’e göre düzenli. PD: Günde 3 saatlik uyku, stresten egzama bile çıktı.

Katılımcılara “Günlük su tüketiminiz nedir?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K7: PÖ 1.5-2 litre içerdim ancak PD yaklaşık 4 litre mevsim farketmeksizin içiyorum.

K8: PÖ: neredeyse hiç PD: artırdım birkaç bardak ama çok artmadı

Katılımcılara “Kafeinli içecekler (kahve, çay, kola vs.) içiyor musunuz?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K8: PÖ: Kahve 5 kupa, çay 6-7 bardak. PD: Çay çok arttı. Kahve 4 kupa, çay 2 demlik kadar içiyorum.

K9: PÖ: Kahve haftada 2 kez, çay günde 5 bardak. PD: Kahve haftada 2 kez, çay günde 1 demlik.

Katılımcılara “Bitki çayı içiyor musunuz?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K14: PÖ çok değildi, PD arttı.

K15: Değişmedi, bazen içiyorum.

Katılımcılara “Naneli şeker, pastil türevlerini tüketme sıklığınız nedir?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K10: PÖ ve PD aynıydı, sık tüketmem.

K11: PÖ nadir, PD sahneye dönmeden önce prova yoğunluğundan sürekli kullanmam gerektiği bir zaman oldu.

Katılımcılara “Geç saatte yemek yeme alışkanlığınız var mı?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K8: PÖ düzenli ve dikkat ediyorum ama PD çok düzensizdi.

K9: PÖ en geç 21.00 da yerdim yemeğimi, PD geç yemeye başladım ve sağlıksız beslendim, 10 kilo aldım.

K10: PÖ ve PD aynıydı ve yoktu.

Katılımcılara “Sigara ve türevi iritan madde kullanır mısınız?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K7: PD 2008'den beri günlük 1 paket oluyordu. PD daha azaldı aslında.

K8: PÖ günde 1 paket sigara, 10 yıldır kullanıyorum ve PD değişmedi.

K9: PÖ 7 yıldır sigara içmiyordum. PD sigaraya başladım, 8 aydır günde 10 sigara içiyorum.

Katılımcılara “Alkol kullanır mısınız? Kullanıyorsanız hangi sıklıkla ve ne kadar tüketiyorsunuz?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K7: PÖ alkol çok nadir 2-3 ayda bir, PD değiştirmedim aralığı.

K8: PÖ ayda 1, 2-3 bira o kadar, PD değişmedi.

K17: PÖ sahnem olacağı için az içtim, PD daha çok içiyorum.

Pandemi sürecinde katılımcıların günlük olarak tükettikleri su ile ilgili pandemi öncesi ve pandemi süresinde aralarındaki farklılığın anlamlı olup olmadığı Wilcoxon testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 6.4.1’de verilmiştir.

Tablo 6.4.1. Günlük Su Tüketiminin Pandemi Öncesine Göre Karşılaştırılması

	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	p
Negatif Sıralar	4	4,75	27,00	-,543	,587
Pozitif Sıralar	5	3,60	18,00		

Tablo 6.4.1 incelendiğinde katılımcılara ait pandemi öncesi ve pandemi sürecindeki su tüketiminin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir ($p=,587$; $p>,05$). Katılımcılardan 10 kişide su tüketimi değişmemişken, 4 kişide azalma olduğu ve 5 kişi de ise su tüketiminin arttığı görülmektedir.

Kafeinli içeceklerin (kahve, çay, kola vs.) günlük tüketimi ile ilgili olarak katılımcılardan alınan verilerin pandemi öncesi ve pandemi sürecinde farklılaşma olup olmadığını incelemek için Wilcoxon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 6.4.2’de verilmiştir.

Tablo 6.4.2. Günlük Kafein Tüketiminin Pandemi Öncesine Göre Karşılaştırılması

	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	p
Negatif Sıralar	4	8,00	32,00	-,551	,581
Pozitif Sıralar	8	5,75	46,00		
Fark olmayanlar	7				

Tablo 6.4.2 incelendiğinde katılımcılara ait pandemi öncesi ve pandemi sürecindeki kafeinli içecek tüketiminin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir ($p=,551$; $p>,05$). Katılımcılardan 7 kişide kafeinli içecek tüketimi değişmemişken, 4 kişide azalma olduğu ve 8 kişi de ise kafeinli içecek tüketiminin arttığı görülmektedir.

Sigara ve türevi madde kullanım sıklığının pandemi öncesi ve pandemi sürecinde aralarında farklılaşma olup olmadığı Wilcoxon testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 6.4.3'te verilmiştir.

Tablo 6.4.3. Günlük Sigara ve Türevleri Tüketiminin Pandemi Öncesine Göre Karşılaştırılması

	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	p
Negatif Sıralar	4	3,50	14,00	-,563	,574
Pozitif Sıralar	4	5,50	22,00		
Fark olmayanlar	11				

Tablo 6.4.3 incelendiğinde katılımcılara ait pandemi öncesi ve pandemi sürecindeki sigara ve türevleri tüketiminin karşılaştırılmasında, istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir ($p=,574$; $p>,05$). Katılımcılardan 11 kişide tütün ürünleri tüketimi değişmemişken, 4 kişide azalma olduğu ve 4 kişi de ise sigara ve türevleri tüketiminin arttığı görülmektedir.

Alkol tüketim sıklığının pandemi öncesi ve pandemi sürecinde istatistiksel olarak farklılaşma olup olmadığı Wilcoxon testi ile analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 6.4.4'te verilmiştir.

Tablo 6.4.4. Alkol Tüketiminin Pandemi Öncesine Göre Karşılaştırılması

	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	Z	p
Negatif Sıralar	3	2,00	6,00	-,406	,684
Pozitif Sıralar	2	4,50	9,00		
Fark olmayanlar	14				

Tablo 6.4.4 incelendiğinde katılımcılara ait pandemi öncesi ve pandemi sürecindeki alkol tüketiminin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir ($p=,684$; $p>,05$). Katılımcılardan 14 kişide alkollü içecek tüketimi değişmemişken, 3 kişide azalma olduğu ve 2 kişi de ise alkollü içecek tüketiminin arttığı görülmektedir.

Tablo 6.5. Mesleki Alışkanlıklar ve Stres Düzeyi

		Katılımcılar	
		n	%
Mesleği hakkında hisleri, hayatımdaki en önemli	Şey	6	31,5
	3 şeyden biri	12	63,1
	3 şeyden biri değil	1	5,2
Yaşanan stres hissi	Evet	14	73,6
	Hayır	5	26,3
Pandemi döneminde yaşanan stres hissi	Arttı	9	47,3
	Azaldı	3	15,7
	Değişmedi	7	36,8

Katılımcılara “Kendinizi genelde yoğun stres altında hisseder misiniz?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K28: Pandemide arttı.

K19: Evet, zamansal ve ekonomik anlamda stres oluyorum. Çevremde çok profesyonel insan var, yetişmek istiyorum.

Tablo 6.6. Pandemi Döneminin Pozitif ve Negatif Etkileri

		Katılımcılar	
		n	%
Pandeminin size pozitif etkileri oldu mu? Nelerdir?	Olmadı	5	26,3
	Beste	6	31,5
	Klip, proje	4	21,0
	Aile	2	10,5
	Kişisel gelişim	2	10,5
Pandeminin size negatif etkileri oldu mu? Nelerdir? (Katılımcılardan birden çok yanıt veren olmuştur)	Kaygı	9	47,3
	Ekonomik	7	36,8
	Motivasyon düşüklüğü	3	15,7
	Asosyal etki	3	15,7
	COVID-19'un sese etkisi	2	10,5

Katılımcılara “Pandeminin size pozitif etkileri oldu mu? Nelerdir?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K3: Olmadı. Şan derslerini uzaktan yönetmek, İstanbul’dan uzaklaşmak biraz daha yeşillığe dönmek iyi oldu. Ama haricinde işimle, hayatımla, performansım ile ilgili olarak aksine belki hayatımızdan çaldı bile diyebilirim bence.

K4: Sadece yemek yapmayı öğrendim. Evet biraz daha kendime dönmüş oldum diyebilirim.

K5: Günlerim yoğun geçiyor ve geç saatlerde geliyordum. Ailemle iletişimim fazla olmuyordu pandemi zamanı ailemle zaman geçirme fırsatım oldu.

K16: Bireysellik kattı, tek başına üretebilme arzumuz ve yetimiz arttı. İç dünya ile yüzleşme süreci başladı. Kapandığım süreçte ürettim, istediğim müziği çalışabildim.

Katılımcılara “Pandeminin size negatif etkileri oldu mu? Nelerdir?” Diye sorulduğunda verilen örnek yanıtlar aşağıda verilmiştir.

K5: Pandemi başladı bende şu soru işareti oluşmaya başladı; acaba gerçekten doğru mesleği mi yapıyorum? Sahneye çıkmadan önce ses çalışması yapayım dediğimde nasıl yapacağımı unuttuğumu farkettim. Bence pandemi sanatçılara yaramadı. Pandemi öncesi neredeyse haftada 4 gün programım oluyordu. Bir hafta içerisinde koronavirüs sebebiyle performanslarım iptal oldu ve 2 yıl sahne alamadım. Bazı arkadaşlarım aile evine dönmek zorunda kaldı. Ben ise iki yıl boyunca başka bir sektörde çalıştım. Sahneyi çok özliyordum.

K6: Mesleki kaygı oluştu bende, ayrıca covid geçirdikten sonra sesimin çabuk yorulduğunu ve perde aralığının düştüğünü hissediyorum. Bu durum bende sesimi icra edemeyeceğim korkusu oluşturdu. Yeni normale döndüğümüzde eski performansımı gösterebilecek miyim diye kaygılar oluşmaya başladı.

K9: Pandemi bizim için ekonomik anlamda para kaygısı oluşturdu. Ayrıca grup olarak çıkan müzisyenler için iş daha da zorlaştı. Pandemi dönemi olmasından kaynaklı hiçbir araya gelemedik ve bireysel provalarla yetinmek zorunda kaldık.

K11: PÖ sahneler 4 saat sürüyordu ama sesim bu kadar yorgun olmuyordu. Ancak pandemi sonlarında sahnelere çıkmaya başladığımdan beri 2.5 saatten sonra sesim çok zorlanıyor. Sesim sahne sonlarında çok yoruluyor ve sesimin tembelleştiğini hissediyorum.

K13: Sahne sanatlarıyla uğraşan bizler sosyal insanlarız, insanlara görünmeyi seviyor ve mesleğimizi sahnede sergiliyoruz. Bunlardan bu kadar süre uzun kalmak başta ertelenen işler ve kendimizle başbaşa kalmak için iyi gelse de devam eden süreçte mesleki anlamda büyük bir özgüven sorununa dönüştürdü. Ve sahnelere dönüş kolay olmadı. Son hazırladığım gösterinin provaları ve yoğun çalışma temposu ile şuan nodül sorununum başladı. Sonuçta performans gösteriyoruz ve bunun anlamlı kılan şey izleyen bir kitle olması. Bu süreç uzadıkça kendi kendime yaptığım için herşey anlamsızlaşmaya başladı.

K14: Devlet sanatçısı olduğum için beni maddi olarak etkilemedi ama en acısı da enstrümanlarını satmak zorunda kalan sanatçılarımızın olduğu gerçeği idi.

K16: Sahnelerden uzak kaldık, işimi aktif yapamadım, sosyalleşemedim. Yaşanan psikolojik stresin vokal hijyenden çok daha fazla sesi etkilediğini düşünmeye başladım. Evde kendi başıma prova yapınca sesimi ses kaydına alıp danışmak istediğim arkadaşlarıma yollayıp geri dönüt aldım. Zaman zaman sesimi algılamakta zorluklar yaşadığımı farkettim.

K19: Şevkim kırıldı, beni üretkenlik açısından zora soktu. Yalnız hissettiğim bir nokta oldu. Bence pandemi bize “hiç birimiz özel değiliz”i hatırlattı. Fark ettik ki eve kapandığında herkes aynı, Michael Jackson’un “Man in the Mirror” şarkısında dediği gibi hepimizin aynaya bakması gerektiğini gösterdi. Pandemi 2 tane klip çektim ama gerçekten zor şartlar altında, yönetmen garajında çektik. Ekonomik, psikolojik ve sosyal anlamda çok etkiledi. İntihar etme girişimi olan arkadaşlarım oldu. Biz sadece kendimiz için değil, paylaşmak için üretiyoruz.

7. TARTIŞMA

Pandemi etkisinin incelenmesi amacıyla literatürdeki araştırmaların çoğu kesitsel olmakla beraber, bir kısmı pandemi sırasında toplanan verileri önceki yıllarda aynı popülasyon tarafından aynı anketlere verilen yanıtlarla karşılaştırmış, birkaçı ise katılımcılardan pandemi öncesi refahlarını geriye dönük olarak derecelendirmelerini istemiştir. Çalışmalar arasında profesyonel ses sanatçıları pandeminin çeşitli zararlı duygusal, bilişsel davranışsal ve sağlıkla ilgili etkilerini bildirmiştir (68). Pandemi etkilerinin sonuçları mesleki faaliyet (finansal etki, prova ve performans, yaratıcı kimliğin korunması), psikolojik iyi oluş (psikolojik etki, kariyer kaygısı, sosyal bağlantılar), vokal hijyen ve ses sağlığı, olumlu etki, pandemi sonrası sahnelere dönüş ve multidisipliner çalışma başlıkları altında incelendi.

MESLEKİ FAALİYET

Çalışmamızda pandemi döneminin etkileri sorulduğunda katılımcılar, genel olarak mesleklerinin ve sanat sektörünün geleceği ile ilgili endişelerini dile getirdiler. İptal olan performanslar ve beraberinde azalan provalar, mesleki ve finansal açıdan kaygıya sebep olduğu; yaratıcı kimliğin korunmasında ise sürecin belirsizliği motivasyon açısından tehlike unsuru oluşturduğu gözlemlendi.

Finansal Etki

Pandemi döneminde sosyal temastaki kısıtlamalar nedeniyle performanslar ve grup provalarına kısıtlama getirilmiştir. Performansların iptali beraberinde mali olarak olumsuz etkileri de getirmiştir. Çalışmamızda pandemi sebebiyle mesleki faaliyetlere ara verilmesinin ardından katılımcılardan %36,8'i çektiği ekonomik sıkıntılar; *ekonomik özgürlüğün bitmesi, para ve mesleki kaygıların oluşması, birkaçının ise bu dönemde farklı bir sektörde çalışmak zorunda kaldığı veya enstrüman satmak zorunda kaldığı* şeklinde ifade etmişlerdir.

Cohen ve Ginsborg'un (14) çalışmasında pandemi sebebiyle mesleki faaliyetlere ara verilmesi ve ani iş bırakma zorunluluğu, özellikle genç profesyoneller için, genellikle duygusal olarak bunaltıcı olduğu verisi elde edilmiştir.

Birleşik Krallık'ta COVID-19 tam kapanma dönemi 385 sahne sanatları profesyoneli ile yapılan bir araştırmada ise 2 ayrı çalışma yürütülmüştür. Çalışma 1'de HEartS Profesyonel Anketi kullanılmış ve Çalışma 1'den elde edilen bulgularda %53'ü finansal sıkıntı yaşadığını ve %61'i finansman konusunda destek aradığını bildirmiştir (15). Crosby ve McKenzie'in (69) COVID-19'un Avustralyalı müzisyenleri nasıl etkilediğine ilişkin yaptığı araştırmada, 203 müzisyen verisi alınmış ve 200'ü mali olarak olumsuz etki yaşadığını bildirmiştir. Başka bir araştırmada ise 168 katılımcının sadece %29,2'si salgın öncesine benzer bir geliri korurken, %70,8'i maaş aralığında düşüş gösterdiği görülmüştür (70). Örnek verilen çalışmalarda da görüldüğü gibi, katılımcıların %50'sinden fazlası gelirlerinde azalma olduğunu bildirmiştir (15, 69, 70).

Flore, Hendry ve Gaylor'un (16) 40 kişi ile yaptığı bir araştırmada katılımcıların büyük bir kısmının pandemi dönemi aile veya arkadaşlarından maddi destek aldığı verisi elde edilmiştir. Yapılan başka bir güncel çalışmada 24 serbest çalışan orkestra müzisyeni ile Zoom üzerinden yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. 24 katılımcının tamamı, karantinanın başlangıcında ani bir iş kaybı ile mali zorluklar yaşadığını tanımlamıştır (14).

Yukarıda bahsedilen birçok çalışmada sahne sanatları alanında çalışan profesyonellerin çoğunluğunun iş hayatındaki önemli azalma göz önüne alındığında, birçoğunun pandeminin derin bir mali etkisi olduğunu bildirmiştir (14, 15, 16, 69, 70). Crosby ve McKenzie'nin çalışmasında (69), birçok katılımcı yaratıcı istihdamın devam etmesi konusunda iyimser olsa da, kendi sanatsal hizmetleri ve genel olarak canlı performanslar için talebin geri dönüşüne güvenlerinin düşük olduğunu bildirmişlerdir.

Prova ve Performans

Yaptığımız araştırmada katılımcıların %89,4'ü performans ve aynı oranda (%89,4'ü) prova için pandemi öncesine kıyasla azaldığı veya hiç olmadığı bildirildi. Pandemi dönemi %63,1'i hiç performans gösteremediklerini söylerken hiç prova yapmayanların oranı ise %26,3 olarak bulundu.

Araştırma kapsamında katılımcıların haftalık performans sürelerinin pandemi öncesine ve pandemi sürecindeki sonuçları arasındaki farkın anlamlılık düzeylerini belirlemek için uygulanan Wilcoxon testi analizinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olduğunu göstermektedir ($p=,000$; $p<,05$). Katılımcılara ait pandemi öncesi ve pandemi süreci prova sürelerinin karşılaştırılmasında uygulanan Wilcoxon testi analizinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ($p=,000$; $p<,05$).

Araştırmamızda prova sürelerinin azalması veya hiç yapılmamasının sebepleri arasında ev ortamının uygun olmaması ve apartman sakinlerine rahatsızlık vereceği düşüncesi ile istenilen ses aralıklarına çıkamamaları, performanslarını grup olarak sergileyen sanatçıların grup çalışması yapamamaları, bireysel çalışmalardan ise grup çalışmalarının ses algısı olarak daha yön verici, verimli olduğunu ve sahneye çıkma düşüncesiyle prova yapmanın motivasyon sağladığı ancak tam kapanmanın bu motivasyonu düşürdüğü dile getirildi. Pandemi dönemi nadiren de olsa performansları bir süre devam eden sanatçılar vardı. Ancak hiçbirinin performansı pandemi boyunca devam etmedi. Pandemi dönemi yapılan prova ve performanslarda tedbir amacıyla maske kullanımı zorunluluğu getirildiği bilgisi alındı. Ancak maske ile yapılan gösterilerde normalden çok daha vokal efor gerektirmesi sebebiyle sanatçılar bu şekilde devam etmenin sesleri açısından zorlayıcı olduğunu düşünmüş ve sonraki performanslarını iptal ettiği veya performansta yer almadığı bilgisini aktarmışlardır.

COVID-19 salgını, büyük grupların, uzun vadede etkinliklerde toplanma şeklini etkilemiştir. Bu, grupların nasıl birlikte şarkı söyleyecekleri de dahil olmak üzere çeşitli sorunlar doğurmuştur (36). Spiro ve ark.'nın çalışmasında (15), 385 katılımcının %71'i prova, %96'sı performans için pandemi öncesine göre daha az zaman harcadığını bildirmiştir. Rosset, Baumann ve Altenmuller'in (17) yaptığı çalışmada 2020'de bir Alman müzik üniversitesinde performans ve müzik eğitimi programlarına kayıtlı 80 öğrenciyle yapılan çevrimiçi anketinin, aynı müzik üniversitesinde 2019'da gerçekleştirilen 75 öğrenciyle yapılan bir anketin verileriyle karşılaştırılmıştır. Katılımcıların %75'i prova odalarına erişimin olmadığı, konsantrasyon güçlüğü ve zihinsel sağlık sorunlarının onları prova ve performanslardan alıkoyduğunu bildirilmiştir.

Glasgow Doğaçlamacılar Orkestrası'nın COVID-19 salgını sırasında 29 katılımcıyla yaptığı çevrimiçi röportaj aracılığıyla elde edilen veriler sonucunda uzaktan performanslara katılmak için ek çaba ve hazırlık süresi gerektiği; ev ortamının da bir engel olarak ortaya çıktığı; sınırlı alan sorunu gibi dikkat dağıtıcı faktörler olmadan prova yapmalarının bir yolunu bulmadaki zorluklarla ilgili sorunları dile getirilmiştir (71).

Alanyazındaki başka bir araştırmada 22 Kutsal Arp şarkıcıları ile yarı yapılandırılmış röportajlar yapılmıştır. Katılımcıların çoğu provalardaki zorluklardan bahsederken; prova için topluluğu bir araya getirmenin tatmin edeceğini ancak şarkı söylerken rahat olamadığını, bunun nedeninin bir apartman dairesinde yaşaması ve tam seste şarkı söyleyememesi olarak belirtilmiştir (55).

Hong Kong Sahne Sanatları Akademisi'nde, 76 öğretmen ve 163 öğrenci katılımcı ile Temmuz 2020 tarihinde COVID-19 pandemisinin sahne sanatları eğitimini nasıl etkilediğine dair yapılan bir anket araştırması gerçekleştirilmiştir. Anket sonuçlarında pandemi sebebiyle getirilen kısıtlamalarda gerçekleştirilen provalarda sınırlı alanın performansı zorlaştırdığı bilgisi elde edilmiştir (72).

Bahsedilen çalışmalarda da belirtildiği gibi katılımcılar yaratıcı arayışları ve provaları sürdürmenin önünde çeşitli engeller olduğunu bildirmişlerdir. Bu engeller sonucunda yaptıklarının anlamsız olduğunu hissetmek ve topluluğun bir parçası olmak yerine tek başına prova gerçekleştirmek gibi çeşitli nedenlerle kendini motive etmekte zorlandıkları bildirilmiştir (15, 17).

Yaratıcı Kimliğin Korunması

Yaratıcılık, sanatçıyı oluşturan temel öğelerden biridir. Bu yüzden çalışmamızda yaratıcı kimliğin korunması temasını ayrı başlıkta inceledik ve katılımcılara mesleklerinin hayatlarındaki yerini sorduk. %31,5'si ilk sırada derken toplam %94,7 oran ile katılımcıların mesleklerini hayatlarında ilk üç sıraya koymasına mesleklerinin sadece iş değil yaşam tarzı anlayışı olarak literatürü desteklemektedir.

Çalışmamızda katılımcılardan yarısı sahnelerden uzak kalması ile beraber yaşanan duraksama ile yaratıcı faaliyetlere yöneldi. Yaratıcı kimliğini korumak amacıyla provalar için evini, klip çekimi için araba garajını stüdyoya çeviren ve bu şekilde yaratıcı faaliyetlerine devam etmeye çalışan katılımcılar olduğu görüldü. Bunun yanında performanslardan zaman kalmadığı için yaratıcı faaliyetlere zaman ayıramayan veya erteleyen sanatçılar için pandemi döneminin; yaratıcılığa, üretmeye açlık olarak döndüğünü düşünenler de bulunmaktadır. Katılımcıların %31,5'i beste çalışmaları yaparken %21,0'i ise klip çekimi ve dijital projelere ağırlık verdiği verisi elde edildi. Ancak yaşanan bu pandemi döneminde yaratıcı kimliklerini sorgulayanlar olmakla birlikte %47,3 oranında katılımcı pandemi dönemi mesleğe ve geleceğe yönelik kaygı yaşadığını dile getirmiş ve %15,7'ü kendini motive etmede oldukça zorlandığını ifade etmişlerdir.

Flore, Hendry, Gaylor'un (16) 2021 yılında 40 katılımcı ile yaptığı bir çalışmada sahne sanatlarındaki profesyoneller için sanat, sadece bir işten ziyade bir yaşam tarzı olarak algılanmıştır. Nitel bir çalışma olan Cohen ve Ginsborg'un (14) araştırmasında, 24 katılımcının beşi müzisyen olarak kimlikleriyle yeniden bağlantı kurmak ve kimliklerini güçlendirmek için pratik yaptıklarını, tamamı ise mesleklerinin hayatlarının merkezi olduğunu bildirmiştir. Bahsedilen örnek çalışmalarda yaratıcılık ve sanatta çalışmak, katılımcıların kimliklerinin merkezinde görülmüştür (14, 16).

Birleşik Krallık'ta COVID-19 tam kapanma dönemi 385 sahne sanatları profesyoneli ile yapılan bir araştırma 2 ayrı çalışma halinde yürütülmüştür. Çalışma 2'de nitel bir araştırma modeli oluşturulmuştur. 341 açık yanıtın tematik tümevarımsal analiz yapılmış ve karantina çalışmalarının kısıtlanması ile; savunmasızlık, motivasyon eksikliği, kayıp ve keder duyguları ve anksiyete, düşük veya dengesiz ruh hali dahil olmak üzere birçok zararlı etkiden bahsedilmiştir. Yaratıcı arayışlara istedikleri ölçüde devam edememek, katılımcıların yaratıcılıklarının durgun ve boğulmuş olduğunu hissetmelerine neden olmuştur (15). Cohen ve Ginsborg'un (14) çalışmasında birçok katılımcı, kimlikleriyle yeniden bağlantı kurmanın bir yolu olarak pandemi sırasında yaratıcı faaliyetler yürütmeye devam etmenin önemli olduğunu hissettiklerini bildirmişlerdir. Bu çalışmalar ışığında, karantina sırasında yaratıcı

faaliyetlerdeki azalma, öz-değer kaybına ve kimlik duygusunun kaybolmasına neden olduğunu belirtmiştir (14, 15).

Güncel bir çalışmada Glasgow Doğaçlamacılar Orkestrası'nın COVID-19 salgını sırasındaki sanal, eşzamanlı doğaçlama oturumlarının deneyimlerini 29 katılımcıyla yapılan röportajlar aracılığıyla belgelenmiştir. Katılımcıların 15'i performans göstermenin kimliklerinin merkezinde olduğunu ve performans gösterememenin keder ve sıkıntı duygularıyla sonuçlandığını bildirmiştir (73). Birleşik Krallık genelinde yapılmış başka bir çalışmada ise 3948 koro üyesine uygulanan kesitsel çevrimiçi ankette, açık metin sorularının nitel analizi ile yürütülmüştür. Birlikte şarkı söylemenin bir tür grup meditasyonu etkisi oluşturduğu, çoğu kişinin günlük stresini azaltmaya ve enerji seviyelerini iyileştirmeye yardımcı olarak görüldüğü, tam kapanma döneminde ise hafta boyunca o düzenli çalışmaların olmaması çarpıcı biçimde hissedildi. Normallik duygusunu korumak için yaratıcı arayışlarına devam etmeleri gerektiği öne sürülmüştür (71).

PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ

Psikolojik Etki

Pandemi hepimizi olduğu gibi profesyonel ses sanatçıları da psikolojik açıdan derinden etkilemiştir. Bu etkiyi incelemek amacıyla katılımcılara bu tema için genel stres düzeyleri soruldu. Genel olarak stresli hisseden katılımcılar araştırmanın %73,6'lık kısmını oluşturmaktadır. Ancak pandemi dönemi stresi artan katılımcılar %47,3 iken stres düzeyinin değişmediğini belirten %36,8 ve pandemide stres hissini azaldığını hisseden katılımcı oranı ise %15,7 oldu.

Katılımcılar yaşanan stresin nedenlerini; geleceğe karamsarlık, konsantrasyon güçlüğü, düşük motivasyon, başkaları tarafından anlaşılama, kendilerinin veya sevdiklerinin sağlığı için korku, diğer meslektaşları daha kötü durumdayken haksız olduklarını düşünerek duyulan utanç veya mahcupluk hissi olarak paylaşmışlardır. Elde ettiğimiz bu veriler literatürde verilen çalışmalarda da değinilen sebeplerle örtüşmüştür. Katılımcıların üçü (%15,7) pandemi döneminde antidepresan kullanmaya

başlamıştır. Katılımcılardan ikisi hala antidepresan kullanmaya devam ediyorken diğer katılımcı 6 ay kullanımdan sonra bıraktığını ve son 5 aydır kullanmadığını bildirdi. Çalışmamızda katılımcılardan birkaçı pandemi başında yüksek motivasyon ile başladığı ve devam ettiği ancak pandemi süresi uzadıkça motivasyon eksikliğiyle kendi disiplinini kaybettiği ifadesini kullandı.

Birleşik Krallık'ta COVID-19 tam kapanma dönemi 385 sahne sanatları profesyoneli ile yapılan nitel bir araştırmada 341 açık yanıtın tematik tümevarımsal analiz yapılmış ve katılımcılar; önemli ölçüde daha düşük refah, daha fazla depresif belirtiler ve daha fazla yalnızlık duygusunun yanında duygudurum bozuklukları, bitkinlik, konsantrasyon güçlükleri, can sıkıntısı, düşük motivasyon, kendilerinin veya sevdiklerinin sağlığı için korku duyguları olarak paylaşılmıştır (15). Flore, Hendry, ve Gaylor'un (16) 40 kişi ile yaptığı nitel bir araştırmada katılımcılar pandemi döneminde kaygı ve sıkıntı, güçsüzlük duyguları, kendinden şüphe ve diğerlerinden kopukluk; çalışmamaktan ve tembel hissetmekten dolayı suçluluk hissettiklerini, bazıları ise diğerleri daha kötü durumdayken haksız olduklarını algılayarak olumsuz duygularından utanç duyduklarını bildirmişlerdir. Ek olarak, pandemi sırasında, karantinada geçirilen süre arttıkça psikolojik iyi olma durumunun kötüleştiği görülmüştür (15, 16).

Rosset, Baumann ve Altenmuller'in (17) bir Alman müzik üniversitesinde yaptığı araştırmada katılımcılardaki genel psikolojik refah, kötü ruh sağlığı bildirilmiştir. Cohen ve Ginsborg'un (14) çalışmasında 24 serbest çalışan orkestra müzisyeni ile Zoom üzerinden yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. pandemi sebebiyle mesleki faaliyetlere ara verilmesiyle kaygı ve sıkıntı, duygudurum bozuklukları, kendilerinin veya sevdiklerinin sağlığı için korku hisleri paylaşılmıştır.

Yapılan güncel başka bir çalışmada Glasgow Doğaçlamacılar Orkestrası'nın COVID-19 salgını sırasındaki sanal, eş zamanlı doğaçlama oturumlarının deneyimlerini 29 katılımcıyla yapılan röportajlar aracılığıyla belgelemiştir. Veriler sonucunda sıkıntı, bitkinlik, güçsüzlük duyguları, öfke ve karışıklık, zihinsel olarak "kapanma" ve performans kaybını düşünmekten kaçmaya çalışmak gibi çeşitli kaygılar dile getirilmiştir (71). Fram ve arkadaşlarının (74) yaptığı bir araştırmada karma yöntem kullanılmış ve Covid-19'un müzikal iş birliği üzerindeki etkisini

değerlendirmek amacıyla 12 katılımcının verisi toplanmıştır. Bu kapsamda pandemide katılımcıların kaygı ve sıkıntı, panik, çaresizlik yaşadığı verisi elde edilmiştir. Szostak ve Sulkowski'nin (75) yaptığı araştırmada katılımcılarının çoğunluğu pandeminin kendilerini toplum için istenmeyen ve önemsiz hissetmelerine neden olduğunu bildirmiştir.

Kariyer Kaygısı

Çalışmamızda katılımcıların yedisinin (%36,8) mesleki olarak mali kaygı yaşadığı verisi elde edildi. Katılımcılardan %47,3'ü pandemi döneminde gelecek ve mesleki anlamda kaygı yaşandığı verisi pandemi hakkındaki düşüncelerinin büyük çoğunluğunu oluşturmaktaydı. Katılımcılardan biri yaşanan olumsuzluklardan dolayı *Acaba gerçekten doğru mesleği mi yapıyorum?* veya *“Yeni normale döndüğümüzde eski performansımı gösterebilecek miyim?”* gibi sorularla yaşadıkları kariyer kaygılarını tanımlamışlardır. *“Maske inmediği sürece benim mesleğim hala sekteye uğrayacak.”* diyen bir katılımcı ise pandemi bitmeden mesleki anlamda faaliyetlerin gerçekleşeceğine inanmadığını bildirdi.

Cohen ve Ginsborg'un (14) yaptığı çalışmada müzisyen katılımcılarından birkaçı, gelecekteki kariyerleriyle ilgili kaygıları tanımladı. Spiro ve arkadaşlarının (15) araştırmasında katılımcıların da sıklıkla gelecekteki çalışmalarla ilgili belirsizlik ve kariyer ilerlemeleriyle ilgili endişeler bildirirken, Antonini Philippe ve arkadaşlarının (18) araştırmasında lisansüstü müzik öğrencisi katılımcıları, istikrarsızlaşma duygularını ve gelecekteki kariyerleri hakkında şüphe duydukları bildirmiştir. Flore ve arkadaşlarının (16) araştırmasındaki katılımcılar, mesleki faaliyetlerdeki belirsizliğin pandeminin ötesine geçebileceğini ve gelecekleri hakkında karamsar ve umutsuz hissettikleri paylaşmıştır.

Rosset, Baumann ve Altenmuller'in (17) ve Spiro ve arkadaşlarının (15) araştırmasında finansal zorluk yaşayanların zihinsel sağlıklarının önemli ölçüde daha kötü olduğu ortaya çıkmıştır.

Sosyal Bağlantılar

Bu hastalığın hızla yayılması küresel sağlıkta derin değişikliklere neden olmasıyla beraber sosyal ilişkiler üzerinde de bir etki göstermiştir. Birçok şarkıcı, profesyonel etkinliklerine devam etmenin güvenli bir yolu olarak sanal performanslarda bir çıkış noktası bulmuştur. Ancak çevrimiçi performans ve gösteriler, sahne akustiği ve seyirci ile etkileşime girebilmeye fırsat sağlayan sahnelerden çok daha az keyif verici bir çözüm olmuştur (49). Çalışmamızda sosyal bağlantıların kısıtlanması sebebiyle kendini yalnız hisseden katılımcıların oranı %15,7'dir. Ayrıca performansı seyirci ile bağdaştırmış katılımcılar için seyirci sosyal bağlantıları besleyen bir motivasyon kaynağıydı ve bazı katılımcılar seyirci olmadan yaptıklarının anlamsız olmaya başladığını hissettiklerini belirtmişlerdir. Katılımcılardan biri bu durumu “*Biz sadece kendimiz için değil, paylaşmak için üretiliyoruz.*” cümlesiyle ifade etti.

Neta Spiro ve arkadaşlarının Birleşik Krallık'ta COVID-19 tam kapanma dönemi 385 sahne sanatları profesyoneli ile yapmış olduğu bir araştırmada yüz yüze sosyalleşmeyi sınırlayan fiziksel kısıtlamalar ile katılımcıların kendilerini yalnız hissetmelerine sebep olduğu ortaya çıkmıştır (15). Theorell ve arkadaşlarının İsveç'teki bir ulusal koro organizasyonuna (n = 3163) ve Norveç'teki bir ulusal koro organizasyonuna (n = 1881) kısa bir anketle ulaştığı araştırmasında performansın “sosyal bileşeni” en çok gözden kaçan yön olarak rapor edilmiştir (19).

Flore, Hendry, ve Gaylor'un (16) 40 kişi ile yaptığı bir araştırmada yaratıcı topluluklarla yüz yüze etkileşimlerin kaybı, katılımcıların refahı üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu, çünkü bu tür toplulukların duygusal sağlıklarını güçlendirdiği görülmüştür. Yaratıcı sektörde yer almayan aile ve arkadaşlar, genellikle sanatçıların karşılaştığı zorlukları tam olarak anlamamış veya en aza indirmemiş olarak algılanmıştır; bu nedenle, karşılaştıkları benzersiz zorlukları anladıkları için diğer sanatçıların desteğine özellikle değer verilmiştir.

VOKAL HİJYEN VE SES SAĞLIĞI

COVID-19 Pandemisi Sırasında Vokal Yorgunluğu Yönetmek başlığında ASHA, 2020 tarihinde bir bildiri yayınlamıştır (76). Çünkü bu dönemde kısıtlamalarla beraber sahne sanatlarındaki provalarda da çeşitli aksaklıklar yaşanmıştır. Bunun üzerine birçok alanda olduğu gibi bu meslek dalında da yaşanabilecek risklere karşı çözümler üretilmeye çalışılmıştır.

COVID-19'un sese etkisi olduğunu düşünen katılımcılar %10,5 oranındadır. Bu etki iki ayrı sebepten dolayı negatif olarak değerlendirildi; ilki COVID-19 geçirip uzun dönem etkisi olarak sesine ve perde aralığına zarar verdiği düşünülmesi, ikincisi ise pandemi sebebiyle yaşanan kısıtlamalardan kaynaklı provaların uygun ortamlarda ve koşullarda yapılamamasının beraberinde getirdiği ses üzerinde oluşan stres ve kısıtlı ortamdaki kaynaklı istenilen ses aralıklarında çalışamama, egzersiz yapamama durumu özetlemektedir.

Katılımcılardan %26,0'si COVID-19 geçirmiş ve her ne kadar gerekli önlemler alınsa da bu salgında virüs sebebiyle sesi olumsuz etkilenen katılımcılar oldu. Bu şikayetlerini katılımcılar *“COVID-19 özellikle beyni çok yoruyor. Artık bir notayı devam ettirmekte veya takip etmekte zorlandığımı farkediyorum.”* veya *“COVID-19 geçirdikten sonra sesimin çabuk yorulduğunu ve perde aralığımın düştüğünü hissediyorum. Bu durum bende sesimi icra edemeyeceğim korkusu oluşturdu.”* ifadeleri ile belirtmişlerdir. Pandemi dönemi nadiren de olsa performansları bir süre devam eden sanatçılar oldu, pandemi dönemi yapılan prova ve performanslarda tedbir amacıyla maske kullanımı zorunluluğu getirildiği bilgisi alındı. Ancak maske ile yapılan gösterilerde normalden çok daha vokal performans gerektirmesi sebebiyle sanatçılar bu şekilde devam etmenin sesleri açısından zorlayıcı olduğunu düşünmüş ve sonraki performanslarını iptal ettiği veya performansta yer almadığı bilgisini aktarmışlardır.

Pandemi dönemi başka bir sorun da yukarıda bahsedildiği gibi önlemler ve önlemlerin ses üzerinde oluşturduğu risktir. Salgın sürecinde kullanmamız gereken maskeler yeri geldiğinde provalar ve performansların da bir parçası olmak zorundaydı. Yüz maskesiyle konuşurken, hem burun hem de ağız yüz maskesi ile kaplandığı için

üst solunum yolunda bir tıkanıklık oluşur. Bu solunan havanın miktarında değişikliklere yol açabilir ve konuşmacı soluma sıklığını artırarak telafi etme ihtiyacı hissedebilir. Kaldı ki konuşurken bile sesimizde telafi etme ihtiyacı hissediyorken performans gösterirken kullanılan maske kullanımı ile benimsenebilecek davranışlardan kaynaklanan aşırı seslendirme çabasının, hiperfonksiyonel disfoni oluşumunda önemli bir etken olduğunu göstermektedir. Bu hiperfonksiyonel konuşma kalıplarında gırtlak, kas sistemine büyük miktarda baskı uygular ve bu davranışlar uzun süre devam ederse, vokal foldların işlevinde ve/veya fizyolojisinde değişikliklerin ortaya çıkması ve hiperfonksiyonel disfoniye (veya MTD) neden olması oldukça muhtemel bir sonuç doğurmaktadır (47).

Pandemi dönemi öncesinde ses ısıtma ve ses soğutma egzersizleri yapan katılımcıların oranı %84,2 iken pandemi dönemi bu oran %26,3'tür. Uyku düzeni olmayan katılımcılar %68,4 iken pandemi dönemi bu oran %78,9'a çıkmıştır. Pandemiyle beraber uyku düzeninin olduğunu belirten bir katılımcı olmuştur. Günlük su tüketimi sıklığı pandemi öncesi en yüksek sıklık 1-3 litre arasında değişirken bu tüketimi artıran %57,8'lik bir kısım bulunmaktadır. Ancak katılımcıların büyük bir çoğunluğu (%52,6) pandemi dönemi su tüketiminin değişmediğini bildirdi. Pandemi su tüketimi %26,3 düzeyinde artmışken %21,0 oranında azalmıştır. Katılımcılara ait pandemi öncesi ve pandemi dönemi sonuçları arasındaki farkın anlamlılık düzeylerini belirlemek için uygulanan Wilcoxon testi analizinde su tüketiminin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir ($p=,587$; $p>,05$). Katılımcılardan 10 kişide su tüketimi değişmemişken, 4 kişide azalma olduğu ve 5 kişi de ise su tüketiminin arttığı görülmektedir. Kafeinli içecek tüketme sıklığı pandemi döneminde %36,8 oranında değişmemişken %42,1 oranında arttığı gözlemlendi. Katılımcılara ait pandemi öncesi ve pandemi dönemi sonuçları arasındaki farkın anlamlılık düzeylerini belirlemek için uygulanan Wilcoxon testi analizinde kafeinli içecek tüketiminin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir ($p=,551$; $p>,05$). Katılımcılardan 7 kişide kafeinli içecek tüketimi değişmemişken, 4 kişide azalma olduğu ve 8 kişi de ise kafeinli içecek tüketiminin arttığı görülmektedir.

Katılımcıların yarısından fazlası (%63,1) bitki çayını nadiren tüketiyor ve pandemi dönemi bitki çayı tüketiminde çoğunlukta değişim yaşanmadığı görüldü (84,2). Naneli şeker, pastil türevlerini tüketme sıklığı sorgulandığında hiç tüketmeyenlerin oranı %68,4'tür. Ancak sahne alırken tüketen katılımcı oranı %26,3'tür. Pandemi dönemi pastil tüketimi %36,8 oranında azalmış ve sebep olarak *artık performans sergilemedikleri ve yoğun çalışmaların olmadığı* gösterilmiştir. Pandemi dönemi pastil ve naneli şeker türevi artan katılımcı sayısı ikidir (%10,5). Tüketim sebebi sorulduğunda katılımcılar *kendi kendine yapılan provalar sebebiyle ses algısı bireysel değerlendirmesinde zaman zaman zorlandıklarını ve devam eden süreçte seslerinde stres hissetmelerinden kaynaklı pastil içmeye başladıklarını* bildirdiler.

Ayrıca *pandemi dönemi yaşanan belirsizlik sebebiyle stresin sesine yansıdığını* da eklemiştir. Geç saatte yemek yeme alışkanlığı %63,1 oranla pandemi döneminde değişmedi. Ancak %21,0'lik bir kesimde bu alışkanlık arttı; %15,7'lik oranla ise yemek yeme saatleri düzene giren katılımcılar oldu. Katılımcılardan %47,3'ü sigara tüketmemektedir. Sigara ve türevi iritan madde tüketiminin pandemi döneminde arttığı oran ile azaldığı görülen katılımcı sayısı aynıdır (%21,0). Sigara tüketim miktarı değişmeyen katılımcıların oranı %57,8'dir. Katılımcılara ait pandemi öncesi ve pandemi dönemi sonuçları arasındaki farkın anlamlılık düzeylerini belirlemek için uygulanan Wilcoxon testi analizinde sigara ve türevleri tüketiminin karşılaştırılmasında, istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir ($p=,574$; $p>,05$). Katılımcılardan 11 kişide tütün ürünleri tüketimi değişmemişken, 4 kişide azalma olduğu ve 4 kişi de ise sigara ve türevleri tüketiminin arttığı görülmektedir. Katılımcıların %31,5'i alkol tüketmiyorken %73,6'ünün alkol tüketimi pandemi döneminde değişmedi. Pandemi alkol tüketim oranı artanlar %10,5 iken azalanlar ise %15,7'dir. Katılımcılara ait pandemi öncesi ve pandemi dönemi sonuçları arasındaki farkın anlamlılık düzeylerini belirlemek için uygulanan Wilcoxon testi analizinde alkol tüketiminin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir ($p=,684$; $p>,05$). Katılımcılardan 14 kişide alkol tüketimi değişmemişken, 3 kişide azalma olduğu ve 2 kişi de ise alkol tüketiminin arttığı görülmektedir.

COVID-19 tam kapanma dönemi 385 sahne sanatları profesyoneli ile yapılan nitel bir araştırmada 341 açık yanıt ile katılımcılarda pandemi dönemi uyku bozukluğu veya uykusuzluk şikayetlerinin yanında kötü yeme veya içme alışkanlıklarının oluştuğundan bahsedilmiştir. 24 serbest çalışan orkestra müzisyeni ile yapılan araştırmada (14) ve Glasgow Doğaçlamacılar Orkestrası'nın COVID-19 salgını sırasında 29 katılımcıyla yapılan başka bir çalışmada (73) da katılımcılarda yaşanan uyku bozukluğu pandemi dönemi etkileri arasında yer almıştır.

Primov-Fever, Roziner ve Amir'in 2020 yılında 57 profesyonel profesyonel ses kullanıcısı (34 şarkıcı ve 19 oyuncu) ve 53 profesyonel olmayan ses kullanıcısı kontrol grubu ile COVID-19 pandemisi sırasında kendi seslerini değerlendirmeleri, ses güçlükleri, ses eğitimi ve mevcut stres ile ilgili üç anket uygulanmıştır. Elde edilen veriler doğrultusunda profesyonel şarkıcılar, iş fırsatlarının azalmasının yaşandığı finansal etkilere ek olarak, psikolojik stresin de sesi olumsuz etkileyebileceğini ve mevcut pandemi anının ses sağlığı için elverişsiz olduğunu ifade edilmiştir (3).

COVID-19 pandemisinin elde edilen verilerle bir zararlı etkisi de sesi olumsuz etkileyebilen psikolojik stres olduğu görülmüştür; yapılan bir çalışmada, 313 İsraili profesörden oluşan bir grubun stres düzeylerinin ses değişiklikleriyle nasıl ilişkili olduğu çevrimiçi bir anketle incelenmiştir. Sonuç olarak, COVID-19'dan önce psikolojik stresi normale göre düşük olanlarda, tam kapanma döneminde psikolojik stres ile ses semptomları arasında pozitif bir ilişki bulunurken ve COVID-19'dan önce daha yüksek psikolojik strese sahip olanlarda ise daha da yüksek bir ilişki gözlemlenmiştir (77). São Paulo'da 26 erkek ve 33 kadın olmak üzere 59 profesyonel klasik opera sanatçısı ile anket uygulanarak yapılan bir araştırmada stres ve kaygı gibi duygusal bozukluklar profesyonel aktiviteyi olumsuz etkileyebileceği ve profesyonel ses sanatçılarında ses engeli geliştirerek yaşam kalitelerini bozabileceği görülmüştür (78).

Primov-Fever ve arkadaşları tarafından yürütülen bir çalışmada COVID-19 için Ses Handikap İndeksi geliştirilmiş ve bunu COVID-19'un profesyonel ses sanatçıları üzerindeki benzersiz etkisini incelemek için Şarkı Söyleme Sesi Handikap İndeksi ve Genel Anksiyete Bozukluğu anketleriyle birlikte kullandı. Profesyonel ses sanatçıları, önemli ölçüde yüksek Genel Anksiyete Bozukluğu puanlarına ve “fazla mevcut strese”

sahip olduğu görülmüştür. Profesyonel ses sanatçılarının, Şarkı Söyleme Sesi Handikap indeksi puanları önemli ölçüde yüksekti. Pandeminin katılımcılar tarafından ses sağlığı için elverişsiz stresli bir dönem olarak algılandığını tespit edilmiştir. Bu sonuçların, ses kullanımındaki kısıtlamaların profesyonel ses sanatçılarının yaşamlarını birçok yönden etkilediğini gösterdiğine inanılmaktadır (51).

OLUMLU ETKİ

Yapılan görüşmelerde, katılımcılar pandemi döneminden kaynaklanan çeşitli faydaların da olduğunu bildirdi. Pandemi sürecini birçok katılımcı *üretmek, iç dünya ile yüzleşme süreci, yoğunluktan rafa kalkan projeleri tamamlama, birlik olmayı öğrenme* gibi farklı kavramlarla tanımlamışlardır. Araştırmamızda pandemi döneminde beste, klip, proje gibi çeşitli yaratıcı ve mesleki faaliyetler yapmaya vakit ayıran katılımcı oranı %52,6'dır. Ancak pandeminin bir yararı olmadığını düşünen ve olumlu etki yaşamadığını dile getiren katılımcıların oranı %26,3'tür. Kişisel gelişim ve hobi edinen katılımcıların oranı %10,5'tir. Pandemi öncesi yaşanan yoğunluklar sebebiyle sevdiklerini ihmal ettiklerini düşünen bir kısım (%10,5) ise bu dönemi ailesiyle beraber geçirmek için kıymetli bir zaman olduğunu düşünmektedir.

Spiro ve arkadaşlarının (15) çalışmasında, %55'i (385 kişiden) orta düzeyde refah bildirmiştir ve bunların %34'ü kendilerini "zayıf" hisseden %11'e kıyasla "gelişmekte" olduklarını; daha az baskı; kendilerine daha fazla zaman ayırma; ve başkalarıyla daha gelişmiş bağlantılar kurabildiklerini bildirmiştir. 35-45 yaş arası 12 kariyer ortası müzisyen ve 53 yaş ve üzeri 12 tecrübeli müzisyen ile yapılan nitel bir çalışmanın verilerinde tematik analiz kullanılmış ve pandemi dönemi olumlu etkileri arasında yeni bir dil öğrenmek veya gönüllü çalışma yapmak gibi performansla ilgili olmayan yeni becerileri öğrenmek için zamana sahip olmak, ayrıca tam kapanmadan sonra artık hiçbir şeyi olduğu gibi kabul etmemek gibi yeni anlayışlara da yol açtığı görülmüştür (14). Bahsedilen çalışmalardaki bazı katılımcılar, daha fazla egzersiz yapmaları, daha az alkol içmeleri ve daha az stres yaşamaları nedeniyle sağlıklarında ve esenliklerinde iyileşme olduğunu ayrıca evdeki provalar sayesinde mesleki becerilerini geliştirdiklerini bildirmiştir (14, 15).

Stubbe ve arkadaşlarının (79) yaptığı prospektif bir kohort çalışmasında, Codarts Rotterdam Sanat Üniversitesi'nden sahne sanatları öğrencileri (N = 213) ile bir akademik yıl boyunca (Eylül 2019–Mayıs 2020) sağlıkları gözlemlenmiştir. Öğrenciler her ay ruh sağlığı şikayetleri, stres ve uyku kalitesi ile ilgili maddeleri tamamlamıştır. Sonuçlarda ortalama stres puanlarının karantina öncesinden karantinaya önemli ölçüde düştüğünü ve karantina sırasında uyku kalitesinin önemli ölçüde arttırdığı kaydedilmiştir.

Flore, Hendry, ve Gaylor'un (16) 40 kişi ile yaptığı bir araştırmada katılımcıların bir kısmının pandemi dönemi tükenmişlik duygularının azaldığı; aile ile daha fazla zaman geçirebildiği bildirilmiştir.

Rosset, Baumann ve Altenmuller'in (17) 2020'de yaptığı bir araştırmada Alman müzik üniversitesinde kayıtlı 80 profesyonel ses sanatçısı öğrencisiyle yapılan çevrimiçi anketinde katılımcılar pandemi dönemi provaya daha fazla zaman ayırdıkları için performans sanatları becerilerinde gelişme olduğunu, tercih ettikleri yaratıcı ve işbirlikçi süreçlerle ilgili farkındalıklarını genişlettiğini bildirmişlerdir.

Katılımcıları 121 profesyonel ses sanatçısının oluşturduğu bir çalışmada çevrimiçi anketler aracılığıyla pandemi öncesi ve pandemi sırasında sosyodemografik ve ses özellikleri araştırılmış; ses yorgunluğu semptomları değerlendirilmiştir. Elde edilen verilerde profesyonel ses sanatçıları, alternatif olarak canlı yayın performanslarını dijital platformlara ileterek üretmek gibi sosyal medya stratejileri kullanılmıştır. Bu canlı yayın performansları, sanatçı için bir gelir elde etmekle beraber evdeki insanlara eğlence sağlamak, COVID-19 pandemisi nedeniyle savunmasız durumdaki insanlar için bağış toplamak amacıyla yürütülmektedir (53).

Daffern ve arkadaşlarının (71) koro üyesi ve kolaylaştırıcı katılımcıları da fon ve kişisel gelir kaybı nedeniyle olumsuz bir ekonomik etki tanımladılar, ancak ek olarak, seyahat maliyetlerinde ve prova yeri maliyetlerinde azalma gibi sanal koro katılımının ekonomik avantajları olduğu bildirilmiştir.

PANDEMİ SONRASI SAHNELERE DÖNÜŞ VE MULTİDİSİPLİNER ÇALIŞMA

Pandemi döneminde işlerini kaybetmeye ek olarak, birçok performans sanatçısı, sosyal temastaki kısıtlamalar nedeniyle olağan gruplarıyla prova yapamaz hale gelmiştir. Pandemi sürecinin uzamasından ve sürecin belirsizliğinden kaynaklı birçok sanatçının motivasyonu düşmüş, bireysel provalarını aksatmış ve bu da sanatçıların pandemi sonrası işgücüne yeniden katılmaya yeterince hazırlıklı olmamalarına neden olabilmektedir. Pandemi dönemi sonrasında yeni normale geçişle beraber performanslar tekrar başlayacak ve profesyonel ses sanatçıları yoğun bir tempoya geçecektir.

Ses, profesyonel ses sanatçıının performansında bir ifade aracıdır. Provaların azalması sebebiyle azalmış ses kullanımı ve ses eğitimi sıklığı, şarkı söyleme aktivitelerinde kullanılan kasların zorlanmasına, direncin azalmasına ve şarkı söylerken ses performansının kötüleşmesine neden olabilmektedir (80). Beklenen vokal üretim talebine hazırlanmak için ses eğitimi sırasında kaslara artan bir aşırı yüklenme uygulanır (81). Profesyonel ses sanatçıları, ses ayarlamalarını sofistike bir şekilde kullansalar da profesyonel veya amatör olmalarına bakılmaksızın ses bozuklukları geliştirme riski altındadır (82). Ses bozuklukları önemli bir halk sağlığı sorunudur; yaşam boyu yaygınlığı genel popülasyonda %30 oranındadır, ancak profesyonel ses kullanıcılarında bu oran çok daha yüksektir (83). Bir ses bozukluğunun birey üzerindeki sonuçları, geniş bir yelpazeyi kapsar ve bozukluğun ciddiyetine ve kişinin kişiliğine bağlı olarak, duygusal tepkileri daha büyük veya küçük olabilir. Oluşan ses sorunu yorgunluğa, kendilik imajında zorluklara, duygusal, psikososyal ve ekonomik sonuçlara yol açabilir (47). Bununla birlikte, genellikle şarkıcının kendi evi olan ortamın fiziksel ve akustik özellikleri, bir grup ve sınırlı ekipman eksikliği, sahne ve seyircinin olmaması gibi çeşitli faktörler, pandemi dönemi artan canlı yayın performanslarını geleneksel vokal performanslarından ayırır (84).

Çalışmamızda katılımcılarımızdan biri uzun bir aradan sonra performans göstereceğini ve bunun için sıkı bir prova sürecine girdiğini, provalar sırasında şarkı söyleme sesinin kullanımıyla ilgili zorlukları “*Şuan ilk defa böyle bir sorun yaşıyorum, pandemi öncesi böyle bir şey yaşamamıştım. Tüm notalarda bunu hissetsem de*

özellikle tiz seslerde bu nefesliliği ve pürüzlülüğü çok hissetmeye başladım. Provalarda zorlandığımı hissedeli 3-4 ay kadar oldu ama son zamanlarda bu durum sesime çok yansımaya başladı. Videostroboskopi ile yapılan değerlendirmede çift taraflı sekresyon oluşturduğunu gördük. Bir gösterimiz vardı ve pandemide sıkı çalışmamız gerekiyordu. Şuan gösterimizi bitirdik ve sesimi dinlenmeye aldım. Sonrasında şan hocamla ses terapistine başlayacağız. ” şeklinde ifade etmiştir.

Şarkıcıların olağan koşullar altında yüz yüze performans faaliyetlerine ne zaman geri döneceklerine dair belirlenmiş bir zaman çizelgesi olmadığından, pandemi sırasında şarkı söyleme sesini kullanma ve ses yorgunluğu semptomlarının oluşma riski olabileceğini anlamak gerekir (80). Stachler ve arkadaşlarının (85) belirttiği gibi, yüksek ses talebi olan mesleklerdeki kişilerde disfoni gelişme olasılığı artar ve kişinin çalışma yeteneği etkilenebilir. Ses algısı, bir ses bozukluğunun değerlendirilmesinde ve tedavisinde çok önemli bir husustur. Kreiman ve arkadaşlarının (86) ifade ettiği gibi, ses kalitesi doğası gereği temelde algısaldır ve hastalar normal ses çıkarmadıkları için ses bozuklukları için tedavi ararlar. Şarkı söylemek, duyguyu ses ve yorumlama yoluyla ileten bir sanatsal ifade biçimidir ancak bahsedildiği gibi büyük bir vokal efor ve ses yolunda karmaşık nöromüsküler ayarlamalar gerektirmektedir (10). Bu yüzden ses bozukluklarında multidisipliner çalışmak önemlidir. Profesyonel şarkıcılar, genellikle iyi bir performans, uzun vokal ömrü ve direnç elde etmek için konuşma terapistleri ses terapisi ve şan eğitmenleri ile şan eğitimi alırlar (24).

Çalışmamızda profesyonel ses sanatçılarına dil ve konuşma terapistinin çalışma alanları sorulduğunda %36,8'i meslek tanımı hakkında bir fikri olmadığını belirtti. Meslek alanını diksiyon, güzel okuma ve konuşma olarak düşünenler %21,0 oranında olmakla beraber ses bozukluğu ile ilgili olduğunu düşünenler de aynı orandadır. Konuşma sesi bozuklukları ile ilgilendiğimizi düşünen katılımcıların oranı %15,7'dir. Son olarak kekemelik gibi akıcı konuşma bozukluğu alanında çalıştığımızı düşünen katılımcıların oranı %5,2'dir. Katılımcıların hiçbiri birden çok alandan bahsetmemiş, çalışma alanlarımızı bir kategori içinde tanımlamışlardır. Katılımcılardan biri ise dil ve konuşma terapisti denildiğinde çalışma alanımızı diksiyon olarak tanımlamıştır ve ses terapisti denildiğinde ses terapisi veren farklı bir meslek grubu olarak düşündüğünü belirtti.

8. SONUÇ

Çalışmamız profesyonel ses sanatçılarının bakışı açısından pandemi dönemini yansıtmaktadır. Pandemi etkilerinin sonuçlarını mesleki faaliyet, psikolojik iyi oluş, vokal hijyen ve ses sağlığı, olumlu etki ve pandemi sonrası sahnelere dönüş ve multidisipliner çalışma başlıkları altında inceledik. Yaptığımız araştırmada katılımcıların çok büyük bir bölümü performans ve prova için pandemi öncesine kıyasla azaldığı veya hiç olmadığı bildirildi. Araştırmamızda prova sürelerinin azalması veya hiç yapılmamasının sebepleri arasında ev ortamının uygun olmaması ve apartman sakinlerine rahatsızlık vereceği düşüncesi ile istenilen ses aralıklarına çıkamamaları, performanslarını grup olarak sergileyen sanatçıların grup çalışması yapamamaları, bireysel çalışmalardan ise grup çalışmalarının ses algısı olarak daha yön verici, verimli olduğunu ve sahneye çıkma düşüncesiyle prova yapmanın motivasyon sağladığı ancak tam kapanmanın bu motivasyonu düşürdüğü dile getirildi.

Katılımcılarla stres düzeyleri konuşulduğunda genel olarak stresli hisseden katılımcılar araştırmanın yarısından fazlasını oluşturmaktadır. Ancak pandemi dönemi bu stresin daha da arttığı görüldü. Katılımcılarda yaşanan bu stresin sebepleri; geleceğe karamsarlık, konsantrasyon güçlüğü, düşük motivasyon, başkaları tarafından anlaşılama, kendilerinin veya sevdiklerinin sağlığı için korku ve pandemi döneminde kendilerinden daha kötü durumdaki meslektaşları için yardımcı olamamaları nedeniyle duydukları derin üzüntüyü çaresizlik hissi olarak paylaştılar.

Çalışmamızda finansal sıkıntı çeken katılımcılarda pandemi döneminde mesleki anlamda da kaygı yaşandığı verisi elde edildi. Katılımcılardan dokuzunun mesleki olarak yaşadığı mali kaygılar pandemi hakkındaki düşüncelerinin büyük çoğunluğunu oluşturmaktadır. Çalışmamızda sosyal bağlantıların kısıtlanması sebebiyle kendini yalnız hisseden katılımcıların oranı da azımsanacak sayıda değildir. Ayrıca performansı seyirci ile bağdaştırmış katılımcılar için seyirci sosyal bağlantıları besleyen bir motivasyon kaynağıdır ve bazı katılımcılar seyirci olmadan yaptıklarının anlamsız olmaya başladığını hissettiklerini belirttiler.

COVID-19'un sese etkisi olduğunu düşünen katılımcılar da bulunmaktadır. Bu etki iki ayrı sebepten dolayı negatif olarak değerlendirmiştir; ilki COVID-19 geçirip

uzun dönem etkisi olarak sesine ve perde aralığına zarar verdiği düşünülmesi, ikincisi ise pandemi sebebiyle yaşanan kısıtlamalardan kaynaklı provaların uygun ortamlarda ve koşullarda yapılamamasının beraberinde getirdiği ses üzerinde oluşan stres ve kısıtlı ortamdaki kaynaklı istenilen ses aralıklarında çalışamama, egzersiz yapamama bu durumu özetlemektedir.

Pandemi dönemi nadiren de olsa performansları bir süre devam eden sanatçılar oldu, pandemi dönemi yapılan prova ve performanslarda tedbir amacıyla maske kullanımı zorunluluğu getirildiği bilgisi alındı. Ancak maske ile yapılan gösterilerde normalden çok daha vokal efor gerektirmesi sebebiyle sanatçılar bu şekilde devam etmenin sesleri açısından zorlayıcı olduğunu düşünmüştür.

Pandemi dönemi vokal hijyen adı altında değerlendirdiğimiz kriterlerden; ses ısıtma ve soğutma egzersizlerini uygulayanlar azalmış; uyku düzeni bozulanlar artmış; günlük su ve bitki çayı tüketimi değişmemiş; kafein tüketimi artmış; pastil tüketimi azalmış; gece geç saatte yemek yeme alışkanlığı değişmedi. Ayrıca sigara veya iritan madde kullanımı çoğunlukta değişmemiş, artan veya azalan ise aynı oranda katılımcı olmuş; alkol tüketiminin çoğunlukla değişmediği görülmüştür.

Yapılan görüşmelerde, katılımcılar karantina döneminden kaynaklanan çeşitli faydaların da olduğu bildirildi. Pandemi sürecini birçok katılımcı üretmek, iç dünya ile yüzleşme süreci, yoğunluktan rafa kalkan projeleri tamamlama, birlik olmayı öğrenme gibi farklı kavramlarla tanımlamışlardır. Araştırmamızda katılımcıların yarısı pandemi döneminde beste, klip, proje gibi çeşitli yaratıcı ve mesleki faaliyetler yapmaya vakit ayırmıştır. Ancak katılımcıların dörtte biri pandeminin bir yararı olmadığını düşünen ve olumlu etki yaşamadığını dile getirdi. Kişisel gelişim ve hobi edinen katılımcılar da bulunmaktadır. Ayrıca pandemi öncesi yaşanan yoğunluklar sebebiyle sevdiklerini ihmal ettiklerini düşünen bir kısım ise bu dönemi ailesiyle beraber geçirmek için kıymetli bir zaman olduğunu düşünmektedir.

Çalışmamızda profesyonel ses sanatçılarına dil ve konuşma terapistinin çalışma alanları sorulduğunda çoğunluğu meslek tanımı hakkında bir fikri olmadığını belirtti. Meslek alanını diksiyon, güzel okuma ve konuşma olarak düşünenler olmakla beraber ses bozukluğu ile ilgili olduğunu düşünenler de aynı orandadır. Konuşma sesi

bozuklukları ile ilgilendiğimizi düşünen katılımcıların yanında kekemelik gibi akıcı konuşma bozukluğu alanında çalıştığımızı düşünenler de oldu. Katılımcıların hiçbiri birden çok alandan bahsetmemiş, çalışma alanlarımızı bir kategori içinde tanımlamışlardır. Katılımcılardan biri ise dil ve konuşma terapisti denildiğinde çalışma alanımızı diksiyon olarak tanımladı ve ses terapisti denildiğinde ses terapisi veren farklı bir meslek grubu olarak düşündüğünü belirtti.

Profesyonel ses alanında yapılan önlemler ve kısıtlamalar beraberinde birçok risk faktörünü de “yeni normal” dediğimiz sürece taşımaktadır. Çalışmamızın araştırma soruları doğrultusunda elde edilen verilerle pandemi dönemi kritik durum analizi yapılması ve pandemi sonrası toparlanma sürecinde dil ve konuşma terapistleri ve ilgili meslek gruplarının öncelikli olarak hangi temaların iyileştirilmesi için çalışması gerektiğini belirlemeyi hedeflemiştir.

9. KAYNAKLAR

1. Sataloff, R. T., Naunheim, M. R., & Carroll, T. L. Singing and the Pandemic: Return to Performance?. *Journal of Voice*, 35(2), 172-173, 2021.
2. Naunheim, M. R., Bock, J., Doucette, P. A., Hoch, M., Howell, I., Johns, M. M., ... & Carroll, T. L. Safer singing during the SARS-CoV-2 pandemic: what we know and what we don't. *Journal of Voice*, 35(5), 765-771, 2021.
3. Primov-Fever, A., Roziner, I., & Amir, O. Songbirds must sing: how artistic voice users perceive their voice in times of COVID-19. *Journal of Voice*, 36(4), 586, 2020.
4. Holding, L., Carroll, T. L., Nix, J., Johns, M. M., LeBorgne, W. D., & Meyer, D. COVID-19 after effects: concerns for singers *Journal of Voice*, Vol. 36 (4), 586.e7–586.e14, 2020.
5. Centers for Disease Control and Prevention, Coronavirus disease 2019: who is at increased risk for severe illness. Available at: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-at-higher-risk.html>. Accessed July 15, 2020.
6. Centers for Disease Control and Prevention, Coronavirus disease 2019: people with certain medical conditions. Available at: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/groups-at-higher-risk.html>. Accessed July 15, 2020.
7. GBD Chronic Respiratory Disease Collaborators Prevalence and attributable health burden of chronic respiratory diseases, 1990–2017: a systematic analysis for the global burden of disease study 2017.
8. P George, A Wells, R Jenkins, Pulmonary fibrosis and COVID-19: the potential role for antifibrotic therapy. 2020
9. Türk Tabipleri Birliği COVID-19 Pandemisi İkinci Yıl Değerlendirme Raporu, 9 Nisan 2022.
10. S. Siqueira, L. T. D., Dos Santos, A. P., da Silva Vitor, J., Moreira, P. A. M., Silva, R. L. F., Fernandes, G., & Ribeiro, V. V. (2021). Vocal Self-Perception of Singers During COVID-19 Pandemic. *Journal of voice*, July 23, 2021.

11. M.S. Roberts, "Classic FM," 2020. [Online]. Available at: <https://www.classicfm.com/artists/sir-simon-rattle/worry-desperately-london-orchestra-coronavirus/>. Accessed May 10, 2020.
12. M. Yglesias, "Recording academy musicares," 2018. [Online]. Available at: <https://www.grammy.com/musicares/news/report-musiciansmore-likely-struggle-mental-health-substance-abuse>. Accessed May 10, 2020
13. Ortiz Brugues A. Music Performance Anxiety: A Comprehensive Update of the Literature. Cambridge: Cambridge Scholars Publishing; 2019.
14. Cohen, S., Ginsborg, J. The experiences of mid-career and seasoned orchestral musicians in the UK during the first COVID-19 lockdown. *Front Psychol.* 12 645967, (2021).
15. Spiro, N., Perkins, R., Kaye, S., Tymoszuk, U., Mason-Bertrand, A., Cossette, I., Glasser, S., Williamon, A. The effects of COVID-19 lockdown 1.0 on working patterns, income, and wellbeing among performing arts professionals in the United Kingdom (April-June 2020). *Front Psychol.* 11594086, (2020).
16. Flore, J., Hendry, N.A., Gaylor, A. Creative arts workers during the Covid-19 pandemic: Social imaginaries in lockdown. *J Sociol.* 2021.
17. Rosset, M., Baumann, E., Altenmuller, E. Studying music during the coronavirus pandemic: Conditions of studying and health-related challenges. *Front Psychol.* 12 651393, (2021).
18. Philippe, R. A., Schiavio, A., & Biasutti, M. Adaptation and destabilization of interpersonal relationships in sport and music during the Covid-19 lockdown. *Heliyon*, 6(10), e05212, (2020).
19. Theorell, T., Kowalski, J., Theorell, A.M.L., Horwitz, E.B. Choir singers without rehearsals and concerts? A questionnaire study on perceived losses from restricting choral singing during the Covid-19 pandemic. *J Voice*, 4 December 2020.
20. BAŞ, K. Sahne sanatları ile sosyal bilgiler öğretiminin öğrencilerin başarı, tutum ve bilgilerinin kalıcılığına olan etkisi/The impact of social studies instruction with

performance arts on the achievements, attitudes of the students and their retention of knowledge, 2017.

21. <http://www.tdk.gov.tr> (Erişim tarihi: 12 Kasım, 2021)

22. Adajian, T. The definition of art, ss. 1-2, (2022).

23. Gürten, E. *Sahne sanatlarında yönetim ve etkili iletişim* (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü), 2009.

24. Zimmer, V., Cielo, C. A., & Ferreira, F. M. Vocal behavior of popular singers/Comportamento vocal de cantores populares. *Revista CEFAC: Atualizacao Cientifica em Fonoaudiologia e Educacao*, 14(2), 298-308, 2012.

25. Koufman, J. A., & Isaacson, G. The spectrum of vocal dysfunction. *Otolaryngologic Clinics of North America*, 24(5), 985-988, 1991.

26. ÖZ, F., COŞKUN, H., ŞİRİN, S., & TÜZÜNER, A. Her Yönüyle, Bölüm 90 ss. 816, 2021.

27. Cantarella, G., Barillari, M. R., Lechien, J. R., & Pignataro, L. The challenge of virtual voice therapy during the COVID-19 pandemic. *Journal of Voice*, 35(3), 336-337, 2021.

28. American Speech-Language-Hearing Association. The role of the speech-language pathologist, the teacher of singing, and the speaking voice trainer in voice habilitation, 2005.

29. Z.Ciotti, M., Ciccozzi, M., Terrinoni, A., Jiang, W. C., Wang, C. B., & Bernardini, S. The COVID-19 pandemic. *Critical reviews in clinical laboratory sciences*, 57(6), 365-388, 2020.

30. World Health Organization. World Health Organization coronavirus disease (COVID-19) dashboard. *World Health Organization*, 2020.

31. Arslan, İ., & Karagül, S. Küresel bir tehdit (COVID-19 salgını) ve değişime yolculuk. *Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (10), 1-36, (2020).

32. Bakanlığı, T. S. (2020). COVID-19 (SARS-CoV2 Enfeksiyonu) Rehberi. *Erişim (Erişim Tarihi: July 16, 2020)*.
33. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/variants/variant-classifications.html>2 (*Erişim Tarihi: 21 Mayıs 2022*)
34. https://www.klimud.org//public/uploads/content/files/SARS-CoV-2_Varyantlari_Guncelleme.pdf (*Erişim Tarihi: 21 Mayıs 2022*)
35. Demir, M. COVID-19 Salgın Seyrinde SARS-CoV-2 Varyantları, Pandeminin İkinci Yılı Değerlendirme Raporu, ss. 12, 2022.
36. N. Vance, D., Shah, P., & Sataloff, R. T. COVID-19: impact on the musician and returning to singing; a literature review. *Journal of Voice*, 14 January 2021.
37. COVID-19 pandemi sürecinde öne çıkan SARS-CoV-2 varyantları. <https://toraks.org.tr/files/mf/site/1-3d23507c.pdf>
38. Wise, J. Covid-19: Symptomatic infection with omicron variant is milder and shorter than with delta, study reports. *BMJ: British Medical Journal (Online)*, 377, 2022.
39. Menni, C., Valdes, A. M., Polidori, L., Antonelli, M., Penamakuri, S., Nogal, A., ... & Spector, T. D. Symptom prevalence, duration, and risk of hospital admission in individuals infected with SARS-CoV-2 during periods of omicron and delta variant dominance: a prospective observational study from the ZOE COVID Study. *The Lancet*, 399(10335), 1618-1624, 2022.
40. COVID-19 rapid guideline: managing the long-term effects of COVID-19. NICE guideline , 18 December 2020.
41. Greenhalgh, T., Knight, M., Buxton, M., & Husain, L. Management of post-acute covid-19 in primary care. *bmj*, 370, 2020.
42. Nabavi N. Long covid: how to define it and how to manage it. *BMJ* 2020; 370, m3489 doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.m3489> (Published 07 September 2020).

43. Hamdi, O. A., Jonas, R. H., & Daniero, J. J. Vocal Fold Paralysis following COVID-19 Vaccination: Query of VAERS Database. *Journal of Voice*, 24 January 2022.
44. Cox, D. Some patients who survive COVID-19 may suffer lasting lung damage. *Sci. News*, (2020).
45. Center for Disease Control and Prevention . CDC; 2020. Scientific Brief: SARS-CoV-2 and Potential Airborne Transmission. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/more/scientific-brief-sars-cov-2.html> 2020
46. CDC, S. B. SARS-CoV-2 and Potential Airborne Transmission, 2020.
47. Bourouiba, L., Dehandschoewercker, E., & Bush, J. W. Violent expiratory events: on coughing and sneezing. *Journal of Fluid Mechanics*, 745, 537-563, 2014.
48. Morawska L., Johnson G.R., Ristovski Z.D. Size distribution and sites of origin of droplets expelled from the human respiratory tract during expiratory activities. *J Aerosol Sci.* 40:256–269, 2009.
49. Asadi, S., Wexler, A. S., Cappa, C. D., Barreda, S., Bouvier, N. M., & Ristenpart, W. D. Aerosol emission and superemission during human speech increase with voice loudness. *Scientific reports*, 9(1), 1-10, 2019.
50. Stockman, T., Zhu, S., Kumar, A., Wang, L., Patel, S., Weaver, J., ... & Miller, S. L. (2021). Measurements and simulations of aerosol released while singing and playing wind instruments. *ACS Environmental Au*, 1(1), 71-84.
51. M. Prior, B. R., Cursiol, J. A., de Almeida Prado, M. Y., & Ricz, L. N. A. Effect of COVID-19 Quarantine on Voice Handicap Index in Female Classical Singers. *Journal of Voice*, 24 December 2020.
52. Chu, D. K., Akl, E. A., Duda, S., Solo, K., Yaacoub, S., Schünemann, H. J., ... & Reinap, M. (2020). Physical distancing, face masks, and eye protection to prevent person-to-person transmission of SARS-CoV-2 and COVID-19: a systematic review and meta-analysis. *The lancet*, 395(10242), 1973-1987.

53. Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920, (2020).
54. American Federation of Musicians, Return to Work Safely. AFM (2020) <https://www.afm.org/wp-content/uploads/2020/06/Returning-to-Work-Safely-PDF-06.16.20.pdf>, Accessed 12th Oct 2020.
55. Wisconsin Council of Churches. Wisconsin Council of Churches; <https://www.wichurches.org/2020/05/08/church-music-covid19/> Church Music in the Age of COVID-19, 2020.
56. National Association of Teachers of Singing . NATS; 2020. NATS COVID. https://www.nats.org/cgi/page.cgi/article.html/Featured_Stories/NATS_COVID_Resources_Page
57. Marshall A. When will it be safe to sing together again? *The New York Times*. 2020 <https://www.nytimes.com/2020/06/09/arts/music/choirs-singing-coronavirus-safe.html>
58. National Federation of State High School Associations . NFHS; 2020. Performing Arts Aerosol Study. <https://www.nfhs.org/articles/unprecedented-international-coalition-led-by-performing-arts-organizations-to-commission-covid-19-study/>
59. Hamner L, Dubbel P, Capron I. High SARS-CoV-2 attack rate following exposure at a choir practice—*MMWR Morb Mortal Wkly Rep*. 2020;69:606–610. Skagit County, Washington, March 2020.
60. McCallion, K. Impact of COVID-19 on arts and culture in Northern Ireland, 2020, 1-4.
61. Wall-Andrews, C., Walker, E., & Cukier, W. (2021). Support Mechanisms for Canada’s Cultural and Creative Sectors during COVID-19. *Journal of Risk and Financial Management*, 14(12), 595.
62. Dümcke, C. (2021). Five months under COVID-19 in the cultural sector: a German perspective. *Cultural Trends*, 30(1), 19-27.

63. de Peuter, G., Oakley, K., & Trusolino, M. (2022). The pandemic politics of cultural work: collective responses to the COVID-19 crisis. *International Journal of Cultural Policy*, 1-16.
64. Vanhee, L. (2021). Learning from precarity: How a perfect storm of crisis, precarity and imagination might be able to cultivate and nurture fundamental, and much needed change in the arts. *Forum+*, 28(2), 4-17.
65. Betzler, D., Loots, E., Prokúpek, M., Marques, L., & Grafenauer, P. (2021). COVID-19 and the arts and cultural sectors: Investigating countries' contextual factors and early policy measures. *International journal of cultural policy*, 27(6), 796-814.
66. Bakanlığı, İcisleri. (2020). Haziran Ayı Normallesme Tedbirleri Genelgesi. (Erişim Tarihi: July , 2020).
67. Sezin, R. K. Tiyatro Öğrencilerinin Ses Sağlığını Koruma ve Ses Performanslarını Arttırmaya Yönelik Geliştirilmiş Uygulamalı Ses Eğitimi Programının Etkinliğinin Araştırılması, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Ankara, 2017.
68. Brooks, S. K., & Patel, S. S. Challenges and opportunities experienced by performing artists during COVID-19 lockdown: Scoping review. *Social Sciences & Humanities Open*, 100297, (2022).
69. Crosby, P., McKenzie, J. Survey evidence on the impact of COVID-19 on Australian musicians and implications for policy. *Int J Cult Policy*, 2021.
70. Teixeira, N., Vianna, G.M., Lima, R., Jauregui, C., Furtado, L., Alberto, T.P., Medeiros, R. Covid-19 impact on the music sector in Belo Horizonte (Minas Gerais, Brazil). *Front Sociol.* 6, (2021).
71. Daffern, H., Balmer, K., Brereton, J. Singing together, yet apart: The experience of UK choir members and facilitators during the Covid-19 pandemic. *Front Psychol.* 12 624474, (2021).
72. Li, Q., Li, Z., & Han, J. A hybrid learning pedagogy for surmounting the challenges of the COVID-19 pandemic in the performing arts education. *Education and Information Technologies*, 26(6), 7635-7655, (2021).

73. MacDonald, R., Burke, R., De Nora, T., Donohue, M.S., Birrell, R. Our virtual tribe: Sustaining and enhancing community via online music improvisation. *Front Psychol.* 11 623640, (2020).
74. Fram, N.R., Goudarzi, V., Terasawa, H., Berger, J. Collaborating in isolation: Assessing the effects of the Covid-19 pandemic on patterns of collaborative behavior among working musicians. *Front Psychol.* 12 674246, (2021).
75. Szostak, M., Sulkowski, L. Identity crisis of artist during the Covid-19 pandemic and shift towards entrepreneurship. *Entrepreneurial Bus Econ Rev.* 9(3) 87-102, (2021).
76. Diaz, J. Managing vocal fatigue during the COVID-19 pandemic. *Leader Live*, (2020).
77. Besser, A., Lotem, S., & Zeigler-Hill, V. Psychological stress and vocal symptoms among university professors in Israel: implications of the shift to online synchronous teaching during the COVID-19 pandemic. *Journal of Voice*, *Volume 36, Issue 2, March 2022, Pages 291.e9-291.e16*, (2020).
78. Ávila, M. E. B. D., Oliveira, G., & Behlau, M. Classical singing handicap index (CSHI) in erudite singers. *Pró-Fono Revista de Atualização Científica*, 22, 221-226, (2010).
79. Stubbe, J. H., Tiemens, A., Keizer-Hulsebosch, S. C., Steemers, S., van Winden, D., Buiten, M., ... & van Rijn, R. M.. Prevalence of mental health complaints among performing arts students is associated with COVID-19 preventive measures. *Frontiers in Psychology*, 12, 2284, (2021).
80. Siqueira, L. T. D., Dos Santos, A. P., da Silva Vitor, J., Moreira, P. A. M., Silva, R. L. F., Fernandes, G., & Ribeiro, V. V. (2021). Vocal Self-Perception of Singers During COVID-19 Pandemic. *Journal of voice*, 24 July 2021.
81. Johnson, A. M., & Sandage, M. J. Exercise science and the vocalist. *Journal of Voice*, 35(4), 668-677, (2021).
82. Pestana, P. M., Vaz-Freitas, S., & Manso, M. C. Prevalence of voice disorders in singers: systematic review and meta-analysis. *Journal of voice*, 31(6), 722-727, (2017).

83. Benninger, M. S., Holy, C. E., Bryson, P. C., & Milstein, C. F. Prevalence and occupation of patients presenting with dysphonia in the United States. *Journal of Voice*, 31(5), 594-600, (2017).
84. de Sousa Júnior, J. H., de Sousa, L. V. H. A., Santos, W. S., Soares, J. C., & Raasch, M. “# FIQUEEMCASA E CANTE COMIGO”: ESTRATÉGIA DE ENTRETENIMENTO MUSICAL DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19 NO BRASIL. *Boletim de Conjuntura (BOCA)*, 2(4), 72-85, (2020).
85. Schwartz, S. R., Cohen, S. M., Dailey, S. H., Rosenfeld, R. M., Deutsch, E. S., Gillespie, M. B., ... & Patel, M. M. Clinical practice guideline: hoarseness (dysphonia). *Otolaryngology–Head and Neck Surgery*, 141(1_suppl), 1-31, (2009).
86. Kreiman, J., Gerratt, B. R., Kempster, G. B., Erman, A., & Berke, G. S. Perceptual evaluation of voice quality: review, tutorial, and a framework for future research. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 36(1), 21-40, (1993).

10. EKLER

10.1. Asgari Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu

1. Bu çalışma DKT. Ayşe Buse KURT tarafından yürütülen profesyonel ses sanatçılarına yönelik bir araştırmadır.
2. Araştırmanın amacı; COVID-19 salgını nedeniyle şarkı söyleme ve diğer ses performansı ile ilgili kısıtlamaların mesleki, finansal ve duygusal sonuçlarının gerekli formlar ile yapılan değerlendirmeler doğrultusunda karşılaştırılmasıdır.
3. Araştırma sırasında; DKT tarafından sorulacak Görüşme Anketinde yer alan soruları yanıtlanması istenecektir.
4. Araştırmada yapılacak olan değerlendirmeler herhangi bir risk taşımamaktadır.
5. Araştırmaya katılmanız isteğe bağlıdır ve istediğiniz zaman herhangi bir zaman ceza veya yaptırıma maruz kalmaksızın, hiçbir hakkınızı kaybetmeksizin araştırmaya katılmayı reddedebilir veya araştırmaya katılmaktan vazgeçebilirsiniz.
6. Yazılı bilgilendirilmiş gönüllü formunun imzalanmasıyla gönüllü veya yasal temsilci; izleyiciler, yoklama yapan kişiler, etik kurul, kurum ve diğer ilgili sağlık otoritelerinin gönüllünün orijinal tıbbi kayıtlarına doğrudan erişimlerinin bulunabileceğine, ancak bu bilgilerin gizli tutulacağına, izin vermiş olur.
7. İlgili mevzuat gereğinde kimliğinizi ortaya çıkaracak kayıtlar gizli tutulacak ve kamuoyuna açıklanmayacaktır; araştırma sonuçlarının yayımlanması halinde dahi kimliğiniz gizli kalacaktır.
8. Araştırma konusuyla ilgili ve gönüllünün araştırmaya katılmaya devam etme isteğini etkileyebilecek yeni bilgiler elde edildiğinde gönüllünün veya yasal temsilci zamanında bilgilendirilecektir.
9. Araştırma, kendi haklarınız veya araştırma ile ilgili daha fazla bilgi edinebilmek için DKT. Ayşe Buse Kurt' a mail adresinden ulaşabilirsiniz.
10. Araştırmaya 25 katılımcının katılması beklenmektedir.
11. Çalışmaya ayırmanız için gereken süre yaklaşık olarak 40 dakikadır.

12. Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formundaki tüm maddeleri okudum. Bana belirtilen araştırmanın konusu ve amacı hakkında yazılı ve sözlü açıklama DKT. Ayşe Buse Kurt tarafından yapıldı. Araştırmaya gönüllü olarak katıldığımı, istediğimde gerekçeli veya gerekçesiz araştırmadan ayrılabileceğimi biliyorum. Çalışmaya için yapılacak harcamalarla ilgili herhangi bir maddi sorumluluk altına girmiyorum ve bana da herhangi bir ödeme yapılmayacak. Söz konusu araştırmaya hiçbir baskı altında kalmadan kendi rızamla katılmayı kabul ediyorum.

Gönüllü	Araştırmacı
Adı Soyadı	Adı Soyadı
İmza	İmza
Tarih	Tarih

10.2. Görüşme Formu

GÖRÜŞME FORMU

AD-SOYAD:	TARİH:
YAŞ:	TEL:
CİNSİYET:	ŞEHİR:

1. BÖLÜM

1. Mesleğiniz nedir?
2. Eğitim durumunuz nedir?
3. Formal eğitiminiz dışında mesleğinizle ilgili bir eğitim aldınız mı?
4. Alerji, sinüzit veya larenjitiniz var mı?
5. Reflü şikayetiniz var mı?
6. Sürekli kullandığınız ilaçlar var mı? Varsa nedir?
7. Covid-19 Geçirdiniz mi? (Geçirdiyseniz ne zaman?)
8. Ameliyat geçirdiniz mi veya anestezi altında inceleme yapıldı mı?
9. Ses bozukluğu tanısı aldınız mı/nedir/ne zaman? Şuan ses probleminiz varsa ses probleminizi kısaca özetleyiniz.
10. Dil ve konuşma terapisti mesleğini duyduunuz mu? Meslek kapsamı hakkında bir bilginiz var mı, neler biliyorsunuz?

2. Bölüm soruları pandemi öncesi (PÖ) ve pandemi dönemi (PD: arttı, azaldı, değişmedi) için ayrı ayrı sorulacaktır.

2. BÖLÜM

11. Ortalama olarak haftada kaç saat performans gösteriyorsunuz?
PÖ:
PD:
12. Ortalama olarak haftalık provalarınız kaç saat sürüyor?

PÖ:

PD:

13. Ses ısıtma ve ses soğutma egzersizleri yapıyor musunuz?

PÖ:

PD:

14. Düzenli uyur musunuz?

PÖ:

PD:

15. Günlük su tüketiminiz nedir? (Günlük/bardak)

PÖ:

PD:

16. Kafeinli içecekler (kahve, çay, kola vs.) içiyor musunuz? (Günlük/bardak)

PÖ:

PD:

17. Bitki çayı içiyor musunuz? (Günlük/bardak)

PÖ:

PD:

18. Naneli şeker, pastil türevlerini tüketme sıklığınız nedir?

PÖ:

PD:

19. Geç saatte yemek yeme alışkanlığınız var mı?

PÖ:

PD:

20. Sigara ve türevi irritan madde kullanır mısınız? Günde kaç paket tüketiyorsunuz?

PÖ:

PD:

21. Alkol Tüketiyor musunuz? Hangi sıklıkla ve ne kadar tüketiyorsunuz?

PÖ:

PD:

3. BÖLÜM

22. Aşağıdaki ifadeler, katılımcıların meslekleri hakkında nasıl hissedebileceklerine atıfta bulunmaktadır. Lütfen duygularınızı en iyi tanımlayan ifadeyi seçin:

1. ____ Mesleğim hayatımdaki en önemli şey.
2. ____ Mesleğim hayatımdaki en önemli 3 şeyden biri.
3. ____ Mesleğim hayatımdaki en önemli 3 şeyden biri değil.

23. Kendinizi genelde yoğun stres altında hisseder misiniz?

24. Pandeminin size kattığı pozitif etkileri oldu mu? Nelerdir?

25. Pandeminin size kattığı negatif etkileri oldu mu? Nelerdir?

11. ETİK KURUL ONAYI

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR
ETİK KURULU KARAR FORMU

Sayı : E-10840098-772.02-3987
Konu: Etik Kurulu Kararı

23/08/2021

BAŞVURU BİLGİLERİ	ARAŞTIRMANIN AÇIK ADI	Pandemi Sürecinin Profesyonel Ses Sanatçlarına Mesleki ve Emosyonel Yönden Etkisinin İncelenmesi			
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACI UNVANI/ADI/SOYADI	AYŞE BUSE KURT			
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ UZMANLIK ALANI	Dil ve Konuşma Terapisti			
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ BULUNDUĞU MERKEZ	Yalova			
	DESTEKLEYİCİ	-			
	ARAŞTIRMAYA KATILAN MERKEZLER	TEK MERKEZ <input type="checkbox"/>	ÇOK MERKEZLİ <input checked="" type="checkbox"/>	ULUSAL <input checked="" type="checkbox"/>	ULUSLARARASI <input type="checkbox"/>

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Evrakımızı <https://turkiye.gov.tr/istanbul-medipol-universitesi-ebys> linkinden C81784ECXC kodu ile doğrulayabilirsiniz.

Sa



İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR
ETİK KURULU KARAR FORMU

Değerlendirilen Belgeler	Belge Adı	Tarihi	Versiyon Numarası	Dili		
	ARAŞTIRMA PROTOKOLÜ/PLANI			Türkçe <input type="checkbox"/>	İngilizce <input type="checkbox"/>	Diğer <input type="checkbox"/>
	OLGU RAPOR FORMU			Türkçe <input type="checkbox"/>	İngilizce <input type="checkbox"/>	Diğer <input type="checkbox"/>
	BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU			Türkçe <input type="checkbox"/>	İngilizce <input type="checkbox"/>	Diğer <input type="checkbox"/>
Karar Bilgileri	Karar No:857	Tarih: 19/08/2021				
	Yukarıda bilgileri verilen Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu başvuru dosyası ile ilgili belgeler araştırmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş ve araştırmanın etik ve bilimsel yönden uygun olduğuna “oybirliği” ile karar verilmiştir.					

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

BAŞKANIN UNVANI / ADI / SOYADI	Dr. Öğr. Üyesi Mahmut TOKAÇ
---------------------------------------	-----------------------------

Unvanı/Adı/Soyadı	Uzmanlık Alanı	Kurumu	Cinsiyet		Araştırma ile ilişkisi		Katılım *		İmza
Dr. Öğr. Üyesi Mahmut TOKAÇ	Tıp Tarihi ve Etik	İstanbul Medipol Üniversitesi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	Uygundur
Prof. Dr. Mete ÜNGÖR	Endodonti	İstanbul Medipol Üniversitesi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	Uygundur
Doç. Dr. Mehmet Kemal ÖZDEMİR	Elektrik ve Elektronik	İstanbul Medipol Üniversitesi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	Uygundur
Doç. Dr. İlknur KESKİN	Histoloji ve Embriyoloji	İstanbul Medipol Üniversitesi	E <input type="checkbox"/>	K <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	Uygundur
Doç. Dr. Devrim TARAKCI	Fizyoterapi ve Rehabilitasyon	İstanbul Medipol Üniversitesi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	Uygundur
Dr. Öğr. Üyesi Neziha HACİHASANOĞLU ÇAKMAK	Biyokimya	İstanbul Medipol Üniversitesi	E <input type="checkbox"/>	K <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	Uygundur
Dr. Öğr. Üyesi Neriman İpek KIRMIZI	Tıbbi Farmakoloji	İstanbul Medipol Üniversitesi	E <input type="checkbox"/>	K <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	Uygundur

* :Toplantıda Bulunma

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Evrağınızı <https://turkiye.gov.tr/istanbul-medipol-universitesi-ebys> linkinden C81784ECXC kodu ile doğrulayabilirsiniz.

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR
ETİK KURULU KARAR FORMU

COVID-19 (Pandemi) nedeniyle etik kurulumuz sanal olarak toplanmış olup kurul üyelerimizden uygunluk kararı sanal ortamda alınmıştır. Araştırmacı tarafından talep edilirse, COVID-19 (Pandemi) sonrası ıslak imzalı karar formu ayrıca hazırlanabilir.

Girişimsel Olmayan Etik Kurulu Sekreteri
Bilge KAYA



Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Evrakınızı <https://turkiye.gov.tr/istanbul-medipol-universitesi-ebys> linkinden C81784ECXC kodu ile doğrulayabilirsiniz.