



TAUBMAN PİYANO TEKNİĞİ: BİREYSEL FARKLILIKLAR, ÖĞRENME STRATEJİLERİ VE UYGULAMA YÖNTEMLERİ

Senem Zeynep ERCAN

Dr. Öğr. Üyesi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Devlet Konservatuarı

Ercan, Senem Zeynep. "Taubman Piyano Tekniği: Bireysel Farklılıklar, Öğrenme Stratejileri ve Uygulama Yöntemleri". Sanat Eğitimi Dergisi, 11/1 (2023 Bahar): s. 47-52. doi: 10.7816/sed-11-01-06

ÖZ

Piyano çalmak, diğer pek çok çalgı gibi, çok fazla tekrara dayalı bir öğrenme süreci gerektirir. Öğrenme süreci bireysel farklılıklar içerebilir, bazılarının rahatlıkla başa çıktığı teknik sorunlar diğerleri için daha uzun saatler ve tekrar gerektirecektir. Uzun saat ve tekrarlar bazı noktalarda çözüm olmadığı gibi tekrara dayalı kas yaranmalarına da sebep olabilir. Birkaç on yıldır hem çalmaya daha sistematik yaklaşan hem de icracıyı sağlık bakımından önemseyen bazı teknikler dünyada yaygınlaştı. Bu tekniklerden biri de piyano dünyasında sık sık bahsedilen Taubman Piyano Yaklaşımı ya da tekniğidir. Bu makalede Amerikalı piyano pedagogu Dorothy Taubman'ın uzun yıllar boyunca yaptığı gözlem, analiz ve uygulamalarla geliştirdiği Taubman yaklaşımı incelenecektir. Taubman Tekniği'nin sağlayabileceği kolaylaştırıcı etkiye de ayrıca değinilecektir.

Anahtar Kelimeler: Taubman Tekniği, piyano, Piyanist, piyano pedagojisi

Makale Bilgisi:

Geliş: 17 Şubat 2023

Düzeltilme: 28 Mart 2023

Kabul: 27 Mayıs 2023

© 2023 sed. Bu makale Creative Commons Attribution (CC BY-NC-ND) 4.0 lisansı ile yayımlanmaktadır.

Giriş

Piyano çalmak, motor becerilerin ve sanatsal anlayışın özgün bir kombinasyonunu gerektirir. Bu alanda, bireysel farklılıklar- el yapısı, kas gücü, önceki müzikal deneyimler gibi unsurlar öğrenme süreci üzerinde büyük bir etkiye sahiptir. Farklı öğrenme stilleri ve gereksinimleri de bu süreçte önemli rol oynar. Piyano eğitimi alan kişilerin öğrenim hayatları boyu akranlarında gözlemediği, ardından icracı ve piyano eğitimcisi olarak izlemeye devam ettikleri başlıca unsurlardan biri kişilerin farklı konuları farklı hızlarda öğrenmeleridir. Kiminin çok rahat baş ettiği teknik bir zorlukla, kimi çok daha fazla vakit geçirmek zorunda kalabilir. Bazıları da kolaylıklarıyla hayrete düşürebilir. İtme, deşifre, müzikal kavrama, teknik kolaylık, ezber gibi ana başlıkları düşünürsek, birinde çok kuvvetli olup diğerinde o kadar da rahat olmayan kişiler mevcut. Mesela, çok iyi bir kulak çok iyi piyano çalmanın garantisi olmayabilir. Pek çok öğrencide işleyen bir yöntem kimisinde çözüm olmayabilir. Bu tür zorluklar sadece piyano eğitimcileri tarafından değil, farklı alanlarda öğrenen tüm öğretmenler tarafından yaşanmaktadır. Kişilerin öğrenme stratejilerini araştıran çalışmalar sayesinde daha başarılı aktarma yolları bulunmaktadır. Pek çok öğretmen bilginin öğrenci tarafından nasıl edinildiği, işlendiği ve içselleştirildiğine bağlı olarak daha etkili bir öğretim biçimine ulaşabileceğini düşünmektedir. Öğrenme stratejileri görsel, işitsel ve taktil/kinestetik olarak üç ana başlığa ayrılabilir. Her bireyin daha baskın bir öğrenme stili vardır, fakat zaman içinde bu stilleri daha geçişken ve koordineli bir şekilde kullanmayı öğrenir (Garcia, 2002). Görsel yanı baskın öğrenci, imajlarla düşünür ve bilgiyi zihninde resimlere çevirir. Bu özelliğe sahip bir piyano öğrencisi genel olarak rahat deşifre yapar fakat az önce çaldığı melodiyi tekrar etmesini istesiniz yapamayabilir. Gayet akıcı çalarken ifadeli çalma ya da ezbere çalma konusunda zorlanabilir. İşitsel kanallarla öğrenmesi baskın bir kişi ise en iyi duyarak ya da dinleyerek öğrenir. Bu özelliği baskın bir piyano öğrencisi duyduğunu hemen çalan fakat okumakta zorlanan biri olabilir. Pasajın geri kalanını okumaktansa tahmin etmeyi tercih edecektir. Kinestetik yollarla daha kolay öğrenen bir kişi ise beden ve dokunma yoluyla öğrenir. Bu kişi için en iyi öğrenme yöntemi fiziksel olarak bolca 'yapmaktan', uygulamaktan geçer. Bir parçayı tekrar tekrar çalmak ister ve kolay kolay da yorulmaz. Öğrenme modelleriyle çalışırken önemli olan öğrencinin öğrenme modelini keşfetmek ve ona göre esneklikler yaratmaktır. İşin enteresan yanı öğretmenler de genel olarak kendi öğrenme modeline göre öğretmeye meyillidir (Garcia, 2002). Bu durum bizim sıkça gözlemediğimiz bir detay olarak karşımıza çıkıyor, teknik kabiliyeti yüksek aynı zamanda iyi bir icracı olan çalgı eğitimcileri kendinde olan bilgiyi öğrencisine aynı kolaylıkla aktaramayabilmektedir. Bu bilgi kendi doğal ve baskın öğrenme yoluyla gelmiştir fakat öğrenci kinestetik olarak o kadar kolaylıkla yapamıyorsa farklı bir yöntemle aktarmak çok daha etkili olacaktır. Karşı tarafa daha sistematik ve başlıklar halinde aktarılacak bilgiler hem öğretmen hem de öğrenci için çok daha kolay bir kanal yaratacaktır. Bu noktada piyano çalmayı düşündüğümüzde bahsi geçen tüm öğrenme modelleri iç içe geçmiş ve her an hepsi önemlidir. Nota öğrenme süreci, eseri dinleme, eser analizi, taktil –kinestetik kısım, ifade-müzikalite ve ezber ayrı ayrı başlıklar olabilir. Hiçbiri diğeri olmadan tek başına yeterli olmayacaktır. Bu makalede bahsi geçen Taubman Tekniği ya da yaklaşımına bu perspektiften bakmanın faydalı olacağını düşünüyorum. Öğrenme stillerinde bahsi geçen Taktil-Kinestetik kısmı Taubman Tekniği'nin ağırlıklı olarak üzerine eğildiği kısımdır. Çok iyi deşifre yapabilen ya da hemen ezberleyebilen biri nasıl oluyor da teknik pasajları çalmakta bu kadar zorlanıyor? Ya da tam tersi. Tüm öğrenme biçimlerini geliştirmek için farklı yöntemler denenmekte. Taubman Tekniği de işin kas, koordinasyon kısmıyla ilgili önerilerle geliyor. Bu da doğal olarak müzikal ifadeyi ve müzisyenliği etkilemekte. Teknik olarak rahat olmayan kişi müzikal olarak da istediklerini gerçekleştirmekte zorlanacaktır.

Taubman Piyano Tekniği/ Yaklaşımı

Dorothy Taubman

Amerikalı piyanist, pedagog, müzik öğretmeni, Dorothy Tauman (1917-2013) kendi geliştirdiği Taubman piyano tekniğini öğretmek üzere Taubman Piyano Enstitüsü'nü kurdu ve bu sayede tekniğin yıllar içinde öğrencileri aracılığıyla dünyaya yayılmasını sağladı. Taubman piyano çalmaya bağlı fiziksel sorunlarla ilgili çalışan ilk pedagoğlardan biridir. Taubman, hayatının kırk beş yılını piyano pedagojisi alanında çalışmaya ayırmıştır. İnsan bedeni ve hareket kanunları ile ilgili bir bilgilenme sistemi kurarak teknik problemlerin üstesinden gelinebileceğini göstermiştir.

Kendisi, sürekli tekrar edilerek yapılan çalışmadan ziyade, akıllı, bilgiye dayalı bir yöntemin işe yarayacağını söyler. Bedenin doğal çalışma prensiplerini göz ardı etmeyen, akıllı çalışma şekilleriyle ağrı, güvensizlik, teknik yetersizliklerden kaçınılabileceğini ve bunların az çalışma, beceriksizlik ve yeteneksizliğin işareti olmadığını üzerinde durur. Çalmaya bağlı sorunların genel olarak piyano çalarken gerekli koordinasyondan uzak hareketlerden kaynaklandığını fark etmiştir.

Taubman: "Elin nasıl hareket etmesi gerektiğini ve herhangi bir müzik pasajında verimliliği artıran hareketlerin neler olduğunu keşfettim. Tekniğimin tek bir amacı var. Hangi enstrümanı çalıyor olursanız olun muhteşem bir yoruma sahip olmak. Muhteşem bir teknik olmadan muhteşem bir çalım elde edemezsiniz."

Dünyaca ünlü piyanist Leon Fleisher: "Dorothy, zorlandığınız zaman, nerede yanlış yaptığınız ve bundan nasıl kurtulabileceği konusundaki sezgileri açısından kesinlikle olağanüstü."

Dorothy Taubman'ın öğrencisi ve daha sonra tekniği öğretmeye devam eden piyanist-pedagog Edna Golandsky, "Renk, ton üretimi, nabız, ritmik ifadeler, tonlama; hepsi vücut tarafından üretiliyor. Eğer vücut bunu yapmazsa, diğer çabaların çok da faydası olmayacaktır." (Golandsky,1999).

Taubman Tekniği

Taubman tekniği Avrupa ve Amerika'da ilgi gören bir piyano çalma yaklaşımıdır. Taubman tekniği yaklaşık 50 yıl boyunca Brooklyn'li pedagog Dorothy Taubman tarafından geliştirilmiştir. Golandsky "Bu bir yöntem değil, daha ziyade: teknik problemleri çözmek için düzenli ve rasyonel araçlara izin veren kapsamlı bir piyano tekniği yaklaşımıdır. Sadece virtüöz piyanistlerin yetişmesine katkıda bulunmamış aynı zamanda pek çok sakatlık geçirmiş piyanistin çalmaya geri dönmesinde etkisi olmuştur. Çalarken sağlanan "parlaklık ve kolaylık"ın yanı sıra, "tam bir artistik ifade" için piyanistlerin performanslarına katkıda bulunmaktadır" (Golandsky, 1999). Teknik, koordineli hareketler vasıtasıyla sağlıklı bir çalma sağlanabileceğini savunur. Taubman tekniği piyanistler için geliştirilmiştir, aynı zamanda RSI- Repetitive Strain Injury/ Tekrarlanan hareketlere bağlı yaralanmalardan muzdarip kişiler için de faydalıdır. Teknik, tekrar eden hareketlerin en doğal ve kolay şekilde yapılmasını öğretir. İnsanlar çoğunlukla günlük işleri dahil rutinlerini gerçekleştirirken ellerini, bileklerini ve kollarını sıkarak, gergin olarak kullanmaktadırlar. Taubman tekniğinde doğanın hareket ve fizik kurallarına uygun olarak doğal bir hareket etme şekli öğretilir.

Temelde dört kol hareketi mevcuttur; aşağı-yukarı, içeri-dışarı, çapraz (lateral), ve rotasyon. Peş peşe çalınan her iki notada bu dört elementin değişimi söz konusudur. Neticede bir eser icra ederken; parmak, el ve kol büyük bir hareket oluşturmaktadır, buna da 'shape'/ 'şekil' diyebiliriz. 'Shape' bütün olarak gördüğümüzdür, Taubman tekniğinin yaptığıysa bunu küçük parçalara ayırarak incelemektir. Temel terminolojisi içinde, koordineli hareketler, dinlenme- başlangıç pozisyonu, tabure yüksekliği ve mesafesi, kol ağırlığı, denge, rotasyon bulunur. Taubman geleneksel tekniklerin sorgulanması gerektiğini, yüksek orandaki sakatlanmış müzisyeni işaret eden araştırmaların bunun göstergesi olduğunu söylemiştir. Teknik ve müziğin bir bütün olduğunu, ikisinin birbirinden ayrılmaz parçalar olduğunu savunur (Ercan, 2020:363).

Tekniğin Temel Öğeleri

Bu makalenin yazarının gözlemlene ve deneyimlene şansı olduğu bu teknik, bazı bakımlardan karmaşık teknik durumların içinden çıkmak için kısa yollar sunuyor demekte bir sakınca yoktur. Tekniğin temel prensibi en zor ya da karmaşık gözükken parajları en başta küçük parçalara ayırıp hangi hareket kombinasyonlarına ihtiyaç olduğunu incelemek. Burada mecburen yavaş çalışmak ve düşünmek de devreye giriyor çünkü bir durumu analiz etmek zorunda bırakıyor.

Başlıklar temel olarak şöyle sıralanabilir:

Oturma Pozisyonu

Piyano başında oturma pozisyonu, piyano taburesine yerleşme, piyanoya mesafe ve tabure yüksekliğinin belirlenmesinden oluşur (Milenovic, 2011:9) Piyano başında oturma pozisyonu temel prensibi her bireyin kendi vücut proporsiyonu üzerine kurulur, boy tek başına belirleyici değildir. Gerçekten oturma kemiklerinin üzerinde mi yoksa kuyruk sokumu yani omurga üzerinde mi oturulduğu başlangıç için önem taşır. Oturma kemikleri yani 'sit bones' üzerinde oturan ve taburenin birkaç parmak önünde oturan bir kişi klavyenin bir ucundan diğerine rahatlıkla gidip gelebilecektir.

Rotasyon

Rotasyon, tekniğin temel öğelerinden biridir. Rotasyon temelde gündelik yaşamda pek çok hareket içinde mevcut bir hareket etme sistemidir. Single ve double rotasyon şeklinde bahsedilen bu unsur ters yöne giden hareketlerde tekli rotasyon, aynı yöne gidenlerde çift rotasyonu kullanmaktan geçer. Tril çalarken kullanılan bu hareket iki zıt yöndeki notayı sadece parmaklarla çalmaktansa hızlandığında gözle zor görülebilecek kadar küçük ve hızlı rotasyon sayesinde uygulanır. Rotasyonun son notası düz basılmalı ve ön kol tuşlara paralel olmalıdır. Rotasyon, radius ve ulna kemiklerinin oluşturduğu fakat dışarıdan tek kemik gibi görünen ön- kol rotasyonunu içerir. Pek çok öğrenci bu fiziksel detayı bu ders sırasında fark etmek durumunda kalmaktadır. Rotasyonun sırrı buradaki ikili kemik yapısındadır, eğer dışarıdan görüldüğü gibi tek bir kemik olsaydı sadece

çalıcı çalmak değil dünya çok farklı bir yer olurdu. Pek çok günlük aktiviteyi şu haliyle yapmak imkânsız hale gelirdi. Bu sebepten kas- iskelet sistemine görsel olarak biraz dikkati çekmek beden kullanımını bir anda değiştirip daha serbest bir çalma şekline ulaşmayı sağlamaktadır. Klavye üzerinde serbest bir şekilde atlamalar yapabilmek için bilinçli ya da bilinçsiz bir şekilde de olsa rotasyon mikro düzeyde devrededir.

İçeri- Dışarı Hareket ve Yürüyen El- Kol (Walking Hand & Arms)

İçeri- dışarı hareket de çalarken defalarca egzersiz yaparak üretilen hareket silsilelerinin içinde yer almaktadır. Pratik yapmak önem taşımakta fakat burada yine pasajın gerektirdiği hareket etme biçimini analiz ederek bulmak fazladan saatlerin ve kas yorgunluğunun önüne geçecektir. Farklı uzunluktaki parmaklar ve piyanonun siyah beyaz tuşlarından oluşan coğrafyası burada belirleyici olacaktır. Özet olarak bir pasajda siyah tuşlar var ise ve burada baş parmak ya da serçe parmak devredeyse kol çekmece kapar gibi mümkün olduğunca düz bir hatta gerektiği kadar içeri doğru gitmek durumundadır. Bu hareket parmaklar, el ve ön kolun parmaklar arasında geçişler sırasında oluşur. Tüm bu birimlerin uyumlu şekilde özgür olması tüm aparatın serbest çalışmasını sağlar.

Biçim Vermek (Shaping) ve Gruplama

Parmakların tuşa getirilmesine yardımcı olan eğrisel önkol hareketidir. Biçim vermek diye çevirebileceğimiz unsur tekli-ikili rotasyon ve içeri- dışarı hareketlerin koordineli şekilde birleşmesiyle parmakları taşır. Gruplamak ise kompleks pasajları daha rahat algılayabilmek için zihinsel ve fiziksel olarak daha küçük parçalara ayırarak yapılır. Birimler küçüldükçe algılamak ve çözümlenmek kolaylaşacaktır. Bu sayede akıcılığı sağlamak ve hızlı çalarken daha fazla sağlamlık edinilecektir.

İzolasyon

İzolasyondan kasıt, ön kol, el, parmakların birbirinden ve bedenden izole çalışmasıdır. Örneğin; elin çatısında çökme olursa ya da bilek ön kola göre sağa ya da sola dönük olursa parmakların ön kolla ilişkisi olamayacaktır. Tüm aparatın birbiriyle bağlantılı ve eş güdümlü çalışmasının çalmada yaratacağı serbestiyet büyük kolaylık sağlayacak bunun yanında muhtemel sakatlanmaların önüne geçecektir. (Casarotti, 2022:3)

Küçültme

Tüm rotasyon pratikleri yerleştikten sonra, ön kol hareketleri küçültülür ve en sonunda tekniğin gözle görülemez parçaları halinde sisteme yerleştirilir. Tüm bu sürecin sonunda küçük bir kol hareketi parmakların serbestiyeti ve kolaylıkla çalışması için yeterli olacaktır. (Casarotti, 2022:3)

Tekrarlı Hareketlere Bağlı Yaralanmalar (RSI) ve Taubman Tekniği

Tekniğin en belirgin avantajlarından biri, tekrara dayalı hareketlerden kaynaklanan (Repetitive Strain Injury RSI) kronik yaralanmaların önlenmesine yardımcı olmasıdır. RSI, tekrarlayan hareketler sonucu ortaya çıkan bir yaralanma türüdür ve piyanistler arasında yaygındır. Taubman Tekniği, bu tür yaralanmaları önlemeye yönelik bir yaklaşım sunar.

Taubman tekniği performans dayalı kas iskelet sistemi hastalıklarıyla konunun popüler olduğu 1980'lerden çok daha önce geç 1960'larda ilgilenmeye başlamış ve dikkatleri bu yöne çekmiştir (Schneider, 1983).

Taubman Tekniği ve Performans Kaygısı

Son yıllarda performans kaygısıyla ilgili araştırmalar entsrüman çalmaya bağlı kas iskelet sistemi hastalıkları gibi müzisyenlerin ilgisini çekmeye başlamıştır. Piyano ve bedeni bir performansın iki bileşeni olarak görmek ve iki taraftaki avantajları ve dezavantajları da yönetebilmek için öncelikle ikisine de ayrı ayrı hâkim olmak performans kaygısını da gözlemlemek ve yönlendirmek için katkı sağlayacaktır. Müzik performansı kaygısı (MPK) veya müzik performansındaki sahne korkusu birçok müzisyen için ciddi bir sorundur çünkü MPK'nın eşlik ettiği performans bozukluğu kariyerlerini tehdit edebilir. Michiko Yoshie ve arkadaşlarının yaptığı çalışmayla, sosyal değerlendirmeye dayalı bir performans durumunun piyanistlerde subjektif, otonomik ve motor stres tepkilerini nasıl etkilediği açıklığa kavuşturulmak istendi. 18 yetenekli piyanistin stres altında (yarışma) ve rahat bir ortamda (prova) kendi seçtikleri solo bir parçayı çalarken üst ekstremitelerde kaslarının öznel durum kaygısı, kalp atış hızı, terleme hızı ve elektromiyografik (EMG) aktivite ölçümleri yapıldı. Katılımcılar, stres tarafından manupüle edildikleri yarışma koşullarında daha fazla kaygı bildirdiler. Kalp ve terleme hızları, prova ile yarışma şartlarında ayrı ayrı ölçüldü ve sempatik sinir sistemlerindeki aktivasyonda artış gözlemlendi. Katılımcıların ölçümleri yarışma koşulunda çalarken de yapıldı. Proksimal kasların (biceps brachii ve üst trapezius) ve EMG

büyükliğünün daha yüksek düzeylerde olduğu ve önkoldaki antagonist kasların (extensordigitorum communis ve flexordigitorum superficialis) birlikte kasıldığı izlendi. Bu durum, biyolojik sistemin öngörülemez bir ortamda hazırlıklı olmak üzere verdiği doğal bir tepki olarak görülse de piyanistlerin sahnedeki ince-motor kontrollerini bozabilir ve çalmaya bağlı sakatlanma risklerini de arttırabilir (Yoshie, 2009:117). Görünen o ki sahnede ya da performans sırasında performans kaygısı ve kas iskelet sistemi koordinasyonu birlikte değerlendirilmeli. Ön hazırlıkların sahne kaygısını yönetmekte pozitif etki yaratabileceği gibi performans esnasındaki kaygının da direk kas sistemine etkisi olabilir. Araştırmanın kapsamı piyano eğitimi verirken ve çalarken kişisel farklılıkları gözetenek oluşturulan bir yaklaşımı yakından izlemek ve avantajlarını göz önüne sermektir. Bu makalenin araştırma sürecinde nitel gözlem ve internet aracılığıyla akademik kaynakların taranması yoluyla bilgiler edinilmiştir. Yazar, nitel gözlem türünün, tam katılımcı gözlem alt türüyle iki yıl süreyle Amerika'da yaptığı Taubman Tekniği çalışmaları bünyesinde tekniğin farklı yönlerini uygulayarak deneyimleme fırsatı bulmuştur. Sonrasında verdiği piyano eğitimi bünyesinde kullandığı tekniği öğrencileriyle yaptığı derslerde de gözlemlemeye devam etmiştir.

Sonuç

Taubman Tekniği, piyano eğitiminde bir takım soru işaretleriyle yola çıkan ve insan anatomisini, kas iskelet sistemini, biyomekaniği de devreye sokmayı amaçlayan bir yaklaşımdır. Teknik ve müzikal becerileri birleştirerek, piyanistlerin yüksek seviyede performans göstermelerini hedefler. Kişisel farklılıkları ve öğrenme modellerini göz ardı etmeden yapılan çalışmalar kişinin kendi başına yapacağı çalışmalara da ışık tutabilir. Saatlerce çözülmeyen teknik problemlere nasıl yaklaşacağını bilmek pek çok öğrenci için yüreklendirici olacaktır. Elbette, bu yaklaşımın da eleştirilecek yönleri olabilir ancak bu tür düşünme şeklinin yerleşmesiyle daha ideal yaklaşımları keşfetme yönünde çalışmaların da önü açılacaktır. Ülkemizde de farklı disiplinlerden faydalanarak yapılan çalgı eğitimi yaklaşımları geliştikçe eğitimci ve öğrencilere daha konforlu bir yol göstermek mümkün olacaktır.

Kaynaklar

- Casarotti, J. P. (2022). Taubman Technique: Basic Principles (Handout.English). ASOTA Piano Festival.
- Ercan, S. (2020). Sahne Sanatları Tıbbi ve Piyano Eğitimine Entegre Edilebilecek Destekleyici Teknikler. *Turansam*, 12(47), 363.
- Garcia, S. (2002). Piano Pedagogy Forum. *Piano Pedagogy Forum*, 5(1). (01. 01.2023)
- Golandsky, E. (1999). Introductory lecture: Concepts, principles and philosophy of the Taubman Approach. MTNA conference, Los Angeles, CA.
- Golandsky Institute. (2011). Golandsky Institute website. <http://www.golandskyinstitute.org/> (01.01.2023)
- Milanovic, T. (2011). Healthy Virtuosity with the Taubman Approach. <http://www.theresemilanovic.com/wp-content/uploads/2014/04/Milanovic-2011-APPC-Healthy-Virtuosity-with-the-Taubman-Approach.pdf> ((01.01.2023)
- Sabo, J., Comeau, G., Guptill C., Dvorkin, R., Russel, D. (2023). Translating Piano Pedagogy Into Biomechanical Language: A Qualitative Framework for Interdisciplinary Knowledge Exchange. *The International Journal of Qualitative Methods*.
- Schneider, A. (1983). Dorothy Taubman: There is an answer. *Clavier*, 22, 19-21.
- Yoshie, M., Kudo, K., Murakoshi, T., Ohtsuki, T. (2009). Music performance anxiety in skilled pianists: Effects of social-evaluative performance situation on subjective, autonomic, and electromyographic reactions. *Neuroscience Letters*, 449(2), 117-26.

TAUBMAN PIANO TECHNIQUE: INDIVIDUAL DIFFERENCES, LEARNING STRATEGIES AND PRACTICE METHODS

Senem Zeynep ERCAN

Playing the piano, like many other instruments, requires a very repetitive learning process. The learning process may involve individual differences; technical problems that some can easily cope with will require longer hours and repetition for others. Long hours and repetitions are not a solution at some points and may also cause repetitive muscle injuries. For several decades, some techniques that both approach playing more systematically and care about the health of the performer have become widespread in the world. One of these techniques is the Taubman Piano Approach or Technique, which is frequently mentioned in the piano world. In this article, the Taubman approach, developed by American piano pedagogue Dorothy Taubman through many years of observation, analysis and practice, will be examined. The facilitating effect that the Taubman Technique can provide will also be mentioned.

Keywords: Taubman Technique, piano, pianist, piano pedagogy