

Vibroakustilise muusikateraapia sekkumise protokoll

Skille–Wigram mudel on vibroakustilise teraapia (VAT) kõige mõjukam ja laialdasemalt kasutatav teoreetiline-kliiniline raamistik, mille töötasid välja Olav Skille ja Tony Wigram 1980.–1990. aastatel.

1. Hindamine (Assessment)

Vibroakustilise muusikateraapia (VAT) sekkumine algab kliendi põhjaliku hindamisega. Hindamine hõlmab anamneesi kogumist (neuroloogiline, psühholoogiline ja füüsiline seisund), vastunäidustuste välistamist (nt ägedad põletikud, tromboos, teatud raseduse etapid) ning terapeutiliste eesmärkide seadmist (nt valu vähendamine, ärevuse leevendamine, lihaspinge alandamine).

2. Seadistus (Equipment & Setup)

VAT sekkumiseks kasutatakse vibroakustilist lamamistooli või madratsit, mis edastab madalsageduslikku heli kehale. Kasutatakse sagedusvahemikku 20–120 Hz. Keskkond peab olema rahulik, vaikne ja minimaalse stimulatsiooniga.

3. Sagedusprotokoll

Tüüpiline sessioon kestab 20–45 minutit, sagedusega 1–3 korda nädalas. Sagedused valitakse vastavalt eesmärgile: 20–50 Hz lõõgastuseks, 40 Hz neuroloogiliseks stimulatsiooniks, 60–80 Hz lihaspinge reguleerimiseks. Sageli kasutatakse sweep-tehnikat (muutuv sagedus).

4. Muusikaline komponent

Muusika valitakse terapeutiliselt: aeglane tempo (60–80 BPM), madal dünaamika ja harmooniline stabiilsus. Muusika võib olla eelnevalt salvestatud või live-esitus.

5. Terapeutiline protsess

Klient lamab seadmel ning terapeut jälgib füsioloogilisi reaktsioone, kohandab sagedusi ning juhendab vajadusel hingamist või kujutluspilte.

6. Järeldamine

Seansi järel hinnatakse subjektiivseid ja objektiivseid muutusi, sealhulgas valu (VAS), ärevust ja füsioloogilisi näitajaid.

Viited

- Chesky, K., & Michel, D. (1991). The effect of music and vibrotactile stimulation on perception of pain. *Journal of Music Therapy*, 28(4), 191–202.
- Grocke, D., & Wigram, T. (2007). *Receptive methods in music therapy*. Jessica Kingsley Publishers.
- King, L. K., et al. (2009). The effects of vibroacoustic therapy on motor function in Parkinson's disease. *Journal of Rehabilitation Research*.
- Naghdi, L., et al. (2015). The effectiveness of vibroacoustic therapy in rehabilitation: A systematic review. *Journal of Rehabilitation Research*.
- Pulkanen, M., & Ala-Ruona, E. (2012). Contemporary vibroacoustic therapy: Perspectives on clinical practice. *Music and Medicine*.
- Skille, O. (1989). Vibroacoustic therapy. *Music Therapy*, 8(1), 61–77.
- Wigram, T. (1996). The effects of vibroacoustic therapy on clinical populations. *Music Therapy Perspectives*, 14, 20–28.
- Wigram, T. (2005). *Music therapy research and practice in medicine*. Jessica Kingsley Publishers.