

Skaņu radīšanas refleksijā balstītu pieskanošanās un apzinātības izvērtēšanas/novērtēšanas aptauju izveide pacienti ar depresīviem un/vai trauksmes traucējumiem

Ineta HEINSBERGA (*Mg mus., Mg. sc.ed., Mg. sc. sal. JVLMA, RSU; RPNC “Pārdaugava”*)

Valdis BERNHOFS (*Dr. art., JVLMA*)

Viktorija PEREPJOLKINA (*Dr. psych., RSU*)

Pacientu grupas un veselības aprūpes iestādes ar valsts apmaksātu mūzikas terapiju

Psihiatrijas jomā reģistrētie pacienti (F30-F39; F40-F49) - 115 000 (<i>SPKC, 2017</i>)	Ģimenes ārstu praksē reģistrētie pacienti (SAS, onkoloģija, diabēts u.c), pēc pacientu veselības aptaujas – depresijas testa PHQ 9 - 70 000 (<i>SPKC, 2017</i>)
Rīgas psihiatrijas un narkoloģijas centra (RPNC) filiāles “Pārdaugava” un “Veldre”	Rīgas Austrumu klīniskā universitātes slimnīca, Latvijas onkoloģijas centrs, Siguldas slimnīca, rehabilitācijas centri “Vaivari”, “Līgatne”

Pieskaņošanās jēdziens depresijas un trauksmes traucējumu mazināšanas kontekstā

Pieskaņošanās jēdziena izpratne, attīstība	Pieskaņošanās neiroloģiskā bāze	Pieskaņošanās principi mūzikas terapijas teorijā un praksē
Emociju atspoguļošana (Winnicot, 1975) Afektu pieskaņošanās (<i>affect attunement</i>) (Stern, 1985) Iekšējo stāvokļu ieraudzīšana (Siegel, 2010)	Spoguļneironu funkcija (Rizzolatti et al., 2009.) Emociju un fizioloģisko reakciju mijiedarbība (Tranelet et. al. 2009) Novērotāja “lēcas” izveidošana (Siegel D., 2010)	Emocionālā atspoguļošana “brīvājās improvizācijās” (Alvin, 1997) Mūzikas terapijas improvizāciju tehnikas (Bruscia, 1989) Mūzikas improvizācijas terapeitiskie principi (Wigram, 2004)

Apzinātība depresijas un trauksmes traucējumu mazināšanas kontekstā

Apzinātības jēdziena izpratne, attīstība (<i>awareness, mindsight</i>)	Apzinātības neiroloģiskā bāze	Apzinātības principi mūzikas terapijas teorijā un praksē
Uzmanības pievēršana tam, kas notiek pašlaik, nevērtējot notiekošo (Kabat-Zinn, 1979) Stresa mazināšanas un relaksācijas programma (MBSR); Iekšējās redzes (“lēcas”) izveidošana savas iekšējās pasaules sajušanai, empātijai (Siegel, 2010)	Praktizēšana veicina integrāciju, kas smadzeņu struktūras izmaiņās veicina neiroplasticitāti (Smith et. al., 2015)	Apzinātībā bāzēta mūzikas terapija (MBMT) trauksmes un depresijas mazināšanai onkoloģijas pacientiem (Lessink et al. 2015)

Skaņu radīšanā balstīta refleksija

Skaņas iedarbības izpratne mūzikā	Skaņas iedarbības refleksīvā funkcija mūzikas terapijā (MT)
“Skaņu izkārtojums pēc augstuma, ilguma, dinamikas, tembra, to savstarpējām attiecībām” (A. Klotiņš, 2019) Nosaka mūzikas autora (komponista) prasmes žanra, stila un laikmeta ietvaros.	Skaņu izmantošana MT – pacientu pārdzīvojumu, jūtu, vajadzību, problēmu u.c. izpausme un refleksija (pēc LMTAA, 2009) Nosaka skaņu radīšanas autora (pacienta) psihoemocionālais stāvoklis terapeitisko attiecību kontekstā. Skaņas radīšanas semantiskais līmenis – nozīmi ietveroša ekspresija, ziņa (Ruud, 2001) Savam psihoemocionālajam stāvoklim atbilstošas darbības veikšana <i>intra</i> un <i>inter</i> līmenī veicina rezonanses stāvokļa sasniegšanu un neiroplasticiātes stiprināšanu” (Lamagna et al., 2011)

Skaņu radīšanas refleksijā mērāmās pazīmes un mērījumu skalu izveides pamatprincipi

Apzinātības līmeņa mērījuma aptauja



Ietvertie apgalvojumi mēra:

- objektivitāti
- atvērtību
- novērošanu (*Siegel D., 2010*)

Aptauju veido:

- 12 panti apgalvojumu formā, kuru atbilstību respondentam jāapstiprina ar vienu no dotajiem savas izvēles novērtējumiem;
- 4 atvērti jautājumi

Pieskaņošanās līmeņa mērījuma aptauja



Ietvertie apgalvojumi mēra:

- laika izmantošanu
- dinamiku
- virzību (pēc D. Sterna *Vitalitātes formu teorijas*, 2010)

Aptauju veido:

- 12 panti apgalvojumu formā, kuru atbilstību respondentam jāapstiprina ar vienu no dotajiem savas izvēles novērtējumiem.
- 4 atvērti jautājumi

Praktiskais pētījums izvērtēšanas instrumentu validizācijai

Pētījuma izlase:

20 psihiatrijas pacienti ar trauksmes un/vai depresijas traucējumiem

20 ģimenes ārsta pacienti, kuru veiktajās PHQ – 9 aptaujās konstatēti depresijas un/vai trauksmes simptomi

Procedūra:

Ar katru pacientu individuāli tiek veikta mūzikas terapija izvērtēšanas sesija (1 ha), kuru veido :

1. daļēji strukturēta intervija
2. skaņu radīšanā balstītie uzdevumi
3. apzinātības un pieskaņošanās līmeņu mērījuma anketu aizpildīšana

Prognozējamie ieguvumi pēc rezultātu apkopošanas un analīzes:

1. Jaunizveidotie izvērtēšanas /novērtēšanas instrumenti sekmēs pierādījumos balstīta mūzikas terapijas procesa veidošanu ar dažādu diagnožu pacientiem, kuru simptomātikā ir trauksmes un/vai depresijas traucējumi
2. Apzinātības un pieskaņošanās prasmju izkopšana un izmantošana IPNB pieejā balstītā, individualizētā mūzikas terapijas procesā

PALDIES PAR UZMANĪBU