

Tallinna Lastehaigla A-fuajee heliline kujundus

PROBLEEMI KIRJELDUS

Tallinna Lastehaigla A-fuajee oli vajalik muuta üksnes olmehelidega täidetud läbikäiguruumist lastele ja peredele esimamulje loojaks, kus iga heliline element aitab vähendada ärevust, toetada positiivseid emotsioone ning pakkuda turvatunnet. Ruum pidi kõlama hakkama nii, et see ei oleks ainult esteetiline taust, vaid psühholoogiliselt toetav kogemus, mis mõjutab külastaja seisundit juba enne esimest kohtumist meditsiinitöötajaga ja aitab kaasa ravisoostumusele.

TALLINNA LASTEHAIGLA A-FUAJEE HELILINE KONTSEPTSIOON

Tallinna Lastehaigla esimese korruse fuajeesse on loodud kaks heliteost.

1. Animatsiooni toetav helind

Animatsiooni juurde loodud helid toetavad ekraanil toimuvaid tegevusi.

Kuulda on õrna tuule puhumist, suvise aasa putukate suminat, lindude laulu ja sädistamist.

Samuti on kuulda peategelase Mesimummu häälightsusi.

Animatsiooni helind on kuuldav üksnes ekraanide vahetus läheduses sinna paigaldatud suundkõlaritest ja ei mõjuta fuajee üldist helilist keskkonda.

2. Fuajee soundscape

Tallinna Lastehaigla A-fuajeesse on loodud poole tunni pikkune soundscape.

Fuajee soundscape kontseptsioon põhineb hällilaulul.

Hällilaulu peetakse muusikaliseks universaaliks ehk selliseks muusikaliseks nähtuseks, mis ilmneb maailma kõikides muusikakultuurides.

Muusikapsühholoogia ja etnomusikoloogia uurimused on näidanud, et kõigil seni uuritud kultuuridel on mingis vormis hällilaulud – laulud või vokaalsed väljendused, mida kasutatakse laste rahustamiseks ja nendega sideme loomiseks.

Hällilaulude funktsioon ja helikeel põhinevad inimpsühholoogia universaalidel – rahustaval rütmil, pehmel hääletämbri ja lapsevanema-emotsionaalsel väljendusel.

Miks hällilaul rahustab: muusikapsühholoogiline lähenemine

1. Evolutsiooniline ja bioloogiline alus

- Pehme laulmine ja rütmiline liikumine aitab rahustada imikut, vähendada stressihormooni (kortisooli) taset ja tugevdada sidet.
- Uuringud näitavad, et aeglane, pulseeriv **muusika sünkroniseerib kuulaja hingamise ja südamerütmi, aidates kehal lõõgastuda.**

2. Rütm ja liikumine

- Hällilaulu rütm jälgendab kiigutamise või hingamise loomulikku rütmi.
- Aeglane ja etteaimatav pulseerimine loob füsioloogilise resonantsi — keha „häälestub“ muusikaga ühes rütmis liikuma või rahunema.

•

3. Helitämber ja emotsionaalne toon

- Pehmed, naturaalsed kõlad aktiveerivad turvalisuse ja hoolivuse tajuga **seotud** ajupiirkondi (nt oksütotsiini vabanemine).
- Tämber ja madal helitugevus meenutavad lapsele emaka sisemisi helisid (ema südamelööke, hingamist).

•

5. Sotsiaalne ja emotsionaalne seos

- Hällilaul on suhtlusvorm, mitte pelgalt muusika: laps tajub hoolt ja kohalolu.
- Täiskasvanudki võivad hällilaulude kaudu kogeda turvatunnet ja rahunemist — seetõttu mõjuvad need rahustavalt ka hilisemas eas.

Soundscape helikeele tutvustus

Lähtudes muusikapsühholoogilistest alustest sai valitud hällilaulu “loksumise” edastamiseks 6/8 taktimõõd ja 58 bpmi tempoks, et see mõjuks võimalikult rahustavalt. Lisaks, instrumentatsioon on kasutatud naturaalse kõlaga pille, mis kuuluvad orkestri koosseisu. 5 erinevat vormi osa oli oluline ehitatud ülesse viisil, et oleks võimalikult vähe harmoonilist pinget, kuid samas mõjuks liikuvalt, voolavalt ja ühtlaselt. Selleks kasutasime erinevate pikkustega akordijärgnevusi - A osa järgnevus oli ehitatud kahe tsükli peale, B osa nelja, C osa kuue jne. Kui üks osa siiski kõlas uuesti, siis ta oli alati erineva pikkusega.

Lisaks, meloodiliselt vältisime motiivide kordusi ning proovisime osade variatsiooni luua läbi instrumentide ja arranžeringute vaheldumisega osade puhul, mis kordusid. Vastasel juhul võib see “kummitama jääda” töötajatel, kes selles helikeskkonnas pidevalt aega veedavad ning võib ära tüütada. Lõpumixi tegemisel proovisime leida head balanssi basside vahel, mis annavad “hoo” hällilaululiku “loksu” puhul, ja pehmete kõrgete sageduste puhul, mis tõstavad ja mõjuvad ülendavalt.

Animatsioonis kasutasime Eesti looduse (aasade, lindude ja mesilaste) salvestusi, et mõjuks jällegi võimalikult tuttavalt, rahustavalt ja turvatunnet loovalt.

SOUNDSCAPE'i MÕJU

Kliendi tagasiside: "Tänaseks oleme kogenud, kuidas patsiendid ja nende saatjad tunnevad ennast siin keskkonnas mugavamalt, stressivabamalt. Loodud psühholoogiline ning audiovisuaalne lahendus aitab kaasa ravisoostumusele. Laps võtab fuajees saadud hea emotsiooni haiglasse kaasa. Lastehaigla A-fuajee heliline kujundus koos animatsiooniga on loonud uudse mõjuvälja ja on sellega tänases Eesti meditsiinisüsteemis patsiente toetava keskkonna etaloniks."

Koostöös Tallinna Tervishoiukõrgkooliga on plaanitud Lastehaiglas läbi viia ka rakendusuuring, millega uuritakse teaduslikult helikeskkonna mõju patsientide heaolule ja ravisoostumusele.