

# **Musiikkiterapia kompleksisesti traumatisoituneen asiakkaan hoidossa**

**Marko Punkanen**

Musiikkiterapian opetus- ja tutkimuskliniikka, Jyväskylän yliopisto

Musiikin Erityispalvelukeskus Nyanssi, Lahti

## **TIIVISTELMÄ**

Terapiatyöni lähtökohtana on asiakkaan eri kokemisen tasojen huomioiminen (sensorimotorinen, emotionaalinen ja kognitiivinen) ja prosessiluonteinen, integraatioon tähtäävä työskentely näiden kokemisen tasojen kanssa. Menetelminä käytän toiminnallisia, luovia ja kaikkia kokemisen tasoja aktivoivia menetelmiä. Musiikkiterapia tarjoaa useita menetelmällisiä mahdollisuuksia, joiden kautta on usein helpompi saada vuorovaikutus syntymään verbaalisesti itseään niukasti ilmaisevan asiakkaan kanssa.

Kolmivaiheinen hoitomalli toimii hyvänä teoreettisena pohjana kompleksisesti traumatisoituneiden asiakkaiden kanssa tehtävässä terapiatyössä. Ensimmäisessä vaiheessa luottamuksellisen terapiasuhteen luomisen ohella keskeistä on mielestäni vuorovaikutuksellisen säätelyn kautta tapahtuva somaattisten resurssien vahvistaminen. Tämä voi käytännössä olla esimerkiksi kehotietoisuutta kehittävien harjoitusten tekemistä, turvapaikkamielikuvan luomista ja voimavaraistavaa laulujen työstämistä ja muuta musiikkiterapeuttista toimintaa. Näiden menetelmien tavoitteena on opettaa asiakkaalle vireystilan ja tunnetilojen säätelykeinoja ja lisätä vähitellen hänen omaa sisäisen säätelyn kykyään.

Toisessa vaiheessa työstetään traumamuistoja ja -kokemuksia ja pyritään integroimaan ne osaksi omaa itseä, huomioiden niiden vaikutukset eri kokemisen tasoilla. Tässä vaiheessa menetelminä voidaan käyttää esimerkiksi musiikkimielikuvatyöskentelyä, teemoitettuja musiikki- tai liikeimprovisaatioita sekä omien laulujen työstämistä ja niiden verbaalista reflektointia ja prosessointia.

Kolmannessa vaiheessa keskeistä on normaalielämään ja kiintymyssuhteisiin kohdistuvan pelon voittaminen sekä asiakkaan persoonallisuuden integraation ja toimivan sisäisen säätelyn vahvistaminen, orientoituminen tulevaisuuteen ja surutyö ”menetetystä elämästä”. Menetelminä voidaan käyttää esimerkiksi omien laulujen työstämistä ja niiden verbaalista reflektointia ja prosessointia.

Edellä esitettyä havainnollistan esityksessäni tapaus-esimerkkien kautta.