

# Elämän hallinta alkaa rakentua jo lapsena



Haapajärvi/Jouko Lassila

- Se, mistä isosti haluan puhua, on nuorten syrjäytymisen kehityskulku. Viitteitä syrjäytymisestä on jo nähtävissä neuvola- ja ala-asteiässä. Yksilöllisellä varhaiskuntoutuksella, kuten esimerkiksi musiikkiterapialla, olisi tällöin ajankohtaista ohjata lasta paremmalle tielle, katsoo musiikki- ja psykoterapeutti FM Ilpo Ikäheimo Kalajoelta..

- Nuoruusiässä terapian aloittaminen ja ohjaaminen oikeille raiteille on joidenkin kohdalla jo myöhäistä.

Elämän hallinnalla Ikäheimo kuvaa tilannetta, jossa nuori henkilö pystyy tasavertaiseen kanssakäymiseen toisten kanssa, selviää opinnoistaan, pärjää työpaikalla, oman kodin ja perheen perustamisessa. Oikeastaan koko koulujärjestelmä perustuu tälle ajattelulle.

Ilpo Ikäheimo on musiikkiterapian uranuurtaja. Hän on kiertänyt kitaroineen Kalajokilaaksossa jo 21 vuotta. KUVA: JOUKO LASSILA

- Ihmiset ovat yksilöitä. Kaikilla ei ole lähdössä samanlaista psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä pärjätäkseen itsenäisesti elämässään. Hyvinvointiyhteiskunnassamme tukea tarvitsevia autetaan monin eri tavoin. Erityisopetus ja erilaiset terapiat tuovat henkilökohtaista tukea tällaiseen kehityskulkuun.

**Ilpo Ikäheimo asuu** Kalajoella. Kalajokilaaksossa häntä voidaan pitää uranuurtajana musiikkiterapian ja -kuntoutuksen alalla. Vuodesta 1996 lähtien hän on kiertänyt antamassa musiikkiterapiapalveluita lapsille, nuorille, ikääntyneille, mielenterveyskuntoutujille, kehitysvammaisille ja erilaisissa onnettomuuksissa loukkaantuneille.

- Palveluita myyn yritykseni Musiikkipalvelu Ikäheimo Oy:n kautta lähinnä KELA:lle, sairaanhoitopiireille, kunnille ja vakuutusyhtiöille.

-Palvelutuotantoni tukee julkisia terveystalouksia. Työalueeni kattaa melkein koko Kalajokilaakson. Mukana ovat Kalajoki, Alavieska, Ylivieska, Nivala ja Haapajärvi. Nivalassa vastaavia musiikkiterapiapalveluita tarjoaa Annaleena Ylikoski.

Tuleva sote-ratkaisu

askarruttaa Ikäheimoakin.

-Toivottavasti palvelun järjestämisessä ei käy kuten Nivalassa. Kauttujen terveyskeskuksessa oli oma lastenlääkäri, joka ohjasi lapsia tähän kuntoutukseen kunnan kustantamana jo varhaisessa vaiheessa. Kun peruspalvelukuntayhtymä Kallio tuli, ostot lopuivat kuin seinään.

**Kalajoella toiminta** on jatkunut siten, että myös kunta ottaa vastuuta lasten ja nuorten varhaiskuntoutukselta, kun kyseessä ovat sosiaaliset ja psyykkiset ongelmat. Usein musiikkiterapia aloitetaan kunnan kustantamana ja tarvittaessa ohjataan jatkossa KELA-kuntoutuksen piiriin.

- Oleellista on varhainen puuttuminen ja ongelmien ennaltaehkäisy. Tällaisesta toiminnasta on ollut paljon hyviä tuloksia niin Nivalassa kuin Kalajoellakin.

Ilpon terapiakuntoutukseen pääsee hakemalla. Yleensä hakemuksen tekee lasten tai nuorten holhooja. Hakemukset hyväksyy ja rahoituksen järjestää Kela.

-Kela kilpailuttaa palvelut. Seuraava kilpailutus koskee vuotta 2019. Ensi vuosi on jo hoidossa, kertoi Ilpo Ikäheimo.

## Hyvät tulokset ilahduttavat

Musiikkiterapia on hyvin asiakaslähtöinen kuntoutusmuoto, joka muovautuu kunkin mielenkiinnon ja tarpeiden mukaisesti.

-Tavoitteena on tukea asiakkaan valmiuksia luonnolliseen vuorovaikutukseen terapeutin kanssa. Lapselle musiikin avulla voidaan terapiatilanteissa luoda turvallinen paikka, jossa hän voi avautua psyykkisistä ja sosiaalisista lukoistaan.

- Musiikkia voidaan kuunnella, sen äärellä voidaan keskustella tai piirtää omia mielikuvia, musiikin mukaan voidaan leikkiä tai pelata, musiikkia voidaan opetella monin eri tavoin.

- Puhuminen ei aina ole

välttämätöntä, tärkeintä on yhdessä oleminen ja tekeminen. Musiikkiterapia onkin ominaisuudeltaan non-verbaalia psykoterapiaa. Terapiaprosessissa musiikki voi muodostua kieleksi, jolla pystymme kommunikoimaan, toteaa Ilpo Ikäheimo.

Musiikin vaikutuksesta ihmisille on nykyään saatu paljon konkreettista tutkimustietoa aivotutkimuksen kautta. Musiikki aktivoi aivoja hyvin laajasti. Siksi musiikilla voidaan aktivoitua vaikkapa muistia, tarkkaavuutta, toiminnanohjausta, mielihyvää ja motivaatiota. Suomalainen alan tutkimus on kansainvälistä huipputuokkaa.

Ikäheimon mukaan musiikki voi rohkaista ja auttaa asiakasta jäsentämään elämäänsä. Esimerkiksi ylivilkkaat voivat irtautua kaaoksesta kohti järjestäytyneitä elämää, ahdistuneet ja sulkeutuneet voivat toisaalla avautua musiikin avulla. Heikkoa itsetuntoa voidaan vahvistaa onnistumisen kokemusten kautta vaikkapa oppimalla soittamaan tai tekemällä omia biisejä.

Musiikkiterapeutin työ on haastavaa, mutta myös hyvin mielekästä. Se tuottaa mielihyvää tekijälleen ja asiakkaille. Hyvät tulokset ilahduttavat. Hyvät tulokset ovat myöskin yhteistyön tulosta.

-Terapeutti ei elä umpiossa vaan on kiinteässä yhteydessä kuntoutujan arkiympäristön kanssa. Vanhempien tuki, ajan ja tilan järjestäminen kouluilta ja perhekodeista ovat edellytyksiä sille, että terapiaa voidaan pitää. Täälläpäin on aivan mahtavaa porukkaa, jonka kanssa on ilo tehdä yhteistyötä.

- Kaikki prosessit eivät tapahdu kaikissa samalla tavoin. Joskus harvoin terapia on täytynyt lopettaa, kun asiakkaalta ei ole löytynyt motiivia kuntoutukselle. Mutta jos onnistun yhdenkään asiakkaani osaltani ohjaamaan pysyvästi työelämään ja pärjäämään siellä, olen palkkani tienannut.



Ilpo Ikäheimo käyttää musiikin opetuksessa myös kuvionuotteja. Ne on paljon helpompi opetella kuin perinteiset nuotit. Ja voi sitä riemua, kun asiakas oppii soittamaan!