

ALKUSANAT

Jaakko Seikkula 1

RUUMIILLISUUS PSYKOTERAPIASSA: DIALOGISTA TOISIINSA VIRITTÄYTYMISTÄ JA SYNKRONIAA

- Systeemeistä kielen kuvauksiin ja kertomuksiin 2
Kielen kuvauksista ruumiilliseen osallisuuteen dialogissa 4
Liike on kieli 6
Yhteisöllinen intersubjektiivisuus 7
Ihmisen mieli ruumiillisena suhdekokemuksena 8
Rytminen synkronia psykoterapiassa 10
Relationaalinen ja ruumiillinen mieli 12
Tapausesimerkki: Mummon kuolema ruumiin muistissa 15
Psykoterapian ja muun auttamistyön osaksi 17
Lähteet 19

Marko Punkanen..... 24

KEHOLLISUUS TRAUMAPSYKOTERAPIASSA – KEHON MUUTTAMINEN TURVALLISEKSI PAIKAKSI

- Johdanto 24
Toiminnallisuus ja kehollisuus psykoterapeuttisessa vuorovaikutussuhteessa 25
Polyvagaalinen teoria 26
Keholliset menetelmät traumapsykoterapeuttisessa työskentelyssä 29
Terapeuttinen läsnäolo ja asiakkaan neuroseptio turvallisuudesta 30
Huomion suuntaamistaidon kehittäminen 30
Vireystilan säätelyn oppiminen ja kehollisten voimavarojen vahvistaminen 31
Lopuksi 34
Lähteet 35

Jaakko Erkkilä 37

MUSIIKIN MERKITYKSIÄ, VAIKUTUKSIA JA KÄYTTÖTAPOJA MUSIIKKIPSYKOTERAPIASSA

- Johdatus artikkelin aihepiiriin 37
Musiikkiterapian määrittelyn haasteita 38
Musiikki taiteena, musiikki terapiana – sama vai eri maailma? 39
Länsimaisen taidemusiikin ympärille rakentunut käytänte- ja arvosysteemi 39
Länsimainen taidemusiikki ja musiikkiterapia 40
Onko musiikin taiteellisella tasolla merkitystä musiikkiterapiassa? 42

Guided Imagery and Music (GIM) rakentuu länsimaisen taidemusiikin estetiikalle	43
Musiikin taiteellinen taso keskusteluttaa musiikkiterapeutteja	44
Ruumiillistunut ja abstrakti tietäminen	45
Musiikin merkitys nykytutkimuksen valossa	48
“Embodied music cognition”	48
Musiikkiterapia hyödyntää musiikin motorisia aivovaikutuksia	49
Musiikillinen ilmaisun yksilöllisyys on yksi musiikkiterapian avaintekijöitä	51
Kehityopsykologinen näkökulma musiikin merkityksiin	52
Universaalit muodot ja hahmot musiikkiterapeuttisen ilmaisun perustana	53
Musiikkiterapia ja kieli – ja kun kieli sairastuu	54
Verbaali psykoterapia ja sairastunut kieli	56
Yhteenveto	58
Lähteet	61

<i>Mimmi Rankanen</i>	64
-----------------------------	----

KUVATAIDETERAPIAN MUUTOSPROSESSI KEHOLLISUUDEN NÄKÖKULMASTA

Johdanto	64
Tietoisten ja tiedostamattomien suhteiden verkostot kehollisuuteen ja kuviin	67
Kuvataideterapian työskentelysuhde intersubjektiivisuuden ja kehollisuuden näkökulmista	71
Luova prosessi kehollisista tuntemuksista kuviksi ja merkityksiksi	75
Voimavaroja vaikeuksien keskelle ja ongelmien haastamista	76
Malli ilmaisullisten terapioiden jatkumosta	78
Kehotietoisuus eli liikkeen ja kosketuksen välinen tila	78
Peilaus silloittaa katseen ja tunteen välistä tilaa	80
Pohtimista ja merkitysten syntymistä	81
Yksilöllisen luovan prosessin ja sen esteiden ymmärtäminen kuvataideterapiassa	82
Taidetyöskentelyllä imitoinnista empatiaan ja kopioinnista uudelleen jäsentelyyn	84
Johtopäätökset	84
Lähteet	85

<i>Maarit Elena Ylönen</i>	89
----------------------------------	----

RUUMIILLISIA KUISSAUKSIA JA HUUTOJA – IDENTITEETIN RAKENTUMINEN

TANSSI- JA TAIIDETERAPIASSA

Johdanto	89
Teoreettinen maisema	90
Teoreettisia maamerkkejä tanssi-liiketerapiassa	91
Kokemusten tutkimisen strategiat	94
Hetket ja ruumiinkokemukset tutkimusaineistona	96
Tapaus Ada: Uudelleen piirretty minuus	99
Tapaus Siri: Lempeä katse	101

Tapaus Oona: Näkymätön keiju tulee näkyväksi	103
Tulkintoja ja pohdintoja	105
Johtopäätöksenä ruumiillisuus, liike ja taide psykoterapiana	106
Lähteet	107

<i>Katriina Hyvönen – Aino Levaniemi – Niina Maaskola – Pauline von Bonsdorff – Päivi Pylvänäinen</i>	111
---	-----

“KUN KÄSISTÄ TULI SIIVET”: TANSSI-LIIKETERAPIARYHMÄÄN OSALLISTUNEIDEN RUUMIILLISET MUISTOT

Johdanto	111
Ruumiifenomenologia, masennus ja tanssi-liiketerapia	112
Tutkimuksen osallistujat ja tanssi-liiketerapiaryhmät	115
Tanssi-liiketerapian vaikutukset masennusoireisiin	116
Ryhmäläisten ruumiilliset muistot	117
Tiedostettu ruumis	121
Ruumis tilassa	122
Kontakti	123
Ruumiiseen tallentuneet muistot	125
Kipeät kokemukset	126
Rentoutuminen	127
Elinvoima	128
Yhteenveto ja pohdinta	130
Lähteet	133

<i>Päivi Pylvänäinen – Anita Forsblom – Katriina Hyvönen</i>	136
--	-----

MASENTUNEEN KEHONKUVA JA TANSSI-LIIKETERAPIAN VAIKUTUS SIIHEN

Kehonkuvan käsite	136
Kehonkuvakysely	138
Kehonkuvan ulospäin havaittavia tyypillisyyksiä masennuksessa	141
Kehonkuvan tavanomaisia sisältöjä masennuspotilaan kokemusmaailmassa	142
Kehomuistin sisällöt masentuneiden potilaiden kehonkuvassa	143
Kehonkuvan muutos ryhmämuotoisen tanssi-liiketerapia -jakson myötä	146
Yhteenveto ja pohdinnat	152
Lähteet	154

Johdanto	156
Liikuntakasvatuksen tavoitteet ja ihmiskuva muutoksessa	158
Kokonaisvaltaisuus ja kehollisuus liikuntakasvatuksessa	160
Myönteisen kehonkuvan tukeminen liikuntakasvatuksessa	161
Kehonkuvaan liittyvien ulkonäköpaineiden käsittely liikuntakasvatuksessa	162
Pedagogiset ratkaisut	163
Kehotietoisuuden harjoittaminen	164
Kehon ilmaisullinen voima koululiikunnassa	165
Psykomotoriikkakerhot koulun arjessa oppimisen tukena – esimerkki Vantaalta	167
Lopuksi	169
Lähteet	169

KIRJOITTAJAT

174