

Loppuraportti (hanke Dnro 9/26/2015)

## **Musiikkiterapian vaikutus kehitysvammaisten lasten, nuorten ja aikuisten toimintakykyyn – Kirjallisuuskatsaus**

FT Päivi Saukko, musiikkiterapeutti, psykologi, työnohjaaja; *Terapiakeskus Terapeija*

FT Hanna Hakomäki, musiikkiterapeutti, perhe- ja pariterapian psykoterapeutti, työnohjaaja; *HYKS, Lasten ja nuorten sairaudet, Lastenpsykiatria*

**Tutkimuksen tausta:** Musiikkiterapia on tavoitteellista, suunnitelmallista ja tieteelliseen tutkimukseen perustuvaa kuntoutusta tai hoitoa, jota toteuttaa musiikkiterapeutin ammatillisen koulutuksen suorittanut terapeutti. Suomen kehitysvammahuollossa musiikin käytöllä ja musiikkiterapialla on pitkät perinteet. Kehitysvammaisia ja musiikkia tai musiikkiterapiaa käsittelevää kirjallisuutta on kansainvälisesti julkaistu melko runsaasti, mutta ajantasaista vaikuttavuustietoa ei ole ollut saatavilla. Aiemmissä katsauksissa tutkimuksia ei ole myöskään tarkasteltu toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden ICF-luokituksen näkökulmasta.

**Tutkimuksen tavoitteet:** Tavoitteena oli kirjallisuuskatsauksen avulla vastata seuraaviin tutkimuskysymyksiin: 1. Millaista tutkimusnäyttöä on musiikkiterapian vaikutuksista kehitysvammaisten lasten, nuorten ja aikuisten toimintakykyyn? 2. Mihin toimintakyvyn osa-alueisiin musiikkiterapian vaikutukset kohdistuvat?

**Menetelmät:** Suunnitelmana oli toteuttaa järjestelmällinen kirjallisuuskatsaus, jonka mukaanottokriteerit määriteltiin PICO-menetelyä käyttäen seuraavasti: koehenkilöt ovat kehitysvammaisia (P), interventio on koulutetun musiikkiterapeutin toteuttama musiikkiterapia (I), kyseessä on kokeellinen vertaileva tutkimus (C) ja tutkimuskohteena on jokin toimintakyvyn osa-alue (O). Kirjallisuushaku toteutettiin joulukuussa 2015 ja täydennyshaku vuoden 2016 julkaisuista tehtiin tammikuussa 2017. Haku tehtiin seuraavista tietokannoista: Medline, ERIC, PsycINFO, Scopus ja IIMP. Hauissa löytyi yhteensä 1193 julkaisua. Aineistoon perehdyttäessä havaittiin, että hyväksymällä mukaan pelkästään tutkimukset (9 kpl), jotka tutkijoiden arvion mukaan varmasti täyttivät kaikki asetetut kriteerit, ei tutkimuskysymyksiin pystytäkään vastaamaan. Järjestelmällistä kirjallisuuskatsausta laajennettiin sen vuoksi laadulliseksi metasynteesiksi, jossa tutkimuskohteesta muodostettiin kokonaiskuva tarkastelemalla aiempia katsauksia sekä tutkimuskysymysten kannalta relevantteja kokeellisia ja laadullisia tutkimuksia.

**Tulokset:** Musiikkiterapiainterventioilla voidaan edistää eri-ikäisten ja älylliseltä kehitykseltään eritasoisten kehitysvammaisten kuntoutujien fyysistä, psyykkistä, kognitiivista ja sosiaalista toimintakykyä. Toimintakyvyn ICF-luokituksessa musiikkiterapian vaikutukset kytkeytyvät useisiin, sekä ruumiin/kehon toimintojen että suoritusten ja osallistumisen pääluokkiin. Osassa tutkimuksia viitataan myös yksilö- ja ympäristötekijöiden merkitykseen. Kirjallisiin lähteisiin perustuvaa kokemuksellista näyttöä on saatavilla monipuolisesti ja pitkältä ajalta, 1930-luvulta lähtien. Tutkimusnäyttö koostuu eritasoisten kokeellisten tutkimusten lisäksi laadullisista ja tapaustutkimuksista.

Lääketieteellisten kriteerien mukaista tutkimusnäyttöä musiikkiterapian vaikutuksesta eri-ikäisten ja eritasoisesti kehitysvammaisten toimintakyvyn eri osa-alueisiin on vaikea arvioida, koska tiukasti kehitysvammadiagnosiin rajattua laadukasta kokeellista tutkimusta on tehty niukasti. Kaikki

alkuperäiset mukaanottokriteerit täyttäviä kokeellisia vertailevia tutkimuksia löytyi 9 vuosilta 1972–2016. Niissä oli koehenkilöinä yhteensä 179 eriasteisesti kehitysvammaista lasta, nuorta ja aikuista, joiden ikä oli 3-40 vuotta. Koeasetelmat, tulosuututajat ja interventiot olivat hyvin vaihtelevia. Suuri heterogeenisuus kuvastaa sekä kehitysvammaisten kohderyhmän laajaa kirjoa että musiikkiterapian vaikutusalueiden moninaisuutta. Näiden tutkimusten perusteella on kohtalaista tutkimusnäyttöä musiikkiterapian vaikutuksesta kehitysvammaisten kuntoutujien sanalliseen ja ei-sanalliseen kommunikointiin sekä sosiaaliseen vuorovaikutukseen (ICF-pääluokat d3 ja d7). ICF-luokituksen perustana olevan biopsykososiaalisen mallin mukaan lääketieteellinen terveydentila on vain yksi osa toimintakyvyn kokonaisuutta. Kehitysvammaisen kuntoutujan yksilölliset toimintarajoitteet voivat olla hyvin samankaltaisia kuin muihin neurologisiin tai psykiatriin kohderyhmiin kuuluvilla kuntoutujilla. Näin ollen vaikuttavuuden arvioinnissa on perusteltua hyödyntää myös muilla kohderyhmillä tehtyjä tutkimuksia.

Musiikki kytkeytyy voimakkaasti *motivaatioon* (ICF-luokka b1301), joka on oppimisen ja kuntoutumisen kannalta olennainen toimintakyvyn osatekijä. *Fyysisen toimintakyvyn* osa-alueella musiikkiterapian menetelmin voidaan edistää muun muassa hieno- ja karkeamotorisia taitoja (b147, b176, b235, b260 sekä pääluokat b7 ja d4). *Psyykkiseen toimintakykyyn* liittyvät musiikkiterapian vaikutusalueista etenkin mielialan ja tunteiden säätely (b126, b1521) sekä itseluottamus (b1266). Musiikkiterapiassa käytettävät menetelmät mahdollistavat tunteiden ilmaisun ja käsittelyn myös ilman sanoja. Siksi musiikkiterapia soveltuu hyvin tunne-elämän toimintojen (b152) tukemiseen ja psykoterapeuttiseen työskentelyyn sellaisten kuntoutujien kanssa, joiden puheilmaisuus ja kielelliset taidot ovat rajoittuneet. Musiikkiterapialla voidaan kehittää useita *kognitiiviseen toimintakykyyn* sisältyviä taitoja: kuulonvaraista hahmottamista, kuulomuistia sekä rytmien ja sekvenssien hahmottamista (b144, b1560, b230, d115), kielellistä ja ei-kielellistä kommunikointia sekä puheentuottoa (b167, pääluokka b3, d132, pääluokka d3), tarkkaavuuden kohdentamista (b140, d160) ja jaettua tarkkaavuutta (b1403), jäljittelyä (d130) sekä valintojen tekemistä (d177). *Sosiaaliseen toimintakykyyn* liittyen musiikki tarjoaa monenlaisia ja monen tasoisia toimintamahdollisuuksia sekä yhteisen kiinnostuksen kohteen, jonka puitteissa jokainen ihminen voi toimia ja osallistua omalla tavallaan (d910, d920). Musiikkiterapian on todettu vaikuttavan ylipäättään sosiaaliseen vuorovaikutukseen toisten ihmisten kanssa (b122, d710, d720), ikätoverien väliseen vuorovaikutukseen (d750) sekä perheenjäsenten välisiin suhteisiin ja vuorovaikutukseen (d760). *Vaikeasti tai syvästi kehitysvammaisten/monivammaisten* kuntoutujien musiikkiterapiassa painottuvat lisäksi tietoisuus omasta itsestä ja kehosta (b180), orientoituminen ympäristöön ja toisiin ihmisiin (b114) sekä varhaisen vuorovaikutuksen taidot.

**Tutkimustulosten merkitys:** Tutkimustuloksista rakentuu kokonaiskuva musiikkiterapian mahdollisuuksista edistää eri-ikäisten ja eriasteisesti kehitysvammaisten kuntoutujien fyysistä, psyykkistä, kognitiivista ja sosiaalista toimintakykyä. Kyseessä on ensimmäinen kirjallisuuskatsaus, jossa musiikkiterapian vaikutuksia käsittelevää tutkimustietoa on jäsennetty myös toimintakyvyn ICF-luokitusta hyödyntäen. ICF-luokituksen tarjoama yhteinen viitekehys ja käsitteistö helpottavat moniammatillista yhteistyötä niin yksittäisen kuntoutujan yksilöllisen kuntoutumisprosessin eri vaiheissa kuin tilanteissa, joissa kuntoutuksen tavoitteita ja vaikutuksia tarkastellaan yleisellä tasolla. Kirjallisuuskatsaus osoitti, että sekä kehitysvammaisten kuntoutujien toimintarajoitteet että musiikkiterapiainterventiot voivat olla hyvin monenlaisia. Mikäli yksilökohtaisen tai yhteiskunnallisen päätöksenteon tueksi edellytetään tiukasti rajattuja diagnoosi- ja interventiokohtaisia tasokkaita kokeellisia tutkimuksia musiikkiterapian vaikutuksista, on tutkimusresursseja kohdennettava niihin huomattavasti nykyistä enemmän.