

Mikä on Taikofon Therapy?

TEKSTI JA KUVA MIRJA LINJAMA, TOIMINTATERAPEUTTI, TYÖNOHJAAJA

Taikofon Therapy äänituntumasoittimen kehittäminen lähti liikkeelle, kun kollegoitteni kanssa mietimme, miten auttaa rauhattomia ja nukkumisvaikeuksista kärsiviä lapsia. Mietimme, että olisi hienoa, jos meillä olisi miellyttävästi värähtelevä patja. Muistelimme omien lapsiemme nukkumisvaikeuksia, kun vatsavaivat myllersivät ja terveydenhoitaja epäili koliikkia. Muistan, kun itsekin hankin akvaariopumpun, joka hyrisi vauvan sängyn vieressä.

Näistä keskusteluista se ajatus lähti. Myöhemmin patja muuntui tyyntymäiseksi Taikofoniksi. Mieheni, joka on tutkija ja paneutunut äänen värähtelyyn, lähti innolla kehittämään ajatusta äänituntumalaitteesta, jonka avulla oman mielimusiikin tai muun äänisisällön bassovärinän saisi tuntumaan keholla.

Alun haasteet

Aluksi oli haastavaa saada kaikki mekaaniset kovat osat sopivasti pehmusteiden sisälle kuitenkin niin, että käynnistyskytkin olisi esillä, mutta latausjohdot piilossa päällysteiden alla. Meidän terapeuttien vaatimus oli, ettei mitään häpäköttää saa olla näkyvissä. Monien kokeilujen kautta löysin sopivan ääntä läpäisevän ja vesipestävän päälliskankaan. Löysimme avuksi myös asiantuntevan tekstiilimuotoilijan, joka ryhtyi ompelemaan ja suunnittelemaan tarpeisiimme sopivaa päällistä. Nyt Taikofon Therapy on saanut muotonsa ja tuotanto on lähtenyt käyntiin.

Taikofon on hyvä niin terapiavälineenä kuin myös kotikäytössä. Kotikäytössä Taikofon voi olla lapsen tai aikuisen musiikin tai muun äänisisällön kuuntelulaite, jolla on tuntuman ja oman äänisaarekkeen myötä rauhoittava ja viihdyttävä vaikutus.

Aistimuksia hakeva saattaa rauhoittua lepäämään turvallinen Taikofon kainalossaan tai asettua automa-



koilla paikalleen ilman äänekkästä vastustamista.

Mitä on hyvä tietää Taikofonista

Taikofon on turvallinen ja helppokäyttöinen. Se on helposti mukana kuljetettava, eikä tarvitse pelätä, että se menee rikki. Se on suunniteltu niin, että sitä voi käyttää selkätukena istuessa tai sillä saa pään tuettua sängyssä. Taikofon on kiilamainen, pyöreämuotoinen ja sen paksummassa reunassa elektronikka on sijoitettu kahteen pehmustettuun koteloon. Nämä kotelot tukevat päätä pysymään Taikofonin päällä.

Virtakytkin ja akun latausjohto ovat päällisen läpän alla. Päällisessä on läpän alla vetoketju, jonka voi tarvittaessa sulkea metallisulkimella. Päällisen voi myös pestä. Jos käyttäjiä on useita voi tietenkin tarpeen mukaan laittaa Taikofonin päälle myös esim. tyyntyliinan tai muovitetun kankaan. Kuitenkin on muistettava, että hyvän äänilaadun takaa vain hyvin ilmaa ja ääntä läpäisevä kangas.

Et tarvitse johtoja ja piuhoja yhdistääksesi Taikofonin omaan äänilähteeseen, sillä se on akkukäyttöinen ja toimii langattomasti Bluetooth-yhteyden kautta. Taikofonin voi yhdistää eri mobiililaitteisiin, esim. tablettitietokoneeseen, älypuheliimeen, MP3-soittimeen tms. Näin

käytössä on rajaton määrä äänisisältöä, jonka voi valita juuri omaan käyttötarpeeseen sopivaksi.

Olen löytänyt Taikofon Therapylle käyttöä seuraavilla osa-alueilla:

Rauhoittuminen

Aistikokemuksia hakeva henkilö saa Taikofonin kautta tuntotietoa keholleen. Musiikki tai muu äänisisältö aktivoi kuuloalueita ja basson värinä antaa tuntuman keholle. Näin Taikofonin käyttäjä pääsee omalle äänituntumasaarekkeelleen. Samalla hän sulkee ympäristön liiallisen aistitulvan ulkopuolelleen.

Rentoutuminen

Keskittymistä vaatineiden tehtävien jälkeen Taikofon auttaa rentoutumaan niin terapiatehtävien tai koulutehtävien välissä, kuin myös kotona koulu- tai työpäivän jälkeen. Taikofon vie kuuntelijansa omavalintaiseen mielikuvamaailmaan, jolloin päivän harmit ja stressi unohduttavat.

Vireystason nostaminen tai laskeminen

Musiikin valinnalla voit joko nostaa tai laskea vireystasoa. Jos aamuheräämiset ovat vaikeita, valitse rytmikästä paljon bassoa sisältävää musiikkia. Tämä herättää koko kehon ja auttaa päivän askareisiin ryhtymisessä niin lapsilla kuin aikuisillakin. Rauhallinen ja tuttu musiikki taas

rauhottaa päivän kiireistä toipumiseen tai nukahtamiseen.

Aistitiedon käsittelyn häiriöt ja kehotietoisuuden parantaminen

Me tiedostamme oman kehomme aisteista tulevan informaation kautta, mikä prosessoituu aivoissa. Näin pystymme toimimaan tarkoituksenmukaisesti. Esimerkiksi käsi ojentuu ottamaan vesilasin pöydältä ja vie sen huulille juomisen aloittamiseksi. Jos henkilö ei täysin pysty hahmottamaan omaa kehoaan ja sen liikkeitä, saattaa käsi liian voimakkaalla vauhdilla osua lasiin ja lasi kaatuu tai vesi läikkyy lasista ennen kuin lasi ehtii huulille asti.

Lisäksi, jos et tunne lasia kädessäsi, kun keskityt muuhun, saattaa lasi pudota kädestäsi. Näitä vahinkoja sattuu usein pienille lapsille, joiden aivot eivät vielä ole täysin kypsyneet eri aisteista tulevan informaation prosessointiin. Mutta jos aistitiedon käsittelyssä on häiriöitä, esim. et tunne käden liikkeitä (liiketunto) tai et tunne käden asen-

toja (asentotunto) tai pintatunnon avulla et tunne kädessäsi olevaa lasia, kun keskityt muuhun, niin tarkoituksenmukainen toiminta ei yrityksistä huolimatta tahdo onnistua. Bassovoittoisen musiikin kuuntelu Taikofonin kautta antaa kehollesi tuntotietoa ja näin pystyt paremmin käyttämään kehoasi haluamallasi tavalla.

Musiikin kuuntelu jaettuna kokemuksena

Kun musiikki tulee konkreettisesti sylissäsi olevasta Taikofonista, joka on käsin kosketeltava, voi musiikin kuuntelun jakaa toisen kanssa. Puhumaton henkilö voi kuvien avulla valita mielimusiikkiaan ja näin musiikin kuuntelusta tulee yhteinen jaettu kokemus.

Nukahtamisvaikeudet

Taikofonin kautta voi kuunnella ja tuntea iltasatuja ja mielimusiikkia nukahtamisen helpottamiseksi. Lapsilla se toimii myös tuttuna ja turvallisena unileluna.

Vuorovaikutukseen pääseminen

Taikofonin kautta kuunneltu musiikki nostaa vireystasoa ja luo alustan vuorovaikutukselliselle kommunikoinnille. Omiin maailmoihinsa helposti uppoutuviin henkilöihin saa yhteisen, jaetun, käsin kosketeltavan äänimaailman kautta helpommin yhteyden.

Tässä muutama ajatus Taikofon Therapyn käyttömahdollisuuksista autismin kirjon henkilöiden kanssa. Taikofonin kehitys ja käyttökokemusten kerääminen jatkuvat. Tervetuloa seuraamaan Taikofonin Facebook-sivustoa, jonka perustimme, jotta kaikki Taikofonia käyttävät tai Taikofonin hankkimista suunnittelevat voisivat jakaa ja saada tietoa uudesta terapiavälineestä. Yhteisvoimin saamme Taikofon Therapyn monipuoliseen käyttöön ja lapsillemme iloa elämään.

Lisätietoa: www.taikofon.fi

