

日本人 GIM レベル I トレーニング受講者の前提、 反応、姿勢：アンケート調査

猪狩 裕史

1. GIM とは

GIM とは、Guided Imagery and Music の略称で、日本語では「音楽によるイメージ誘導法」[ボニー サヴァリー, 1997] (村井と村井訳) や「音楽イメージ誘導法」[栗林, 2014] などと訳されている。GIM とは、個人や集団を対象に、治療や癒し、自己の発達、個人の成長、または霊的気づきを目的に行われる米国で生まれた心理療法の技法で、その形式は変性意識状態（体がリラックスし、意識が集中している状態 [ボニー サヴァリー, 1997]）で音楽に対してイメージを描くことが含まれる (Bruscia, 2002)。Bruscia (2002) は、GIM というのは、変性意識状態で音楽に対してイメージを描く実践形式の全てを包括する呼称であるのに対して、GIM 創設者であるヘレン・ボニー本来の療法形式は BM-GIM (ボニー式 GIM) と呼ばれ区別されていると述べている。このボニー式 GIM に必要な実質的要素を四つに絞ると、(a) 変性意識状態、(b) 西洋音楽プログラム、(c) イメージ体験、(d) セラピストとの対話が挙げられる。つまりボニー式 GIM とは、個人を対象にした音楽心理療法であり、その様式においては、対象者が変性意識状態で、その対象者のニーズに沿ってセラピストが選択した特定の西洋音楽プログラムを聴きながら、自然に湧き起こるイメージ体験についてセラピストと対話をしながら、またその後の話し合いや芸術創作活動(マンドラ)を通して洞察を得るものである。この技法を実践できるようになるには、「音楽とイメージ学会」(Association for Music and Imagery, 以下 AMI) が標準化した高度な訓練を修了し、AMI 認定実践家、フェロー (Fellows of the Association for Music and Imagery, FAMI) となる必要がある [Association for Music and Imagery, 2016-2017 a]。

1. 1 GIM と文化

アメリカで生まれたこの技法だが、ユングが唱えた元型(archetype)や集合的無意識の考え方を基本として用いることで、文化を超えて適応できるという考え方がある。Hanks (1992) は、アメリカ人と台湾在住中国人に対してボニー式同様の変性意識状態での音楽聴取とイメージ体験を提供したところ、二つのグループともに、元型に基づいた感情やイメージ反応を見せたと報告している。また McIvor (1998-1999) も、ニュージーランドの原住民であるマオリの人々に対して、西洋音楽プログラムを用いた変性意識状態での音楽聴取とイメージ体験を提供したところ、マオリ文化固有の伝承に基づいた元型的象徴がイメー

ジに現れたと報告している。

日本においても、実践や研究数に限りがあるがその効果についての報告は幾つかある。吉原 [2014]は、虐待や流産の経験のある人、日常生活での悩みを抱えた人などの四つの事例を通し、対象者が様々なイメージ体験をする GIM の有効性を紹介している。また吉原は、精神力動の視点であり GIM の西洋音楽プログラムの一つとしても存在する「死と再生」について触れ、その枠組みからの解釈により対象者が人生における前進を遂げたことも紹介している。Nadata (2014)もまた、Joseph Campbell の唱えた「英雄の旅路(Hero's Journey)」という伝承の構造とそこに現れる元型に基づいて、50 代の日本人女性との臨床について論じている。

しかしながら GIM の創始者であるボニーは、この技法、特に音楽プログラムが西洋以外の文化圏で用いられることを想定していなかった (Bruscia, 2015)。このためか香港においては、中国音楽を用いた独自の音楽プログラムがこの技法のために作られている。Ng (2015)は中国音楽の要素が含まれるプログラムの利点について、自身のアイデンティティを中国文化に持つクライアントの療法における抵抗を減らし、療法関係の質を向上させる可能性があると述べている。また異文化圏の対象者のイメージが示唆するものの解釈には注意が必要であり、異文化の視点からこの技法に対する検証が必要とも考えられている (Bruscia, 2015)。Short (2005-2006)は、この文化の違いについて、イメージをすぐにユングによる元型の視点で分析する前に、セッション前後の話し合いを通してイメージの個人、文化的影響について明らかにする重要性を論じている。またクライアントの文化的背景の理解が、信頼関係構築と療法の過程を促進するとも述べている。

1. 2 日本における GIM

日本における GIM はまだ十分に発展しているとは言えない。本論文執筆時において、正式なトレーニングを受けた日本在住の GIM 実践家 (フェロー) の数は二名である (Association for Music and Imagery, 2016-2017 b)。GIM に関する書籍は翻訳したものがあるものの、フェローにより出版されている症例は、前述したものが主である。しかしながら、日本においても、GIM トレーニングが開催され、今後日本における GIM 普及が期待される。それを踏まえ、日本において心理療法が独自の発展や適応がなされてきたように [Iwai, 1979; Oyama, 2012]、GIM が日本において独自の発展や適応が必要になる可能性が考えられる。そこで本研究は、GIM に対する日本文化の影響を検証する。具体的には、日本人 GIM レベル I トレーニング受講者の GIM に対する前提、反応、姿勢を調査する。

2. 調査方法

2. 1 参加者

本調査研究に参加したのは、日本国内で開催された GIM レベル I トレーニングに参加した日本人である。このトレーニングは、GIM 実践家育成機関「意識と音楽のインスティテュート・アトランティス」(Atlantis Institute for Consciousness and Music, 以下 AICM) による、三段階トレーニングの初級レベルである。AICM (n.d.)は、レベル I トレーニングについて、「36 時間の…集中訓練で…。…全ての訓練プログラムの基礎となるもので、個人、または専門家としての成長のために受けることが出来る」としている。つまりレベル I トレーニングでは、GIM を参加者が体験することも重要視されている。このトレーニング参加者に対して、本調査研究の目的について説明され、自主的な調査協力が求められた。倫理的配慮として、本調査研究への協力の有無が、今後のトレーニングに影響しないことが強調された。その上で、本調査用ウェブサイトのリンク送信を目的とした電子メールアドレス提供に関する同意が、書面によりされた。

2. 2 環境と機器

本調査のために、筆者が独自の調査票を作成し、インターネットによる調査サービスサイトである SurveyMonkey に設置した。レベル I トレーニング終了後に本人同意の得られた参加者に、本調査サイトのアドレスを送付した。なお本調査票については、日本人 GIM 実践家 (フェロー) の意見を参考に作成した。

2. 3 測定内容

2. 3. 1 背景情報

本調査票の前半では、参加者の背景情報を収集した。その内容は、性別 (男性、女性、その他)、年齢、職業 (例、訓練を受けた音楽療法士、音楽家、その他の専門職)、医療福祉の専門家としての経験年数、海外生活年数、GIM のセッション経験回数である。

2. 3. 2 前提

本論文において前提とは、事前の知識や期待ということである。前提では、GIM レベル I トレーニングを受ける前の GIM に関する知識や GIM に対する期待について尋ねた。回答にはリッカート尺度を用いた (「1」が「全くそうは思わない」から、「5」が「強く思う」まで)。

2. 3. 3 反応

本論文において反応とは、事後の心証やそれに対する内省や洞察、認識である。この部

分では、GIM レベル I トレーニングの構成要素に対する参加者の反応を、「前提」同様にリッカート尺度を用いて尋ねた（「1」が「全くそうは思わない」から、「5」が「強くそう思う」まで）。本調査研究においてGIM レベル I トレーニングの構成要素とは；

- プレセッション＝事前インタビュー
- 導入＝インダクション
- 変性意識状態
- 音楽プログラム
- （トラベルの間の）セラピストとの対話
- イメージの経験＝トラベル
- イメージの自己分析
- ポストセッション＝事後プロセス
- マンダラやその他の創作活動
- （トラベルの間のセラピストとの）身体的距離感
- （必要に応じたセラピストによる）身体介入
- 個人的な自己開示
- グループ体験
- 療法的関係＝ラポール

と定義した。

また参加者のトレーニング中の「自己抑制」、「深い体験」、「自分のもろい部分」、「自分に関する洞察」や「通訳や翻訳の内容」に対する認識について、同様にリッカート尺度を用いて尋ねた（「1」が「全くそうは思わない」から、「5」が「強くそう思う」まで）。

2. 3. 4 姿勢

本論文において姿勢とは、事後の反応を元に形成された見解のことである。この部分では、日本人がGIMをどのように受け止めるか、またこの技法の文化的妥当性について、参加者の意見や姿勢を尋ねた。また参加者の、GIMとの将来的関わり（今後GIMを受けるか、GIMトレーニングを受けるか）についても尋ねた。回答にはこれまで同様にリッカート尺度を用いた（「1」が「全くそうは思わない」から、「5」が「強くそう思う」まで）。また「日本人クライアントにとって受け入れることが難しいと思われる要素」を、GIM訓練の構成要素から三つ選ぶように求めた。

2. 3. 5 自己の語り（ナラティブ）による記述

この部分では、「日本の文化圏においてGIMの要素が問題になり得ると思うか」と、「日本人にとってGIMの要素が好意的に受け止められる部分があると思うか」について、それ

ぞれの見解とその理由を自由記述形式で尋ねた。

2. 4 倫理的配慮

本調査研究については、2016年5月19日に名古屋音楽大学倫理委員会において審査され承認されている。

3. 結果

3. 1 参加者と背景情報の結果

調査に協力したのは15名中14名で、回収率は、93.33%だった。トレーニング参加者がすべて女性だったために、調査参加者も100%女性という結果となった。参加者の年齢は27歳から68歳であった（平均年齢44.08歳、標準偏差12.82）。職業は100%の参加者が「訓練を受けた音楽療法士」と報告した。医療福祉の専門家としての経験年数は3年から27年であった（平均年数14年、標準偏差7.71）。海外生活年数については0年から16年で（平均3.7年、標準偏差5.14）、半数は海外生活経験のない集団であった。またGIMの経験回数は0回から150回で（平均12回、標準偏差39.78）、これも半数はGIM経験のない集団であった。

3. 2 前提の結果

参加者の前提を問う設問は、全て「GIMのトレーニング以前、…」という節から始まるものであった。本調査研究のテーマである日本文化や日本人に言及した「GIMは日本文化の中でも利用できるものだと考えていた」という設問に対して、「1. 全くそうは思わない」と回答したのが0名（0.00%）、「2. あまりそう思わない」が3名（21.43%）、「3. どちらとも言えない」が4名（28.57%）、「4. ある程度そう思う」が2名（14.29%）、「5. 強くそう思う」が5名（35.71%）で、加重平均値が3.64であった。また「日本人クライアントがGIMのプロセスに好意的に反応すると考えていた」という設問に対して、「1. 全くそうは思わない」と回答したのが0名（0.00%）、「2. あまりそう思わない」が3名（21.43%）、「3. どちらとも言えない」が8名（57.14%）、「4. ある程度そう思う」が1名（7.14%）、「5. 強くそう思う」が2名（14.19%）で、加重平均値が3.14であった。その他加重平均値の高かった設問は「GIMが自分の成長のために利用できるようになることを期待していた」で、「1. 全くそうは思わない」「2. あまりそう思わない」と回答したのが共に0名（0.00%）で、「3. どちらとも言えない」が1名（7.14%）、「4. ある程度そう思う」が6名（42.86%）、「5. 強くそう思う」が7名（50.00%）で、加重平均値が4.43であった。GIMトレーニング以前の前提結果全容は、表1を参照。

表1 GIMのトレーニング以前の前提

	1. 全く そうは思 わない	2. あま りそう思 わない	3. どち らとも言 えない	4. ある 程度そう 思う	5. 強く そう思う	合計	加重平均
(GIMのトレーニング以前…) GIMに関する知識を有していた	14.29% 2	14.29% 2	7.14% 1	42.86% 6	21.43% 3	14	3.43
…GIMとは心理療法の一技法と考えていた	0.00% 0	0.00% 0	7.14% 1	57.14% 8	35.71% 5	14	4.29
…GIMは日本文化の中でも利用できるものだと考えていた	0.00% 0	21.43% 3	28.57% 4	14.29% 2	35.71% 5	14	3.64
…GIMを自分の仕事環境において利用することを希望していた	28.57% 4	14.29% 2	21.43% 3	14.29% 2	21.43% 3	14	2.86
…GIMが自分の臨床技術の幅を広げてくれることを希望していた	0.00% 0	14.29% 2	7.14% 1	28.57% 4	50.00% 7	14	4.14
…GIMが自分の成長のために利用できるようになることを期待していた	0.00% 0	0.00% 0	7.14% 1	42.86% 6	50.00% 7	14	4.43
…日本人クライアントがGIMのプロセスに好意的に反応すると考えていた	0.00% 0	21.43% 3	57.14% 8	7.14% 1	14.29% 2	14	3.14

3. 3 反応の結果

参加者の反応を問う設問の前半は、「…を好意的に受け止めた」という節で終わるものであった。全ての設問において、加重平均値は4を上回った。その内4.5以上の値がついた設問は、「プレセッション(事前インタビュー)」「導入(インダクション)」「音楽プログラム」「イメージの経験(トラベル)」「イメージの自己分析」「ポストセッション部分(事後の話し合い)」「個人的な自己開示」「グループ体験」「療法的関係(ラポール)」で、大部分のGIM構成要素が好意的に捉えられていた。中でも「ある程度そう思う」「強くそう思う」のみの回答だったものは、「プレセッション(事前インタビュー)」「音楽プログラム」「イメージの経験(トラベル)」「ポストセッション部分(事後の話し合い)」「グループ体験」「療法的関係(ラポール)」であった。中でも加重平均値が最も高かったのは、「療法的関係(ラポール)」で、その数値は4.71であった。

この内最も加重平均値が低かった項目は、「セラピストとの身体的距離感」で加重平均値は4.21であった。この項目は、唯一「あまりそう思わない」という回答を1名が行なって

いた。GIM トレーニングへの反応の前半部分の結果は、表 2 を参照。

表 2 : GIM トレーニングへの反応前半

	1. 全く そうは思 わない	2. あま りそう思 わない	3. どち らとも言 えない	4. ある 程度そう 思う	5. 強く そう思う	合計	加重平均
私は GIM のプレセッ ション(事前インタ ビュー)部分を(好 意的に受け止めた)	0.00% 0	0.00% 0	0.00% 0	42.86% 6	57.14% 8	14	4.57
私は GIM の導入(イン ダクション)の内容を…	0.00% 0	0.00% 0	7.14% 1	21.43% 3	71.43% 10	14	4.64
私は GIM の変性意識 状態を…	0.00% 0	0.00% 0	14.29% 2	42.86% 6	42.86% 6	14	4.29
私は GIM の音楽プロ グラムを…	0.00% 0	0.00% 0	0.00% 0	35.71% 5	64.29% 9	14	4.64
私は GIM トラベル最 中のセラピストと の対話を…	0.00% 0	0.00% 0	7.14% 1	57.14% 8	35.71% 5	14	4.29
私は GIM のイメージ の経験(トラベル) を…	0.00% 0	0.00% 0	0.00% 0	50.00% 7	50.00% 7	14	4.50
私は GIM におけるイ メージの自己分析 を…	0.00% 0	0.00% 0	7.14% 1	21.43% 3	71.43% 10	14	4.64
私は GIM のポストセ ッション部分(事後 の話し合い)を…	0.00% 0	0.00% 0	0.00% 0	42.86% 6	57.14% 8	14	4.57
私は GIM におけるマ ンダラやその他の 創作活動を…	0.00% 0	0.00% 0	21.43% 3	28.57% 4	50.00% 7	14	4.29
私は GIM 最中のセラ ピストとの身体的 距離感を…	0.00% 0	7.14% 1	14.29% 2	28.57% 4	50.00% 7	14	4.21
私は GIM 最中の身体 介入を…	0.00% 0	0.00% 0	21.43% 3	28.57% 4	50.00% 7	14	4.29
私は GIM における個 人的な自己開示を …	0.00% 0	0.00% 0	14.29% 2	21.43% 3	64.29% 9	14	4.50
私は GIM グループ体 験を…	0.00% 0	0.00% 0	0.00% 0	42.86% 6	57.14% 8	14	4.57
私は GIM における療 法的関係(ラポー ル)を…	0.00% 0	0.00% 0	0.00% 0	28.57% 4	71.43% 10	14	4.71

GIM トレーニングへの反応の後半部分は、「自己抑制」、「深い体験」、「自分のもろい部分」、「自分に関する洞察」や「通訳や翻訳の内容」に対する反応であるが、特に本調査研究のテーマとも関係する日本人参加者に対する GIM の効果を示唆する「深い体験」や「自分に

関する洞察」については、いずれも加重平均値 4.5 以上がついていた。特に「自分に関する洞察（を得た）」については、全ての回答者が「ある程度そう思う」「強くそう思う」と回答した。GIM トレーニングへの反応の前半部分の結果は、表 3 を参照。

表 3 : GIM トレーニングへの反応の後半

	1. 全く そうは思 わない	2. あま りそう思 わない	3. どち らとも言 えない	4. ある 程度そう 思う	5. 強く そう思う	合計	加重平均
私は GIM トレー ニングの間、自分で自分 を抑制していると 感じた	7. 14% 1	21. 43% 3	28. 57% 4	28. 57% 4	14. 29% 2	14	3. 21
私は GIM トレー ニングの間、深い体験を した	0. 00% 0	0. 00% 0	21. 43% 3	7. 14% 1	71. 43% 10	14	4. 50
私は GIM トレー ニングの間、自分のもろ い部分を感じた	7. 14% 1	0. 00% 0	14. 29% 2	35. 71% 5	42. 86% 6	14	4. 07
私は GIM トレー ニングの間、自分に関す る洞察を得た	0. 00% 0	0. 00% 0	0. 00% 0	35. 71% 5	64. 29% 9	14	4. 64
私にとって、通訳や 翻訳の内容が GIM に おける療法的体験 の妨げになった	71. 43% 10	14. 29% 2	0. 00% 0	7. 14% 1	7. 14% 1	14	1. 64

3. 4 姿勢の結果

参加者のトレーニングを受けた上での姿勢を問う設問は、直接的に本論のテーマである日本文化への適応について問うものであった。この部分が最も反応にばらつきのある結果となった。「全般的に GIM が日本人クライアントに対しても有用であると思う」の設問については、「ある程度そう思う」と回答したのが 8 名 (57. 14%)、「強くそう思う」が 4 名 (28. 57%) で、加重平均値は 4. 07 であった。また「GIM の音楽プログラムの使用は日本人クライアントに対して適切だと思う」の設問については、「全くそうは思わない」「あまりそう思わない」の回答がなく、「ある程度そう思う」と回答したのが 11 名 (78. 57%)、「強くそう思う」と回答したのが 1 名 (7. 14%) で、加重平均値は 3. 93 であった。しかしながら「GIM を日本人クライアントに対して使う場合は、日本文化に沿った適用が必要だと思う」の設問については、「あまりそう思わない」の回答は 1 名 (7. 14%) のみで、「ある程度そう思う」「強くそう思う」と回答したのがそれぞれ 6 名 (42. 86%) ずつで、加重平均値も 4. 21 あった。GIM トレーニング後の姿勢についての結果は、表 4 を参照。

表4：GIMトレーニング後の姿勢

	1. 全く そうは思 わない	2. あまり そう思わ ない	3. どちら とも言え ない	4. ある程 度そう思 う	5. 強くそ う思う	合計	加重平均
私は GIM の要素の うち、日本のクライ アントにとって受け 入れ難いものがある と思う	7.14% 1	28.57% 4	42.86% 6	21.43% 3	0.00% 0	14	2.79
私は全般的に GIM が日本人クライア ントに対しても有用 であると思う	0.00% 0	7.14% 1	7.14% 1	57.14% 8	28.57% 4	14	4.07
私は GIM が日本人 クライアントに対し て文化的適応がな された技法だと思 う	0.00% 0	21.43% 3	42.86% 6	35.71% 5	0.00% 0	14	3.14
私は GIM を日本人 クライアントに対し て使う場合は、日本 文化に沿った適用 が必要だと思 う	0.00% 0	7.14% 1	7.14% 1	42.86% 6	42.86% 6	14	4.21
私は GIM の音楽プ ログラムの使用は日 本人クライアントに 対して適切だと思 う	0.00% 0	0.00% 0	14.29% 2	78.57% 11	7.14% 1	14	3.93

「日本人クライアントにとって受け入れることが難しいと思われる要素」に関する設問もまた、回答に意見のばらつきが見られる結果となった。その中でも最も多い回答数があったものは、「変性意識状態」「トラベル最中のセラピストとの対話」「マンダラやその他の創作活動」で、回答数は5名（35.71%）であった。日本人クライアントにとって受け入れることが難しいと思われる要素の結果は、表5を参照。

表5：日本人クライアントにとって受け入れることが難しいと思われる要素

回答の選択肢	回答数
プレセッション(事前インタビュー)	14.29% 2
導入(インダクション)	28.57% 4
変性意識状態	35.71% 5
音楽プログラム	21.43% 3
トラベル最中のセラピストとの対話	35.71% 5
イメージの使用	7.14% 1
イメージの自己分析	21.43% 3

ポストセッション(事後の話し合い)	0.00% 0
マンダラやその他の創作活動	35.71% 5
身体介入	14.29% 2
個人的な自己開示	28.57% 4
グループ体験	14.29% 2
療法的関係 (ラポール)	7.14% 1

今後の GIM との関わりについては、ある程度一定の傾向が見られた。「GIM セッションを今後受けるつもりである」の設問については、「ある程度そう思う」と回答したのが6名（42.86%）、「強くそう思う」が7名（50.00%）で、加重平均値は4.43であった。「私は次のGIM トレーニングを受けるつもりである」の設問については、「ある程度そう思う」と回答したのが4名（28.57%）、「強くそう思う」と回答したのが7名（50.00%）で、加重平均値は4.29であった。今後の GIM との関わりの結果は、表6を参照。

表6：今後の GIM との関わり

	1. 全く そうは思 わない	2. あま りそう思 わない	3. どちら とも言え ない	4. ある程 度そう思 う	5. 強くそ う思う	合計	加重平均
私は個人的な GIM セッションを今後受 けるつもりである	0.00% 0	0.00% 0	7.14% 1	42.86% 6	50.00% 7	14	4.43
私は次の GIM トレ ーニングを受けるつ もりである	0.00% 0	0.00% 0	21.43% 3	28.57% 4	50.00% 7	14	4.29
私のトレーニング前 に持っていた期待は 満たされた	0.00% 0	0.00% 0	0.00% 0	42.86% 6	57.14% 8	14	4.57

3. 5 自己の語り（ナラティブ）による記述の結果

「日本の文化圏において GIM の要素が問題になり得る」部分について自由記述への設問に対して、「ない」という記述回答を除くと、7名が回答した。問題になり得る部分の回答を要約すると、「感情やイメージを言語化する作業」、「キリスト教文化に基づいた選曲」、「西洋音楽文化(クラシック音楽)」（2名が回答）、「LSD の代わりに音楽を使うという歴史」、「変性意識状態」（2名が回答）、「介入の仕方に文化的配慮が必要（日本の物語や宗教特に仏教などをセラピストは学ぶべき）」、「反社会的な宗教（洗脳、カルト）の影響（連想）」（3名が回答）、「イメージの中とは言え、対峙、直面の仕方が少し直接的」というものがあった。

また「日本人にとって GIM の要素が好意的に受け止められる」部分について自由記述では、8名が回答した。好意的に受け止められる部分の回答を要約すると、「欧米(特にアメリカで)広まっているという、欧米至上主義の日本人にとっては魅力的」、「一見受動的音楽療法に見えるので、能動的な音楽づくりへの参加への抵抗感がある人にも入ってきやすい」、「50才以下の人々には好意的に受け止められる…。近年(の)、日本人の若者たち(は)…。…アイデンティティのしっかりした…個別化はできていない…。(そのため)自己肯定感があり、自己決定のできる自我を持つ個が、…必要だと思うので、今後、…欧米のようにカウンセリングや様々なセラピーは必要になる」、「すでに高齢者や学生に許される範囲内で使用しているが、大変に有効である。特に高齢者は人生の戦争体験を含めた艱難辛苦を乗り越えている方が多く、丁寧な誘導で自分史をたどる方も多い」、「日本では女性を中心に[心]に興味を持っている人が非常に多いので、音楽を使って心の中を整理し、自己洞察を図ることは非常に多くの人に受け入れられやすい」、「プログラムのテーマによっては、西洋音楽のみならず、自然の音なども入れると他の文化圏にも広がる」、「入り口がリスニングでありながらも、とても深い体験ができること」、「プロセスでは強要されず、クライアントの自由であること」、「音楽体験が感情的な自己を許し、感情を解放してくれること」、「感情を抑えがちな日本人、自分の核心(自分が何者なのか)が分からない傾向にある人達に有効」、「日本人として、自身の想いを明確に言葉で表す、というのが苦手な面があると感じる。イメージやマンダラを通して、言語にならない感情や想いを、一度まるごと表現することで洞察が深まり、言語化がしやすくなる」というものがあった。

4 考察

14名という少ない数で、また訓練を受けた女性音楽療法士という偏ったサンプルではあるが、興味深いデータが得られた。「前提」として本論文のテーマである日本文化や日本人に言及した設問（「GIMは日本文化の中でも利用できるものだと考えていた」や「日本人クライアントがGIMのプロセスに好意的に反応すると考えていた」）では、加重平均値は比較的低く、この技法の日本人への適応に対する事前の期待が低かったことが推察される。しかしながら個人的な「反応」においては、GIMのいずれの構成要素にも好意的に反応を示す参加者が多かった。また「深い体験」をした人や「自分に関する洞察を得た」人も多く、このトレーニングに参加した人が、GIMというものに強く反応したことが推察される。またGIMに対するトレーニング後の「姿勢」についても、「全般的にGIMが日本人クライアントに対しても有用」、また「GIMの音楽プログラムの使用は日本人クライアントに対して適切」と見なしている人も比較的多かった。一方で「GIMを日本人クライアントに対して使う場合は、日本文化に沿った適用が必要」とする人も比較的多く、参加者が自分のGIMに対する好意的な反応と、日本人全般への適応を分けていることが推察される。ただその適

応が何かということについては、「日本人クライアントにとって受け入れることが難しいと思われる要素」に対する回答にばらつきが見られ、はっきりしなかった。自己の語り（ナラティブ）による記述部分と照合すると、「マンダラやその他の創作活動」と記述する人はいなかったが、「変性意識状態」と「トラベル最中のセラピストとの対話」については、記述においても、それらが障壁となることを示唆した人が複数いた。特に「変性意識状態」については、「反社会的な宗教（洗脳、カルト）の影響（連想）」が GIM の日本への導入に障壁となりうるとした人が 7 名の回答者のうち 3 名いた。これを考慮すると、「変性意識状態」への啓発と理解の促進に、十分な時間をかける必要があると考えられる。

5 今後の課題

前述の通り、本調査結果は 14 名という少ない数で、また訓練を受けた女性の音楽療法士という偏ったサンプルにより出されたものである。今後は、より多くの、男女のバランスのとれた音楽療法の専門家ではない人を対象に調査をする必要があると考えられる。今回の結果では「GIM の音楽プログラムの使用は日本人クライアントに対して適切」と見なしている人も比較的多かったが、本調査研究の参加者は全て西洋音楽に馴染みのある音楽療法士であるため、今後は西洋音楽に馴染みのない人からの調査も必要になる。事実、自己の語り（ナラティブ）による記述部分で「西洋音楽文化(クラシック音楽)」が問題になりうるという回答した人が 2 名いることを踏まえ、より多くの背景を持つ人との調査が求められる。さらに今回の対象は、初級の体験的トレーニングを通じての GIM であったが、レベル II（中級）トレーニングや、レベル III（上級）トレーニングにおけるデータで変化がないかも検証する必要がある。

6 終わりに

GIM レベル I トレーニング参加者自身の GIM に対する反応は、非常に好意的なものが多かった。また「日本人にとって GIM の要素が好意的に受け止められる」部分についての自由記述では、様々な条件付きながら、多くの好意的なコメントが寄せられた。また日本人だからこそ、この GIM という心理療法の技法が必要と示唆するコメントも見られた。これらはやはり参加者自身の GIM における深い体験や洞察によりもたらされたものだと考えられる。日本にこの技法が普及するために、さらなる知見が今後必要となる。

参考文献

- Association for Music and Imagery. (2016-2017 a). FAQ. 参照先: Association for Music and Imagery (AMI): <https://ami-bonnymethod.org/about/faq>
- Association for Music and Imagery. (2016-2017 b). Find a practitioner. 参照先: Association for Music and Imagery (AMI): <https://ami-bonnymethod.org/find-a-practitioner>
- Atlantis Institute for Consciousness and Music. (n.d.). Curriculum. 参照先: <http://www.atlantisicm.com/curriculum/>
- BrusciaE.K. (2002). The boundaries of Guided Imagery and Music and the Bonny Method. 著: BrusciaK, GrockeD (共同編集), Guided Imagery and Music (GIM): The Bonny Method and beyond. Gilsum, NH: Barcelona Publishers.
- BrusciaE.K. (2015). Notes on the Practice of Guided Imagery and Music. Dallas, TX: Barcelona Publishers.
- HanksJ.K. (1992). Music, affect and imagery: A cross-cultural exploration. *Journal of the Association for Music and Imagery*, 1, 19-33.
- IwaiH. (1979). East and West. *Psychotherapy and psychosomatics*, 31 (1-4), 357-360.
- McIvorM. (1998-1999). Heroic journeys: Experiences of a Maori group with the Bonny Method. *Journal of the Association for Music and Imagery*, 6, 105-118.
- NadataA. (2014). The depiction of a hero's journey in Bonny Method of GIM sessions. *Journal of the Association for Music and Imagery*, 14, 61-73.
- NgM.W. (2015). Chinese music programe 'Harvest'. 著: GrockeD., MoeT. (共同編集), Guided Imagery & Music (GIM) and Music Imagery methods for individual and group therapy. London: Jessica Kingsley.
- OyamaY. (2012). The transformation of Rogerian client-centered techniques of psychotherapy in Japan: background and implications. *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*, 3 (1), 10-17.
- ShortA. (2005-2006). Cultural dimensions of music and imagery : Archetype and ethnicity in BMGIM practice. *Journal of the association for music and imagery*, 10, 75-90.
- 栗林文雄. (2014). 音楽イメージ誘導法(GIM). 著: 宮本啓子, 二俣泉 (共同編集), 音楽療法を知る-その理論と技法-. 東京都: 杏林書院.
- ボニーH, サヴァリーL. (1997). 音楽と無意識の世界 : 新しい音楽の聴き方としての GIM (音楽によるイメージ誘導法). (村井靖児, 村井満恵, 訳) 東京都: 音楽之友社.
- 吉原奈美. (2014). 人生における悩みを抱えた人② : GIM による事例. 著: 宮本啓子, 二俣泉 (共同編集), 音楽療法を知る-その理論と技法-. 東京都: 杏林書院.