

書評：“Notes on the Practice of Guided Imagery and Music”

名古屋音楽大学 猪狩裕史

この本は、アメリカの音楽療法士で、音楽とイメージ誘導法 (Guided Imagery and Music, 以下 GIM) の長年の実践家で育成家でもあるケネス・E.ブルシアにより書かれ、バルセロナ出版社から出版されている本である。電子版もありそれは 16 米国ドル、紙媒体では 24 米国ドルで発売されている。日本語翻訳版はまだ存在しない。ブルシアによると、この 180 ページからなる本は、彼が自身の育成訓練で学んだノートの書き込みや、彼が育成家として用いた資料をまとめたものである。この本のタイトル、“Notes on the Practice of Guided Imagery and Music” (「GIM 実践ノート」) にある通りの内容である。

ブルシアによるとこの本は、ブルシア自身はそのキャリアを通して培った、GIM 個人セッションにおける指針を提供することが目的であると述べている。GIM が、個人へどのように適用されるのかという体系的理解をもたらすものである。ブルシアはまた、GIM に関する彼のこれまでの著作を引用し、この技法の根底にある理論的理解を提示することも試みている。

この本や、ブルシアのこれまでの著作を通して、現在となっては様々な応用が存在する GIM の呼称は、違う名前がつけられて分けられている。ボニーが開発した元来の個人形式のセッション形態はボニー式 GIM (Bonny Method GIM, 以下 BM-GIM) と呼ばれており、それ以外の集団形式や応用を概して GIM と呼んでいる。この本では集団への適応についてよりも、個人形式である BM-GIM についてより詳しく書かれており、それが実践の場においてどのように適応されるかの指針を提示するという意味で非常に価値のあるものである。ブルシアは、この本でターゲットとしている読者は、GIM の実践家やトレーニング中にある人と述べている。米国において GIM 実践家を目指す人は、音楽とイメージ学会 (Association for Music and Imagery, 以下 AMI) により認可された実践家育成プログラムを受講しなければならない (Association for Music and Imagery, n.d.)。この実践家育成プログラムは、それを主催する団体の根底にある哲学や技法の基礎となる信条により、幾分かの違いが存在する。ブルシアとは違う育成訓練機関を通して GIM について学んでいる私にとっては、彼が学び実践してきたことについて知る機会がこの本を通して与えられるのは、非常にありがたいことである。例えば、私が育成訓練を受けているアトランティス・インスティテュートは、臨床的目的と GIM の過程における積極的なセラピストの役割に重きが置かれている。しかしながらブルシアは音楽の

役割により重きを置き、次の様に述べている。

GIMにおいて音楽はコセラピストだとよく言われる。元来意図された実践においてはそうであった。これについて私は控えめな言い方だと思っている。なぜなら、音楽がセラピストで、ガイドがコセラピストであることがよくあるからである（「GIMの過程における音楽の役割」、「The Roles of Music in the GIM Process」）。

ここで私は「より」という相対的表現を用いて、この教育訓練機関の間にある違いが量的なものであるということ強調した。しかし、こういった違いは微細なものだとしても、他の教育機関がGIMの過程をどの様に見ているかを知ることができるのは良いことである。

ブルシアの他の著作（例、「音楽療法を定義する」）においてもよく見られることであるが、この本の中身も非常に明瞭に簡潔に書かれている。この本は第1章に「用語体系と定義」（“nomenclature and definitions”）としてGIMとその応用、またGIMがGIMと同様の治療要素（音楽聴取、リラクゼーション、イメージ、意識の探索）を用いるその他の心理療法技法とどう違うのかについて書かれている。また第2章においてはGIMの実践のレベルについて、第3章においては異なるクライアントへの適応について、過去の文献を表にまとめて紹介している。しかしそれ以降の部分については、この技法の手続き上の手順〔例、場の準備、事前インタビュー、変性意識（非日常意識）への導入（インダクション）、音楽-イメージの経験、変性意識（非日常意識）からの帰還、ポストセッション（事後の話し合い）〕に沿って順番に論じられている。また後半にはGIMを実践する上での注意事項や初回セッションでの手続き、アセスメントの視点のほか、GIMの構成要素である音楽や音楽プログラム、イメージの解釈の方法についても論じられている。更には音楽プログラムの分析方法と、新たな音楽プログラムの開発方法についても書かれている。

ブルシアはこの本においても、彼の他の著作と一貫した用語を用いているため、それらと合わせて読むことで読み手には易しい本となっている。しかしながら第2章（ノート2）におけるGIMの実践のレベルにおいて、第3版の「音楽療法を定義する（“Defining music therapy”）」（2014）と同じ用語を基に、それに付け加える形で解説しているが、少しわかりにくいものとなっている。何故なら、「音楽療法を定義する（“Defining music therapy”）」にある集中的レベル（Intensive）に再教育的（“Re-Educative level”）という言葉、主要的レベル（Primary）に再構築的（“Reconstructive level”）という言葉を加えて解説している。この本でブルシアは、この二つのレベルは両方ともクライアントの現在の生活への理解を高めるために、過去に由来する無意識下にあるものについて取り組むと述べている。この再教育的（“Re-Educative level”）、再構築的（“Reconstructive

level”)という言葉はウィーラー (Wheeler) (1983)の音楽心理療法における実践のレベルで広く知られる様になったもので、ブルシア自身も「音楽療法を定義する (“Defining music therapy”)」の中で、集中的レベル (Intensive) と主要的レベル (Primary) の実践を説明するのに引用している。しかしウィーラー自身は、この再教育のレベル (Re-Educative) については、クライアントは無意識ではなく意識のレベルで洞察を得ることが主なる目的であると述べている。またウィーラーは、これら二つの実践のレベルにおいてどの様にクライアントが洞察を得るのかという具体的な方法の違いについても述べている。一方でブルシアはこの実践のレベルを定義するのは様々な要素があり、セラピーにおいてクライアントがどれほど深い意識の階層を探索するかどうかではないと述べている。しかしながらウィーラーの音楽心理療法における実践のレベルが、あまりに有名なために、それらと同じ用語 (再教育的レベルと再構築的レベル) を使っていることで、紛らわしさが感じられた。

それでもこの本は私にとっては全般的に読みやすい本であった。だからといって、この本の中身が簡単かというところではない。事実この本は、どの様に BM-GIM セッションを行うべきか深く考える機会を読者に与える様な、多くの有益な情報が含まれている。またこの本は、GIM の体系的理解を与えるだけでなく、各手順の段階において、何をすべきか何をすべきではないかについて、具体的な例を挙げて書かれている。ブルシアはまた、手続き上の各手順段階においてどんなことを言えば良いかという、問いかけのサンプルも挙げています。これはもともと英語が母国語ではない訓練生のために作られたそうである。英語が母国語ではないものの、英語で BM-GIM セッションをする可能性もある私にとって、これらの具体的な問いかけのサンプルは、非常にありがたいものである。

日本人 GIM 訓練生の私にとってもう一つ興味深かったことは、第8章における GIM の音楽の選択に関する議論の中で、ブルシアが文化的配慮について言及していることであった。ブルシアは、この技法の創設者であるヘレン・ボニーは、音楽プログラムを他の文化圏に適応させることを考えて作ってはならず、他の文化的視点による検証が必要であることを示唆している。この文化的適応については、私が一度 BM-GIM レベル1 訓練生に対して行い (猪狩、2017)、別の検証も現在継続中であるが、この技法の将来的発展に向けては引き続きの調査と議論が必要な部分である。

この技法の将来的発展に向けては、GIM の効果について標準化された方法を用いた検証が必要になるが、ブルシアはこの本の中で、GIM 研究の手順を設計するには細部に渡る注意が必要であると述べている。何故ならクライアントの変容が起こる上で、様々な治療要素が作用しているからである。つまり個人の反応の違いに 대응することのできる、柔軟性のある研究デザインが必要であると述べている。これはデリオ (Dileo) (2016) が紹介した決定木 (decision tree) の方法を研究手順に用いることにより、ある程度見合うこ

とができると考えられる。この本の中には、前述したこの技法の手続き上の手順というものがあるが、クライアントの状態により、音楽プログラムを長くしたり短くしたり、音楽-イメージ体験中に身体介入が行われたり、ポストセッション（事後の話し合い）においてマンダラといった芸術療法の描画技法が用いられたり、場合によっては即興演奏をするなどといった応用が存在する（Vila, 2015）。BM-GIM という技法は、その時々クライアントのニーズによりセラピストの介入方法が変わる技法であることを決定木（decision tree）に表し研究手順に含めておくことで、より臨床の実際に則した効果の研究ができるのではないかと考えられる。前述したが、この本はブルシアの長年の経験に基づいた臨床の知により書かれている本であるが、この様な標準化した検証を通して彼の臨床における知が支持され、この技法の信頼性がより高まることに期待したい。

GIM 実践家育成訓練中の私にとって、この本は非常に価値のある資料であった。恐らく他の GIM の訓練を受けている最中の人にとっても、素晴らしい教材になるであろう。私はこの本を通して、私がこれまでの GIM 訓練で学んだことを再確認できたほか、今後のより高度な訓練やプロとしての実践においてどのようなことが待ち受けているかを知ることができた。GIM 実践家育成訓練中の人や、新たに GIM 実践家になった人に特に勧める一冊である。

参考文献

- Association for Music and Imagery (n.d.). AMI-endorsed training programs.
<https://ami-bonnymethod.org/find-a-training/institutes> より引用
- Bruscia, K. E. (2014). *Defining music therapy*. University Park, IL: Barcelona Publishers.
- Dileo, C. (2016, April). *Quantitative research in music therapy*. Lecture presented at Temple University Japan, Minatoku, Tokyo, Japan.
- Wheeler, B. L. (1983). A psychotherapeutic classification of therapy practice: A continuum procedures. *Music Therapy Perspectives*, 1 (2), 8-12.
- Vila, S. (2015). Improvisation, Guided Imagery and Music (GIM) and Mandala Drawing with an 11-Year-Old Girl. In D. Grocke & T. Moe (Eds), *Guided Imagery & Music (GIM) and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy*. London, UK: Jessica Kingsley.
- 猪狩裕史(2017) 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 名古屋音楽大学研究紀要第 36 号 pp. 1-13