

書評：“Guided Imagery & Music (GIM) and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy”

猪狩 裕史

この本は、世界各国の「音楽とイメージ誘導法 (Guided Imagery and Music, 以下 GIM)」実践家や、GIM 実践家育成者により書かれおり、同じく GIM 実践家で育成者のデニス・グロッキ (Denise Grocke) とトーベン・モー (Torben Moe) により編纂された本である。紙媒体とデジタル版共に£29.99 で、ジェシカ・キングスリー出版社 (Jessica Kingsley Publishers) より発売されている。

GIM とは、アメリカの音楽療法士であるヘレン・ボニーにより開発された音楽心理療法の技法で、「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」 (Bruscia, 2015)。この本の目的は、クライアントのニーズに合わせて、どのようにボニー本来の GIM の技法が修正、適応されてきたのかを提示することにある。サマー (Summer, 2015) は、ボニー本来の技法からの拡大や進化は自然なことであり、「ボニー自身が GIM のさらなる改良を認め、その熱心な相談役であった」ことを紹介している (Further perspective: Conclusion, para. 1)。この本は、ボニー本来の技法がクライアントのニーズに合わせて修正、適応されていったことを紹介しながら、その技法の実践領域の広がりも表している。この本を通して、この技法が、子どもの年齢層や、医療領域、集団療法へと広がりを見せていることが分かる。故に、この本は、GIM の実践家に自らの GIM 実践家としての技術や知識が、どのように異なる年齢層や領域の対象者に適応可能なのかを示すといった点で、非常に価値のあるものである。

この本では、ボニー本来の GIM からの変更について書かれているが、この本に寄稿している筆者は全員、ボニー式 GIM 実践家育成訓練を受けた人で、世界各地で実践をしている人達である。それは本の最後にある筆者プロフィールを見るとわかる。このように国際的な筆者の寄稿によりこの本が構成されることにより、この技法の地域的、または文化的な偏向を減少させると同時に、多くの文化圏においてこの技法が適応可能であることを示している。例えばウン (Ng, 2015) は、中国人によりあった新しい音楽プログラムについて論じている。しかしながら、その音楽プログラムを構成する上で基礎となっている原理はボニー式 GIM に基づくものである。

編纂者のグロッキとモー (2015) は、個人や集団を対象とする、音楽とイメージ法 (Music and Imagery, 以下 MI)、グループ GIM、短縮版 GIM の違いについて、明確に定義してい

る。彼らによると MI と GIM の主たる違いは、ガイドの存在の有無にあるとしている。ガイドとは、変性意識状態で特別な音楽プログラムを聴きながらイメージを経験するクライアントと対話をするセラピストのことであり、その対話の行為そのものも「ガイド」と呼ばれる。しかしながら、現代の実践においてボニー本来の技法からの変更点や適応は、その他の様々な要素に及んでおり、それらは表にしてまとめられている。グロッキとモーが比較検討した変更と適応の要素とは；(a) セッションの長さ、(b) セッションの文脈、(c) 音楽プログラム前（の長さのプロセス）、(d) リラクゼーションインダクション（の長さ）、(e) 焦点（特定、またはクライアントに委任）、(f) 音楽プログラムの長さ、(g) 音楽のジャンルとスタイル、(h) 言語介入（の存在と質）、(i) 通常意識への完全な帰還（必須かどうか）、(j) 事後言語プロセス（の種類）、(k) 療法のプロセス（セッション回数）、(l) 療法の目的（目標）、である（Table 1.1 The Music Imagery (MI) – Guided Imagery and Music (GIM) spectrum）。

この本は第一部に子供への個別、または集団での適応についての章から始まり、第二部に個別の成人への適応、第三部に集団での成人への適応についての章からなる。さらに第四部に新しく編成された音楽プログラムについての章、そして第五部に育成についての章が続く。第一部から三部の章の多くが、類似した見出しを共有している。例えば「理論的志向」(theoretical orientation)、「理論的背景」(theoretical background)、「文脈」(context) などの見出しがある。これが示すのは、ボニー式 GIM の修正版や適応の中には、ボニー本来の理論的、哲学的志向（人間主義、精神力動、トランスパーソナル）とは異なる、または追加された理論的哲学的影響があるということである。また修正や適応が出現した背景には、その対象者の特徴やニーズ（摂食障害、神経障害、癌、精神障害）、それに応じた目標や目的の違いも関係している。

第一部から三部の章の多くは、症例や短いエピソードが紹介され、実践の場でどの様に修正と適応がなされているのかを表している。従来のボニー式 GIM からどれほど修正や適応がなされているかという度合いについては、多種多様である。従来のボニー式 GIM の形式を保ちつつ軽微な修正や適応がなされているものもあれば、ボニー本来の技法から著しい発展を遂げているものもある。例えばブリンク-ジェンセン(Brink-Jensen, 2015) は、統合失調症のあるクライアントのニーズに合わせた適応と修正について論じているが、統合失調症のあるクライアントに対する GIM は、従来のボニー式 GIM では禁忌とされていた。ブリンク-ジェンセンは、おとぎ話の枠組みを音楽とともに用いることで、統合失調症のあるクライアントのイメージ体験が広がりすぎない様に抑制している。またモー(Moe, 2015) も、統合失調感情障害のある患者への GIM の適応について論じている。その適応でも、イメージが拡散しない抑制された短い音楽プログラムが用いられている。

特に興味深い修正と適応は、子どもとの事前と事後プロセスである。従来のボニーの技

法で見られていた、言葉での話し合いやマンダラ描画以外の方法が用いられていた。事前と事後のプロセスとして用いられた方法には即興演奏 (Vila, 2015)、創作ミラーダンス (Noer, 2015)、そして作文 (Powell, 2015)があった。即興やダンスといった創造的な方法は、自らの内的体験を表現するのに十分な言語能力がない子どもを対象にした時には、理にかなった方法である。今後学術的には、「GIMに基づいた即興動作」と単なる「即興動作」の違いや、「GIMに基づいた即興演奏」と単なる「即興演奏」の違いを明確にする必要が出てくるであろう。一つ疑問だったのは、この本で語られた即興の中には、即興そのものが、GIM以外の主要な方法として対象者の変化に貢献しているように捉えられるものもあった。これが GIM を補完する即興なのか、GIM と並行して行われた治療介入なのか、疑問が残った。

第四部では、新しい音楽プログラムとして、従来の西洋クラシック音楽以外の要素が使われるものが紹介された。この新しい音楽プログラム開発の動きは、イメージ体験の幅を広げるため、また特に西洋文化圏以外の人に適応するために価値のあることである。この本で紹介されている新しい音楽プログラムは全て、同僚やクライアントにより検証され、イメージを誘発したりイメージ経験に没入したりすることを可能にしていたと報告されている。中には、この新しい音楽プログラムの適応や修正した使い方、クライアントの種類や特徴、ニーズに基づいた使用や禁忌にまで言及するものもあった。

第五部では、育成について述べられている。この本に寄稿した実践家の多くが、ウォルバークにより提唱されサマーが理論化した GIM の枠組みを適応していたが、サマー自身がその理論的枠組みに基づいて、育成についても詳述していた。それにより、いかにこのサマーの理論的枠組みが実践で、また育成で応用されているのかを理解する助けになった (Summer, 2015)。

全体的には非常に価値のある本ではあるが、一部残念な点もあった。一つはこの本の中で紹介されている症例やエピソードの中には、読みにくさを感じさせたり、その臨床的意義が伝わらなかつたりしたものがあった。臨床的意義についての筆者の解釈が提示されている章もあれば、単純に生データのみが提示されているものが混在していた。これは対象者分類や臨床的な目標、筆者の理論的枠組みの違いに由来するものと考えられるが、結果として本全体の読みにくさにつながっていた。臨床意義の解釈の浅さや分量の少なさ、生データのみ提示は、ボニー式 GIM の修正や適応の意義を伝わりにくくさせていた。

もう一つは、ボニー式 GIM からの修正や適応が多種多様に存在するようになり、多くの呼称や略称が生まれ、混乱をきたす可能性がある懸念が感じられた。例えば集団音楽とイメージ法(group Music and Imagery)が「GMI」や「GrpMI」と表記され、同じ本の中にも関わらず統一されていなかった。また GMI は、誘導的音楽イメージ法 (Guided Music Imaging) にも使われており紛らわしかった。そしてこのように従来のボニー式 GIM に近

い言葉が使われて適応法が混在すると、それらを日本語にするときにも問題が発生すると考えられる。

将来的な展望として、これらのボニー式 GIM の修正版や適応法の効果が実証研究を通して検証される必要がある。その時に、研究者はその介入法を単に「音楽とイメージの使用」とするのか、ボニー式に由来する適応法とするのかを明確にする必要がある。前者の場合、ボニー式の哲学的基盤や実際の中身、影響とは関係のない「音楽とイメージ」の使用を介入法とした研究と混同してしまう可能性があるからである。ボニー式 GIM から発展した修正や適応法であれば、それを明確にする必要がある。

しかしながら、全体を通してこの本はとても使用価値の高いものであった。特に GIM 実践家やトレーニングを受けている者にとっては、この修正と適応法を知ることによって実践の領域が広がるという面で価値のあるものである。この本は、クライアントの利益のために、なぜ修正や適応が必要だったのかという根拠を提示するものである。ハウツー本ではない。こういった面を考慮すると、この本はボニー本来の GIM に関する知識が十分でない音楽療法学部生には向かない本である。

何れにしてもこの本は、GIM の新しい臨床的可能性を切り拓いた画期的なものである。今後もボニー式 GIM の進化と発展、そしてそれらの効果が一つずつ検証されることに期待したい。

参考文献

- Brink-Jensen, L. (2015). Guided Imagery and Music with Fairytales: A Case Study from a New Modified Model of GIM in Psychiatry. In D. Grocke & T. Moe (Eds), *Guided Imagery & Music (GIM) and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy*. London, UK: Jessica Kingsley.
- Bruscia, K. E. (2015). *Notes on the Practice of Guided Imagery and Music*. Dallas, TX: Barcelona Publishers
- Grocke, D. & Moe, T. (2015). Introduction. In D. Grocke & T. Moe (Eds), *Guided Imagery & Music (GIM) and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy*. London, UK: Jessica Kingsley.
- Moe, T. (2015). Peter's Story: Recovering from a Schizoaffective Disorder. In D. Grocke & T. Moe (Eds), *Guided Imagery & Music (GIM) and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy*. London, UK: Jessica Kingsley.

- Noer, M. L. (2015). Breathing Space in Music: Guided Imagery and Music for Adolescents with Eating Disorders in a Family-Focused Program. In D. Grocke & T. Moe (Eds), *Guided Imagery & Music (GIM) and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy*. London, UK: Jessica Kingsley.
- Powell, L. (2015). An Adaptation of the Bonny Method of Guided Imagery and Music in School Classrooms. In D. Grocke & T. Moe (Eds), *Guided Imagery & Music (GIM) and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy*. London, UK: Jessica Kingsley.
- Summer, L. (2015). The Journey of GIM Training from Self-Exploration to a Continuum of Clinical Practice. In D. Grocke & T. Moe (Eds), *Guided Imagery & Music (GIM) and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy*. London, UK: Jessica Kingsley.
- 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.