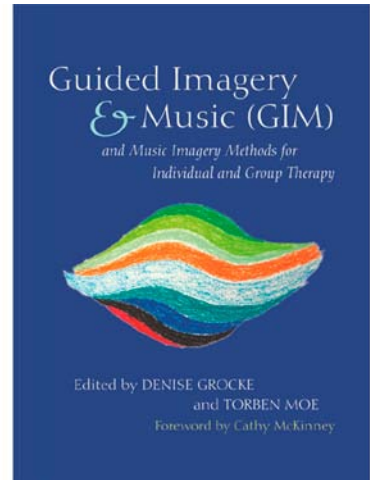


# Guided Imagery & Music (GIM)

## and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy

Grocke, Denise & Moe, Torben (eds.) (2015): *Guided Imagery & Music (GIM) and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy*. London: Jessica Kingsley Publishers. 400 sider. Pris: 409 kr.



*Anmeldt af Julie Kolbe Krøier, cand.mag. i musikterapi, GIM-terapeut FAMI. Ansat på Plejecenter Skovhuset, Hillerød samt privatpraktiserende. Kontakt: jkro@hillerod.dk*

GIM-pionererne Torben Moe og Denise Grocke har i denne antologi samlet en række artikler om brugen af musikunderstøttet afspænding, modificeret 'Guided Imagery and Music' (GIM) og GIM i gruppeformat. Målet med Moe og Grockes antologi er at formidle og tydeliggøre, hvordan musik og indre billeddannelse kan have positiv indflydelse på menneskets trivsel. Bogen henvender sig primært til klinikere samt musikterapi- og GIM-terapistuderende, der vil kunne finde stor inspiration i dens artikler.

Bogen indledes med en introduktion, hvor der redegøres for dens anvendelse af begreberne:

- 1) 'Music and Imagery' (MI), der vedrører brugen af musik med sigte på at skabe afspænding gennem billeddannelse.
- 2) 'Guided Imagery and Music', hvor klienten formidler sine indre billeder til terapeuten under billeddannelsen. Denne metode anvendes primært i individuel musikterapi, men af og til også i gruppemusikterapi.

- 3) 'The Bonny Method of Guided Imagery and Music (BMGIM)', som relaterer til den specifikke metode Helen Bonny udviklede i 1970'erne.

Bogen består derefter af 25 kapitler opdelt i 5 dele. Kapitlerne er forfattet af en mangfoldig gruppe af psyko- og musikterapeuter fra hele verden, der arbejder med psykiatri, palliation, stofafvænnning, teambuilding samt somatik indenfor både børne-, unge- og voksenområdet. Samtlige kapitler indeholder en eller flere cases, som beskriver en specifik måde at bruge musik og billeddannelse på udviklet af terapeuterne selv. Bogen indeholder en komplet og praktisk oversigt med samtlige titler på den musik, som nævnes i bogen samt smukke mandalategninger, der bringer ekstra sanselige dimensioner til casebeskrivelserne.

Bogens første del fokuserer på musik og billeddannelse (MI) med børn og unge. Dette er et område, der ikke tidligere er beskrevet så dybdegående og det er interessant og rørende

at fordybe sig i materialet. Kapitlet beskriver brug af musik og billeddannelse ift. sorgreaktioner, spiseforstyrrelser, adfærdsproblematikker og personlig udvikling i skoleklasser.

Den norske musikerapeut og GIM-terapeut Gunn Karoline Fugle beskriver f.eks. brug af MI i børnepsykiatrien, idet hun kobler MI til den nyeste forskning ift. traumepsykologi og dissociative forstyrrelser. Endvidere redegører hun for den signifikante betydning mikroregulering og synkronisitet har for vores trivsel og mulighed for at udvikle og hele os. Netop disse faktorer er betydningsbærende i MI og skaber et rationale for systematisk brug af musikkens billedskabende evne.

Bogens anden del omhandler MI og GIM til voksne klienter i individuel terapi. Overordnet er det kendetegnende for casebeskrivelserne, at terapeuten har modificeret den oprindelige BMGIM, da metoden ville være for krævende for klienten ift. hans/hendes problematik. F.eks. bekræfter den amerikanske musikerapeut Nicki Cohen et længere forløb med en kvinde med erhvervet hjerneskade, der var ude af stand til at processere sin indre billeddannelse verbalt.

Cohen valgte derfor at bruge email-korrespondance som et redskab mellem terapisesionerne. Derved blev det muligt for kvinden at bearbejde og udtrykke sine musikoplevelser sammen med terapeuten i et format, der tog højde for hendes udfordringer.

Bogens tredje del beskæftiger sig med MI og GIM-terapi i grupper. Denne del omhandler primært det somatiske område, men indeholder også interessante beretninger om gruppe-GIM ift. misbrugsafvæning og teambuilding. Musikkens evne til at støtte de udviklingsprocesser, der finder sted i grupper tydeliggøres gennem gribende cases, der beskriver musik-

kens transformerende og frisættende potentiale. Dette demonstreres bl.a. i den svenske GIM-terapeut Margareta Wärjas artikel omhandlernde gruppeterapi med kvinder, der har haft gynækologisk cancer. Korte musikrejser og tegning hjalp bl.a. kvinderne til igen at kunne mærke egen krop og seksualitet samt bearbejde deres sygdomsoplevelse.

Afslutningsvis præsenteres vi for seks nyere GIM-musikprogrammer af vidt forskellig karakter lige fra nyere jazz til kinesisk musik. I disse artikler beskriver forfatterne deres bevæggrunde for udformningen af nye programmer samt de kliniske erfaringer, de har gjort sig med dem. Forfatternes erfaringer viser, at GIM-programmer bestående af ikke-klassisk musik kan have et terapeutisk potentiale ift. klienter med tendens til at intellektualisere og analysere den klassiske musik. Ikke-klassisk musik i new-age genren kan tilbyde klienten en lytteoplevelse med større enkelthed og høj grad af containment, da denne musikgenre kan være mindre kompleks end klassisk musik. Kapitlet illustrerer de mange overvejelser, der ligger til grund for et færdigt musikprogram. Det er yderst forfriskende at læse, hvordan GIM-terapien forsat udvikler sig på baggrund af Helen Bonnys oprindelige tanker.

Jeg er meget begejstret for bogen, som jeg mener formår at redefinere betydningen af GIM-terapi og formidle, hvor stort terapeutisk potentiale, der findes i musiklytning og indre billeddannelser ift. mange forskellige kliniske målgrupper. Antologien kan anvendes både som inspirationsopslagsværk, men med fordel også læses i sin helhed, da de forskellige cases vægter teoretisk baggrundsviden og kliniske beskrivelser forskelligt, og dermed formår at supplere hinanden.