

# 「生きなおし支援」とプレイバックシアター

2024年4月29日

三宅隆之

スクール・オブ・プレイバックシアター日本校7期生

## <要旨>

本研究は、生きなおし（更生）支援のなかでも、罪に問われる行為をした者や依存症者に対する、プレイバックシアターの有用性を検討するものである。孤立の解消、安心して互いに学び合うコミュニティ、自身の感情の理解と表現の獲得などが、生きなおしの実現に必要であると様々な研究を通じて考えられており、それらがプレイバックシアターに含まれていると仮説を立てた。プレイバックシアターの価値観と生きなおしに必要な要素との共通点の検証、国内の民間支援施設において実施されているワークショップの参加者の変化、そしてファシリテーターの証言などを総合的に考察した結果、プレイバックシアターが生きなおしに有用であることが分かった。

<目次>

はじめに	・ ・ p.4
第一章 罪に問われる行為ならびに依存症の現状	・ ・ p.5
第二章 生きなおしに必要な要素	・ ・ p.6
第三章 プレイバックシアターの「価値観」に見る生きなおしの要素	・ ・ p.8
1. 誰もが創造的なアクターである	
2. ふつうの人が語る言葉に英知が宿る	
3. 肯定的な一体感が社会を変容する	
4. だれもが貴重なストーリーをもっている	
5. 非日常性・芸術が平和と喜びをもたらす	
第四章 ワークショップ参加者の変化	・ ・ p.12
1. ワークショップ参加経験者が感じた変化	
2. ワークショップファシリテーターが感じた変化	
第五章 結論	・ ・ P.16
おわりに	・ ・ P.17

## はじめに

私が勤務している民間支援施設は、かつて罪に問われる行為に至った者や、何らかの物質や行為に過度に依存した結果、問題を起こした者（依存症者）たちが利用の大半を占めている。利用の主な動機は、生きなおして自立した生活を送りたいというもので、心理学を基盤としたグループワーク、運動、農作業などを通して、利用者たちを応援している。そのなかのひとつとして実施しているのが、プレイバックシアターを用いたワークショップである。

初めて参加する者の多くは、他の利用者が語った話を即興で演じるということに抵抗を感じ、また自分の話をするということについても消極的であった。しかし回数を重ねていくなか、「自分の気持ちを分かってもらえた」、「話すことや演じることにチャレンジして、自分の殻を破った」、「他の人の話を見て、自分のことについても考えた」など参加者に変化が生じた。また、ワークショップがきっかけとなり、利用者同士の理解が深まり、退所後は仲間意識が持続している。さらに、日常の様々な場面において、相手に自分の気持ちを伝えられるようになったとの声も聞く。このような変化を見ることで、私は、プレイバックシアターが生きなおしの実現に大いに寄与していると、仮説を立てるに至った。

2017年12月に閣議決定された再犯防止推進計画では、その基本方針において、犯罪をした者が孤立することなく、あらゆる者と共に歩む誰一人取り残さない社会の実現について述べている<sup>1)</sup>。海外に目を移すと、米国の民間団体では、薬物依存症等で罪に問われた者に対して罰ではなく、共同体の感覚を養い、心理的安全性のある場で感情教育を行うなどしており、再犯防止や依存症脱却に効果をあげている<sup>2)</sup>。

本研究は、生きなおしに必要な要素とプレイバックシアターの価値観との間の共通点や、プレイバックシアターを用いたワークショップの参加者がどのように変化したかを検証し、生きなおしに有用か検討することが目的である。なお、この目的に関して言及した先行研究は無い。そして本研究の意義は、生きなおしを応援する多くの現場において、そのきっかけとしてプレイバックシアターが用いられることである。

## 第一章 罪に問われる行為ならびに依存症の現状

本研究のテーマである生きなおしは、更生と言い換えることができ、精神的、社会的に、また物質的に立ち直る状態を指す。それぞれの面が充足していない状態は、すなわち更生が必要な様々な課題を生じると言える。本研究では、生きなおしが必要な課題のなかでも、対象を罪に問われる行為、依存症に絞って論考を進めていく。

法務省の統計によると、刑法犯検挙者数は2004年の約38万9千人をピークに毎年減少し、22年は約16万9千人であった。一方、検挙者のなかで再犯となった者の割合は2004年では35.7%だったが、22年では47.9%に上昇している<sup>3)</sup>。犯罪の背景には様々な要因が複雑に絡み合っており、特定の要因と結びつけることは難しいが、私が勤務している施設の利用者については、入所前時点でほぼ例外なく孤立を経験していた。幼少期に養育者から見捨てられ児童養護施設で育った者、家庭や地域等に居場所が無い者、高齢になり刑務所しか行き場が無い者などが、結果的に犯罪や依存行動を重ねている。

ハーシによると、人が犯罪しない理由は社会との絆であり、その絆が弱まったときや、壊れたときに逸脱した行動が起きる、と述べている<sup>4)</sup>。再犯者の罪名で窃盗に次いで多いのは覚醒剤取締法違反であるが、逮捕や受刑を繰り返しても覚醒剤使用から離脱できないのは依存症に陥っている可能性が高いと考えられる。また、松本によると依存症（アディクション）の対義語について、ソーバー（しらふの状態）でも、クリーン（薬物やアルコールなどの依存対象を使っていない状態）でなく、コネクション（人とのつながり、孤立していない状態）と述べている<sup>5)</sup>。薬物のみならずアルコールやギャンブル、ゲームなどの依存症者は年々増加しており、犯罪にまで至らなかったとしても、精神、身体、社会面のそれぞれに大きな影響を生じるのだが、その背景にも、やはり孤立があると言える。

内閣官房が令和4年に実施した孤独・孤立の実態把握に関する全国調査では、前年調査と比較して、「孤独感が時々ある」、「たまにある」及び「ほとんどない」の割合が拡大し、「決してない」の割合が縮小したと結果報告している<sup>6)</sup>。孤独、孤立を感じている人の全てが罪に問われる行為を起こし、あるいは依存症になるわけではないが、解決の鍵のひとつとして、「孤独、孤立の解消」が考えられる。実際、再犯防止や依存症脱却の公的、民間支援の多くは、当事者の居場所づくり、食事提供や就労などの支援をしている。次章では、私の勤務先施設での活動を通じて得た、生きなおしに必要な要素について述べる。

## 第二章 生きなおしに必要な要素

私の勤務先施設の概要を述べると、2005年の活動開始から約15年間は、主に依存症者や依存症に起因する犯罪を起こした者を対象として、生きなおしの支援を実施してきた。施設での共同生活を基盤として、毎日実施される当事者ミーティングへの参加を定着させていく事で依存症からの脱却、そして再度社会への参加を後押しするプロセスを取った。住む場所や食事があるだけでも依存脱却につながることもあるが、一方で中途離脱する者が少なくない状況が課題で、ミーティング参加一辺倒となっていたカリキュラムに変化が必要と考え、当時の代表者やスタッフたちが欧米、アジア各国の民間支援施設をリサーチした。その中で、米国アリゾナ州を拠点に犯罪者やあらゆる依存症者の社会復帰を支援するNPO「アミティ」との接点を持った。

同団体の特徴は、ティーチング&セラピューティック・コミュニティ（心理的に安全な学び・治療共同体）、そしてエモーショナル・リテラシー（感情を理解し、表現できる力）である。ごく一般的な関わりや会話があったとしても、気持ちを伝えることを含めた自己開示が無ければ、また共に経験を伝えあい、共に経験に学びあうことを通した一体感を得ることが無ければ、そこは居場所ではなく単なる住まいになってしまう。同団体のカリキュラム内容から、施設における支援の本質にかかわる部分を知ることになった。

さらに、生きなおし支援の精度を高めていくための探索を進めていくなか、ポジティブ心理学をベースにしたカリキュラムを構築するに至り、現在では、支援対象の範囲を依存症者に限定せず、罪に問われた者をはじめ、生きなおしが必要な者全般に広げている。

ポジティブ心理学を提唱したセリグマンは、ウェルビーイング（Well-being）を構成する要素について、以下の5点を挙げている<sup>7)</sup>。

- ①ポジティブ感情（Positive Emotion）
- ②没頭、没入（Engagement）
- ③豊かな人間関係（Relationship）
- ④人生の意味、意義（Meaning）
- ⑤達成、熟達（Accomplishment）

以上が良好であればウェルビーイングが高い状態だといえ、生産性や創造性が向上し、病欠率や燃え尽きなどのメンタルヘルスの問題が低減するという効果が示されている<sup>8)</sup>。①ポジティブ感情についてセリグマンは、ポジティブ、ネガティブどちらの感情も除外せず自身

のものとして捉え、その上でポジティブ感情を増やしていく行動が必要だと述べている。その前提として感情についての理解、エモーショナル・リテラシーが必要となるのだが、生きなおしが必要な人の多くは、自身の感情と向き合うことを避ける傾向が高いと、私の勤務先施設の利用者との関わりにおいて感じる。感情の理解を回避することは、感情を正しく認識する力を鈍化させ、結果として、心理的苦痛への対処の方法として過度な依存をはじめ様々な問題行動が選択されやすくなる。なお、これは「自己治療仮説」として理論化されている<sup>9)</sup>。

また、③豊かな人間関係について別の研究では、親密な関係を築くにはますます多くの自己開示、つまり個人的な問題や感情を明らかにする意欲が必要で、自己開示がなければ、友達がいる人は依然として孤独を感じる。と述べられている<sup>10)</sup>。注意深く話を聞き、励ますような積極的かつ建設的な反応は、結果としてポジティブ感情を増やし、豊かな人間関係の礎になることは先述のティーチング&セラピューティック・コミュニティの考え方にも関連すると言える。

### 第三章 プレイバックシアターの「価値観」に見る生きなおしの要素

前章までをまとめると、依存症のような自分に対する暴力や、犯罪など他者に対する暴力の背景にある孤独、孤立に対しては、安心して互いに学び合うコミュニティに属すること、さらに、自身の感情の理解と表現の獲得が解決策だといえる。通常、これらの能力は発達段階のなかで獲得するものとされるが、私の勤務先施設では、成人になった後でも獲得可能であるとして様々なカリキュラムが設定されており、そのひとつがプレイバックシアターを用いたワークショップである。

本章ではジョナサン・フォックスがプレイバックシアターの価値観として、スクール・オブ・プレイバックシアターで指導している5項目と、これまで述べてきたことを含めた生きなおしに必要な要素との共通点を見出すことを通して、プレイバックシアターの有用性を検討したい。

#### 1. 誰もが創造的なアクターである

「人は、生まれながらにして想像力と表現力をそなえているはずだが、社会適応していくなかで錆びていき、創造性を失ってしまう」と、宗像は述べている<sup>11)</sup>。施設でのワークショップでは、そのような社会適応についてだけではなく、いわゆる過剰適応の状態にあったことを思わせるストーリーが語られることがある。置かれた環境に合わせようと、自分の考えや行動を合わせすぎて、自分を蔑ろにするという状態が、結果として依存症や犯罪行為のみならず、様々な精神疾患に罹患する可能性を高めている。原因のひとつに、幼少期の養育環境からくる自尊感情の低下があり、虐待だけではなく、機能不全の家庭においても過剰適応が認められていることもあるので、生育段階のどこかで奪われてしまった自由さを取り戻すアプローチが必要だと言える<sup>12)</sup>。

プレイバックシアターには、創造性と表現力が息を吹き返すような場面があり、それがまさしく、創造的なアクターということになる。一方で、ワークショップの実施中に「正解は何でしょうか」、「うまく演じられないから恥ずかしい」、「事前にしっかり決めないと失敗するからいやだ」という声を聞く。周囲からどのように見られ、評価されるかを常に意識している状態を恐れて、演じることに拒否的だった参加者もいる。しかし、その殆どが勇気をもってチャレンジした結果、正解か不正解か、上手いか下手か、失敗か成功といった両極端の考え方の呪縛、殻を破っていった。なお、施設カリキュラムはワークショップの他に、



キャンプや農作業など自らの力ではどうにもならない自然相手のものがあり、その状況だからこそ創造性が発揮される。その点も、プレイバックシアターに近いと考える。

## 2. ふつうの人が語る言葉に英知が宿る

本章冒頭において、安心して互いに学び合うコミュニティが生きなおしにつながっていることを述べた。そこでは誰もが教え手であり学び手でもあることと、ふつうの人が語る言葉に英知が宿るというプレイバックシアターの価値観との間にも、共通点がうかがえる。

ある日のワークショップの中で、参加者が「相手に数度裏切られたことがきっかけで、その人を殴った」という経験を語ったことがあった。そのストーリーが演じられたあと、彼は「何も殴ることは無かった」と感想を述べ、終了後には他の参加者が「自分にも似たような事があった。腹が立ったことをしっかり伝えていれば良かったし、殴っても悲しさだけが残ったことを思い出した」との感想を語っていたことが、私の印象に残っている。テラーが自身のストーリーを見る中で、その時とは別の視点で出来事を見て、将来的な行動の選択肢の増加を経験した。また、他の参加者がそのストーリーを見ることで自身の感情に気づき、さらには今後どうすべきかを学ぶことが出来た。人を殴ることは傷害という罪にあたり、刑罰が科されるのだが、刑務所等の矯正教育の分野では、なぜ殴ってはいけないのかを学ぶ機会はある。殴るという表現方法を取らざるを得ない自身の気持ちや選択肢の少なさに気づくようなアプローチは少ない。その点において、プレイバックシアターのもつ力は、矯正教育というものを考え直していく一石になるのではないかと考える。

## 3. 肯定的な一体感が社会を変容する

ワークショップ参加者は、様々な事情を辿って集まってくる。かつて起こした問題については罪に問われた場合もあればそうではない場合もあり、罪状についても様々である。本来であれば出あうはずの無かった人たちが、生きなおしという目的のうえで施設生活を続けている。裏返すと、それ以外では違いが多々あり、時に利用者の中から「俺はあのほど酷くない」「なぜ、あの人と生活しなければならないのか」という排他的な空気が生まれることもある。日ごろ関わる相手が限られてくると、利用者という立場は同じでも互いに知らないことばかりになる。プレイバックシアターには、互いのことをより深く知り、時に寄り添い共同体意識を高めていく要素がある。それが肯定的な一体感である。

ワークショップの場で特に多く語られるのは、過去、自分にとって良かったと思える出来

事、なかでも青年期の何らかの活動で頑張ったことが成果につながったという出来事だ。受験や部活動、仕事、恋愛など、かつては何か達成して充実した時間があったのだと、自分で自分のことを勇気づけているようにも見える。

そのような話が語られ、演じられるとき、他の参加者が劇に出てくる語り手（テラーズアクター）のことを応援し、達成の瞬間に拍手が起こることもある。その様子を観察していると、生活は共にしているが良く知らなかった利用者同士の距離が近くなり、先述したコネクション、繋がりを感じているように見える。

もちろん、良かったという思い出だけではなく、前項で取り上げたようなネガティブといえるような経験や、いま抱えている葛藤が語られるときには、その場に思いやりの空気が生まれる。かつてその人が犯罪に至る直前に、何らかの一体感や思いやりを感じられる瞬間があったのなら、その後の人生は大きく変わっていったのではないだろうか。

#### 4. だれもが貴重なストーリーをもっている

千葉大学の羽間らのグループによると、服役中の20～30代の男性受刑者約500人への調査で、約半数に家庭内で暴力を受ける被虐待経験があったという研究結果を出している<sup>13)</sup>。さらに、法務省調査によると2021年に少年院に入所していた13～19歳の少年の約6割が家族から身体的な虐待を受けたと回答しており、そのうちの一定数はトラウマを抱えた状態が続いていると分析している<sup>14)</sup>。虐待を受けた子どもたちは一般的に不安感が高く、自信や自尊心が低下している。家庭内に対立が存在している機能不全家族、または養育者が安定していない状況などでも同様の状態が生まれる。自分の話をしたい、聞いてほしいことがかなえられず、話すことに危険を感じることで感情的な抑圧や孤立を感じる。

私の勤務先施設には、上記のような経験をもつ利用者が半数以上いる。様々な場面で「生きていても仕方ない、消えたい、死にたい」としきりに訴える人、職員に受け入れられるかどうか確かめるために挑戦的な言動を繰り返す人などが、自信や自尊心の低さを物語っている。そのような状態の人にとって、ゲームが自分の居場所をつくる道具、薬物使用がなりたいたい自分になれる道具になることがあり、やり続けることで不健康な結果を招くと分かっているにもかかわらず、例えば消えたい気持ちを一時的にでも対処できたという経験が手放せなくなる。

だれもが貴重なストーリーをもっている、というプレイバックシアターの価値観は、健康的に自信や自尊心を高めていくきっかけになりうると考える。実際、施設でのワークショップにおいても、他の利用者が勇気をもって語るのを見ることで、自分の心のなかにもストー

リーがあるのだということに気づき、自分も語ってみようとチャレンジし、そのストーリーが参加者全体に受け入れられていくという場面に数多く出会った。

#### 5. 非日常性・芸術が平和と喜びをもたらす

ワークショップの参加者たちは、安心安全な場、リラックス、学び、一体感、といった経験を。これらの経験を可能にするものに「儀式的な雰囲気」がある。「プレイバックシアターは人々が安心して日常から離れてカタルシスを得られる演劇手法。これを可能にするのは儀式的な雰囲気」と宗像は述べており、リチュアルとしてそのスキルを身に付ける。

このリチュアルについては、私の勤務先施設での活動やかつての経験のなかに多く見られる。例えば、先述の治療共同体アミティでは、ネイティブアメリカンのスピリチュアルな部分に焦点を当てた儀式的な意味を持つワークを実施している。静寂な環境で焚火を囲み、ひとりずつ自らの内面を語るトーキングサークル、施設内での成長段階に合わせて行われる通過儀礼、さらには伝統的なスウェットロジも特徴的だ。通常のサウナよりもはるかに熱いテントの中に長時間こもり、内省を深め、自身の課題や願いを抽出していくことを通して、新しく生まれていく意味を持つ儀式になる。いわば非日常に入る儀式的行事のうえに個別、集団のカリキュラムが載せられていき、薬物依存者や重大な犯罪をした者たちの生きなおしが高い確率で実現していく。

私たちの職場である施設でも、上記の一部が取り入れられているほか、静寂の時間を経て一日が始まり、カリキュラムが始まるということをしており、また、利用者にとっての様々な節目にあたる日を共に祝うという儀式的な場面も作っている。自己治療仮説では、日常生活のなかでの心理的苦痛への対処の方法として過度な依存や様々な問題行動があったが、日常から離れた静寂によって自身が整えられていくと言える。プレイバックシアターは日常で起こった出来事を再現するが、それを日常の延長線上ではなく、リチュアルを用いて非日常の空間で行うからこそ安全に見ることができるのだと考える。

なお、先に述べたウェルビーイングを高める要素のひとつに「没頭」があるのだが、何かに没頭するときは、まさに「今、ここ」というある種の静寂が生じる。儀式的な要素、リチュアルは静寂を生み、非日常の世界に没頭していくための鍵ともいえる。

## 第四章 ワークショップ参加者の変化

前章を通して、プレイバックシアターの価値観の中に、罪に問われた者や依存症者にとっての「生きなおし」に必要な要素との共通点を見ることができた。ここからは、私の勤務先施設で実施しているワークショップのなかで現れた実際の変化についても触れていきたい。

本研究で取り上げるワークショップは、奈良県大和高田市の障害福祉サービス事業所（ワッネス財団エモーショナルリテラシーセンター）にて、2018年5月から原則毎月1回、約3時間実施している。参加者は全て男性で、体調不良や医療機関通院、関係機関での面談等特段の事情が無い限り参加してもらい、毎回10名から20名の間で推移している。スクール・オブ・プレイバックシアター日本校卒業生であるファシリテーターの指導のもと、動く彫刻とストーリーを中心に実施しており、入所から退所までの間の平均のワークショップ参加回数はおおよそ10回である。

### 1. ワークショップ参加経験者が感じた変化

施設の元利用者としてワークショップ参加経験があり、現在、同施設のスタッフとして勤務している4名に以下の内容をインタビューした。

- ① ワークショップ参加期間
- ② ワークショップで印象に残っている場面とその理由
- ③ どのような思いを持ち参加していたか
- ④ プレイバックシアターの経験がその後どのように活かされているか

#### 1) スタッフAさん（40代）

- ①おおよそ1年半
- ②動く彫刻のイメージが強い
- ③やり始めは恥ずかしい、やりたくないと思っていました。真剣にやってる人を見て、どうせやるなら楽しもうと考えが変わった頃から周りも巻き込んでやっていました。
- ④どうせやるなら楽しもう精神、馬鹿になってやると楽しい、恥ずかしさを超えると見える景色が変わってくる（踏み出す勇氣）、真剣にやってる人を馬鹿にしなくなった。

#### 2) スタッフBさん（20代）

①およそ1年6ヶ月

②初めて参加したときにストーリーを見た時、難しくて自分にはできないと衝撃を受けた。自分の感情をしっかり表現出来ていないなかで、人の感情や経験を即興で一人ひとりが違う動きをするのに合わせるのが難しく感じた。

③やっているうちに楽しくなってきた、ストーリーや動く彫刻をやってると気分があがるので「劇をしたい！」と言う気持ちになっていった。

④自分の感情を表に出すいい練習になった。プレイバックで怒りの感情などを表現する時スッキリした感覚になり、そのスッキリ感を大切にしている。人に対して考えを伝える事に恐怖心が減った。

3) スタッフCさん(30代)

①およそ1年

②誰かのストーリーに対し、演じ、音を演出するなどが難しかった。元々、言語やイメージを体で表現する事が苦手だった。他の参加者たちは楽しんでいて人の方が多かった印象。

③苦手なカリキュラムでした。かつて部活のときに先輩から「皆の前で一発芸をしろ！」と言われていたような感覚で、恥をかく不安にさらされていた。自分の苦手な事をあえて取り組む意識で参加した。

④苦手意識を持ちながら参加していたので、その後に活かされるほどの参加意識を持ってないまま終了してしまった。

4) スタッフDさん(40代)

①およそ1年

②ペアズ。同時に違う気持ちを演じることが、より複雑な人間の葛藤を捉えていると感じたこと。自分も葛藤が多いので、他の人に演じてもらえると腑に落ちる事が多々ある。

③始めは、嫌々やっていた。腑に落ちることがあつてからは、好きなカリキュラムになっていった。エモーショナルリテラシーセンターらしいカリキュラムだと思う。

④自分が生きていく中で感情は大事な要素の一つであり、見つめることがQOLにも繋がる。より良い感情を味わうにはどうしたらいいのか、本当はどのような感情を味わいたいのか、他人のストーリーを演じることで、感情は自分で作りあげていくものだと認識出来たので、自分自身のコントロールがしやすくなった。

## 2. ワークショップファシリテーターが感じた変化

次に、全てのワークショップを担当し、2024年4月の開催まで、延べ160名と関わってきたファシリテーターの藤崎育子さんに、参加者たちの変化についてインタビューした（インタビュー日4月16日、23日）。

### ①担当開始当初の様子について

不安感が全体的に強く、参加してみたものの後に拒絶感を持つ人が多かった印象があり、「なぜ、こんなことをしなければいけないのか?」「これにどんな意味があるのか?」という疑問を、ワークショップ終了後に多く耳にした。その一方で「僕は嫌いじゃないから」という感想をこっそり言いに来てくれる参加者もいた。未経験のことに初めて取り組む、それも劇をするということへの拒否感が有ったのではと思う。私からは、プレイバックシアターについて伝えてはいたが、それを施設で実施することの意図が浸透していなかったのではないかと。当初から施設職員も参加していたが、割と様子を見ている感じで、今のように一緒に楽しむという様子ではなかった。

ワークショップ初回から10ヶ月経過した2019年2月、施設側がワークショップ参加に拒否感をもつ利用者と話し合いをした、という記録が残っている。その際、参加者の多くは頭で考える傾向があり気長にやろうという話が出たそうで、結果、ワークショップが継続になった。

### ②どのタイミングで場の変化を感じたか

コロナ禍で数回休止があったことがきっかけだったのか、それ以降、少し雰囲気が変わってきた。苦手だという人もいたが、全体の感想が良い方向になった印象がある。例えば、ワークショップをどうやったら楽しめるのか、その気づきを語る人が増えたのが要因のひとつだと思う。初めは全くできないという人が、まず奏者からチャレンジし、そのうちアクターになっていったという事もあった。また、他の人たちを引っ張ってくれる参加者も出てくるなど、主体的な参加が見られるようになった。

そして最近では、自分のことより、他の参加者のチャレンジを褒めるような感想が出てきたことに場の変化を感じた。開始当初は、感想を聞くと「いやだ」、「はずかしい」など、その人の思いが語られることがほとんどだったが、「つながりや一体感を感じた」という声に変わっていった。また、初参加の人に対して、経験者がワークショップの内容や意図について

て事前に説明してくれていることが分かった。

積極的に参加している人が、初参加の人や消極的な人に対して「一緒にやろう」と声を掛けています。誘われた側は、驚きはしたけれど嫌じゃない感じで、参加出来て良かったという感想をよく聞く。ワークショップ以外の時間でもチームになっている感じがした。日ごろの信頼関係、仲間の成長を信じられるようになってきている。

### ③特に印象に残る変化について

参加し始めた頃はものすごく嫌だったという人が「仲間が助けてくれて出来るようになった」と語ってくれたこと。そんな彼の変化を目の当たりにした別の参加者が参加できるようになっていった。変化が波及していく様子は他にもあり、苦手さが拭えない参加者が他のメンバーのアクティングに衝撃を受けたことで、「これが必要だ」「これが有った方が良い」と考えなおして、その人なりに参加するようになったこともあった。

また、他の参加者の様子を見て、より盛り上がるテーマを出してくれた人もいた。全体的に受け身だった場が、主体性が育っていく場が変わっていった。

### ④プレイバックシアターのどのようなところが生きなおしにつながっているか？

ワークショップもそれ以外の時間も、自分の思い通りになる場合があれば、ならない場合もある。かつて、思い通りにならない場合は、それが依存症や無茶な生き方につながっていたと思われるが、プレイバックシアターで感情を取り扱うことを通して、例えば自身の傾向を知る役にも立っているのではないだろうか。

## 第五章 結論

罪に問われた者や依存症者の生きなおしには、孤立の解消、安心して互いに学び合うコミュニティ、自身の感情の理解と表現の獲得が必要である。本研究では、プレイバックシアターの価値観と上記の要素との共通点が多く、ワークショップの場で起こったことも含めて考察するに、プレイバックシアターが生きなおしに有用であることが分かった。

また、プレイバックシアターを経験することは、単に再犯防止や依存症再発防止という観点を超え、その人の心的成長、ウェルビーイングの高まりにもつながることがワークショップの元参加者やファシリテーターの証言から明らかになった。



## おわりに

以前、私とプレイバックシアターとの歴史についてまとめ直すなかで、出会ったときの直感を改めて思い起こした。それは、私の勤務先施設が当時主に行っていたギャンブル依存症者の支援に効果があるというものだったが、今では対象者が依存症に関係なく、罪に問われた人にまで広がっている。本研究を通して、あの時に得た直感は間違いではなかったことが分かっただけでなく、他ならぬ私自身の生きなおしにとってもプレイバックシアターが必要であり、その理由が言語化された思いである。

更生支援と芸術的手法については国内外で様々な事例があるが、その中でもなぜプレイバックシアターなのか、考察を深めていく良いきっかけにもなった。

今、この瞬間も、孤立し、自分の存在価値に気づけず、共に学びあう機会から離れている人たちが数多くいる。すべての人たちが生育過程でつながりを感じ、自己価値を認められることが理想だが、現実はそうではない。結果、罪に問われる行為に至り、また問題ある依存行動に至ったことを考えると、犯罪予防や依存症予防という観点でプレイバックシアターを用いることが出来るのではないだろうか。その為にも、プレイバックシアターを安全に用いることのできるスキルをより高めていけるよう、これからも学びと実践を続けていきたい。

<参考文献>

- 1) 法務省：再犯防止推進計画. (オンライン) ,  
入手先 〈[https://www.moj.go.jp/hisho/saihanboushi/hisho04\\_00036.html](https://www.moj.go.jp/hisho/saihanboushi/hisho04_00036.html)〉  
(参照 2024-1-30)
- 2) ワンネス財団：エモーショナル・リテラシーとは. (オンライン) ,  
入手先 〈<https://oneness-g.com/literacy/>〉  
(参照 2024-1-30)
- 3) 法務省：令和5年版再犯防止推進白書,20,2023.
- 4) T.ハーシ：非行の原因.第1版,文化書房博文社,2010.
- 5) 松本俊彦：依存症は「孤立の病」：アディクションの対義語はコネクション. 月刊福祉.第104巻11号：pp. 42-45, 2021.
- 6) 内閣府：孤独・孤立の実態把握に関する全国調査（令和4年実施）. (オンライン) ,  
入手先 〈[https://www.cao.go.jp/kodoku\\_koritsu/torikumi/zenkokuchousa/r4.html](https://www.cao.go.jp/kodoku_koritsu/torikumi/zenkokuchousa/r4.html)〉  
(参照 2024-4-4)
- 7) マーティン・セリグマン：ポジティブ心理学の挑戦.第1版, ディスカヴァー・トゥエンティワン, 2014.
- 8) Ed Diener, Sonja Lyubomirsky and Laura King. : The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success?.Psychological Bulletin, Vol. 131, No. 6, 803–855, 2005
- 9) エドワード・J・カンツィアン, 他：人はなぜ依存症になるのか.第1版,星和書店, 2013.
- 10) Jackson, Todd; Soderlind, Adam; Weiss, Karen E. :  
PERSONALITY TRAITS AND QUALITY OF RELATIONSHIPS AS PREDICTORS OF FUTURE LONELINESS AMONG AMERICAN COLLEGE STUDENTS. Social Behavior and Personality: an international journal, Vol. 28, No.5, 463-470.2000,
- 11) 宗像佳代：プレイバックシアター入門. 第1版, 明石書店, 2006.
- 12) 廣川進：過剰適応をめぐる考察. 法政大学キャリアデザイン学部紀要第18号：173-190.2021
- 13) 毎日新聞 2020-1-18 記事. (オンライン) ,  
入手先 〈<https://mainichi.jp/articles/20200118/k00/00m/040/207000c>〉
- 14) 法務省：令和5年版犯罪白書,373-374,2023