

## 宗像佳代さんへのインタビュー

1992年、官公庁や民間企業の各研修にて講師を務めるなかで斬新な研修手法としてのプレイバックシアターに出会う。1993年よりスクール・オブ・プレイバックシアター ニューヨーク校に留学を重ね、1995年に日本人第一号として同校を卒業した。劇団プレイバックーズ代表、スクール・オブ・プレイバックシアター日本校代表を務めている。「プレイバックシアター入門：脚本のない即興劇」の著者である。劇団プレイバックーズは、創立20周年を迎えた。



### そのとき自体が楽しくて幸せ

本誌：こんにちは。今日は作業科学の雑誌で一つの作業を一生懸命取り組んでいる人をインタビューしようという企画です。

佳代：私は、プレイバックシアター（PBT）という作業に一生懸命取り組んでいるということですね（笑）。

本誌：佳代さんにとってPBTとは何でしょう。

佳代：そうですねえ。人が幸せになるもの。

本誌：どんなときにそう思いますか。

佳代：PBTをやっているとき自体が楽しくて幸せです。たとえば、ご飯を食べるときにご飯が美味しいでしょう。そして結果的に、ご飯を食べるとそれが栄養になったりしてるわけです。それで体が幸せになる。食べることで自分が楽しい、それが何かのためになってる・・・PBTを使って、こういうふうに関わり立ったりとか、こんなふうに関わり立ったりとかっていうのを見ているのも幸せです。

### 最初は辛いことが多かった

本誌：PBTをどのくらいやっているんですか。

佳代：1992年からだから、21年になります。

本誌：その21年間というのは、ずっと平坦でしたか。それとも、途中で止めようと思ったことがあるとか、すごく盛り上がった時期があったとか、停滞してやらなかったときがあったりしましたか？

佳代：辛いとかしんどいことはいっぱいありましたが、止めようと思ったことは一度もありません。

本誌：辛いとかしんどいことは、今もありますか。

佳代：今は減ってきたと思います。最初の頃の方が、道を切り開いているときの方が、慣れないとか思いがけないこととか多かったから、その分たいへんでした。だけど、私が慣れてきたっていうのもあるし、いっぱい人が増えてきたこともあって、だんだん楽になってきたように思います。

本誌：それは、やり続けていくうちに慣れてきたということでしょうか。

佳代：そうですね。やり続けるのがたいへんでした。止める理由はいくらでもあるけど、続けていくのはそんなないみたいな感じです。ただ楽しいからっていうのが支えになっていたと思います。

本誌：なるほど。

佳代：（PBTは）いつ止めても、誰も何も困らないっていうものですからね（笑）。

本誌：最初の頃は、佳代さんの他にも仲間がいて、一緒にやっていく感じだったんですか。

佳代：ええ。私よりも先にPBTをやった人もたくさんいました。ただ、たまたま私がマジになったっていうだけのように思います（笑）。私よりも先にやった人は、日本にたくさんいました。

本誌：そのマジになり方が、佳代さんは他の人に比べてダントツだったわけですね（笑）。そうさせたものは何でしょうか。

### PBTに出会ったとき

佳代：初めて（PBTを）受けたときに、私が人生で触れてこなかった部分っていうか、やってこなか

ったものがそこにあるって、感じたんです。それまでは、どちらかというと、左脳で賡けられてきていて、人生はそういうものだと言われてきていました。ある意味それで勝負できていたんです、44歳までは(笑)。それである日、突然そうじゃないものを見つけたんです。それがPBTに出会ったときです。子どもが新しいおもちゃを見つけたときの感覚と似ていると思います。新しいおもちゃを見つけて、訳がわからなくなると、もう一回やりたいという思いが強くなっていったんです。

本誌：訳がわからなくなるといのは？

佳代：冷静さを欠いて、とりあえずそのおもちゃほしさに無謀なことをしたという感じです。

本誌：新しいものに出会えたということと、今まで自分がやってきたこととの間の葛藤とかはありましたか。

佳代：それほどなかったです。別々に走っていた感じがします。今までの左脳を主とする世界と、PBTの右脳中心の世界とを、別々にやっていたという感じです。

### 人生に占めるPBTの比重が増えてきた

本誌：人生の方向性が変わったというよりは、人生によいものがもう一つ加わったという感じですか。

佳代：最初はそうでした。そのうちに左脳の世界がフェイドアウトしてきて、こっちの世界(PBT, 右脳)がフェイドインしてきて、比重が変わっていったということはあるかもしれないです。最初は(PBTを)趣味でちょっとおまけにやっているとこの感じでした。訳もわからず、深みもわからなくて、ただ面白さだけでやっていたというのが最初でした。それをやっていくうちに深みに入って行って、面白くなってきました。より面白くなっていくことによって、もうこっちいいかな(左脳中心で理屈重視の生き方をしなくてもいいかな)という感じになってきている気がします。

本誌：それでは今は、PBTが佳代さんの人生にとってすごく大きな比重を占めているんですね。

佳代：それは確かです。

### PBTは幸せの実感への架け橋

本誌：PBTがもたらすものは、やっていて楽しいというのと、関わる人が幸せになるという実感なのでしょうか。

佳代：そうですね。PBTは私にとって、道具というかツールという意味があります。私自身にとっては、幸せの実感への架け橋になるもので、PBTを通して幸せになれるんです。私は今まで、どちらかというと小さい世界で、こじんまりと生きてきました。あまり人と交わったりしなかったんです。人と協働するなんて大嫌いで、一人で勝負する世界を生きていました。その頃は世間知らずで、いろいろな社会問題にも興味がありませんでした。世の中にたとえば、病気の人がいて障害のある人がいてというのは、あくまで知識の世界のことでした。けれども、いろいろな意味で自分と境遇や立場、生い立ちが違う人たちに、このPBTという架け橋があると近づけるという経験をしたんです。それで私自身がよりまっとうな人間になってきたというか、幸せになったという感じがします。

本誌：今まで会ったことがない人や、普通に暮らしていたら出会わないような人たちに会うということで、自分自身の人生も豊かになるという感じですか。

佳代：そうですね。ああ幸せだなんて思えます。

### 夢はPBTをメインストリームへ

本誌：夢は何ですか。

佳代：(PBTが)メインストリームになるといいなあと思います。昔と比べると聞いたことがあるという人が増えてきたと思いますが、まだなかなか一気にばあっと広がるというものでもないですからね。わずかずつでも、ちょっとずつ携わる人が増えて、次世代が育って行って、より幸せな人が増えたらいいなあと思います。

本誌：いいですね。PBTをすることによって、佳代さんの人生の向かう方向も変わっていったし、興味も変わるというか広がっていったんですね。素晴らしいものに出会ったんですね。

佳代：本当にそう思います。

## PBTの中ではアクターが一番好き

本誌：PBTの中で、いろいろな講習をやったり、公演をやったり、大学に教えに行ったりとかされていると思いますが、それはそれぞれ違うものですか。それとも佳代さんの中での目的は同じですか。

佳代：全部同じ目的のためにしていることだと思います。人のストーリーを聞くというのは、どこにいても喜びです。それがどんなに絶望的なストーリーでも。思い出すと泣きそうになるストーリーもあります。それを聞いたり演じたりしていると、生きててよかったと思えます。そう

いうストーリーはどこにでもあります。

本誌：特にアクターが好きとか、コンダクターが好きということがありますか。

佳代：それはアクターが好きです(笑)。コンダクターにはコンダクターの喜びっていうのがあるのだけれども、ほんとに有頂天にただただ楽しいっていうのはアクターですね。

本誌：PBTの楽しさの素になっているのはアクターの楽しさですか。

佳代：コンダクターは責任もあるし、いろいろやらなきゃいけないこともあるから。まあそれもいいのだけれど(笑)。

本誌：ありがとうございました。

## インタビューを終えて

自分でもこんなにPBTに熱心になるとは思わなかった。作業との出会いが偶然であることは多いが、今回もそうだった。作業の意味は、経験してみなければわからないことを実感した。PBTという作業の経験で最初に現れるのは感情だった。最初は何か変だと感じ(Fox氏は、PBTで得られるのが馴染みのない類の知識だからだと述べている)、続けていくにつれて次第に楽しくなった(これは佳代さんと同様)。劇なので、バーチャルな環境が生まれ、アクターの演技でテラーの経験に共感し、人とのつながりを感じる。過去と現在の時間旅行をしているような気分にもなる。自分自身を発見したり、一緒にPBTに参加した人たちの新しい面を発見することもある。作業療法士のための教育に活用しようという意欲も高まってきた。というわけで、PBTは私にとってだんだんと意味あるものになっていき、私の生活を再組織化しているのである。(吉川ひろみ)

## 書評

宗像佳代著「プレイバックシアター入門：脚本のない即興劇」明石書店 2006年

日本語で書かれた唯一のプレイバックシアター(PBT)に関する書籍である。創設者であるジョナサン・フォックスがどのようにPBTを作り出したか、PBTの基盤となる理論は何かなど、歴史的経緯に始まり、PBTが包含する多様な方法が記載されている。PBTの全体像を知る上で最良の書である。(吉川ひろみ)



作業科学研究, 7, 33-35, 2013.