

~臨床・教育現場に関わる方(教員、支援者など)へ~

体験して身につける、 怒りの扱い方



~ドラマセラピーで体験するアンガーマネジメント ワークショップ~

「どうしたらいいの?」と迷うあの瞬間。

怒りは、頭で考えるだけではなかなか変えられません。

このワークショップでは、怒りの場면을安全に体験しながら、怒りとの関わり方を少しずつ見つけていきます。

現場でそのまま使えるヒントを持ち帰れる時間です。

夏休みの2日間で、実践的に体験してみませんか。

2026年8月1日(土) 11時~17時半

2026年8月2日(日) 10時~15時

参加費:20,000円(ランチ付き) *6月20日までのお申込み早割で18,000円

会場:プレイフルネスUNO アトリエ

〒444-3512 愛知県岡崎市鉢地町字神ノ前39

<https://www.プレイフルネス-uno.jp/>

駐車場完備
最寄駅(名鉄:本宿駅)から送迎をいたします

遠方からお越しのお客様の宿泊先はご自身
で確保してください。(宿泊先の相談応)

お申込み締め切り2026年7月20日

CONTACT

thr1uno@gmail.com

●プレイフルネスUNO ●宇野寛子

●件名にアンガーマネジメ

WEB FORM

<https://forms.gle/AFYP32qFCchMi9Ac7>

右記QRコードが参加申し込みフォームです



●講師 梶 那おみ RDT(北米
ドラマセラピー協会認定ドラマ
セラピスト)



●会場のようす



体験して身につける、怒りの扱い方

— ドラマセラピーで体験するアンガーマネジメント —

スケジュール

8月1日(土)

10:30~ 受付

11:00 開始

11:30~12:30

12:30~13:30

13:30~15:30

15:30~15:45

15:45~17:30

グループのチェックイン

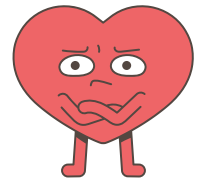
ワーク1

昼休み(お弁当を提供します)

ワーク2

休憩(おやつタイム)

ワーク3



8月2日(日)

9:30~受付

10:00~12:00

12:00~13:00

13:00~14:00

14:00~14:15

14:15~15:00

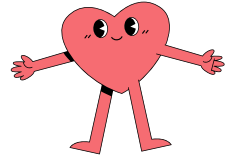
ワーク4

昼休み(お弁当を提供します)

ワーク5

休憩

クロージング



合計9時間 定員 10名

- このワークショップで得られること
- ・怒りの奥にある気持ちに気づく
 - ・高ぶった身体を整えるヒントをつかむ
 - ・怒りを伝え直し、関係を壊さない関わりができる



オーガナイザー 宇野寛子
プレイルネスUNO
作業療法士・公認心理師・社会福祉士
日本心理劇学会常任理事・SEP・東京
サイコドラマ協会認定ディレクター

2025年12月、日本心理劇学会第34回研修会(5時間)でご好評いただいた内容を、より深めて体験していただける形で開催します。

今回は時間の制約もあり、十分に扱いきれなかった部分を、今回は愛知県の当アトリエにて2日間かけて丁寧に行います。(合計9.5時間)

定員は10名です。(アトリエの広さによるものです)

