

日本心理劇学会 研修委員会主催

第34回心理劇研修会

● 日 時 令和7年12月19日(金) 17:30~20:30
12月20日(土)9:00~11:00 ※ 2日間計5時間の研修

● 会 場 東京大学駒場キャンパス 1号館
東京都目黒区駒場3-8-1
< アクセス > 京王井の頭線 駒場東大前[東口]徒歩1分

➤ 研修1) 講 師 槐 那おみ 先生 (カウンセリングルーム Joy Lab)
「アンガーマネージメントをドラマセラピーで」

➤ 研修2) 講 師 古川 卓 先生 (琉球大学)
「ロールプレイング 未経験者・初心者への導入」

➤ 研修3) 講 師 中込 ひろみ 先生 (PALラボ東京・宇都宮)
「人生をいきいきと描くサイコドラマ ~ロールセオリーを用いて~ 」

● 参加費 会員5000円、非会員6000円、学生2000円
お支払い方法については、申し込みいただいた方に追ってご連絡します
※日本心理劇学会第31回大会参加費とは別であることにご注意ください。

● 申込方法 下記の いずれかの方法にてお申込みください。
各研修コースとも定員15名です。原則、先着順で調整いたします。

① 日本心理劇学会ホームページ「研修会」申込フォームからご入力ください。

<https://forms.gle/evL7HA2hMzDy3mRW6>

② QRコードからの入力も可能です。 ⇒ ⇒ ⇒ ⇒ ⇒ ⇒ ⇒ ⇒



● 研修参考図書(各研修共通)

『心理劇入門 理論と実践から学ぶ』

日本心理劇学会監修 慶應義塾大学出版会 定価 2400円+税

【 注意事項 】

- ◆ 参加者による録音・録画等はお断りします。
研修記録は研修委員会の責任において録音(録画)し保管させていただきます
- ◆ 研修会全課程参加者には、研修修了証を発行します。
- ◆ 5時間の研修にて、臨床心理士資格ポイント(2ポイント)になります。
また、日本心理劇学会員の方は、心理劇ディレクターおよびスーパーバイザーの資格申請のための参加時間および資格更新のポイントとしてカウントされます。
- ◆ 当日の連絡先は参加申込後にお送りします。
- ◆ 外国の資格取得における研修証明のためなど、特別な理由がある場合は、事前の
手続きにより英文修了証を受け取ることができます。研修会への申し込みと共に併せて、研修委員会に英文修了証の発行を メール で申告してください。

<問い合わせ先> 日本心理劇学会 研修委員会

E-mail: sinrigeki.kensyuu@gmail.com

◆ 講師 梶 那おみ(さいかち なおみ)先生 (カウンセリングルーム Joy Lab)
「アンガーマネージメントをドラマセラピーで」(仮)

「怒り」は人であれば 誰の中にもある感情ですが、とても複雑で仲良く付き合うことが難しい感情でもありますね。

このドラマセラピーでは、ドラマやアートワークを通じて、どのように怒りという感情と仲良く付き合っていくのかを体験しながら学んでいきます。意図しているものは以下の3つです。

①「怒り」や「その奥にある感情」について理解し、自分で自分の感情に対応できる力をつけていく。

②自分の気持ちを攻撃や非難ではない表現で相手に伝えたり、相手の言葉を受け止めたりしながら、

皆で互いを認め合って、心地良く生活しようとする気持ちを持つ。

③自分が感じる「怒り」や、ドラマセラピーを通して分かったこと、自分の中に思い浮かんだことをアートで表現し、クラスの仲間と鑑賞し合うことにより、自他の感じ方の違いや怒りの奥にある感情への対応への理解を深める。

今まで、このドラマセラピーを実施してきたのは公立小学校、私立小学校、フリースクールや療育施設など主に子どもの現場ですが、年齢や状況によって、内容のアレンジは十分に可能です。今回は公立小学校の3年生のクラスという設定で行います。ご参加いただく皆様には、子供に戻って小学校3年生になっていただき、自分の身体を使いながら、怒りとの付き合い方を探求していただきたいと思っております。

どんな時間になるかな？と、今から私もとても楽しみです。ご興味ある方、ぜひ一緒にしましょう！

◆ 講師 古川 卓 (ふるかわ たかし) 先生 (琉球大学)
「ロールプレイング 未経験者・初心者への導入」

筆者は現在、所属する大学で担当している教養科目(「適応の心理」)でロールプレイングの実演を含む授業を行っています。教養科目ですから受講者は文系・理系に関わらず、すべての学部学生が集っています。受講生からのフィードバックには、ロールプレイングは初めてだったが楽しかった、旨の感想が少なからずあり、講義担当者の励みになっています。

しかし最初からこのような反応が得られたわけではありませんでした。開講当初は一般的な心理劇の研修に見られる講師によるデモンストレーションを行ったところ、受講者がクールダウンした(退いた)苦い体験がありました。教養科目なので心理学への興味はあっても専門的な知識や経験がない受講者がほとんどですから、ロールプレイングに対して委縮することは自然な反応だったと言えます。

今回のコースでは、そのような未経験者や初心者(と思われる方)を対象として、大学の教養科目で工夫してきたロールプレイングの技法を実演形式で紹介できればと思います。集団の凝集性を高めるためのウォーミングアップ(内容はごくありふれたものです)、自己表現を伴うコミュニケーションゲーム、大まかな設定だけなされた即興劇のバズセッションを行う予定です。シャイな方にこそ参加していただきたいセッションを目標としています。

◆ 講師 中込 ひろみ (なかごみ ひろみ) 先生 (PALラボ東京・宇都宮)
「人生をいきいきと描くサイコドラマ ~ロールセオリーを用いて~」

昔、サイコドラマのトレーニンググループで「ミラーに人格全てを映しなさい」と教えられたときの師匠の言葉に、私は運命的な出会いを感じました。

そこで学んだロールセオリーは人生の羅針盤になり、生き方の指針となるということを実感しながら、これまでその精神を体現する努力をサイコドラマのなかで重ねてきました。

ロールセオリーの思想には、人生をクリエイティブに生き、人生に生きる意味を見出すという考えが根本にあります。

今ここで表現される自分自身や他人の振る舞い方へのより細かい気づきをロールの形で描き、それによって自己理解と他者との関係性を理解する力を高めながら、私たちの人生をより深く味わえるようなサイコドラマを展開してみたいと思います。