

自分とうまく付き合う方法や
あなたの魅力や可能性を
楽しく遊びながら引き出していきます。

自己肯定感アップ！

上手に自分と付き合うドラマセラピー



ドラマセラピーとはドラマ(演劇)を使った心理療法です。



マスクの着用、室内換気
ソーシャルディスタンス
を保ちながら行います。

楽しみながら、自己肯定感をアップして
いきましょう！

講師：槐那おみ（さいかちなおみ）
ドラマセラピスト

・ニューヨーク大学・大学院卒業MA
・ジャパ・ドラマセラピー・インス
ティテュート・メンバー

2018年にドラマセラピストの資格を ア
メリカで取得し、特別支援学校や フ
リースクール、就労支援組織等で ド
ラマセラピストとして活動している。

