



THSC 2020年 12月度 講座のお知らせ


講座名	教室	回数	形態	日時	曜日	時間	場所	金額	翌月予定	定員
入門心理学講座	わかりやすい 心理学講座		オープン	12月6日	日	10:00~	武蔵浦和コミュニティ	¥1,000	1月10日	20
			オープン	12月5日	土	13:30~	熊谷文化創造館さくらめいと	¥1,000	1月9日	30
			オープン	12月8日	火	10:00~	高崎市総合福祉センター	¥1,000	1月12日	30
			オープン	12月12日	土	12:45~	佐久平交流センター	¥1,000	1月16日	25
			オープン	12月14日	月	10:00~	桐生市勤労福祉会館	¥1,000	1月18日	30
基礎心理学講座	深谷	No.40	オープン	12月5日	土	10:00~	深谷 THSC	¥3,000	1月9日	16
	佐久	No.4	オープン	12月12日	土	15:00~	佐久平交流センター	¥3,000	1月16日	15
	桐生	No.7	オープン	12月14日	月	13:00~	桐生市勤労福祉会館	¥3,000	1月18日	20
	ZOOM		オープン	2/9/16	水	13:00~	ZOOM	各3P		
カウンセリング	傾聴学習&カウンセリング実習		半オープン	12月26日	土		深谷 THSC	¥3000・¥5000	1月23日	15
ワークショップ	自然探索	自然探索トシ	半オープン	12月13日	日		谷川	¥10,000		交通費別途
	ハイキングC	自然探索初級	会員・オープン	12月1日	日		武蔵御嶽山	WSのみ10,000円		交通費別途
	サクセス	後期5	半オープン	12月3日	木	9:00~	深谷 THSC		1月7日	16
	人生変革	9	半オープン	12月26日	土	9:00~	深谷 THSC	WS5000円	最終回	7
ミラクルライフ講座	心を美しくする	ZOOM	オープン	12月4日	金	20:00~	ZOOM	1P		30
ヘルスアドバイザー		ZOOM	オープン	12月11日	金	13:00~	ZOOM	1P		30
		ZOOM	オープン	12月18日	金	10:00~	ZOOM	1P		30
		ZOOM	オープン	12月18日	金	10:00~	ZOOM	1P		30
ライフデザイン	2020	11	受講生	12月27日	日	9:00~	深谷 THSC			10
	ビジネス	11	受講生	12月27日	日	9:00~	深谷 THSC			10
お楽しみワークショップ	鼻笛カフェ	11	オープン	12月5日	土	16:30~	深谷 THSC	¥1,500	1月9日	10
	ギターからんえ	11	オープン	12月5日	土	17:30~	深谷 THSC	¥1,500	1月9日	10

NEW!

交流分析基礎講座 各会場募集中

～ 快適な人生をつくる為に欠かせない力を育てる！～
 快適な人生を生きるためには、自分の欲求を自分の力で叶えられるようになる必要があります。その為の力が「セルフコントロール力」です。セルフコントロール力を身に付けるためには、まず、自分の心の状態である 考え方、感じ方、行動のパターンなどに気づく必要があります。交流分析基礎講座では、心理テストを使い、分析力を身に付けることで気づきを高めます。
 誰でも学びやすく、奥深くまで学ぶこともできる理論を兼ね備えています。『過去と他人は変えられない。だから今と自分を変えよう』という言葉をもとにした、とてもわかりやすい心理学です。
 申込金 10,000円 (再受講者 免除)
 受講料 3,500円×12回 または、全納36,000円

ミラクルカウンセリング(生まれながらの気質分析)

深層心理から導かれた本当の自分の能力を知る 

占いではありません。信じないでください。自分で意味づける力を磨きましょう。人には皆、それぞれの気質があり、傾向があります。生まれながらの自分の性格傾向を知ると、最初から素晴らしい能力を持って生まれたことがわかります。あるがままの自分を受け入れるということになり、本来の自分との出会いになります。
 それは、自己肯定感を生み出し、あるがままの自分を生きる勇気につながります。傷ついた自己愛の修復や、自分の弱み強みを知ることになるので、更なる心の成長のお役に立てるでしょう。更には、周囲との人間関係について知ることができます。学びの人や惹かれ合う人、導かれる人など、周囲の人たちの傾向を知ることによって、より深く理解しあうことができ、お付き合いがスムーズになります。

完全予約制

s 自分のみ (60分) 5,000円

周囲との関係も含む (90分)

5名まで(1グループ) 10,000円

10名まで(2グループ) 15,000円



NEW!

募集中の講座



●交流分析基礎講座

佐久会場 2年12月12日(10:00~12:00)
 深谷会場 2年12月5日(18:00~20:00)
 高崎会場 2年12月8日(13:00~17:00)
 桐生会場 2年12月14日(13:00~15:00)
 さいたま 2年12月6日(13:00~15:00)

12ヶ月12回原則土日曜日
 12ヶ月12回原則土日曜日
 6ヶ月6回原則日曜日
 12ヶ月12回原則月曜日
 6ヶ月6回原則日曜日

●自然探索WS

谷川岳 スノーハイク
 12月13日(日)

●ハイキング倶楽部

12月1日(火) 御嶽山と日/出山

ZOOM講座のお知らせ

ミラクルライフ講座 心を美しくする学びの会 (1P)

12月4日(金) 20:00~21:30

わかりやすい心理学講座(1P)

12月11日(金) 10:00~11:30

12月18日(金) 13:30~15:00

基礎心理学講座(3P)

心の病心理学

- ① 12月2日(水) 13:00~15:00 神経症
- ② 12月9日(水) 13:00~15:00 うつ病
- ③ 12月16日(水) 13:00~15:00 心身症

ヘルスアドバイザー(1P)

12月11日(金) 13:00~14:30

12月18日(金) 10:00~11:30



今月のメッセージ

縁を大切にする



人は誰でも人にお世話になって成長する。
「私は一人で生きて来ました」と
言う人がいるかもしれない。
しかし、記憶の残らないうちから、
誰かに面倒を見てもらってきたハズだ。

また、すべての学びは、
人から教えてもらったことが大半だ。
社会の発展による幸せは、
必ず誰かの力を借りているのだ。

得た情報が知人のもつ縁によるものであれば、
それは、知人の信頼によるものだ。
その情報を活用するときには、
知人に報告したり、礼を尽くすことが重要だ。
それが、縁を大切にするということになる。
なぜならば、
情報の発信者の実力によって手に入れた縁だからだ。
さらに、それを差し出して頂くところに「愛」がある。

自己中心的な人には、
他人が作った信頼関係は「美味しい情報」としか映らない。
だから、すぐ自分のものにしががる。
自己成長をしながら生きてきた人は、
信頼が得られるようになるまでの苦労が分かるから、
その縁に感謝をする。
だから、縁の出どころを大切に。
縁の出どころを明確に表現する。
決して自分のものとは表現しない。

基礎心理学講座 ～生きる心の力を育てる～

現代社会は、システム化とハイテク化によって、感情的なわずらわしい人間関係を避け、実際のコミュニケーションがなくとも成り立つ社会を作りあげました。感情を放出したり抑えたりすることで、人の心は柔軟さを学習しますが、便利になった現代社会では、そのチャンスも少なくなりました。もしあったとしても、感情が動くことはとてもエネルギーがいることなので(特にマイナス感情は)、できれば避けて通りたいと思う人が殆どです。そのため、心が成長しにくくなり、ストレスを多く感じてしまうのです。

心理学は、自分や他者を客観的に見る視点を与えてくれます。この視点を持つことにより、感情的に避けてきた自己成長のチャンスに意味づけができ、自らチャレンジができるようになります。また、セルフケアやセルフマネジメント力がどんどん育つようになります。そして、自分の事ができた分、人のサポートもできるようになっていくのです。

2020年12月の基礎心理学講座～知識は自分を支える道具になる！～

※受講生募集による開講のため、予定が変更になることがあります

【深谷】 トータルヒューマンサポートセンター
12月5日(土) No.40 記憶① ～記憶のしくみ～

【佐久】 佐久平交流センター
12月12日(土) No.4 発達心理学① ～誕生から死までの行動の発達～

【桐生】 桐生市勤労福祉会館
12月14日(月) No.7 心の病① 神経症 ～不安が生み出す心の病

美姫先生の名言

自分で決めたことは
自分で変えられる
他人で決めたことは縛られる



お勧講座のスポットライト

THSCで自分磨きをされている多くの受講生の中から、学びを自身
の人生に活かし、快適さを増しながら活躍中の方をご紹介します。

公立高校の教員が語る

『私がライフデザインをお勧めする理由』



さいたま会場スタッフのグラス万里子です。

みなさんは日々の生活の中に夢や目標を持っていますか？
仕事で課されているものや家事や家族の為にタスクではなく、
自分自身の為のわくわくするような夢や目標です。

私は齋藤先生とのご縁をいただいてから毎年『ライフデザイン』を受講しています。ことあるごとに私は「ライフデザインはとてもおすすめです。」と言っています。今回もまたそのお話です。

私は「ライフデザイン」を通して様々な夢を叶えてきました。

一言で言ってしまうと簡単に聞こえますが、夢を叶えるまでのプロセスはとても充実していて、とても濃い人生を過ごすことが出来ます。まずは自分を知ることが大切です。自分が心の底から本当に欲している欲求を知ることが大切です。実は私もこれを捉えることにとても時間をかけました。蓋をあけてみれば、自分が手に入れたいと思っていたものは親の刷り込みであったということもありましたし、世間体を気にして掲げていた「まやかしの目標」であったと気づいたことも何度かありました。人生に本気で向き合う仲間達や齋藤先生のお陰で何度も軌道修正を行い、自分の目標にたどり着いたのを覚えています。

目標を絞ってから人生がとても潤っていきます。目標を達成できる自分に今足りないものは何かを考え、達成するためのプロセスを真剣に考えて実行していくことは、ライフデザインを受講していなければ行えなかったと思います。目標を手にするのも嬉しいですが、目標を手に入れるまでの時間やプロセスがライフデザインのお陰で本当に楽しくなりました。もうライフデザイン無しでは人生が味気なくなってしまう、そのように感じます。

そういう訳で、私の一押し講座は、「人生が華やぐライフデザイン」です。みなさんも是非一緒にライフデザインを受講してみませんか？

浦和市在住 グラス万里子

Xmasコンサート&クリスマス会 第11回

本物のふれあいと自己開示の場で

言葉では伝えられないメッセージを

受講生による心を伝える感動の時間

12月19日(土)

1部 コンサート:午後3時～6時 2部 クリスマス会:午後6時半～9時

参加料:コンサート鑑賞 1,000円 Xmas会 3,000円(食事付)

エントリー 各 2,000円

定員:コンサート鑑賞 15名 エントリー者 10名(各先着順)

場所:トータルヒューマンサポートセンター

チケット販売中です



携帯やパソコンに最新&お得情報が定期配信されます!

トータルヒューマンサポートセンターにメールアドレスをご登録いただくと、

毎月最新情報などが配信されます♪メール限定のお得情報もあります。

→ totalhuman_sc2@ybb.ne.jp

