

THSC 2020年 11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	11月1日	日	10:00~	武蔵浦和コミュニティ	¥1,000	12月6日	20
			オープン	11月7日	土	13:30~	熊谷文化創造館さくらめいと	¥1,000	12月5日	30
			オープン	11月5日	木	10:00~	高崎市総合福祉センター	¥1,000	12月8日	30
			オープン	11月21日	土	12:45~	佐久平交流センター	¥1,000	12月12日	25
			オープン	11月9日	月	10:00~	桐生市勤労福祉会館	¥1,000	12月14日	30
基礎心理学講座	深谷	No.39	オープン	11月7日	土	10:00~	深谷 THSC	¥3,000	12月5日	16
	佐久	No.3	オープン	11月21日	土	15:00~	佐久平交流センター	¥3,000	12月12日	15
	桐生	No.7	オープン	11月9日	月	13:00~	桐生市勤労福祉会館	¥3,000	12月14日	20
	ZOOM		オープン					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	11月14日	土	13:00~・15:00~	深谷 THSC	¥3000・¥5000	12月26日	15
ワークショップ	自然探索	自然探索トレ	半オープン	22日~24日	日		四国	¥20,000		交通費別途
	ハイキングC	自然探索初級	会員・オープン	11月8日	日			WSのみ10,000円		交通費別途
	サクセス	後期5	半オープン	11月12日	木	9:00~	深谷 THSC			12月3日 16
	人生変革	9	半オープン	11月14日	土	9:00~	深谷 THSC	WS5000円		12月26日 7
ミラクルライフ講座	心を美しくする	ZOOM	オープン	11月6日	金	20:00~	ZOOM		1P	30
ヘルスアドバイザー		ZOOM	オープン	11月13日	金	13:00~	ZOOM		1P	30
		ZOOM	オープン	11月27日	金	10:00~	ZOOM		1P	30
ライフデザイン	2020	11	受講生	11月28日	土	9:00~	深谷 THSC			12月20日 10
	ビジネス	11	受講生	11月28日	土	9:00~	深谷 THSC			12月20日 10
お楽しみワークショップ	鼻笛カフェ	11	オープン	11月7日	土	16:30~	深谷 THSC	¥1,500		12月5日 10
	ギターかふえ	11	オープン	11月7日	土	17:30~	深谷 THSC	¥1,500		12月5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つけるためには、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、分析力を身につ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

NEW! 募集中の講座

●交流分析基礎講座

佐久会場 2年11月21日(10:00~12:00)

12ヶ月12回原則土日曜日

深谷会場 2年11月7日(18:00~20:00)

12ヶ月12回原則土日曜日

高崎会場 2年11月5日(13:00~17:00)

6ヶ月6回原則火曜日

桐生会場 2年11月9日(13:00~15:00)

12ヶ月12回原則月曜日

さいたま 2年11月1日(13:00~15:00)

6ヶ月6回原則日曜日

●自然探索WS 四国編

11月22日~24日

四国 剣山と石鎚山

●ハイキング倶楽部

11月8日(日)

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)

11月6日(金) 20:00~21:30

わかりやすい心理学講座(1P)

11月13日(金) 10:00~11:30

11月27日(金) 13:30~15:00

基礎心理学講座(3P)

ユング心理学

① 11月11日(水) 13:00~15:00

② 11月18日(水) 13:00~15:00

③ 11月25日(水) 13:00~15:00



集合的無意識と原型
コンプレックス
シンクロニシティ

ヘルスアドバイザー(1P)

11月13日(金) 13:00~14:30

11月27日(金) 10:00~11:30

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出来ます。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



トータルヒューマンサポートセンター

〒366-0825 埼玉県深谷市深谷町2-28

TEL・FAX 048-571-6020 / Mobile 090-3135-1556

E-mail totalhuman_sc2@ybb.ne.jp ホームページ <http://thsc.info> (2020年9月現在 会員登録者数1,946名)



今月のメッセー 本音をドレスアップする

人間の欲求は常に自分中心です。
本能的な欲求を他者に見せると、
ドロドロした感じがあり、
目を背けたくなります。

また、自己中心的な欲求を他者に向けると、
鬱陶しがられたり、嫌われたりします。

他者にも自分と同じように欲求があります。
そのことを忘れてはいけません。

他者に欲求を見せる時は、
他者が受け取りやすいように加工してあげましょう。
本音を他所（よそ）行きにドレスアップして、
大切に他者へ届けるのです。

他所行きだから、
少し居心地が悪いかもしれませんが、
でも、その方が相手はずっと受け取りやすいのです。

本音の本質は変わらず、
相手にもメリットのある内容に変えてあげると
上手なドレスアップになります。

それは、
裸の欲求よりもずーっとおしゃれて、
自分も相手も心地がよく、
関係性を豊かに育ててくれるものになります。



お勧講のスポットライト

ここ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。

もと看護大学教員が語る

『私が心理学をお勧めする理由』



私は先生の心理学の講座を継続受講し、今一番実感していることは自己理解が深まり安心感を自分で作れるようになってきたことです。安心感が作れるようになった分、やりたいことに向かう意欲が出て色々なチャレンジができるようになりました。

学ぶ前は、不安になるとすぐに周りの人から慰めてもらい、自分の幸せは環境次第だったのでいつも疲労感が強く仕事から帰るとぐったりしていました。

交流分析の受講をきっかけに生きにくさの根底部分がわかるようになり、自己理解と共に自分を少しずつ支えられるようになっていきました。私が愚痴を言わなくなり元気になったので夫も受講し、以前よりお互いの理解が深まり夫婦げんかが減りました。

意欲がアップしたことでより自己成長できる自然探索ワークへ参加しました。毎回のチャレンジはとて新鮮な体験です。ワークシートを使って自分のパターンに気づけます。自然に触れ五感が磨かれ鈍っていた感性が蘇り、感動できる自分が「自己愛を育てる」ことになったと思います。

今自然探索トレーニングチームの仲間と百名山など大きな目標にチャレンジ中です。毎回、限界突破しながら「快適な人生づくり」に必要な資質を育てています。一人一人が精神的自立に向かって力をつけていくことで、力を合わせた時に一人では得られない喜びなど感動体験ができることを実感しました。

自然探索やライフデザインなど一人では気づくことのできない仲間の刺激によって多くの学びが得られるワークと自己観察のフレームづくりになる交流分析や基礎心理学など座学の講座の両輪が成長を加速することを実感します。

この力を知っていることに価値をどれだけ感じたことでしょうか。私は多くの人が齋藤先生の心理学を学ぶと根底から幸せになる力を磨くことが出来ると思い、このチャンスを掴みました。なんかいいかもと思った人も迷っている人もチャンスです。勇気を出して自律に向かいませんか？

長野県佐久市 高木桃子

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11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
11月7日(土) No.39 行動学習③ ～情報処理心理学～

【佐久】 佐久平交流センター
11月21日(土) No.3 アダルトチルドレン1ー③ ～癒しと自立～

【桐生】 桐生市勤労福祉会館
11月9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



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す

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