



THSC 2022年 7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	7月2日	土	10:00~	武蔵浦和コミュニティ	¥1,000	8月7日	20
			オープン	7月9日	土	13:30~	熊谷文化創造館さくらめいと	¥1,000	8月13日	30
			オープン	7月12日	火	10:00~	高崎市総合福祉センター	¥1,000	8月2日	30
			オープン	7月16日	土	12:45~	佐久平交流センター	¥1,000	8月20日	25
			オープン	7月20日	水	13:00~	深谷 THSC	¥1,000	8月17日	30
基礎心理学講座	深谷	No.7	オープン	7月9日	土	10:00~	深谷 THSC	¥3,000	8月13日	16
	佐久	No.24	オープン	7月16日	土	15:00~	佐久平交流センター	¥3,000	8月20日	15
基礎心理学特別編	深谷	マズロー-6	オープン	7月20日	水	10:00~	深谷 THSC	¥3,000	最終回	12
		マズロー-応用	オープン	8月17日	水	10:00~	深谷 THSC	¥3,500		12
	佐久	マズロー-1	オープン	7月16日	土	9:30~	佐久平交流センター	¥3,500		20
カウンセリング	傾聴学習講座		半オープン	7月30日	土	9:00~	深谷 THSC	¥3000・¥5000	8月14日	12
	中級	7	受講生	7月30日	土	12:00~	深谷 THSC		8月14日	12
ワークショップ	自然探索	自然探索トレ	半オープン	21日~25日			南アルプス	¥30,000		交通費別途
	自然探索	自然探索WS	半オープン	7月10日	日~月		秋田駒ケ岳	¥10,000		交通費別途
	ハイキングC	自然探索初級	会員	7月10日	日~月		秋田駒ケ岳	WSのみ10,000円		交通費別途
	サクセス	後期1	半オープン	7月7日	月	9:00~	深谷 THSC		8月4日	12
ミラクルライフ講座	心を美しくする	ZOOM	オープン	7月1日	金	20:00~	ZOOM	1P	8月5日	30
ライフデザイン	2022	7	受講生	7月31日	日	9:00~	深谷 THSC		2022/8/	10
お楽しみワークショップ	鼻笛カフェ	7	オープン	7月30日	土	16:30~	深谷 THSC	¥2,000	8月14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』という言葉をもットーにした、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、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

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 4年7月28日 (10:00~12:00) 12ヶ月12回原則 木曜日
深谷会場 4年7月9日 (18:00~20:00) 12ヶ月12回原則 土曜日
高崎会場 4年7月12日 (13:00~17:00) 6ヶ月6回原則 火曜日
さいたま 4年7月2日 (土) (13:00~15:00) 12ヶ月12回原則 日曜日

●マズロー心理学 7月16日より 佐久

第一回 7月16日 (土) 「マズロー心理学の特徴」
第二回 8月20日 (土) 「欲求とは何か」
第三回 9月17日 (土) 「生理的・安全欲求」
第四回 10月22日 (土) 「所属・愛・承認欲求」
第五回 11月19日 (土) 「自己実現の欲求と至高体験」
第六回 12月10日 (土) 「新しい欲求階層表」
各9:30~11:30 受講料:各3,500円 (要予約) *6回20,000円 リピータ割あり

ZOOM講座のお知らせ

ミラクルライフ講座 美しい心を学ぶ会 (1P)

7月1日 (金) 20:00~21:30

わかりやすい心理学講座(1P)

7月1日 (金) 10:00~12:00

心の生命力を高める

生きる力が宿る子育てセミナー(1P)

その努力間違っていますよ

7月1日 (金) 13:00~14:30

お勧めの心理学講座 予告

7/9、8/13、9/10 10時~12時

基礎心理学講座 深谷 NO.7 心の病シリーズ

6/18、7/16、8/20 15時~17時

基礎心理学講座 佐久 NO.23 「アダルトチルドレン2」
1コマ3,000円



今月のメッセージ

心のお手入れ

自由気ままに生きること、
自分勝手にわがままに生きることは全く異なる。
自分勝手は自己中心的な生き方だ。
自己中心は自分の欲求しか見えない状態だ。
相手の欲求が見えないので相手への配慮に欠ける。
だから、相手を求める理由は自分のメリットでしかない。
それでは、どんなにスキルがあって出来ることが多くても、
孤独になってしまう。
近づいてくる人がいても同類ばかりだから人の中にも孤独だ。

人間は一人では生きられない生き物だ。
自分は大丈夫、といっても、
生まれてくるときも子どもの頃も
世話にならなければ生きられなかったし、
今後、病気になったり老いたりする中で、
他者の手を借りる時があるかもしれない。

人間の心は孤独に弱い。
心のふれあいが無ければ生きていけない生き物だ。
その恐怖を避けて通ろうとすると心が歪む。
誤魔化したり、媚びたり、我慢しすぎたり、頑張りすぎたり…。

自由気ままに人を求めよう。
自由気ままとは「必要な時に素直に求める」ということだ。

心を歪めるにも力がある。
同じ力を必要とするなら、
自分をさらけ出す「**勇氣**」の方が「**関係性**」が育つ。

「歪み」を「正直、素直」な気持ちに整える『心のお手入れ』を
毎日点検し、見直す習慣を身につけよう。



スポットライト

今月のスポットライトは、埼玉県さいたま市在住浜田ちへ子

(はまだちへこ)さんです。学び始めて16年目。

交流分析、カウンセリング講座を学び、わかりやすい心理学
で日々を確認しながら、自身のコントロール力を高められ、
快適に生きる人生づくりを実践中です。



私は、5年前から健康のために太極拳を習っていますが、人間関係でつ
まづくことが多いようです。クラスには自分と他人は同じと考える人
が多く、私はそれをとても息苦しく感じていました。
心理学と出会う前の私だったら、自分の欲求があることも気づかず頑
張って他者に合わせ、だんだん苦しくなり、悲しくて、泣いてその場
所を離れるだけでした。何もかも人のせいにして、それを長く引きず
る人生を送っていたと思います。心理学と出会った今の私は、同じ状
況でも自分の欲求に気が付き、とりあえずやれることはやってみる！
私の行動に対して拒否する人も多々いるだろうと不安を抱えながらも、
自分で考え、決断、そして行動ができるようになっていました。
今は古巣を離れ新しい環境で楽しく練習しています。
自分で決めたことなので前よりも引きずることが短くなってきたよう
に思います。そしてなぜか心が穏やかでいられます。
何よりうれしいと感じるのは、何気なく手を差し伸べてくださる人が
いたこと。自分で動いてみることにより今まで見えなかった事に気が
付くことができました。辛く、悲しく、苦しい思いもたくさんしましたが、
意識をコントロールすることで平常心でいられる私がいることに
驚いています。心理学を学んでほんとに良かった。
私も少しは成長しているな、と思える日々を幸せに感じています。
人は年齢に関係なく成長できる事を実感しています。
これからもコツコツ心理学と太極拳を通して自己成長ができるよう続
けていきたいと思います。そしていつの日か手を差し伸べてくださっ
た皆様に恩返しができるよう学び続けたいと思います。

IDNO.117 浜田ちへ子

～心温まるシリーズ～ マジック・ジョンソン Magic Johnson
米国の元プロバスケットボール選手 実業家

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。

2022年7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

7月9日(土) No.7 神経症 ～不安が生み出す心の病～

7月20日(水) 第6回 マズロー心理学 ～新しい欲求階層表～

【佐久】佐久平交流センター

7月16日(土) No.24 アダルトチルドレン2② ～母子依存・自分しか
愛せない人たち～

美姫先生の名言



新しいことにどんどん挑戦しよう。
人生の彩りが豊かになるから。

『君には無理だよ』という人の言うことを聞いてはいけない。
もし、自分でなにかを成し遂げたかったら、
出来なかった時に他人のせいにならずに自分のせいになさい。

多くの人が僕にも君にも「無理だよ」と言った。

彼らは君に成功してほしいんだ。

なぜなら彼らは成功出来なかったから。

途中で諦めてしまったから。

だから君にもその夢を諦めてほしいんだ。

不幸なひとは不幸な人を友達にしたいんだ。

決して諦めては駄目だ。

自分のまわりをエネルギーであふれ、

しっかりした考え方を持っている人でかためなさい。

自分のまわりを野心であふれ、プラス思考の人でかためなさい。

近くに誰か憧れる人がいたら、その人にアドバイスを求めなさい。

君の人生を考えることができるのは君だけだ。

君の夢がなんであれ、それに向かっていこう。

何故なら君は幸せになる為に生まれてきたんだ。

何故なら君は幸せになる為に生まれてきたんだ・・・。



公式ラインを登録すると、最新＆お得情報やメッセージ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公式)



(齋藤美姫公式)

