



THSC 2023年 6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	6月4日	日	10:00～	武蔵浦和ミニシティ2	¥1,000	7月2日	30
			オープン	6月11日	日	13:30～	熊谷文化創造館さくらめいと	¥1,000	7月1日	40
			オープン	6月6日	火	10:00～	高崎市総合福祉センター	¥1,000	7月11日	30
			オープン	6月10日	土	12:45～	佐久平交流センター2	¥1,000	7月22日	24
			オープン	6月21日	水	13:00～	深谷 THSC	¥1,000	7月26日	14
基礎心理学講座	高崎	No.9	オープン	6月6日	火	13:00～	高崎市総合福祉センター	¥3,500	7月11日	20
	佐久	No.35	オープン	6月10日	土	15:00～	佐久平交流センター2	¥3,500	7月22日	24
基礎心理学特別編	深谷	マスロー応用①	オープン	6月21日	水	10:00～	深谷 THSC	¥3,500	7月26日	12
	佐久	マスロー応用⑥	オープン	6月10日	土	9:30～	佐久平交流センター2	¥4,000	7月22日	24
交流分析基礎講座	佐久	入門2	受講生	6月3日	土	12:45～	佐久平交流センター		7月8日	20
カウンセリング	傾聴学習講座		半オープン	6月24日	土	10:00～	深谷 THSC	¥3000・¥5000	7月29日	12
	深谷	中級	受講生	6月24日	土	13:00～	深谷 THSC		最終回	12
ワークショップ	自然探索	自然探索トレ	半オープン	18日～19日			金剛山 葛城山	30,000円		交通費別途
	ハイキングC	自然探索中級	半オープン	6月29日	木		女峰山	WSのみ10,000円		交通費別途
	ハイキングC	自然探索初級	会員	6月12日	月		鎌倉アルプス	WSのみ10,000円		交通費別途
	サクセス	前期5	半オープン	6月1日	木	9:00～	深谷 THSC		7月6日	12
ヘルスアドバイザー	高崎	5	受講生	6月27日	火	10:00～	高崎市総合福祉センター創作		7月25日	10
	佐久	3	受講生	6月3日	土	10:00～	佐久平交流センター情報		7月8日	10
ミラクルライフ講座	心を美しくする	ZOOM	オープン	6月2日	金	20:00～	ZOOM	1P	7月7日	30
ライフデザイン	2023	6	受講生	6月25日	日	9:00～	深谷 THSC		7月30日	10
お楽しみワークショップ	ミュージックカフェ	6	オープン	6月24日	土	16:00～	深谷 THSC	¥2,000	7月29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着けるためには、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、分析力を身に着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分かります。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氣につながります。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、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 5年5月13日(12:45～14:45) **開講決定**

12ヶ月12回原則 土曜日

深谷会場 5年6月11日(10:00～12:00)

12ヶ月12回原則 土曜日

高崎会場 5年6月27日(13:00～15:00)

12ヶ月12回原則 火曜日

さいたま 5年6月 4日(13:00～15:00)

12ヶ月12回原則 日曜日

●マスロー心理学応用編 1月21日より 佐久

第六回 6月10日(土) 「B価値の特徴①」

第七回 7月22日(土) 「B価値の特徴②」

第八回 8月19日(土) 「高次病」

第九回 9月16日(土) 「自己超越①」

第十回 10月20日(土) 「自己超越②」

各9:30～12:00 受講料: 各4,000円(要予約) 5回18,000円

●<ZOOM>ミラクルライフ講座 美しい心を学ぶ会 (1P)

6月2日(金) 20:00～21:30

●快適な人生づくり スピリチュアル編(深谷)

6月21日(水) 13:00～15:00

●カウンセリングチケット料金の変更のお知らせ

IDNO取得者のカウンセリングチケット

旧3000円二枚綴り ⇒ 新4000円二枚綴り

※詳しいことはパンフレットをご覧ください



お勧めの心理学講座 予告

4/11、 5/9、 6/6 13時～15時

基礎心理学講座 高崎 NO.7～9 「心の病シリーズ」

4/15、 5/20、 6/10 15時～17時

基礎心理学講座 佐久 NO.33～35 「認知心理学①②③」

1コマ3,500円(早期申込3,000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@gmail.com

ホームページ <http://thsc.info>

今月のメッセージ

自己一致



自分が素直に感じている感情を味わい、
それを自身で受け入れている状態を
自己一致という。

あるがままの自分であることは、
自分自身を認め、肯定している姿だ。

反対にあるがままの自分を体験できないと、
自分を認めるににくく、否定的になりやすい。

感情は、欲求から意識への窓口だ。
自己一致していないと、
自己実現は不可能だ。
一致している人は、
エネルギーが自噴するようになるので
自律が可能になる。

自己一致している人は感情が安定している。
自分で自分を支える力を持っている。
だから、
チャレンジができる。
チャレンジとは、未知への挑戦だ。
チャレンジするから能力が開花するのだ。

これは、誰でも持っている力だ。
この力を引き出すには、
自己観察力が必要だ。

自己観察力は、自己不一致の状態に気づきを与え、
欲求の方向性を修復させる作用がある。



スポットライト



今月のスポットライトは、長野県佐久市在住の
高木桃子 (たかぎももこ) さんです。学び始めて11年目。

交流分析基礎講座を新幹線で受講し、以後、全講座を制覇する
スペシャリスト。行動力と挑戦意欲で人生の開拓にチャレンジ中。
佐久会場のスタッフでも大活躍されています。

私が心理学を学び続けてきて一番良かったことは、自分らしく生きたいと思え、やりたいことが沢山でき希望が持てるようになったことです。どんな人生にしたいか？心理学に出会う前は考えたこともなく、仕事と家の往復が当たり前で、問題なく過ごせばいいと思い、環境次第で心身ともに疲れていました。そんな時にたまたま見たチラシで先生の心理学に出会いました。ライフデザインの研修に初めて参加した時に、自分の本心を無意識で隠す生き癖が生きづらさの原因だったことに気づいた時を今でも鮮明に覚えています。そしてもっと自分を大切にしたいと強く思いました。

今私は自然探索トレーニングチームに参加しています。チャレンジする中で毎回新しい体験に感動し、仲間と共に自分の無意識だったパターンに気づけます。仲間が楽しそうに欲求を表現している姿もよいモデルとなり、共有感覚やバディ効果を実感しています。

そして行動をしていても想いが違うと引き寄せるものも違ってくることも体感できました。素直に思ったときに八丈島で念願のクジラに出会えて感動しました。先生がいつもおっしゃる「想いが先！」の実感です。

今、私にとってすべての体験が宝物になっています。日常生活でも、心の声を聞いてあげてないで外側ばかり見てエネルギー落ちているかもなど気づくことができ、落ち込んだ時でもネガティブな感情に浸る時間がだいぶ短くなりました。そして自分はどうしたいの？と聞いてあげられるようになってきました。

望む人生は自分でつくれる！心と対話して素直に想い行動していきたいと思います。ID No. 300 高木桃子

※バディ効果：仲間意識の芽生えによる心のつながり(一歩踏み出す勇気を育む)

基礎心理学講座 ～生きる心の力を育てる～

心を豊かにする詩 ～まど みちお～

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。

2023年6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

6月21日(水) マズロー心理学 応用編①

【佐久】佐久平交流センター

6月10日(土) No.35 認知心理学③ ～錯視～

6月10日(土) マズロー心理学 応用編⑥

【高崎】

6月 6日(火) No.9 心身症 ～体に現れる心のひずみ～

いき

いきを とめたら
だれだって しぬ
でも わすれていても
いきは じぶんで
いきを している
いつ どこで
どんな ときにでも

ああ なんだろう
かみさまが
いきに そうさせて
みんなを いかして
くださっているんだなあ

みんなを ほんとうに
だいすきなので・・・



美姫先生の名言



自分の心のケアが出来ると、
他者の心のケアは自然に出来る

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)



(高藤美姫公式)

