



THSC 2024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7日	日	10:00~	武蔵浦和コミュニティ4	¥1,000	8月4日	30
			オープン	7月6日	土	13:30~	熊谷文化創造館	¥1,000	8月10日	36
			オープン	7月9日	火	10:00~	高崎市総合福祉センター	¥1,000	8月6日	30
			オープン	7月20日	土	10:00~	佐久平交流センター情研	¥1,000	8月17日	24
			オープン	7月10日	水	13:00~	深谷 THSC	¥1,000	8月21日	14
基礎心理学講座	高崎	No.20	オープン	7月23日	火	9:45~	高崎市総合福祉センター	¥3,500	8月27日	20
	佐久	No.3	オープン	7月13日	土	10:00~	佐久平交流センター情研	¥3,500	8月3日	24
基礎心理学特別編	高崎	マスロー応用④	オープン	7月9日	火	13:00~	高崎市総合福祉センター		8月6日	20
ゲーム分析講座	佐久	3	受講生	7月13日	土	13:00~15:00	佐久平交流センター情研	¥4,000	8月3日	24
脚本分析講座	佐久	3	受講生	7月13日	土	15:00~17:00	佐久平交流センター情研		8月3日	20
カウンセリング	傾聴学習講座		半オープン	7月27日	土	10:00~	深谷 THSC	¥3500・¥6000	8月24日	12
	初級	実習	半オープン	7月27日	土	13:00~	深谷 THSC		8月24日	12
ワークショップ	自然探索	自然探索トレ	会員	24日~26日			白馬岳		11日~13日	交通費別途
	ハイキングC	自然探索初級	会員	7月21日	日		車山高原	WSのみ10,000円		交通費別途
	ハイキングC	自然探索中級	会員	7月15日	月祝		燧ヶ岳	WSのみ10,000円		交通費別途
	自己表現ワーク①		オープン	7月10日	水	10:00~	深谷 THSC		8月21日	
	サクセス	7	半オープン	7月4日	木	9:00~	深谷 THSC		8月1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5日	金	20:00~	ZOOM	1P	8月2日	30
ライフデザイン	2024	7	受講生	7月28日	日	9:00~	深谷 THSC		8月25日	10
お楽しみワークショップ	ミュージックカフェ	7	オープン	7月28日	日	17:30~	深谷 THSC	¥2,000	8月25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 4,000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。自分で意味づけられ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、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	6年11月9日(13:00~15:00)	12ヶ月12回原則	土曜日
深谷会場	6年7月6日(10:00~12:00)	12ヶ月12回原則	土曜日
高崎会場	6年7月23日(13:00~15:00)	12ヶ月12回原則	火曜日
さいたま	6年7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 高崎教室

第一回	4月 9日(火)	「幸福のレベルアップ 至高体験」
第二回	5月14日(火)	「低次欲求と高次欲求の力関係」
第三回	6月18日(火)	「低次欲求と高次欲求の特徴①」
第四回	7月 9日(火)	「低次欲求と高次欲求の特徴②」
第五回	8月 6日(火)	「B価値とD価値の比較」
第六回	9月17日(火)	「B価値と14の価値」

時間13:00~15:30 受講料:各5,000円(早割 4,500円) *6回25,000円

●<ZOOM>ミラクルライフ講座 美しい心を学ぶ会 (1P)

7月5日(金) 20:00~21:30

●傾聴学習講座 (深谷)

7月27日(土) 10:00~12:00

●自己表現ワークショップ 3回シリーズ

7月10日(水) 10時00分~12時00分
8月21日(水) 10時00分~12時00分
9月25日(水) 10時00分~12時00分



お勧めの心理学講座 予告

5/21(火) 6/11(火) 7/23(火) 9:45~11:45
基礎心理学講座 高崎NO.20「精神分析入門③」~自我防衛機制と禁止令~
5/12(日) 6/1(土) 7/13(土) 10:00~12:00
基礎心理学講座 佐久NO.3「アダルトチルドレン1-③」~癒しと自立~
*お得なシリーズ割引チケットあります 1コマ3,500円(早期申込3,000円)



今日のメッセージ

思いを行動に変える



行動は、指示が分かり
伴うスキルがあればだれでも出来ます。
それを現代では、
コンピューターを搭載したロボットが実践しています。

それでは、
思考力の乏しい人は、
他者の都合の良い欲求に手懐けられてしまいます。
または、
自分の欠乏欲求に気が付かず、
自ら好んで他者欲求の都合に従いたがります。
後者は、不安から逃れるためにスキルを磨くので、
ストロークを貰いやすい分、
脱出しにくい面があります。

体調不良がよく起こったり、
自律神経が疲れたりしていれば、
無限ループの罠にかかってしまっているかもしれません。
本来、私たちの命は、
自分の人生を生きるために作られています。
そして、私たちの能力は、
やればやるほど開花するように作られているのです。

自分の欲求を原点に置き、
望みや願望を味わうために行動してみましょう。
行動のモチベーション（動機）を
自己欲求に据えることで継続力が増してきます。

自分の思いに行動が結びついてくると、
自己成長と共に自己実現力が高まります。

思いという根っこが伸びる度、自己成長力も高まります。

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。

2024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

【佐久】佐久平交流センター

7月13日(土) アダルトチルドレン1-③ ～癒しと自立～

【高崎】

7月 9日(火) マズロー心理学 応用編④

7月23日(火) 精神分析入門③ ～自我防衛機制と禁止令～

美姫先生の名言



人との出会いが
人生を変えるきっかけになる



スポットライト



今月のスポットライトは、群馬県安中市在住の森重美恵(もりげみえ)さんです。学び始めて17年目。
交流分析シリーズ、カウンセリングシリーズ、基礎心理学を受講し、現在は、マズロー心理学、ライフデザイン等を受講中。
殻を打ち破って夢を実現しながら、人生満喫中です。

斎藤先生の心理学に出会う前の私は生まれて来た意味も分からず、いつも何かに怯え、人にどう思われるか気になって仕方ありませんでした。16歳でキリスト教の洗礼を受けましたが自己肯定感は低いままでした。「たった一度の人生だから、あなたがあなたらしく輝いて」という講座案内を見て初めて「わかりやすい心理学」を受講したのが自分の43歳の誕生日。神様からのプレゼントだと思っています。

ビクビクしながら交流分析基礎講座を受講したら、腑に落ちる事がたくさんあって自己理解や他者理解が深まり、気持ちがずいぶんラクになりました。ゼロに近かった、いやマイナスだった自己肯定感が少しずつ上がり、夢は叶わないものだと思っていた私が幼い頃からの夢だったピアノ教室に44歳から通い始め、持ち家を購入し、佐久の教室に通うために怖かった高速道路を運転できるようになり、カーナビのおかげで行動範囲もずいぶん広がりました。ライフパートナーを得、本を出版し、恩人の推薦で群馬ペンクラブに入会することもできました。今でも時々夢じゃなかろうか、と思いながら楽しんで文章を書いています。夢を叶えて良い、という許可を心理学から頂き「自分を大切に出来る人だけが、心から他人も大切に出来る」と先生から繰り返し教えて頂きました。

5月12日「還暦、一生青春」のタスキを掛けてセーラー服を着て遠足マラソンを完走しました。人の目を気にせず自分のやりたいことにチャレンジ出来るようになると人生はとっても楽しい。まだまだ素直じゃない「森ヒネちゃん」ですが、こんな私が大好きです。自分のことが嫌いだった頃は生きているのが苦しかったし生きている心地がしませんでした。人生を変えてくれた心理学と斎藤先生、様々な講座と一緒に学んだ受講生の皆さんに感謝しています。 IDNo60 森重 美恵

星野富弘さんから学ぶ

言葉や行動ではわからないものがある。それは、どんな思いなのか？という心の状態です。星野さんは動けなくなって、心の状態の重要さに気が付かれたのではないのでしょうか？動けなくても、心の状態を良くすれば、意欲もわかせるし、不可能を可能に変えることが出来ると。私たちが星野さんのメッセージに感銘を受けるのは、忘れていた心の重要さを思い出すからかもしれません。知識や情報が優先する現代社会なのでそちらが先行しやすいけれど、実際に思いを行動として実践出来る人がどれだけののでしょうか。



心に
響く
言葉
は
人生
を
変
え
る
キ
ケ
ン
ト
ウ
ナ
リ
ト
ス

公式ラインに登録すると、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)



(斎藤美姫公式)

