



THSC 2025年 5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	5月18日	日	10:00~	武蔵浦和ミニシティ	¥1,000	6月1日	30
			オープン	5月10日	土	13:30~	熊谷文化創造館	¥1,000	6月8日	36
			オープン	5月13日	火	10:00~	高崎市総合福祉センター	¥1,000	6月10日	30
			オープン	5月11日	日	10:00~	佐久平交流センター第3	¥1,000	6月14日	24
			オープン	5月19日	月	13:00~	深谷 THSC	¥1,000	6月16日	14
基礎心理学講座	高崎	No.31	オープン	5月13日	火	13:00~	高崎市総合福祉センター	¥3,500	6月10日	20
	佐久	No.13	オープン	5月17日	土	15:00~	佐久平交流センター第2	¥3,500	6月22日	24
基礎心理学特別編	深谷	2	オープン	5月19日	月	10:00~	深谷 THSC	¥3,500	6月16日	20
交流分析 基礎	佐久	5	受講生	5月17日	土	13:00~15:00	佐久平交流センター第2		6月22日	24
カウンセリング	傾聴学習講座		半オープン	5月24日	土	10:00~	深谷 THSC	¥3500・¥7500	6月28日	12
	中級	理論8	半オープン	5月24日	土	15:00~	深谷 THSC		6月28日	
		実習8	半オープン	5月24日	土	13:00~	深谷 THSC	¥5,000	6月28日	12
ワークショップ	自然探索	自然探索トレ	会員	26~29日		東北				交通費別途
	ハイキングC	自然探索初級	会員	5月15日	木			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	5月21日	水	金時山	現地集合解散	WSのみ10,000円		交通費別途
	サクセス	5	半オープン	5月8日	木	9:00~	深谷 THSC		6月7日	12
ヘルスアドバイザー	基礎	4	会員	5月17日	土	10:00~	佐久平交流センター第2		6月22日	12
	健康ZOOM		半オープン	5月9日	金	10:00~	ZOOM			
ライフデザイン	2025	5	受講生	5月25日	日	9:00~	深谷 THSC		6月29日	10
お楽しみワークショップ	ミュージックカフェ	5	オープン	5月25日	日	17:00~	深谷 THSC	¥2,000	6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 4,000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	7年8月2日 (13:00~15:00)	12ヶ月12回原則	土曜日
深谷会場	7年5月10日 (10:00~12:00)	12ヶ月12回原則	土曜日
高崎会場	7年5月20日 (9:45~11:45)	12ヶ月12回原則	火曜日
さいたま	7年5月18日 (13:00~15:00)	12ヶ月12回原則	日曜日

アダルトチルドレン 基礎心理学 深谷教室

第一回	4月14日 (月)	「不自然な子どもの役割」
第二回	5月19日 (月)	「心の傷が生み出す心の病」
第三回	6月16日 (月)	「癒しと自立」
第四回	7月14日 (月)	「共依存 他者に必要とされる必要性」
第五回	8月18日 (月)	「母子依存 自分しか愛せない人達」
第六回	9月 8日 (月)	「アダルトチルドレンからの回復」

時間10:00~12:00 受講料:各3500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つ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。

●基礎心理学 ユングシリーズ

ユング心理学①②③(基礎心理学NO.26、27、28)

深谷教室 6月 8日(日)10:00~
7月 5日(土)
8月10日(日)

●予告 ダイアログインザダークでワークショップ 6/12

●予告 ベイシックグループエンカウンター 7/1~2

完全予約制 自分のみ (60分) 8,000円

周囲との関係も含む (90分)

5名まで(1グループ) 12,000円

10名まで (2グループ) 15,000円



お勧めの心理学講座 予告

5/13(火) 13:00~15:00

基礎心理学講座 高崎NO.31「愛②」～愛と憎しみ～

3/15(土) 4/19(土) **5/17(土)** 15:00~17:00

基礎心理学講座 佐久NO.13「パーソナリティ障害③」～困った人達②～

今月のメッセージ

自己責任

責任とは、
自己欲求の気づきから始まります。

私たちの生命は、
生まれた時から欲求によって生かされています。
欲求の最初の表現は「おぎゃ〜」です。

お母さんは、
赤ちゃんの欲求を感じ取って、
不安や不快を取り除き、
満たしてあげます。
赤ちゃんは何も出来ないで、
欲求の責任は100%周囲に委ねます。
こう言ったお母さんの母性の「無条件の愛」によって、
欲求は守られ、尊重され、意識出来るようになります。

ところが、
無条件の愛ではなく条件付きだったり、
母親の欲求の身代わりだったりすると、
欲求に影が差し始めます。

すると、自分の欲求から意識が遠のきます。
自分の欲求が分からなくなり、
意識と欲求の間に隙間が出来て、
他者の欲求と自分の欲求の区別がつかなくなります。

自分の欲求が分からなくなって、
不快の責任を他者に転嫁する、これが責任転嫁です。

自分の欲求を意識し、大切にしましょう。
そうすることで自己責任が生まれてくるのです。



スポットライト

今月のスポットライトは、群馬県桐生市在住の越塚ゆかり(こしづかゆかり)さんです。

学び始めて13年目。交流分析基礎、基礎心理学講座、
わかりやすい心理学講座を受講。桐生会場のスタッフとして
活躍されました。自己理解を深めながら、様々なことにも
挑戦し、快適な人生を更新中です。



振り返れば心理学を学んだことがきっかけでチャレンジした事やリベンジした事が数々あり、その自分を書いてみようと思いました。

ここ1年くらい間があいて、昨年8月から学びを再開しました。と言うのも、学びをやめると心に雑草が伸びて、学ぶ前の、醜い暴言も吐ける様な自分が顔を出してきたからです。

受講生として斎藤先生の元で心理学を学びつつ、数年間、会場作りのサポートスタッフとして活動し、自分を成長させるためのチャンスを与えて頂きました。お陰様でその体験が役立ち、去年の異業種交流会では緊張することなくスピーチできました。

心理学と同時期に興味を持った笑いヨガやパステルシャインアートも資格を習得し、みどり市のスポーツフェスティバルの笑いヨガ講師として呼んで頂いたこともありましたし、パステルシャインアートも、講座を受けて仲間と共に本を出版しました。

読者モデルをやってみたくと思った事があり、応募するも叶わず、リベンジしてやろうとモデルとして事務所登録し、某企業の求人広告に掲載された事もありました。

マヤ暦との出会いもあり、そこから更に学びを深め、仲間ができ、マルシェに出店するなどしています。

地元フリーペーパーの取材を受け、マヤ暦の記事を掲載していただいたこともありました。純粋にただやりたくてやっていくと、こうして叶っていくんだと実感しました。ポイントは「思い」です。斎藤先生は「思いが先」と仰いますが正にそうだと思います。

これからも自分と向き合いながら学び続けたいと思います。

IDNo. 313 越塚 ゆかり

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。

2025年5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

5月17日(土) パーソナリティー障害③ ~困った人達②~

【高崎】

5月13日(火) 愛② ~愛と憎しみ~

【深谷】

5月19日(月) アダルトチルドレン ② ~心の傷が生み出す心の病~

美姫先生の名言



自他の尊重から
調和が生まれる

地球を守ろう

【プラスチック問題の原因】

プラスチックの原料である石油資源が有限であるため、不要なプラスチックの使用は資源の枯渇につながる

プラスチックが燃やされるときに温室効果ガスが発生し、地球温暖化の原因のひとつになっている

大量のプラスチックが海に流れ出て、海を汚染している

【プラスチック問題の影響】

海洋プラスチックごみによる漁業や観光への影響

プラスチックごみをえさとまちがえて食べてしまう魚や鳥などへの影響

人体の健康への影響も考えられる「マイクロプラスチック」

海洋汚染、陸上汚染、生態系の破壊

【プラスチック問題の解決策】

リサイクルの促進

そもそもの使い捨てプラスチックの使用を無くしていくこと

市街地などの陸地で発生したプラスチックごみを流出させないようにすること



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)



(斎藤美姫公式)

