



THSC 2026年 10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	10月11日	日	10:00～	武蔵浦和ミレニティ第6	¥1,000	11月1日	30
			オープン	10月10日	土	13:30～	熊谷文化創造館	¥1,000	11月8日	36
			オープン	10月13日	火	10:00～	高崎市総合福祉センター	¥1,000	11月10日	30
			オープン	10月3日	土	10:00～	佐久平交流センター第3	¥1,000	11月7日	30
			オープン	10月18日	日	13:30～	深谷 THSC	¥1,000	11月15日	16
基礎心理学講座	高崎	No.3	オープン	10月13日	火	13:00～	高崎市総合福祉センター	¥3,500	11月10日	20
	佐久	No.30	オープン	10月17日	土	13:00～	佐久市市民創縁センター	¥3,500	11月21日	20
基礎心理学特別編	深谷	マズロー応用1	オープン	10月18日	日	9:30～	深谷 THSC		11月15日	16
交流分析(TA)	佐久	基礎9	受講生	10月17日	土	10:00～	佐久市市民創縁センター		11月21日	20
	深谷	基礎12	受講生	10月10日	土	10:00～	深谷 THSC		最終回	16
	ゲーム分析	1	受講生	10月11日	日	13:00～	武蔵浦和ミレニティ		11月1日	16
	脚本分析	1	受講生	10月11日	日	15:00～	武蔵浦和ミレニティ		11月1日	16
カウンセリング	傾聴学習講座		受講生	10月24日	土	10:00～	深谷 THSC	¥3500・¥7500	11月28日	12
	中級	実習23	半オープン	10月24日	土	13:00～	深谷 THSC	¥5,000	11月28日	12
ワークショップ	自然探索	自然探索トレ	会員	10月20日	火					交通費別途
	ハイキングC	自然探索初級	会員	10月8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	10月29日	木			WSのみ10,000円		交通費別途
	サクセス	9	会員	10月1日	木	9:00～	深谷 THSC		11月12日	16
	人生が変わる	9	半オープン	10月1日	木	9:00～	深谷 THSC		11月12日	16
ライフデザイン	2026	9	受講生	10月25日	日	9:00～	深谷 THSC		11月29日	16
お楽しみワークショップ	ミュージックカフェ	9	オープン	10月18日	日	16:00～	深谷 THSC	¥2,000	11月15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』という言葉をもっとにした、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 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。信じるのではなく、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) 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

NEW!

募集中の講座

●交流分析基礎講座

佐久会場 9年2月(10:00～12:00)

12ヶ月12回原則 土曜日

深谷会場 8年12月(10:00～12:00)

12ヶ月12回原則 土曜日

高崎会場 8年11月(15:00～17:00)

12ヶ月12回原則 火曜日

さいたま 9年4月(13:30～15:30)

12ヶ月12回原則 日曜日

発達心理学 <基礎心理学> 高崎

人間の一生の変化を学びます。人間の発達する要素と最適期における発達課題、欲求の成長における性格の形成、認知機能の発達について学びます。やり残した課題を発見し再挑戦に役立ちます。

2026年11月10日(火) 13～15時 全3回シリーズ一回3,500円(3回全納9,500円)

ライフデザイン2027 募集

自分を中心とした人生づくりに挑戦してみませんか? 快適な人生づくりを学びながら、自分の人生を自分でデザインし、思い通りに生きる力を育てます。自分の思いを発見し、思い通りの人生づくりにチャレンジしてみませんか?

2027年1月24日(日) スタート

全12回シリーズ

お勧めの心理学講座 予告

●クリスマスコンサートとクリスマス会 (深谷)

2026年9月1日より、受け付け開始。
コンサートのエントリーは先着10名まで。クリスマス会は25名まで。

●ゲーム分析講座(13:00～) 脚本分析講座(15:00～)

10/11(日)～全6回 さいたま会場



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

自分を生かす

ただ生きるのではなく、
「自分を生かす力」が成長です。

人生の最初は、
生かしてもらう。
自分が生きていくために必要なものを
大人たちから分けて頂く。

その時は大人の力量の範囲に留まる。
大人たちが団結出来た社会の範囲に留まる。

やがて自分の望むものと
与えてくれる大人や社会の望むものとの
違いが出てくる。

自分の望みを大切にすると、
悩んだり、考えたりしながら、
試行錯誤して行動することを学習する。
その頃、周囲の大人たちに
秘密をもつようになる。
そうやって自分の願望を自分の力で
満たせる範囲を広げていく。

物も友達もスキルも少しずつ手に入れていく。

最初は自分の願望のためにトライするが、
その時、支えてくれたり
力になってくれた人の分までトライしたくなる。
感謝の念が生まれた証だ。
その時初めて自分の生きる力を外部に「生かす」。
「自分を生かす」力は、与える力になって現れる。



スポットライト

今月のスポットライトは、埼玉県深谷市在住の吉野由美(よしのゆみ)さんです。学び始めて1年目。

子育てをしながら看護師となり、働きながら交流分析
基礎講座を受講。回を重ねるごとに気づきが多くなり、
公私ともに活用しながら、セルフコントロール力を高められています。



斎藤先生との出会いは私が20代の頃でした。子育て真っ最中だった私は子どもにしか未来への期待がありませんでした。妻になり母になった私は夫への遠慮がつきまとい、私の人生は自分のものではなくなっていました。その頃出会った斎藤先生から、たくさんの言葉のシャワーいただきました。今がどんな状態でもどうなりたいたを想い描く事の素晴らしさを教えていただきました。幼い子どもが3人いる私には無理だと一時は諦めていた看護学校の挑戦も、思い描く事で道が開け35歳で看護師になることができました。自分には「大それた夢」だったはずなのに現実になったのです。

それから時が経ち、今は交流分析を受講しています。受講の目的は、自分を知りたいと思ったからです。振り返れば、人の要求に応えるのが好きな性格。そういう意味では看護師向きかもしれません。人の要求にアンテナが向き、一方で自分は何が好きなかわかっていませんでした。昔、好きなアーティストを子どもたちに伝えると不思議そうな顔をされ「お母さん、好きっていうの初めてだね」と言われました。それほどずっと何が好きとかいう感情に関心で生きていたんだと思います。

受講後数ヶ月、人にどう思われるかは関係なく、自分に向き合えどんどん好きな事やりたい事が見つかりました。充実感を感じている看護師の仕事を休んで、趣味に没頭したいと思うほどになりました。変に真面目な性格の私ですからズル休みはせず休日を使って楽しんでいます。受講後新たに始めた事、人生最大です。

これからも自分の好きを見つけ、どうしたいか・どうなりたいたのか、自分の勝手なハードルを超える「大それた夢」を描いて、賑やかで豊かに生きて行こうと思います。

IDNo.456 吉野由美

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。

2026年10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】佐久市市民創練センター

10月17日(土) 愛 ① 「愛と性」

【高崎】高崎市総合福祉センター

10月13日(火) アダルトチルドレン①-③ 「癒しと自立」

～機能する家族と新しい旅立ち～

美姫先生の名言



人間は「人の間」で
成長する

Xmasコンサート&クリスマス会 第17回

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 X'mas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



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)

