



THSC 2026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6日	土	10:00～	武蔵浦和J1エフ第8	¥1,000	7月5日	30
			オープン	6月7日	日	13:30～	熊谷文化創造館	¥1,000	7月4日	36
			オープン	6月9日	火	10:00～	高崎市総合福祉センター	¥1,000	7月14日	30
			オープン	6月13日	土	10:00～	佐久平交流センター情研	¥1,000	7月12日	24
			オープン	6月14日	日	13:30～	深谷 THSC	¥1,000	7月11日	16
基礎心理学講座	高崎	No.44	オープン	6月9日	火	13:00～	高崎市総合福祉センター	¥3,500	7月14日	20
	佐久	No.26	オープン	6月13日	土	12:45～	佐久平交流センター情研	¥3,500	7月25日	24
基礎心理学特別編	深谷	マズロー基礎4	オープン	6月14日	日	10:00～	深谷 THSC		7月11日	16
交流分析(TA)	佐久	基礎5	受講生	6月20日	土	10:00～	佐久平交流センター第2		7月25日	16
	さいたま	基礎10	受講生	6月6日	土	13:30～15:30	武蔵浦和J1エフ第9		7月5日	24
	深谷	基礎8	受講生	6月7日	日	10:00～	深谷 THSC		7月4日	16
	ゲーム	6	受講生	6月20日	土	13:00～	佐久平交流センター第2		最終回	16
	人生脚本	6	受講生	6月20日	土	15:00～	佐久平交流センター第2		最終回	16
カウンセリング	傾聴学習講座		受講生	6月22日	月	10:00～	深谷 THSC	¥3500・¥7500	7月27日	12
	中級	実習21	半オープン	6月22日	月	13:00～	深谷 THSC	¥5,000	7月27日	12
ワークショップ	自然探索	自然探索トレ	会員	6月21日	日				7月17日～	交通費別途
	ハイキングC	自然探索初級	会員	6月1日	月		天空のボビーと大霧山	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	6月11日	木			WSのみ10,000円		交通費別途
	サクセス	6	会員	6月4日	木	9:00～	深谷 THSC		7月2日	16
	人生が変わる	6	半オープン	6月4日	木	9:00～	深谷 THSC		7月2日	16
ライフデザイン	2026	6	受講生	6/27～29	土～月		宿泊研修		7月26日	16
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14日	日	15:30～	深谷 THSC	¥2,000	7月11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

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出来ます。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11月(10:00～12:00) 12ヶ月12回原則 土曜日
高崎会場 8年7月14日(15:00～17:00) 12ヶ月12回原則 火曜日
さいたま 8年9月(13:30～15:30) 12ヶ月12回原則 日曜日

アダルトチルドレン 基礎心理学 高崎

ネガティブな状態が多く快適な人生が作れない原因と結果を学びます。人間関係が発展出来なかつたり適応が悪かつたりなど、成長できないマインドがとる生き方はどんなものがあるのか? 気づいていないあなた自身の成長を止める要因に気づいて更なる楽しい人生づくりに役立ちます。

2026年8月18日(火) 13～15時 全3回シリーズ一回3,500円(3回全納9,500円)

ユング心理学 基礎心理学 佐久

人間が意識で気づくことのできない深層心理を学びます。人間が共通してもっている個人欲求の更なる奥に潜む能力の宝庫「元型」。経験体験によって身につく本来の能力を歪める「コンプレックス」。意味ある偶然の一致「シンクロニシティ」の三回。

2026/6/13 7/25 8/29 13～15時
全3回シリーズ一回3,500円(3回全納9,500円)

お勧めの心理学講座 予告

5/12(火) 6/9(火) 7/14(火) 13:00～15:00
基礎心理学講座 高崎NO.43「キャリア発達②」

6/13(土) 12:45～14:45 7/25(土) 8/29(土) 13:00～15:00
基礎心理学講座 佐久NO.26「ユング心理学1①」～集合的無意識と元型～



今月のメッセージ

正しいことと真理



他者と理解を深めるために、**言語や知識**の共有は欠かせません。

学ぶことは、
もともと違った**特性**をもつ人々が
共通の理解をすることで分かり合う力になります。

それは、
自分本位に陥らず、
他者尊重に繋がりを争いごとを減らすことができます。

私たちが望むのは、「幸せな人生」です。

にもかかわらず、
知識が攻撃や批判につながることも多いようです。

人間の欲求は心が成長しないと
他者と融合せず世界を二つに分けてしまいます。
「優劣」「正誤」「善悪」「敵味方」
身に着けた知識に執着すると
分裂が激しくなり、
自身の心も人間同士も社会も分断されます。
分断された世界は、
幸せを築かず不安を育みます。

誰でも望む「幸せな人生」から目を離してはいけません。
何のための知識なのかを考え、
それを学ぶ意味を意識しましょう。

知識から得た分別を共通する目的に意味づけることによって、
心の世界が統合されて大きくなります。
心理学を使ってより真理に近づけますように。

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

【佐久】佐久平交流センター

6月13日(土) ユング心理学① ～集合的無意識と元型～

【高崎】

6月9日(火) キャリア発達②

美姫先生の名言



心の大きさは、
批判非難より尊重と理解

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山田由美(やまだゆみ)さんです。学び始めて17年目。

看護師として働きながらセンターのあらゆるセミナーを受講、
心理相談員として学びを深め、活かしながら活躍中。

様々なことに挑戦し、個人の世界観や人生観を広げられています。

斎藤先生とご縁を頂き、心理学に出会って17年目を迎え、ますます楽しい人生になって来ているなぁと実感しています。

しかし、始めの頃は学びを自分に取り入れることより、他者に私の心配や不安をなんとかして貰おうとしていました。そんな中、家族に問題が生じ、変えるべきは他者ではなく自分自身と気づき、10年前から自然探索トレーニングチーム、ライフデザインなどの受講を始めました。

家族のためにエネルギーを注いできたので、私はどんな人生を作りたいの？夢は何？と言われても分からない状態でしたし、自己愛や自己優先と知ってはいてもなかなか行動に移すことには時間がかかりました。また、自動思考がネガティブで恐怖もたくさんありましたが、学びと実践を通して自分の欲求と結び付き、やりたいことができるようになって来たことは、とても幸せなことだと思っています。

初めてのライフデザイン宿泊研修が上海との提案があった時、飛行機が怖いからとすぐに不参加と伝えましたが、仲間に勇気を頂き参加できました。その経験が、その後の私の人生に大きな力を与えてくれ、近年は自然探索トレーニングチームでの海外遠征にも参加でき、チャレンジの幅を広げることができるようになりました。パスポートを10年で取っておいて良かったです。

また私は学ぶ以前は、1匹狼でいいと思っていましたが、経験体験の中で仲間がいてくれることでお互い沢山の気づき生まれ、共に楽しみ、大変さを分かち合い、成長しあえる喜びを感じることができました。仲間がいてくれることに感謝です。そして、心理学に出会って人は変わることが出来るということを実践中です。これからも、自分の人生に責任を持って、ますます快適な人生を目指して行きたいと思います。

IDNo.220 山田由美

受講生の声 ～わかりやすい心理学講座のアンケートより～

高崎会場 2026.3.10 「可能性を広げるヒント」

●友人を連れて久しぶりの「わかりやすい」に参加しました。再度、浅瀬を学ぶと「知っているが理解度が低い」のが見えてきます。心のチェックと理解度を見るために参加する必要があると感じました。ありがとうございます。柴山信樹様

佐久会場 2026.4.4 「強く頼もしい心づくり」

●メンタルを強くするには「弱くなる悪い習慣をやめる」なのだとびっくり。全部当てはまると思ったが、今回思ったことは、自分の大切なものを三つははっきりする事。それがわからなければ次に進めない。そして自己観察力を高めたい。 M.T様

熊谷会場 2026.4.1 「自分らしさを輝かせる方法」

●私も親への理想の押し付けが強く、高校生までは良い子を演じていました。高校生の時、不登校になり、4回度か自殺をしようと思いました。私は親のようになりたくない。子どもにそのような思いはさせたくないと思い日々勉強中です。今、学校で児童を見ていますが、いじめや不登校の子が多いです。本当の子どもの力を信じている大人は非常に少ないと感じています。「自分らしく生きる」ということは子供にとって難しいのではないかと思います。学校では出る杭は打たれる状態です。教員として、親として、自分がどう生きていくのか、子どもにその姿を見せていけるのか、自分を大切にするにはどうするのか、一つ一つ振り返ります。 M.H様

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)

