



THSC 2026年 2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	2月8日	日	10:00～	武蔵浦和コミュニティ	¥1,000	3月1日	30
			オープン	2月7日	土	13:30～	熊谷文化創造館	¥1,000	3月7日	36
			オープン	2月10日	火	10:00～	高崎市総合福祉センター	¥1,000	3月10日	30
			オープン	2月14日	土	10:00～	佐久平交流センター情研	¥1,000	3月8日	24
			オープン	2月9日	月	13:00～	深谷 THSC	¥1,000	3月23日	16
基礎心理学講座	高崎	No.40	オープン	2月10日	火	13:00～	高崎市総合福祉センター	¥3,500	3月10日	20
	佐久	No.22	オープン	2月14日	土	13:00～	佐久平交流センター情研	¥3,500	3月8日	24
交流分析	佐久	基礎1	受講生	2月28日	土	10:00～	佐久平交流センター第2		3月21日	16
	さいたま	基礎6	受講生	2月8日	日	13:30～15:30	武蔵浦和コミュニティ		3月1日	24
	深谷	基礎4	受講生	2月7日	土	10:00～	深谷 THSC		3月7日	16
	ゲーム	2	受講生	2月28日	土	13:00～	佐久平交流センター第2		3月21日	16
	人生脚本	2	受講生	2月28日	土	15:00～	佐久平交流センター第2		3月21日	16
カウンセリング	傾聴学習講座		受講生	2月12日	木	10:00～	深谷 THSC	¥3500・¥7500		12
	中級	理論実習17	半オープン	2月12日	木	15:00～	深谷 THSC		3月28日	12
		実習17	半オープン	2月12日	木	13:00～	深谷 THSC	¥5,000	3月28日	12
ワークショップ	自然探索	自然探索トレ	会員	2月11日	水					交通費別途
	ハイキングC	自然探索初級	会員	2月4日	水		宝登山（蛸梅）	WSのみ10,000円	3月20日	交通費別途
	ハイキングC	自然探索中級	会員	2月11日	水			WSのみ10,000円		交通費別途
	サクセス	2	会員	2月5日	木	9:00～	深谷 THSC		3月5日	16
	人生が変わる	2	半オープン	2月5日	木	9:00～	深谷 THSC		3月5日	16
ライフデザイン	2026	2	受講生	2月22日	日	9:00～	深谷 THSC		3月29日	16
お楽しみワークショップ	ミュージックカフェ	2	オープン	2月9日	月	15:30～	深谷 THSC	¥2,000	3月16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、自分で意味づけられる力を磨きましょ。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 8年2月28日(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2月17日(9:45～11:45)

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

マズロー心理学基礎

自身の欲求について学びませんか？欲求種類や性質が分かり、自己成長の仕方や幸福度のあげ方が分かります。多くの人が知らないマズローが本当に伝えたかったことが見えてきます。

2026年3月22日(日)9時～12時 スタート

全6回シリーズ 一回5,000円(6回全納28,000円)

2026年 募集のセミナー&ワークショップ

☆ハイキング倶楽部(BC深谷)

深谷 コミュニケーションワークショップと追悼コンサート

3月22日(日)14時～16時 定員16名 3,000円

☆命をかける究極な挑戦と生きたピア/への挑戦

平田和也氏と中島健郎氏の人生について

音楽を心で聴く

お勧めの心理学講座 予告

2/10(火) 3/10(火) 13:00～15:00
基礎心理学講座 高崎NO.40「記憶①」～記憶のしくみ～

2/14(土) 13:00～14:45
基礎心理学講座 佐久NO.22「サクセスマインド②」～20の法則～



今月のメッセージ

「思い」はエネルギーのバロメーター

「思い」は欲求から生まれてきます。
「欲求」は命と共に備わっていて、
体と共に存在し成長していきます。

心は目に見えませんが、
「思い」はいつでも存在しています。
しかし、
「いつでも」は当たり前になり、
意識しにくくなります。



自分の「思い」に気づいてますか？
自分の「思い」を大切にしていますか？

「欲求」は外部からの否定的な刺激と
自己不信によって怯えたり傷ついたりします。

それを放置したまましていると、
意識の力で「思い」は
無意識の中に引っ込んでしまいます。
すると、エネルギーが弱くなり、
元気がなくなります。
引っ込みが強くなると
周囲との適応が悪くなり、
更に強くなると病気になってしまいます。

「思い」を意識に呼び戻し、育ててあげましょう。

「思い」は叶える度にエネルギーが強くなり、
積極的になります。
「思い」を叶えるための行動に
勇気が持てるようになるのです。



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小池靖
(こいけやすし) さんです。学び始めて3年目。

わかりやすい心理学講座、交流分析基礎、基礎心理学講座、
ヘルスアドバイザーを受講。スポ少サッカー指導やコーチング
を通して、自身を含む人間育成を楽しんでいます。



「わかりやすい心理学」の小さな案内が掲載されていたのは
信濃毎日新聞でした。家族が住むさいたま市を離れて実家のある
佐久市に単身Uターンをして90歳を過ぎた高齢の父との二人暮らし
も早、4年。さいたま市のサッカースポーツ少年団に次男が所
属していた頃から「お父さんコーチ」として、足掛け6年間指導
の現場に立っていましたが、サッカー技術とは別に、「人の成長
について」学ぶことができる場があったら、と思っていた時に
出会ったのがTHSCでした。

自らの心の中から湧き上がってくる「～したい」という自分
軸を大切にすること、これはTHSCの講義の通奏低音のように流
れているメッセージですね。高校時代に愛読していた加藤諦三氏
や、「陽水の快楽」を著された現象学者の竹田青嗣氏のお名前を
拝聴できたのも嬉しいお驚きでした。THSCの講座は、オープン
ダイアログを提唱されている斎藤環さんが語る、シンフォニー
やハーモニーではなくそれぞれが奏でるポリフォニーが共時的に
流れている対話空間を通して主体的に歩みだす力を後押ししてく
れている構造、と通じるところがあります。投薬や治療を必要と
しない心身の健康づくりは如何にして可能なのか、という点も現
代人が常に求めて止まないテーマです。皆さまと一緒にアンサン
ブルを奏でることができるよう、今年も斎藤先生の教室で「心の
体力」を蓄えてポリフォニーの研鑽に努めてゆきたいと願ってい
ます。P.S 電子書籍「失われた余白を求めて～子どもが絶滅危惧種に
なる前に～」を近々上梓予定です。 IDNo.440 小池 靖

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2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

2月14日(日) サクセスマインド② ～20の法則～

【高崎】

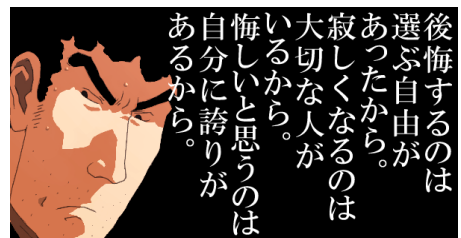
2月10日(火) 記憶① ～記憶のしくみ～

美姫先生の名言



心の豊かさが
ポジティブな言葉に現れる

野原ひろしの名言集



「夢は見ているだけじゃ
叶わない。」



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)

