

青春出版社

『本当の私よ こんにちは』

FAP 療法で過去を手放し「今」を生きる

コロナ禍の不安・ストレスにも効果的！FAP 療法とは

『本当の私よ こんにちは』(大嶋信頼／米沢 宏／泉 園子)
価格：本体 1,700 円＋税 ISBN：978-4-413-23173-2



大嶋信頼(おおしま・のぶより)

米沢 宏(よねざわ・ひろし)

泉 園子(いずみ・そのこ)

臨床心理士、公認心理師。株式会社インサイト・カウンセリング室長。お茶の水女子大学大学院人間文化研究科博士前期課程修了。株式会社 IFF 電話相談室室長、IFF 相談室室長を経て現職。カウンセリング業務のほか、オンラインによるカウンセラー養成講座の講師を担当。

[illegible]

株式会社青春出版社 プロモーション部:西尾 春香

TEL: 03-3202-1212 / FAX: 03-3203-5130 E-mail: h-nishio@seishun.co.jp