

“生きづらさ”を抱えるあなたへ

楽しく自分らしく生きるには
「無意識の思い込み」
を知ろう！

心理学・脳科学の
メソッドで思考のゆがみを
解消できる1冊！



7500人の
人生を好転させた
カウンセラー
直伝！