

まにあうよ、いまからでも

書名	まにあうよ、いまからでも
副題	スヌーピーたちの生きることが楽になる12のステップ
著者	エイブラハム・J・ツワルスキーハム/著 チャールズ・M・シェルツ/コミック
訳	笠野洋子
出版年	1999
ISBN	4062563592
出版社	東京: 講談社
備考	amazon.jp
原著	<i>Waking up Just in Time</i>
副題	<i>A Therapist Shows How to use the Twelve Steps Approach to Life's Ups and Downs</i>
版	Reissue edition
原著者	Abraham J. Twerski
出版年	1995
ISBN	0312132077
出版社	St. Martin's Griffin
備考	amazon.jp First printed in United States by Topper Books 1990

エイブラハム・J・ツワルスキーハム/著
笠野洋子訳好評!! こうありたいと思う自分に
生まれ変わる12の方法!!

スヌーピーやチャーリー・ブラウン、ルーシーたちといっしょに、

心理的問題を解決する具体的な方法をマスター テーマ別・大きな字・読みやすい

しよう! 何があつてもへこたれない生き方!

生き方 定価: 本体700円+税

講談社文庫

解説

悩みや苦しみのない人生はない。いざ問題や困難に直面したとき、どう対処すればいいのか……！？長年、心理的問題を抱える人々に接してきた精神科医が、誰にでも応用できる問題解決の具体的方法を示す。どうにもならないと思っていることがあるとき、自分を好きになれないとき、人間関係がぎくしゃくしてきたとき、などなど、本書を手に、12の方法をやってみるといい。そして、スヌーピー、チャーリー・ブラウン、ルーシーたちといっしょに、気持ちよい「こころの目覚め」を体験しませんか！？本書カバーより

From:
<http://ieji.org/wiki/> - 心の家路

Permanent link:
http://ieji.org/wiki/books/waking_up_just_in_time

Last update: 2019/11/04

