

図解でわかる

14歳からの

ストレスと心のケア

社会応援ネットワーク 著

兵庫教育大学名誉教授
富永良喜 監修

家族、友だち関係、いじめ、トラウマ、鬱…
ストレスに押しつぶされずに、
心のケアができるようになる本

