

おすすめ図書

平成30年 6月 NO 5

NO IMAGE

ほめ日記自分新発見

手塚千砂子/著

三五館

社会は「勝つ・負ける」、格差の「上・下」というように

短い単語で表面的に人を区別する風潮に

私たちは影響されています。

その枠に当てはめて自分の価値を判断してはいませんか？

生きずらいと感じてしまうのはストレスフルな環境の中、

自分を変えようと努力し前に進もうとした証。

もっと「わたし」をほめましょう♪

本来の「わたし」の良いもの・価値あるものを

この本を通して見つけませんか？