

だいじょぶだあへ

不登校・うつを経験した
精神科医の読む薬

精神科医

平光源

Taira Kougen



悩んでいたことが **大丈夫** になる、考え方のヒント

その症状は動物の本能
生き延びるための大切な能力

今すぐ「逃げたい」「消えたい」あなたへ

英智舎