

どんどんふくらんでいくイライラと、
上手に付き合う方法

イライラのあらし がきたら、 どうしたらいいの？

日本アンガーマネジメント協会すいせん

金の星社



ルイズ・グレッグ 作／ジュリア・サルダ 絵／吉井知代子 訳
定価 1,540円(税込)

金の星社