新刊話題書・文庫本 ご担当者様

お世話になります。
リベラル社より新刊のご案内です。

リベラル文庫

「頑張っているのに報われない」と感じるあなたへ

5月発売

「頑張る」をやめてみる

根本裕幸［著］　定価748円（税込）／文庫判／モノクロ・192ページ

予約のとれない人気カウンセラーが自信を持って、ラクに生きる方法を紹介

ついつい相手の顔色をうかがって、「断れない」「頼れない」状況になっていませんか。仕事やプライベートでストレスを抱え込まないコツを、人気心理カウンセラーがご紹介。

コンテンツ

1章 あなた、抱え込んでいませんか?
2章 抱え込んでしまうのはなぜ?
3章 抱え込みから抜け出そう
4章 上手に頼れる人になろう
5章 ラク～な人付き合いのコツ

著者プロフィール

根本裕幸（ねもと ひろゆき）

1972年生まれ。1997年より神戸メンタルサービス代表・平準司氏に師事。2000年よりプロカウンセラーとして、述べ15,000本以上のカウンセリングと年間100本以上のセミナーをこなす。2015年4月よりフリーのカウンセラー・講師・作家として活動を始める。主な著書に『敏感すぎるあなたが7日間で自己肯定感をあげる方法』（あさ出版）など。雑誌、新聞、テレビへの出演多数。

ベストセラー多数

敏感すぎるあなたが7日間で自己肯定感をあげる方法
（あさ出版）ISBN978-4866670133

いつも自分のせいにする罪悪感がすーっと消えてなくなる本
（ディスカヴァー・トゥエンティワン）ISBN 978-4799324813

リベラル文庫　好評発売中!

1分で心がラクになる心理学
いちいち悩まない
ISBN　978-4434279119　748円(税込)

冊

※本書は、小社より2018年に発行した書籍『ついつい抱え込んでしまう人がもう無理! と思ったら読む本』を文庫化したものです。
※現在制作中のため、内容やデザインが変わる場合がございます。

手配の都合上、＿＿＿＿までにご返送いただきますようお願いいたします。

番線	書籍	「頑張る」をやめてみる［リベラル文庫］ 根本裕幸［著］ 冊	拡材	A3パネル 30冊以上 ( )枚希望	POP（ハガキ1/2サイズ） 7冊以上 ( )枚希望
		定価 748円（税込）／文庫判／モノクロ・192ページ		A4パネル 20冊以上 ( )枚希望	テーブル（40cm×50cm） 50冊以上 希望（する・しない）
		発行：リベラル社　発売：星雲社　ISBN 978-4-434-30380-7			
	ご注文日:　年　月　日		ご担当者様名:　様		

※弊社は取次委託配本を行っていないため、ご発注いただかなければ配本はございません。ご注意ください。
※冊数は減数させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

ご注文はこちら ➡ リベラル社 **FAX 052-261-9134**

〒460-0008 名古屋市中区栄3-7-9 新鏡栄ビル8F　TEL.052-261-9101　http://liberalsya.com　info@liberalsya.com