



リベラル文庫

# 心理本のベストセラー、 待望の文庫化!!

【著者】大嶋信頼

2024年  
**6月**  
発売

知らぬ間に「支配されてしまう」から抜け出す!

## 「いつも誰かに 振り回される」が 一瞬で変わる方法

【イラスト】森下えみこ

定価720円+税 文庫判/モノクロ・264ページ

### 大人気カウンセラーの話題作 “振り回されない”暗示術

嫌だと思っても言えない、つい下手に出てしまう、「あのひと言」がずっと忘れられないほか、誰かに振り回される状況を「脳の仕組み」から解説、心に静けさが戻り「本当の自由」が手に入る方法を紹介。

著者 **大嶋信頼**

おおしま のぶより

心理カウンセラー・株式会社インサイト・カウンセリング代表取締役。多くの人が自由に生きられることを目指し治療を行う。カウンセリング歴23年、臨床経験のべ7万件以上。著書に『無意識さんの力で無敵に生きる』(青山ライブ出版)、『サクセス・セラピー』(小学館)など、著書多数。



本書の  
主な内容

- つい自分をおさえて他人を優先するクセ
- あの人の言動に一喜一憂!もう疲れた…
- 人の不満や不安が「うつって」しまう!?
- 「どうしてあなたは!」と思った瞬間、巻きこまれる
- 「肩の動きを合わせる」だけで優しい上司に

- 第1章 いつも誰かに振り回されていませんか?
- 第2章 知らぬ間にできあがる力関係の正体
- 第3章 「ダメな自分」幻想から抜け出す
- 第4章 あの人を一瞬で「いい人」に変える
- 第5章 もう二度と他人の言動に動かされない

※本書は2016年にすばる舎より発刊した「いつも誰かに振り回される」が一瞬で変わる方法」を改題し、再構成し文庫化したものです。

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	「いつも誰かに振り回される」が 一瞬で変わる方法 [著者] 大嶋信頼	冊	拡大	A3 パネル	30冊以上	POP (ハガキサイズ)	5冊以上
		定価:720円+税/文庫判/モノクロ・264ページ 発行:リベラル社 発売:星雲社 ISBN 978-4-434-33989-9			( )枚希望	( )枚希望		
					A4 パネル	20冊以上	テーブル (40cm×50cm)	50冊以上
					( )枚希望		希望(する・しない)	
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 078-958-5581**

〒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](mailto:info@liberalsya.com)

