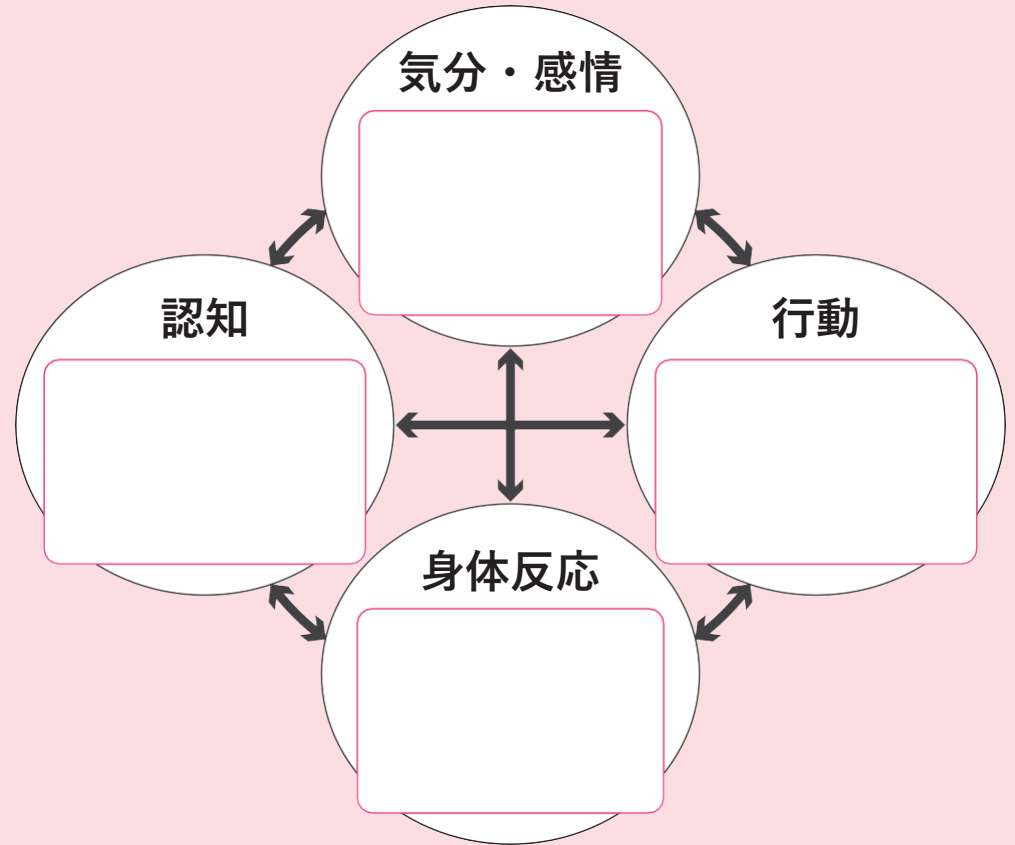
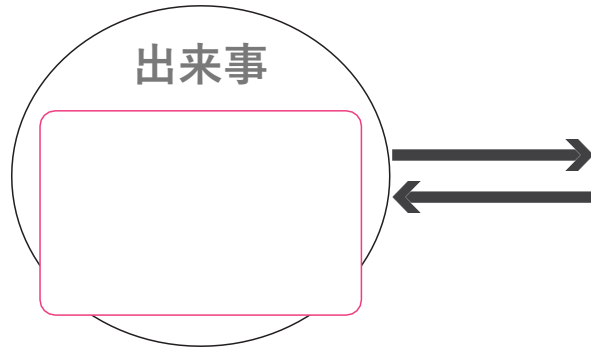


こころの仕組み図（認知行動療法の基本モデル）



使ってみたいコーピング

いつ、使ってみますか？