

「へこたれずに

再起する力」

を身につけよう

『本当の「心の強さ」
ってなんだろう?』

誠文堂新光社

本当の「心の強さ」

ってなんだろう?」

一生を支える

折れない

メンタルの

つくり方

齋藤 孝

Takashi Saito



落ち込んでも

「何度でも立ち直る力」

さえあれば大丈夫