

# 『 人生好転のカギはあなた自身の中にある 』

潜在意識を変える7つのセラピー

著者：よしだひろこ

【使用】四六版並製 176 ページ 【定価】1300 円＋税

## 心のリセットできる、潜在意識とヒプノセラピーの世界。

「心」は10%の表層意識と90%の潜在意識で構成されています。日常生活では表層意識しかはたらいておらず、人は心のたった10%で悩んだり、楽しんだりしています。

残り90%の潜在意識を活用すれば、過去のトラウマも解消され、行動や考え方のクセ、深い悩みも解決でき、前向きに生きていけるようになる。本書では、深層心理療法のひとつ、ヒプノセラピー（催眠療法）をクライアントの体験談とともに紹介し、読者が読んだだけで、悩みやストレスの視点を変えられるような「読む心のセラピー本」に仕上げました。

### 【著者経歴】

よしだひろこ 1995年よりHPSカウンセリングアカデミーを開設し、以来ヒプノセラピストの養成・指導に力をそそいでいる。現在、HPSカウンセリングアカデミー代表、日本催眠療法協会理事長、国際生命情報科学会（ISLIS）評議員。

### 【本書に関するお問い合わせ】

（株）マガジンハウス 第一書籍編集部・米谷浩子 ([yoneya@magazine.co.jp](mailto:yoneya@magazine.co.jp))

TEL 03-3545-7030 FAX 03-3546-9112

〒104-8003 東京都中央区銀座3-13-10