

ファミリーライフ ホームビルダーズ ストレスへの対処

著者：Doug Daily

翻訳：鈴木敦子

編集：Dr.アンディ美湖 & 美湖純子

セッション1： ストレスに圧倒される

セッション2： 多忙なライフスタイルからのストレス

セッション3： 仕事の位置づけ

セッション4： お金の問題

セッション5： 家族関係から来るストレス

セッション6： 試練から来るストレス

基本規則

1. あなたの配偶者を困惑させるようなことは分かち合わないでください。
2. 答えたくない質問はそのまま通りすぎて結構です。
3. 次のセッションまでにホームビルダーズプロジェクトを行ってください。