



## 久瑠 あさ美 (くる あさみ)

メンタルトレーナー／作家  
「ff Mental Room」(フォルテッシモメンタルルーム)代表  
日本芸術療法学会会員  
日本産業カウンセリング学会会員  
日本心理学会認定心理士

精神科・心療内科の心理カウンセラーとして勤務後、トップアスリートのメンタルトレーニングに積極的に取り組み、注目を集める。企業経営者、各界アーティスト、ビジネスパーソンなど個人向けのメンタルトレーニングを行い、延べ10万人を超えるクライアント実績。企業や自治体への講演活動や人材教育、「潜在能力を引き出す突破力研修」など潜在的な力を引き出す人材育成プログラムを開発。医療、介護に特化したマインドプログラムにおいては、空間創りから参加するなど活動は多岐に渡る。毎月開催される本格的な体感トレーニングを行う「心を創るマインド塾」や「メンタルトレーナー養成塾」や年2回の「春期・秋期「マインドの法則」～3日間「心の実学」集中セミナー」を主宰している。『鏡面感覚トレーニング』、『コラージュトレーニング』など感性を高める実践的な単発レッスンも行っている。雑誌・テレビ・ラジオなどメディア出演も多数。著書に『人生が劇的に変わるマインドの法則～実践ワーク』このまま何もしないでいればあなたは1年後も同じだが潜在能力を武器にできれば人生はとんでもなく凄いことになる』久瑠あさ美のイキザマ革命』など累計120万部を超える。

- ◆ff Mental Room ホームページ <http://ffmental.net/>
- ◆久瑠あさ美のメンタル・ブログ <http://blog.livedoor.jp/kuruasami/>
- ◆久瑠あさ美チャンネル[ff Mental Room HPトップページから無料動画視聴可]  
<https://www.youtube.com/channel/UCoIa4RKKVUloNCOXKp70Tq>
- ◆久瑠あさ美のメルマガ マインド塾  
<https://www.mag2.com/m/0001691561.html?reg=mag2top>

