最短一分間でデキる不安解消法！あなたの不安は本当のチャンスかもしれない！！iPhone／iPad電子書籍アプリ「不安な人ほど成功する 成功への習慣術」が7000DL突破！

「不安な人ほど成功する 成功への習慣術
ポジティブ・マインドに変わる３つのステップ」がiPhone,iPad書籍アプリが7000DL突破！特別SALEキャンペーンを開催！
本日?2013年7月28日 まで特別SALE価格 定価1,365円の94%OFFの85円にてご提供です！

◆プレスリリース本文
株式会社メディカム（本社：東京都渋谷区）は、iPhone/iPad用電子書籍として「不安な人ほど成功する 成功への習慣術
ポジティブ・マインドに変わる３つのステップ」が7000DL突破！特別SALEキャンペーンを開催！
本日?2013年7月28日 まで特別SALE価格定価1,365円の94%OFFの85円にてご提供です！
今後も本製品同様に電子書籍アプリをリリースし、書籍ラインナップ増加予定です。

■基本データ
タイトル：不安な人ほど成功する 成功への習慣術
ポジティブ・マインドに変わる３つのステップ
カテゴリ：ブック
リリース：2012年9月10日(月)
価格 ：特別価格85円(定価1,365円の94%OFF本日?2013年7月28日 まで)

購入方法：iTunes Store>App Store>ブックまたは
“ 仕事術，成功，裏技，”で検索

iTunesストアリンク
http://bit.ly/NUUYCa

最短一分間でデキる不安解消法！
あなたの不安はチャンスかもしれない！！

あなたは、「だめ」とか「できない」とか「ムリ」といった否定的な言葉ばかりをつい口にしてはいませんか。
だれかが成功したことに対して、素直に褒めていますか。あなたのためになにかをしてくれた人に、感謝の言葉を伝えていますか。
すごくよいことがあったのに、素直に喜んでいるでしょうか。多くの人は、なんだか世の中、プレッシャーばかりだなあ、
と思って、そして自分でハードルを高くして、無用な不安をかきたてているような気がします。
「私にはこんなことはできない」とか「やれたらいいかもしれないけど、とてもいまの自分にはムリ」とか。
または、三つの目標を立てて、一つ達成したとしても喜べず、できなかった二つの目標について「やっぱり自分はダメなんだ」と感じているとしたら、かなりハードルを高くし過ぎていますね。

そういう生活をしていると、心も体もこわばってしまいます。自分にしかできない自分の人生を送るために、本書を役立ててほしいと思います。

【目次】━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━

◆成功は不安な顔してやってくる

◆もくじ◆

・まえがき

①なぜ、成功は不安の顔してやってくるのか
成功した人はだれでも知っている、不思議なサイン

不安にとらわれたとき、夢の扉が開いた瞬間！
まずは、行動につながればいい
あなたを不安にする7つの「外部要因」
あなたを不安にする5つの「内部要因」
「いまなにをしたらいいのか」だけを考える
不安は、あなたを進歩させる贈り物
不安を消すのに、〝勇気〟は必要ない！
不安には、良性と悪性がある

②ステップ1 一分間で不安を消す8つの知恵
まずは、行動につながるスイッチを入れる

不安の原因を知り、不安を大きくしない
自分なりの「一分間不安解消法」をつくろう
自分の「呼吸」に意識を向けてみよう
まず、動くところから動かそう
五感に「快」を与えて集中力を回復しよう
簡単なことから「予測力」をつけよう
逃げ道を探して「他人力」を使おう
人の言葉を都合よく理解してみよう

③ステップ2 「ミラーリング効果」で、不安を味方に変える
もう一人の自分を持てば、解決策が見えてくる

主観と客観、もう一人の自分を育てよう
自分本位ではない自分をつくる
〝心の鏡〟を磨き、角度に注意しよう
アクセルとブレーキを使い分ける
客観的な問いかけを自分にしてみよう
ムチャはしないが、勇気を少しだけ

④ステップ3 不安を成功に導く、〝ポジティブ・マインド〟のつくり方
この習慣で、気がついたら叶っている！

この練習で、ポジティブ気質に変わる！
わずかな「パーフェクトタイム」を持とう
「どうにかなるさ」で、うまくいく
毎日の「小さなラッキー」を拾っていこう
あなたのポジティブ・マインドをテスト

⑤成功は、あなただけの「ドリカム・プラン」の中にある
外野の騒音につぶされない6つの発想

「もうこの歳だから…」を禁句にしよう
タイムリミットは変えてもいい
夢が実現するまでのプロセスは、だれも評価できない
「成功基準」は自分で決める
努力というプロセスこそ価値がある
他人の尺度は、「それもある」ぐらいでいい
特別付録 成功体質に変わる「アファメーション・カード」

あとがき―夢と生きる楽しみ
成功への一歩・コラムⅠ 不安な部分は人に託す
成功への一歩・コラムⅡ 不安をバネにして限界へ挑戦する
成功への一歩・コラムⅢ 不安から逃れるための仕事
成功への一歩・コラムⅣ 年齢へのこだわりを捨てる

iTunesストアリンク
http://bit.ly/NUUYCa

■その他のiPhoneアプリ・電子書籍一覧サイト
http://bit.ly/zU1VoR

■その他のAndroidアプリ・電子書籍一覧サイト
http://bit.ly/wAe4kO

――――――当プレスに関するお問い合わせ先――――――
●書籍アプリに関してのお問い合わせ
社 名 ： 株式会社メディカム
ＴＥＬ ： 03-5468-9169
ＭＡＩＬ ： info@medicome.co.jp
担 当 者 ： コンテンツ部

Generated by ぷれりりプレスリリース
https://www.prerele.com