7000DL記念キャンペーン開催致します！iPhone,iPad書籍アプリ「成功するためのイメージトレーニング」を大特価85円でご提供！

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「成功するためのイメージトレーニング」を2012年6月7日(木) にAppStoreよりリリース致しました。
7000DL記念して大特価セールを開催致します！本日より2013年７月28日（日）まで大特価85円でご提供！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：成功するためのイメージトレーニング
カテゴリ：ブック
リリース：2012年6月7日（木）
価格　：85円円(2013年７月28日（日）まで大特価85円)

購入方法：iTunes Store) App Store)ブック
または“せいこう,イメージ,トレーニング”で検索

iTunesストアリンク
http://bit.ly/Lzj53o

デキる人間が使う成功ぐせをつける方法とは!?
どんな状況も切りぬけられる、5つワザを解説!

勝つための5条件をどうつくりだすか。イメージトレーニングの実践と研究を通して、
著者がとくに強調したいのは、勝つための五つの条件、このイメージトレーニング法が、人生の勝利・成功を導く。

◆こんな人におすすめ ――――――――――――
・もっと自分に自信をつけたい人!
・失敗を成功に結びつけたい人!
・心配性やあがり症を克服したい人!
・緊張を逆手にとりたい人!
・集中力を持続させたい人!
・新しいことに挑戦したい人!

【目次】 ――――――――――――――――――
■1 自信をつけるイメージトンーニング法
イメージの世界で、 一度成功を“体験”してみよう
1.勝ちたい、そうなりたいという目標を明確にメージする
2.目標を達成するための具体的方法を考える
3.大目標のまえに簡単な目標を立てて成功を体験する
4.目標がなかなか浮かばないときは、いまやりたいことから始める
⇒ほか全11項目

■2 失敗を成功に結びつけるイメージトレーニング法
失敗イメージを受け入れない者に、成功イメージは描けない
1.失敗する情景が浮かんできても、それを素直に受け入れる
2.負けたとき、失敗したときのつらさ、悔しさは、いつも心に刻みつける
3.目標への途中、“壁”にぶつかっても、目標を修正しない
4.すぐに答えがみつからなくても、問題をいつも頭の中に入れておく
⇒ほか全8項目

■3 緊張を逆手にとるイメージトレーニング法
イメージ中にヒヤヒヤ・ドキドキするほど、本番に強くなる
1.緊張に押しつぶされそうな場面を、できるだけ多く“体験”する
2.土壇場の勝利、最後の勝利をふだんから頭に描いてみる
3.逃げ出したくなるようなピンチを、意識的に思い浮かべる
4.毎日の生活の中でも、できるだけ苦しいことを避けないようにする
⇒ほか全10項目

■4 集中力を持続させるイメージトレーニング法
一心不乱にイメージを描けば、もう雑音に左右されない
1.内容をすこしずつ変えながらでも、毎日行なってみる
2.一日の中でも仕事や勉強をはじめるまえと、行なう時間を決めておく
3.成功したいと願うなら、最低一カ月はつづけてみる
4.動作を加えるなどして、描く“きっかけ”をつかむ
⇒ほか全8項目

■5 新しい挑戦への準備をするイメージトンーニング法
一つの勝利から、百の成功もイメージできる
1.あらゆる角度から可能性を分析してみる
2.いままでつくったイメージを、あれこれ重ね合わせてみる
3.目標は、一つよりも二つ二つとよりたくさん描く
4.自分のこれまでの成功や失敗をふり返ってみる
⇒ほか全6項目

【著者情報】前嶋 孝━━━━━━━━━━━━━━━━━━━━
一九四一年長野県生まれ。六五年専修大学を卒業。順天堂大学大学院を経て、七七年専修大学講師、八四年より現職となる。
運動生理学専攻。スピードスケートに関して、イメージトレーニング中の生理的反応などを研究、実践に応用。
七八年から同大学スピードスケート部監督を務め、八年連続日本一に導くとともに、多くの五輪選手を育てている。

iTunesストアリンク
http://bit.ly/Lzj53o

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

■Androidアプリ・電子書籍一覧サイト
http://bit.ly/wAe4k0

――――――――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