iPhone／iPad電子書籍アプリ「心配ぐせをなおせばすべてが思いどおりになる」がAppstoreで35,000DLを突破！

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「心配ぐせをなおせばすべてが思いどおりになる」を
2012年5月31日（木）にAppStoreよりリリースし、35,000DLを突破したことを発表致します。
大好評につき、先着5,000名限定SALE延長！！1,365円より93%OFF！85円でご提供致します！

■基本データ
タイトル：心配ぐせをなおせばすべてが思いどおりになる
カテゴリ：ブック
リリース：2012年5月31日（木）
価格　：1,365円(先着5000名限定、特別価格85円)

購入方法：iTunes Store) App Store)ブック
または“心配,なおす,クヨクヨ”で検索

iTunesストアリンク
http://bit.ly/KKBdYy

今すぐ実践できる、思考テクニック向上術!
マイナス思考でも⇒【プラス思考】に改善!!

なんとなく毎日がうまくいかなく感じるあなたへ。
「クヨクヨ」系から「ワクワク」系に変わる!!“心の名医”モタさんの、今日からできる、やさしい習慣術。

◆こんな人におすすめ ――――――――――
・毎日、会社出勤、学校が憂鬱に感じる…
・心配性だと感じている
・いまいち人生がぱっとしない
・人生の目標を失いがちになっている
・最近、なんとなくうつ病かなと感じる
・日々のモチベーションをあげたい
・自分に合う、いい習慣術を覚えたい

【目次】 ――――――――――――――
■1章 あなたが、つい「クヨクヨ」してしまう理由
心配性の原因がわかれば、前向きになれる
動物は、もともと心配するようにできている
心配性は、「幸せを得るためのエネルギー」
松下幸之助も孫正義も心配性だった
多くの人が心配性になる「9つの理由」
これが、「心配性の虫」が騒ぎ出す瞬間

⇒ほか全6項目

■2章 ムダな「ドキドキ」を克服する8つの習慣
こんな不毛なことで悩んでいないか
心配しても仕方がないことで悩んでいないか
過去は変えられず、未来はわからない
「やってしまったこと」を後悔するまえに
自分一人の力ではどうにもできないなら
現状を認識し、自分が最大限できることを考える
厳しい現実も、「笑い話」にすれば受け容れやすい
変化は怖い、だからまず受け入れる
「いいな、いいな……」は不幸の口ぐせ
他人と比較すると、自分の生き方が見えなくなる
「他人の目」が気にならなくなる5つのレッスン
⇒ほか全22項目

■3章 心配性だから物事はうまくいく
たったこれだけで、すべての「不安」が解消される
「未来の不安」はこれで消える
不安材料を「努力目標」に変えてみる
「将来の心配」は、自分が変わるチャンスをつかんでいる証拠
目標のつくり方しだいで、マンネリに陥らない
まず現在の仕事をどう楽しくするか
「自分にはできっこない」という心配を消す
「マイナス思考」と上手につき合う3つのステップ
「人づき合いが不安」な気持ちにサヨウナラ
人の情報収集のひけらかしは逆効果
人のことまで心配しすぎる気持ちを抑えるには
心配性だからできる、上手な危機管理
危険を予測できるから適切な準備ができる
人生の危機管理は、「投資対効果」を考えよう
⇒ほか全31項目

■4章 ツキを呼ぶ「脱心配性思考」のつくり方
「もし……だったら」から、「きっとうまくいく」人間へ
明日はかならず、やって来て去っていく
しょせんすべては小さなこと
思考から、マイナスの「もし……」を極力減らす
「私はきっと、うまくいく」がツキを呼ぶ
あとで困ることに、いま困らない
すべて「人生八〇%主義」のすすめ
心配事をため込まない2つの発想法
すぐにできる、心配性を寄せつけない生活術
⇒ほか全12項目

【著者情報】斎藤茂太━━━━━━━━━━━━━━━━━━
医学博士。斎藤病院名誉院長。日本ペンクラブ理事、日本旅行作家協会会長ほか多くの役職を歴任。

（本データはこの書籍が刊行された当時に掲載されていたものです）

iTunesストアリンク
http://bit.ly/KKBdYy

■新着アプリ情報
・即効リフレッシュ！疲れがスッと取れる裏ワザ
http://bit.ly/PGyOc1

・33歳までに人生最高の幸せを手に入れるフルコース宣言
http://bit.ly/PelsIg

・社会人として最低限知っておきたい常識マナー
http://bit.ly/Lo4yX6

・『一流ホステスが教える夜のお悩み相談室 』
http://bit.ly/NyQezC

・デキる人だけ知っている、直感力向上テクニック～脳ヨガ訓練法～
http://bit.ly/MonDt8

・しわけにゃんこ
http://bit.ly/NcEOgM

・勉強がキライなあなたへ 学びを楽しむ22のレッスン
東大生が教える究極の勉強術!勉強が嫌になったとき、勉強に疲れたときに読む本
http://bit.ly/M77Q3i

・デキる人の上手な話し方～話し方を変えれば人生はウマくいくようになる
どんなに口下手な人でもデキる人になれる、話し方の究極テクニックを伝授!
http://bit.ly/LCIH1J

・一瞬でチャンスをつかむ！ゴマすり成功術 17
世の中に星の数ほどある自己啓発本とは一線を画し、本書は、「どうしたらチャンスを掴めるのか」、
その具体策を、実社会で本当に役立つようにやさしく解説!
http://bit.ly/KZ69Bc

・「キャバクラ嬢」行政書士の事件簿2
「夜のお店と行政書士の仕事」の裏事情。この一冊で法律知識も夜のお仕事も同時に学べちゃう、小説仕立ての解読本。
http://bit.ly/LwE5X8

・「キャバクラ嬢」行政書士の事件簿1
DVD化もされた、人気作品の第一弾が遂にiPhone電子書籍で登場！法律が学べるエンタメノベル!
http://bit.ly/JqUHDx

・知らないと損する「足ツボ・足裏健康法75」
●いつでもどこでも効果テキメン●図解付き☆足ツボテク75個＋健康知識も満載!!
http://bit.ly/KdO6sW

・人生が変わる成功法則
●今までの成功哲学の間違いを知り真の成功を掴むために●
本書は人が真に成功するための最終回答であり成功法則本としての最終兵器です。
http://bit.ly/Migu1c

・最短キャリアアップへの8つのステップ MBA入門
「一度の学び直し」が「一生使えるキャリア」になる!社会人大学院第一期修了の著者が、自身の実体験に基づいて指南。
http://bit.ly/KOKtZo

・禁煙ヨーガ呼吸 気がついたらタバコをやめていた７日間プログラム
1日ほんの数分、ヨーガ呼吸法をするだけで、体質が変わり、いつのまにかタバコが吸いたくなくなる驚異のメソッド。
http://bit.ly/JSDy4k

・一瞬でお客の心をつかむ飛び込み営業術
話ベタ、人嫌いでも大丈夫!30秒で自分を印象づけるテクニックとは!?
http://bit.ly/lIOu2T

・モテる男のデートの心理学～80のテクニック～
鋭い心理分析に定評のある著者が、

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