iPhone iPad
電子書籍『「気持ちの整理」が一瞬でできる法』アプリリリース
★人生、「ラクに生きる」人の勝ち！
どのようにして他の人に差をつけるか！？

iPhone iPad 電子書籍『「気持ちの整理」が一瞬でできる法』アプリリリース（出版社
株式会社イースト・プレス × アプリ製作会社 株式会社アドベンチャー）
★人生、「ラクに生きる」人の勝ち！ どのようにして他の人に差をつけるか！？
★一瞬で「気持ちがスッキリ！」 ⇒ 「やる気」をが湧せる方法
★ストレスをうまく整理して、毎日を楽しく過ごすための環境を整える術とは！？
★もう対人ストレスで泣かない！為に、いまやっておくこと

■「打たれ強い人」がやっているこころのストレッチを試してみよう■
・自分で自分のを上手にダマす『フレーミング』
・不安が大きいほどうれしくなれる？
・私が企業の人事担当者に教えている「人物評価法」
・「金魚のフン」でなにが悪い
・「自分に厳しく！」は２０世紀の思考法
・やった公開・やらない後悔 どっちがマシ！？
・正しい「自分の甘やかし方」

iTunes ストアリンク iPhone iPad iPod電子書籍
『「気持ちの整理」が一瞬でできる法』

App Store
からダウンロード

https://itunes.apple.com/jp/app/id576740688?mt=8

iPhone・iPad 株式会社アドベンチャー電子書籍 一覧サイト
iPhone電子書籍ランキング1位を獲得したアプリが４５書籍以上あり
http://iphone.adventure-inc.co.jp/

２０１２/１１/１４
アップル関連製品のサービスを提供する株式会社アドベンチャー（本社：東京都渋谷区、代表取締役 中村俊一 http://www.adventure-inc.co.jp/
）は、株式会社イースト・プレス（本社：東京千代田区 代表取締役 小林茂
http://www.eastpress.co.jp/
）から出版されている「「気持ちの整理」が一瞬でできる法」著者 内藤誼人、iPhone iPad電子書籍アプリとして１１月１２日にリリースいたしました。

■目次

・はじめに――“打たれ強い人”がやっている「こころのストレッチ」法！

●《自分の「立ち位置」を整理！》他人との上手な「距離の取り方」
・ストレスを受ける前にココに手を打て！
・この世で一番いらないもの
・「八方美人」薄命
・「どう思われたっていい」という強さ
・たまにはキレてもいい
・「万人ウケ」は自然の摂理に反する
・他人の助けはつっぱねろ
・私が企業の人事担当者に教えている「人物評価法」
・恋人、いますか？
・「金魚のフン」でなにが悪い
・「通りすがりの赤の他人」がアナタを苦しめていた！

●《芯になる「心構え」を整理！》クヨクヨしないための「下ごしらえ」
・自分で自分を上手にダマす「フレーミング」
・「悲観的」？ 「現実的」のまちがいでは？
・絶対に後悔しない選択法
・完璧主義者のパラドックス
・「三番手」を目指せ
・高い理想はアリかナシか
・不安が大きいほどうれしくなれる!?
・「自分への見せガネ」を用意せよ
・モーツアルトかマーラーか
・ユーモアの「ルール」
・うしろにはなにも落ちてませんよ

●《「ムダなやり方」を整理！》迷わない・間違えないための「行動プログラム」
・いざというとき頼りになる「ド鉄板」パターン
・「自分に厳しく！」は２０世紀の思考法
・雑念は「儀式」で撃退せよ
・太め体型のアナタはラッキーです！
・「やらなくちゃ……」が「やりたい！」に変わるコツ
・いつでも先手を取りに行け
・伝えにくいことから伝えるメリット
・「小さな勝利」を積み立てる
・やった後悔・やらない後悔 どっちがマシ？
・「あの日の失敗」を取り戻す方法がある！
・とりあえず、３回やってみる

●《ピンチを華麗に整理！》困ったときの「火事場のワンポイントテクニック」
・「当たって砕けろ」が正しいこれだけの理由
・最高の言い訳、教えます
・上手な「逃げ道」の作り方
・こんな「手帳」は今すぐ捨てろ！
・正しい「自分の甘やかし方」

・１００％で働くなんて……
・やらされたくないことを「やらされた」ときにやること
・「お前はクビだ！」と言われそうなときは
・グズはこれだけで治る！

●《「リラックスタイム」も整理！》何より大事だからはずせない「息抜きの極意」
・タバコ、吸ってもいいですか？
・家庭に仕事を持ち帰るのは「下の下」
・いい休息と悪い休息
・好きなテレビ番組はガマンするな
・「鼻」の出番だ！
・「舌」も使おう！
・ヤバいときにはクスリも辞さず
・他人の世話は焼きまくれ
・オシャレしよう――する努力だけでいいから
・「最高のセラピー」は窓のすぐ外にある
・「田舎」をとことん使い倒せ
・トラウマ・ロンダリング
・どうにもならないときの「たったひとつの冴えたやりかた」

・おわりに

―――■アプリ制作会社 株式会社アドベンチャーiPhone iPad アンドロイド電子書籍一覧サイト―――

◆iPhoneブックランキングで４月６日まで１位を４２日間継続獲得
◆２０１２年度iPhoneブックランキング１位を１９８日獲得

【 iPhoneアプリ事業 】 http://iphone.adventure-inc.co.jp/
◎iPhone電子書籍ランキング１位を獲得しているアプリが４５本以上

★iPhoneブックランキング１１月１４日１０時 出版社 ブック最高ランク 総合最高ランク★

４位 「夢をかなえるゾウ」の秘密 データハウス 最高４位
５位 女医から学ぶ魅力が１０倍増すセックス アドレナライズ 最高１位 総合１位
７位 言葉の罠一仕掛ける・動かす・味方に変える 経済界 最高７位
８位 飲み屋でウケる心理学 主婦と生活社 最高８位
９位 稼ぐギャンブル 5000万円稼いだ芸人が教える50の法則 太田出版 最高１位
１３位 加藤鷹 秘技伝授 ＫＫロングセラーズ 最高１位 総合１位
１６位 なぜか「人に好かれる人」の行動グセ 新講社 最高１６位
２２位 スティーブ・ジョブズ 神の交渉力 経済界 最高１位 総合１位
２４位 相手を洗脳する文章テクニック 日本実業出版社 最高１位
----
iPhone 電子書籍ランク５０位中１６アプリ １００位中３１アプリがランクイン

〇iPhone 新着アプリ
・あなたの性格と人生運を占う手相入門 １１月１２日リリース
・ＡＫＢ48スペシャル検定 １１月１２日リリース
・「気持ちの整理」が一瞬でできる法 １１月１２日リリース
・退職のとき100万円トクする本 １１月 ９日リリース
・なぜか「人に好かれる人」の行動グセ １１月 ９日リリース
・イヌ好き 自分の取扱書 １１月 ８日リリース
・ネコ好き 自分の取扱書 １１月 ８日リリース
・「夢をかなえるゾウ」の秘密 １１月 ７日リリース
・本当にあった（生）ここだけの話 １１月 ６日更新
・言葉の罠一仕掛ける・動かす・味方に変える １１月 ６日リリース
・ロボットアニメ雑学 １１月 ６日リリース
・武士に学ぶ人間関係の掟～絶対嫌われない部下の生き方～ １１月 ６日リリース
・ホントは知らないイタリア料理の常識・非常識 １１月 ２日リリース
・稼ぐギャンブル 5000万円稼いだ芸人が教える50の法則 １１月 ２日リリース
・飲み屋でウケる心理学 １０月２９日リリース
・超古代史ミステリー 日本とユダヤ 不思議発見 １０月２９日リリース
・完全探偵マニュアル Best+ １０月２７日リリース
・Ｍ 自分の取扱書 １０月２５日リリース
・最初の３秒で心をつかむビジネス文章術 １０月２３日リリース

★アンドロイドコミックランク１１月１４日１０時 出版社 最高ランク★

２位 スティーブ・ジョブズのプレゼン技術を学ぶ本 こう書房 最高２位
３位 女医から学ぶあなたの魅力が10倍増すセックス アドレナライズ 最高１位
５位 加藤鷹 秘技伝授 ＫＫロングセラーズ 最高１位
８位 女医が教える最高のセックス メディアタブレット 最高１位
１３位 一流芸能人がやっているウケる会話術 こう書房 最高１位
１７位 有吉弘行 俺は絶対性格悪くない！ 太田出版 最高１位
１８位 ソープ嬢が教える秘密のセックス でんでんアソシエイツ 最高９位
２１位 いただきセックス！ リイド社 最高１位
２２位 好かれる人の魔法の言葉 こう書房 最高４位

アンドロイドコミックランク５０位中２１アプリ
１００位中４１アプリがランクイン----------

――――――■当プレスに関するお問い合わせ先――――――
社 名 ： 株式会社アドベンチャー
ＵＲＬ ： http://www.adventure-inc.co.jp/
所 在 地 ： 〒150-0002 東京都渋谷区3-15-3 土屋渋谷ビル 5階
ＴＥＬ ： 03-5774-5775
代 表 者 ： 中村 俊一
ＭＡＩＬ ： i-phoneteam@adventure-inc.co.jp
担 当 者 ： 西川 剛司
担 当 者ツイッター： @adv_iPhone http://twitter.com/#!/adv_iPhone

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