

仕事と論語と蕎麦打ちが大好きな月本康寅がお届けする

たんぽぽ通信

◆集客・営業・広告・販促・マーケに役立つビジネスコラム 2018年2月3週号

■集客・営業・広告・販促に役立つ心理マーケティング

■『素直な脳』

ここ数年、私が気をつけていることは下記の2つです。

(1) 食事のたびに「いただきます!」と感謝する。

3度の食事のたびに感謝をすると感謝することが習慣化します。

感謝が習慣化するとどんなことでもありがたく思えるようになります。

そうすると不平や不満が減り、生活が楽しくなります。楽しくなると周りの人にも余計に感謝するようになるからより良い縁やチャンスがもたらされます。ちなみにゆっくりと食事をするとかリスマ性が高まる、という心理学者もいます。



(2) 朝起きたら「よく寝た!今日はどんな楽しい日になるだろう?」と言う。

人の脳は素直なので「なんとなくあの人は嫌だな」と思うと、脳はその相手の嫌なことを探し始め、実際に嫌な部分をキャッチします。これを**焦点化**と言います。

そのため「よく寝た!」と口にすると、たとえあまり寝ていなくても「そういえば睡眠時間は少なかったけれど、その分深い眠りだった気がする」と判断します。

また人の脳は質問を受けると毎秒A4サイズで30枚分の情報量を分析するスピードで動き出します。

そのため質問形で

「今日はどんな楽しい日になるだろう?」

と自問すると、あなたの脳もフル回転を始めて、楽しいことを探し始めます。

すると先ほどの焦点化が動き出し、実際に楽しいことを見つけます。

だから、その日が実際に楽しくなります。楽しい日が続けば人生は豊かになります。

脳の素直さを活用して生き生きとした人生を送りましょう。

●本記事は契約のうえ、ビジネス心理学講師・酒井とし夫さんが寄稿しています。



私の約束

リフォームの提案は、お任せください!
知識と智恵と豊富な経験で、必ずあなたの悩みを
ズバリ 解決します。

月本建設(株)代表取締役 月本康寅
電話/086-275-0676
FAX/086-275-5267
メール tsukimoto-cop@wind.ocn.ne.jp

ホームページ

月本建設

検索

4つの資格のプロだから安心です!

1級建築士
1級建築施工管理技士
1級土木施工管理技士
宅地建物取引士

「頼んで良かった」(^ v ^) とされる会社です!