

マイナス思考からプラス思考へ

* 人間は放っておけばネガティブ

- 人間は変化を拒み、安定を求める生き物
- 改革、変革……行動開始に大変なパワーが必要
- 反面、改善、成長、奉仕本能がある。

* 否定的な内部対話

- イヤだな、何でこんな会社に応募したんだろう？
- 役員や同期にダメな人間と思われるのではないか？
- 自分には審査のクリアーは難しいのではないか？

プラス思考でチャレンジ

* 成功者はほぼ例外なくプラス思考

- 1つの事柄の多くの見方、捉え方のうちポジティブなものを選択
- 解釈の仕方が重要

* プラス思考で自分を変える。

- 自分が変われば、結果が変わる。
- 自分を変えるには、心の在り方を変える必要
- 心の在り方は決断に影響
- 決断は行動に影響
- 行動は目標の達成、成功に影響