

ニューリリース/あの出版

報道関係者各位
2015年4月17日
株式会社エーピーコミュニケーションズ

SNSの利用シーンや本能分析から学ぶ人とのつきあい方 電子書籍を読んで気疲れしないコミュニケーションを！

株式会社エーピーコミュニケーションズ(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:内田武志 以下「当社」)は、当社の電子書籍事業である「あの出版」から4月17日(金)中嶋真澄氏の「どうしてあの人は「つながり」たいのか? 本能タイプでわかる! 上手な人とのつきあい方」を定価620円(税抜)にて販売開始しましたのでお知らせ致します。

■ あなたを支えているのは3つの本能？

この電子書籍では、人間の心の中にある3つの本能をわかりやすく解説しています。昨今のSNSの普及で私たちは心理的にも身体的にもストレスを抱えるようになってきました。そのストレスに大きく影響を与えているのが人間の心の中に存在している3つの本能だったのです。

この3つの本能とは、個体の生命維持に関わる「自己保存本能」、魅力的なものに強く惹き付けられる「性的本能」、群れをつくる「社会的な本能」と言われています。これらの3つのうち、どの本能の欲求を満たす事が自分にとって重要かによって、ライフスタイルや人づきあいの仕方が変わってくるのです。

本書では、オリジナルのチェックシートを用いて、この3つの本能の中から、自分自身に一番影響力が強い本能タイプと弱点になる本能タイプを診断することができます。自分の強み・弱みを把握することで、人付き合いのコツがわかり、コミュニケーションが円滑になるでしょう。

春の新生活で環境が大きく変わり、「人づきあいが面倒だな…」「どうしてあの人はあんなに人脈を広げたがるのだろうか?」「もっと自分らしい仕事をしたい!」そんな悩みを抱える方も多いのではないのでしょうか?

本書を読んで、SNSでもリアルな生活でも苦労しない上手な人づきあいをしましょう!



▼本書について

【もくじ】

はじめに

第1章 あなたを支える3つの本能

あなたは身体感覚とつながっていますか？／心を支えているのは本能の3本柱／あなたがつながれる友人・知人の数は？

第2章 友達の数は本能タイプで決まる！？

自己診断チェックリスト／本能タイプ別 ライフスタイルと人づきあいの特徴／ソーシャルタイプに友達の数が多い理由／本能タイプ別リアル友達とのつきあい方／本能タイプから見たカップルの相性

第3章 本能タイプから見たあなたの強みとブラインドスポット

本能タイプからみた強み……自己管理能力・集中力・適応能力／ブラインドスポット 何があなたの苦手意識になっているのか？／ブラインドスポット 苦手意識克服方法

第4章 SNSと心の葛藤

妬み あの人の幸せ（成功）が自分に欠けているのを思い出させる／呼吸をしよう 現実とのつながりを取り戻す／思考能力を使おう あなたは自分で思っているよりずっと賢い／SNSで自分盛り自分の価値を認めてほしい人々／自己表現とコミュニケーションの道具としてSNSをうまく使いこなそう

あとがき

あなたはどの本能タイプ？



▼著者紹介

中嶋真澄（なかじまますみ）

徳島県生まれ。関西学院大学文学部大学院修士課程（哲学専攻）修了。エニアグラムアソシエイト主宰。

独自の性格研究をベースに、多数の心理テストを制作してきたベストセラー作家。宗教心理学（とくに原始キリスト教の心理学）に関心を持つ一方、東洋的自然観に基づく『易経』の世界に惹かれ、日本易道学校にて周易を学び、自ら筮竹をもって易占を行う。最近では、身体性とスピリチュアリティは切り離すことができないという考えから、ヨガの実践を行っている。

■ダウンロードサイト

<http://thepublishers.jp/archives/1109>

※各電子書籍ストアよりダウンロードが可能です。



■「あの出版」について

あの出版は電子書籍（ポーンデジタル）を企画、制作しております。

電子書籍だけでなく「読む」を通じて様々な形のデジタルコンテンツをご提供致します。

○ サイト: <http://thepublishers.jp/>

○ 配信先: iBookstore、Amazon Kindle、kobo、GooglePlay、BCKKS、BookBeyond他

○ 配信コンテンツ数: 約60タイトル配信中

※その他、Facebookページやブログ、物販を企画・運営しております。

株式会社エーピーコミュニケーションズ会社概要

エーピーコミュニケーションズは 1995 年の創業以来、長年に亘りネットワークインフラ及び、サーバ構築、保守運用サービスの提供を行っております。

また、上記分野における応用ニーズに対しても、迅速に対応出来るようフラットな組織と各分野のエキスパートを擁しており、今までの蓄積した技術と経験を生かし多面的なビジネスを展開しております。

会社名 : 株式会社エーピーコミュニケーションズ

代表者 : 代表取締役社長 内田 武志

所在地 : 東京都千代田区鍛冶町 2-5-5 神田駅前 SK ビル

設立 : 平成 7 年 11 月

事業内容: キャリア系大規模ネットワーク・大手企業基幹系ネットワークの構築・運用・保守
元請事業（アプリ開発含）、IT ソリューション事業

URL : <http://www.ap-com.co.jp/>

【本件に関する問い合わせ先】

■ 株式会社エーピーコミュニケーションズ 広報担当: 佐久間・鶴田

TEL: 03-5297-8011 FAX: 03-5297-8253 Eメール: pr@ap-com.co.jp

【商標名称等に関する表示】

*記載されている会社名及び商品名／サービス名は、各社の商標または登録商標です。