

心のブロックを外す！眠っている才能の見つけ方

営業は「自己暗示」で うまくいく

2021年6月20日発行

株式会社あさ出版(代表取締役:佐藤和夫、所在地:東京都豊島区)は、中島 英樹 著『営業は「自己暗示」でうまくいく』を2021年6月20日(日)に刊行いたします。

自己暗示を使えば営業成績は格段に上がる

うまくいかずに悩んでいる営業マンは後を絶ちません。さらに、このコロナ禍で気持ちも不安定になりより一層うまくいかないことに…。何をやってもうまくいかない人は心のブロックが邪魔をし、自分にあっていない営業をしている可能性があります。

本書では、上級催眠療法士である著者が、その心のブロックを外すカギとして自己暗示を使い、営業の才能を引き出します。呼吸法や準備運動など自己暗示のやり方の他、電車の中や会議前にできる自己暗示などシチュエーション別に活用できるメソッドなどもご紹介します。

タイトル:営業は「自己暗示」でうまくいく

ページ数:256ページ 著者:中島 英樹
価格:1,540円(税込) 発売日:2021年6月20日
ISBN:978-4-86667-274-8

【目次】

- はじめに
第1章 営業の仕事に特別なセンスは必要ない
第2章 自己暗示は営業の才能を引き出すスイッチ
第3章 自己暗示を使えば営業成績は格段に上がる
第4章 潜在意識と三つのアイテムで成果を上げる
第5章 実践！ シチュエーション別 自己暗示メソッド
おわりに

【著者プロフィール】 中島英樹(なかしま・ひでき)

営業コンサルタント
日本催眠誘導研究学会認定技術者・セラピスト

福岡県出身。大学を卒業後、銀行に入行。新人で銀行全店1位を獲得。特進で主任に昇格。9年後に銀行を円満退社するまで、諸項目11個のノルマをすべて達成し続け、さらにトップランキングを維持し続けた。

2011年から2年間にわたり、上級催眠術の技法および催眠療法を学び、その過程で、「自己暗示営業術」を確立。ネガティブ暗示漬けとなってサジを投げられた営業マンをことごとく「売れる営業マン」へと変身させてきた。再現性・即効性十分の「自己暗示営業術」は心と成果が激変するセッションとして好評を得ている。



自己暗示は、次の流れで行います。

1. 深呼吸で準備(4・7・8呼吸法)

①鼻から4秒間、空気を吸い込む ②息を7秒間止める ③8秒かけてゆっくりと口から息を吐き出す
最初に深呼吸をするのは、心と体を落ち着かせ、スッキリさせるためです。「4・7・8呼吸法」は、ハーバード大学出身のワイル博士が考えた呼吸法で、「ハーバード式呼吸法」ともいわれます。

2 自己暗示(魔法の暗示・覚醒暗示など)

目的に合った「魔法の暗示のことば」をかけたり、動作を行ったりした後、普通の生活に戻るための覚醒暗示をかけます。

3 行動

テレアポがうまくできるようになるための自己暗示をしたなら、続けてテレアポを行います。そうすることで、頭や心が連動し、うまくできるような状態になります。

自己暗示で得られる五つのメリット

- ①アイデアがどんどん湧いてくる
- ②柔軟性が発揮できる
- ③記憶力が上がる
- ④幸福力が上がる
- ⑤営業力が上がる

会議前の緊張をほどく弛緩法を使った自己暗示

※本書より抜粋要約

「会議前の緊張をほどく弛緩法を使った自己暗示」は、営業会議やプレゼン前、訪問前など、緊張や不安を感じているときなどに緊張をほどく自己暗示です。眠れない夜などにリラックスするために行うのもオススメです。

背筋を伸ばして
イスに座り、
肩の力を抜いて
両腕をプランと
おろす



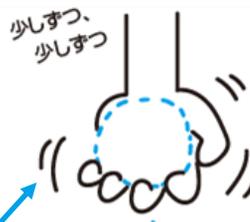
軟式テニスボール(やわらかいボール)を
軽く握っているイメージで、
両手のひらを軽く握る。
親指を他の4本の指に
巻き込まないように気をつける



1.2.3.4.5



少しずつボールを握りつぶすように、
手のひらに力を入れて握っていき、
最後は、ボール内の空気をすべて出し、
両手を力いっぱい、
手が震えるくらい力を入れて握り、
5秒数える



少しずつ、
少しずつ

「少しずつ、少しずつ」と唱えながら、
今度はボールが少しずつ
膨らんでいるかのように、
力を入れたまま
手のひらを広げていく



手のひらがパーの状態になったら、
指と指の隙間を広げていく。
めいっぱい開いて、
手が震えるほどの状態になったら、
5秒数え、すべての力を抜く

本書では、ほかにも「テレアポの効果を高める自己暗示」や「ストレスを軽減する自己暗示」、「電車の中でできる自己暗示」などシチュエーション別の自己暗示メソッドなどをご紹介します。