

月間重点目標

「一つ一つの改善が 未来に繋がる第一歩」

(by 齊藤さん)

陽転思考のススメ ～無理矢理なポジティブシンキングよ、さようなら！～

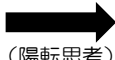
<ポジティブシンキングとは>

- 物事の良い面だけにフォーカスする
- すべてを肯定する
- 良いことのみを考える
- 今感じているネガティブな感情は見ないようにし、ひたすら明るい面だけに焦点をあてる

<陽転思考とは>

1. 起こったことそのままを受け入れる
2. マイナスな感情も受け止める
3. でもそれで良かった部分もあったじゃないかという点を探す
4. 2と3を比較して、自分にあったものを選択する
5. そこから得られたものも沢山あったじゃないか、と思いつく

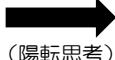
何日もかけて企画していたことがダメになった



でもそのおかげで一緒に企画していた人との絆が深まった!

(陽転思考)

コップに水が半分ある



もう半分しか残っていない。でもまだ半分飲める、良かった!

(陽転思考)

<陽転思考を身につけよう>

1. 「良かった」ことを書きだす
良かったことと良くなかったこと両方を書きだして、その中で良かったことを改めて見つけて書き出していく。
2. 自己中心主義になる
他人中心では自己実現は不可能です。まずは自己中心であること。その上に他人への貢献が成り立ってきます。
自分が幸せでないとまわりも幸せにはできない
3. アウトプットしていく
結局のところ「思考」はまわりの人に影響を与えたり、または受けたりする。「言霊」があることに留意して、まわりの人に良い影響を与えられるように話す「癖」をつけるようにしましょう。

<ことわざにも見られる陽転思考>

- 禍^{わざ}転じて福となす
- 雨降って地固まる
- 怪我の功名
- 失敗は成功のもと

◎今月の予定

- 五日 初出
- 九日 (本社) 岡山合同年頭打合せ
- 十四日 (本社) 営業・製造会議
- 十四日 (本社) 総務会議
- 十三日 (岡山) 製造会議
- 二十一日 (本社) 品質会議

◎今月のお誕生日♪

- *十日 村上さん
- *十六日 濱渦係長



迎春

あけましておめでとびんごうます

年末年始いかがが過ぎられましたか? 体調などくずしていませんか? できるだけ早く生活のリズムを取り戻し、また新たな気持ちで仕事に取り組ましましょう!
今年も広報紙へのご協力よろしくお願ひいたします。

2016年に行われること

- 1/1 マイナンバー制度開始
- 3/11 東日本大震災から5年
- 3/26 北海道新幹線開業(新青森～新函館北斗)
- 3/31 ユニバーサルスタジオジャパン開業 15周年
- 3月末 日本生命が三井生命保険を買収
- 4/1 電力完全自由化
- 5/28 三重県伊勢志摩で主要国首脳会議(G8 サミット)
- 6/19 公職選挙法改正で 18歳投票が開始(7月の参院選から施行)
- 7/25 第24回参議院議員選挙
- 8/5 ブラジル・リオデジャネイロ五輪開幕(～21日)
- 8/11 新たな祝日「山の日」スタート
- 9/4 東京ディズニーシー開園 15周年
- 10月 日本バスケットリーグ「Bリーグ」開幕
- 11/8 アメリカ合衆国大統領選挙投票日

