

# イケメンタル

## 精神的イケメン養成講座

川瀬 智広

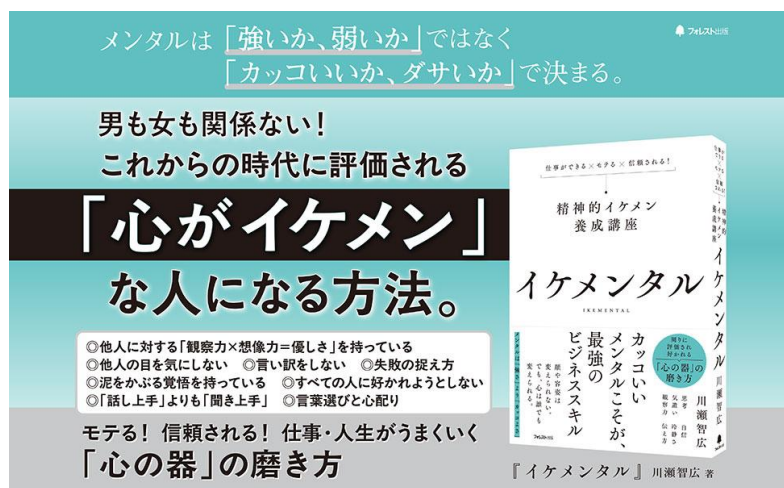


### 「強い」より「イケてる」メンタルが人を惹きつける

顔やスキルではなく、“心の在り方”で人を惹きつける人がいます。周囲に自然と人が集まり、信頼され、モテる——彼らに共通するのは「メンタルがイケメン」であること。愚痴を言わず、感情に流されず、他人に配慮でき、必要なときに許す。そんな“余裕”こそが人の心を動かします。本書では、この「イケメンタル＝イケてるメンタル」を身につけるための思考法と行動習慣を具体的に紹介。生まれつきの才能ではなく、誰でも磨ける“心のかっこよさ”を解説します。

### イケメンタルが人生を変える

イケメンタルな人は、仕事でも人間関係でも信頼と成果を引き寄せます。本書では、観察力や想像力、ポジティブ思考、責任感、許す力、自分を肯定する力など、日常で使えるメンタルのスキルを体系化。「人から好かれたい」「余裕のある自分になりたい」「評価される人になりたい」——そんな願いを叶える実践的メソッドです。100のスキルよりも、たった1つの“イケてるメンタル”を磨くことが、あなたの人生を劇的に変える鍵になります。



### 《目次》

- 第1章 大原則×マインド
- 第2章 観察力×想像力
- 第3章 ポジティブ×捉え方
- 第4章 責任感×覚悟
- 第5章 言葉×口ぐせ
- 第6章 あり方×感情
- 第7章 成長×肯定
- 第8章 生き方×哲学

### 《書誌情報》

本体価格-----1600円  
 ISBN-----978-4-86680-323-4  
 ページ数-----216  
 判型-----四六判並製

### 《著者》川瀬智広（かわせともひろ）

株式会社 GiveGrow 代表取締役。  
 岐阜県生まれ。宇都宮大学卒業後、吉本興業のお笑い芸人養成所であるNSCに10期生として入学。同期はオリエンタルラジオ、はんにゃトレンディエンジェル、フルーツポンチなど。  
 お笑いの道を諦めた後、アルバイトから(株)第一興商に入社。100店舗の企画責任者や部下500人を束ねる西日本責任者など歴代最短出世を果たし、独立を視野に退社。初めての海外一人旅に出て、訪れたカンボジアに可能性を感じ、日本に帰らずそのままカンボジアに住み始める。移住後、現地日本人に騙され無一文になり、死にかけながらもカンボジアで日本人向けの旅行会社を立ち上げ、432名の日本人をカンボジアに集客する。そこで日本男児の草食化に気付き、帰国後「男を磨く恋活婚活学校 BRIGHT FOR MEN(ブライツフォーメン)」を設立。これまでに累計1,400名以上が入学。モテる人、モテない人を数多く見てきた経験から、外見やコミュニケーションの指導はもちろん、メンタルや思考についても独自の考え方を伝え続けている。  
 著書に『童貞の勝算』(マネジメント社)がある。

初版 4500部（2025年10月）