

めいげんそ
明元素
(明るく元気で素直で素敵)



現状打破言葉

ありがとう	充実している	お元氣さま
簡単だ	できる	やってみよう
がんばろう	努力します	挑戦します
楽しい	うれしい	おもしろい
かっこいい	すごい	さすが
すてき	きれい	かわいい

あんびょうたん
暗病反
(暗くて病的で反抗的)



現状維持言葉

忙しい	疲れた	どうしよう
いやだ	困難だ	やってられない
難しい	できない	やりたくない
つらい	苦しい	つまらない
ダメだ	不幸だ	まいった
まずい	どうせ	わからない

ポジティブで明るい言葉

「明元素言葉」とは、ポジティブで明るい言葉を指し、思考を前向きに変える効果があります。これらの言葉を使うことで、人生が大きく変わることが期待されます。例えば、「ありがとう」や「楽しい」といった言葉は、気持ちを明るくし、充実感を与える効果があります。逆に、ネガティブな言葉は、後ろ向きな気持ちを引き起こすため、注意が必要です。明元素言葉を使うことで、自己暗示効果が生まれ、ポジティブな思考を促進することができます。

「明元素」とは、明るく元気で素直な言葉を指し、ポジティブな影響を与える言葉です。一方、「暗病反」は、暗くて病的で否定的な言葉を意味し、ネガティブな影響を与える言葉です。これらの言葉は、日常会話や職場環境において、言葉の選択が人間の気分や行動に与える影響を示しています。明元素を日常的に使うことで、より良いコミュニケーションが促進され、職場の雰囲気も改善される可能性があります。