



トリガーズ-Triggerz-

～本当に魅力的な人とは？～

光があれば、影がある

- キーワードは『本当の強さ』
- 弱いと思っているのは自分だけではない
- みんな悩みを抱えているが、人には言えず、隠している
- 自分の弱みや弱点を見たくなくて、自分でも見ないように蓋をしていることもある

魅力のある人ない人

- どこか強がって、かっこつけて、自分の弱さを隠している人がほとんど
- 本当に幸せな人は、自然体で生きており、自分に嘘をついて着飾るようなことはしない

本当に魅力的な人とは？

- 自分に正直で、自分の弱さを認めつつも、前向きに努力している人
- ゴールに向かってがんばっている姿に感動し、心をうたれ、魅力を感じる
- 勇気を出して、自分の弱さを認め、さらけ出すことができる
人が本当は強い人

バカにする人とは？

- 人をバカにする人というのは、バカにしている部分をその人も持っている
- 自分の弱さを隠して、認められていないからバカにする
- 強がっているけど、本当は弱い人

悩みや問題は問題ではない

- 悩みというのは、欠点ではない
- 誰もが抱えていて、それはただの「通過点」でしかなく、誰もが通る道
- 誰にでも問題や苦手なことはあり、それを乗り越えようと勇気が持てる人が、本当に強くて尊敬できる人

魅力の源泉

- 目標や信念を持っている人
 - なぜ生きているのか？
 - 自分が本当に欲しいものは何か？
 - それはなぜ欲しいのか？
- 自分の理想やビジョンに向かって前に進む情熱こそが、魅力の源

光と影

- 99%の人は、自分の弱さを隠している
- 人は、必ず、誰にも言えないような影の部分を持っている
- 影を隠して、光ばかり見せようとすると、ますます影が濃くなり、いつか大きな問題となる

やらないといけないこと

- 影に光を当てること
- 影は光を当てることで、自分の強みに変わる
- 弱みをさらけ出し、光を当てることで強みへと変わる

奇跡の起こし方

- 本当に魅力的な人とは、自分の見たくない部分を直視し、向き合い、それでも前に進もうと決意し、努力している人
- 影に光を当て、それが強みへと変わったとき、自信が生まれ、生きる意味を持ち、前へ進む原動力となる

まとめ

1. 人は誰もが人には言えない悩みを隠し持っている
2. 本当に魅力的な人とは、自分の弱みを直視し、受け入れ、さらけ出すことができる人
3. 目標や信念を持ち、乗り越えようと、前向きに努力している人



今すぐできること

1. ほんの少しだけ、『弱さをさらけ出す強さ』を持つ
2. ほんの少しだけ勇気を持って、自分の弱さを表に出してみる





あなたは本当は強い人
自信を持ってください

次回は「きく相手がいないときに、フィード
バックを得る方法」をお話しします