



# トリガーズ-Triggerz-

～なぜ成功できる人は  
どんどん行動できるのか？～

# 成功する人の考え方

- 成功は『問題ではなく、結果にフォーカスすること』が重要
- 問題を解決するのではなく、「問題が解決された状態になるにはどうすればいいか」を考える

# 行動できる人とできない人の違い

- 成功するもしないも、すべてを決めているのは自分
- 考え方の視点が変わると、行動が変わる
- 行動が変わると、結果が出る
- 結果が出ると、自信がついて、もっともっと結果が出せるようになり、成功できる

## 認識の違い

- ある映画を見たとき、Aさんは面白かったといい、Bさんはつまらなかったという
- 状況をどうとらえるかで未来が変わる
- 面白いと思えば人生そのものも面白く、つまらないと思えば、人生そのものもつまらなくなる

# 真実と現実の違い

- 私たちが見ている世界は真実ではない
- ただの主観

# 問題は、問題だと思ったときに起こる

- 問題だと思っていることはただの出来事
- 出来事に良いも悪いもない
- 良い、悪いは、その人がどういう価値観を持っているかで後から意味付けをしただけ

# 問題は、問題だと思ったときに起こる

- 出来事に対し、どう解釈するかで、行動が変わり、結果が変わる
- 真実にどういう意味をくっつけるかで現実は変わる
- 行動できるかどうかは、考え方次第（過去の失敗談、人から聞いた話、トラウマが行動の妨げになっている）

# 問題はチャンス！

- 成功する人は、問題を問題としてとらえず、チャンスとしてとらえている
- 問題は問題ではなく、自分に学びを与えてくれるメッセージ



## 問題は「火災報知機」

- 問題を避けようとしたたり、見て見ぬふりをしたりする
- 気づいたら大火事になっている
- 成功者は、問題が起こって、今、目を向けなければならないというメッセージを受け取ったら、すぐにそこに目を向ける

# 問題の解決方法

- 成功者を見て、本当に真似しないといけないのは、考え方だけでなく、問題を乗り越えた人がどう行動したか
- 具体的に何をして、問題を乗り越えたのか方法が大事
- 問題を解決する唯一の方法は、フィードバックを得ること

# 未来を確信すると行動できる

- すでに同じ問題を解決した人にやり方をきいて、同じようにやってみる
- 成功に、やる気やモチベーションは関係ない
- まず行動しなければ、何も始まらない
- できると思った瞬間に、問題は問題ではなくなる

# 具体的なステップ

1. 得たい結果を考える
2. なぜその結果が得たいのかを考える
3. すでに結果を得ている人を探す
4. どうやって乗り越えるのか方法をきく
5. 実際にやってみる
6. 結果を報告し、フィードバックを得る
7. 問題が解決するまで、5と6を繰り返す

# まとめ


1. 問題を問題としてとらえず、チャンスとしてとらえる
2. 問題に対し、よい意味付をし、それをクリアするためにすでに問題を解決したことがある人に解決方法を聞くから、最短で解決できる



## まとめ

3. 真実と現実は違う。100人いたら、100通りの現実がある
4. 解決した人にとって、それはもう問題ではない
5. 相手はどうやって解決したのか、自分に合った解決方法とはどのようなものか、教えてもらおう





# 常識とは妄想 行動を起こすことがすべて

次回は「困難はなぜ起こるのか？」