



# トリガーズ-Triggerz-

～ 困難はなぜ起こるのか？～

# 困難はストーカー

- 職場の人間関係が嫌で仕事をやめたら、また次の職場でも同じようなことで悩まされる
- 問題や困難は逃げても逃げても、避けても避けても追ってくる

# 問題に付きまといられる理由

- 問題というのは、今の自分と同じレベルでは解決できないから
- 何もしなければ、問題を解決できるレベルに自分が成長していないから解決することはできない

# レベルアップしないと敵は倒せない

- レベル1のままだと、レベル10の敵は倒せない
- 自分がレベル1だったら、敵の強さもレベル1とか2とか、自分と同じくらいのレベルの敵を倒してレベルをコツコツと上げないといけない

# 問題を解決するには？

- 目標があって、結果を出したいとき、問題は必ず起こる
- 解決するには、解決できるレベルまで勉強したり、人に教えてもらったりして自分を成長させるか、問題を解決できるレベルの人に解決策を教えてもらうかのどちらか

# 困難が起こる理由

- 『今、目を向けるべき所はここ』と教えてくれているメッセージ
- 問題は時間が経つほど悪化する
- 「長期的な視点」を持って、今すぐ対処するのが1番労力が少なくもっとも効率的

# 具体的なステップ

1. 目の前の問題や困難を客観的に第三者から見たらどう見えるのかを考える
2. その問題は、「今の自分に何を学ばせようとしているのか？」を考える
3. 今、目を向けることで、自分の将来に何を得ることができるのか？
4. 今、目を向けなければ、自分の将来にどのような損害をもたらすのか？

# まとめ

1. 問題とは今の自分のレベルでは解決できないから起こる
2. 問題は、『今、目を向けるべきところはここ』だと教えてくれているメッセージ
3. 時間が経つほど問題は悪化し、大問題に発展することがある



## まとめ

4. 同じような問題に悩まされているときは、今が、そこに目を向け、自分を成長させる時期ということ
5. あなたの未来にとって、今、目の前の問題がどのような大切な意味があるのか考えることが大事





早く向き合うほど、労力も  
お金も時間も無駄にしない

次回は「困難を乗り越える具体的な方法」