



トリガーズ-Triggerz-

～ 困難はココを見れば
乗り越えられる～

見るべき究極のポイント

- 目の前の問題や困難をもっとも効率よく、無駄なく、最短で解決することができる
- 問題や困難は、自分の成長のために「今、どこに目を向け何をすべきか」を教えてくれているメッセージ

困難のもう1つの大切な役割

- 物事には必ず「原因」がある
- その原因をはっきりさせて、原因が解決するように目を向けないといけない
- 根本的な原因を解決しないと、同じ問題を繰り返してしまう

原因と結果の法則

- 困難とは、『フィードバック』を得るためのもの
- 世の中には「原因」と「結果」がある
- 問題を避けても、また同じことを繰り返す
- 問題を避けても自分は何も変わっていないから

フィードバックを生かす

- 問題とは自分のレベルを上げなければ解決することはできない
- 問題や困難は、『レベルを上げ、成長しなければならないところ』を教えてくれている
- 教えてくれていることをフィードバックという

問題解決に最も重要なこと

- 問題には必ず意味があり、「自分が学べる何か」がある
- そこからフィードバックを得ることで、道が開ける
- フィードバックを得て、「行動」と「軌道修正」を繰り返し、PDCAサイクルをまわすことが大事

問題解決に最も重要なこと

- 問題から逃げても何も解決しない
- 問題に向き合い、行動し、フィードバックを得ることによって、自分のやるべきことがだんだんはっきりとわかってくる

フィードバックが1番重要

- フィードバックを得ることで、自分の方向性がわかり、軌道修正ができる

フィードバックの受け方

1. 今、どこに注目しなければならないのか？
2. その出来事の意味は何か？自分に何を学ばせようとしているのか？
3. 今、自分がやっていることは正しいのか？これからどうやり方を変えていけばいいのか？
4. 失敗も、すべてフィードバック

最短で問題を乗り越える には？

- フィードバックとは、自分の行動を「軌道修正」してくれる情報のこと
- 軌道修正しながら、目的地に向かう
- 行動を起こしたら、必ずフィードバックがある

最短で問題を乗り越えるには？

- 自分がぶつかっている困難をすでに乗り越えた人からフィードバックをもらう
- どうやって乗り越えたのか？
- 自分に合ったやり方は何か？
- 直接きいてその通りに行うのが1番最短で問題を解決する方法

具体的なステップ

1. どのような問題が起こっているか書き出す
2. 目の前の問題から、今自分は何を学ぶことができるか考える
3. すでに問題を解決した人を探し、どのように問題を乗り越えるのか、自分に合った方法は何かを教えてもらう

具体的なステップ

4. 実際に行動して、どういう結果が返ってくるかフィードバックを得る
5. フィードバックを元に、自分の行動は正しかったか、次、どのような行動をとればよいか考える
6. 行動と軌道修正を繰り返す

具体的なステップ

7. 上手くいかない場合は、上手くいった人から再度フィードバックをもらったり、問題解決方法をまったく違ったものに変えてみる
8. 3ヶ月や半年、1年など、問題に応じて期間を決め、その期間は絶対に諦めずに、上記を繰り返す

まとめ

1. 問題や困難は、「今見るべきところはここ」と教えてくれるメッセージ
2. そこに自分が成長できる余地があり、成長することで問題が解決できる自分になれる
3. 問題を解決するためにはフィードバックがもっとも重要



まとめ

4. 問題には必ず原因がある
5. 『行動をとる。フィードバックを得る。軌道修正し、次の新しい行動をとる』の繰り返し
6. 問題を最短で乗り越えるには、すでに同じ問題を乗り越えた人からフィードバックをもらうことが大事





今、目の前の問題の
”意味”

を考えてみてください

次回は「困難を克服せずに生かす方法」