

元気がなくなったら、読んでみて下さい。

元気がなくなったら、
読んでみて下さい。
戦略というレベルより、上にあるもの



By Norio Shiina

「30歳になった頃、精神的に辛い時期を過ごしたことがありました」

行き詰まった時、どうしてますか？

何か、早い解決法を知りませんか？

「エッ、私も知りたい！」

行き詰まった時、動作が鈍くなりますよね。

というか、考え込んでしまいますよね。

すると、ドンドン、間に中に落ちていくんですよね。

そんな時の私の解決策。それは、とにかく行動に移すことです。

小さな一歩を踏むんです。

小さな一歩を踏むことによって、実は行き詰まっている悩み事態が変化するんですよ。

悩みが変化してくれば、もう解決したのも同然。

次の一歩がスムーズに歩めることになるのです。

だいたい、解決出来ない悩みなんていうのは、あり得ないのです。

あなたなら解決出来る悩みだからこそ、あなたが悩めるのです。

よく考えてみてください。

今までも、数多くの悩みを解決してきたでしょう。

そうです。

悩みはじめた時、既に私たちはそれを解決できる資質を持っているのです。

だから、行き詰まりを楽しめば良いのです。

どうせ、悩むんだったら、楽しく悩んだ方が良いじゃないですか。

「この行き詰まりは、自分をどう成長させてくれるのか？」

「この悩みから、自分は何を学ぶのか？」

神様は、絶妙のタイミングで、私たちに悩みを与えてくれると言います。

あなたも、今までの悩みを思い出してみてください。

マーケティング情報センター

Copyright 2004 Norio Shiina ALL rights reserved.

その度に成長し、学んできたでしょう。

心理的な話になってしまいました。

でも、私がセラピストをしていた時に、クライアントにいつも伝えていたことです。
私がセラピストに成った理由は、コンサルタントを目指していた時でした。
優れたコンサルタントになるには、心理学的な知識が不可欠なことに気づいたのです。

あの頃の体験は、自分の人生に大きな影響を与えてくれました。
特に自分のトラウマと向き合いながら、セラピーを学んだことは、私の一生の財産です。
そして、その知識を身に付けていくうちに、セラピストに成ろうと決心したのです。

もちろん、自分でも30歳くらい頃に、精神的に辛い日々を過ごした体験も、私がセラピストになることを後押ししたのですが・・・

セラピストになって、様々なクライアントに出会いました。

そして、そのクライアントが深い悩みから解放されるかどうかは、実はクライアント次第なのです。

セラピストの役目は、クライアントの話を聞ききながら、クライアントが自ら問題を解決出来る様にするだけです。

クライアントに勇気を与え、最初の一步を踏み出させるのです。

そうです。

クライアントが深い悩みから脱出することが出来るかどうかは、最初の一步を踏み出せるかどうかなのです。

「私は、セラピーを受けてる訳じゃないよ」

「命をかけた仕事で悩んでるんだ」

だから、

そう簡単に、最初の一步が踏み出せない？

いいから、いいから、とにかく最初の一步！