

真の成長は
「ストレス」から

「ストレス」から生まれる。

ぬるま湯の常識を破壊する、フェニックス流・大人の自己変革論。

▶ オンライン教室の全編動画を見る

試合中の「笑い」は致命傷。
脳が満足した瞬間、成長は止まる。

Stress vs. Growth Activation Curve



▶ オンライン教室の動画を見る

圧倒的に勝っている時の「油断」と、
圧倒的に負けている時の「諦め」を制御せよ。

インターバル明け



油断の連鎖。守りに入った瞬間、主導権を奪われる。

負け方へのこだわり

ふてくされる

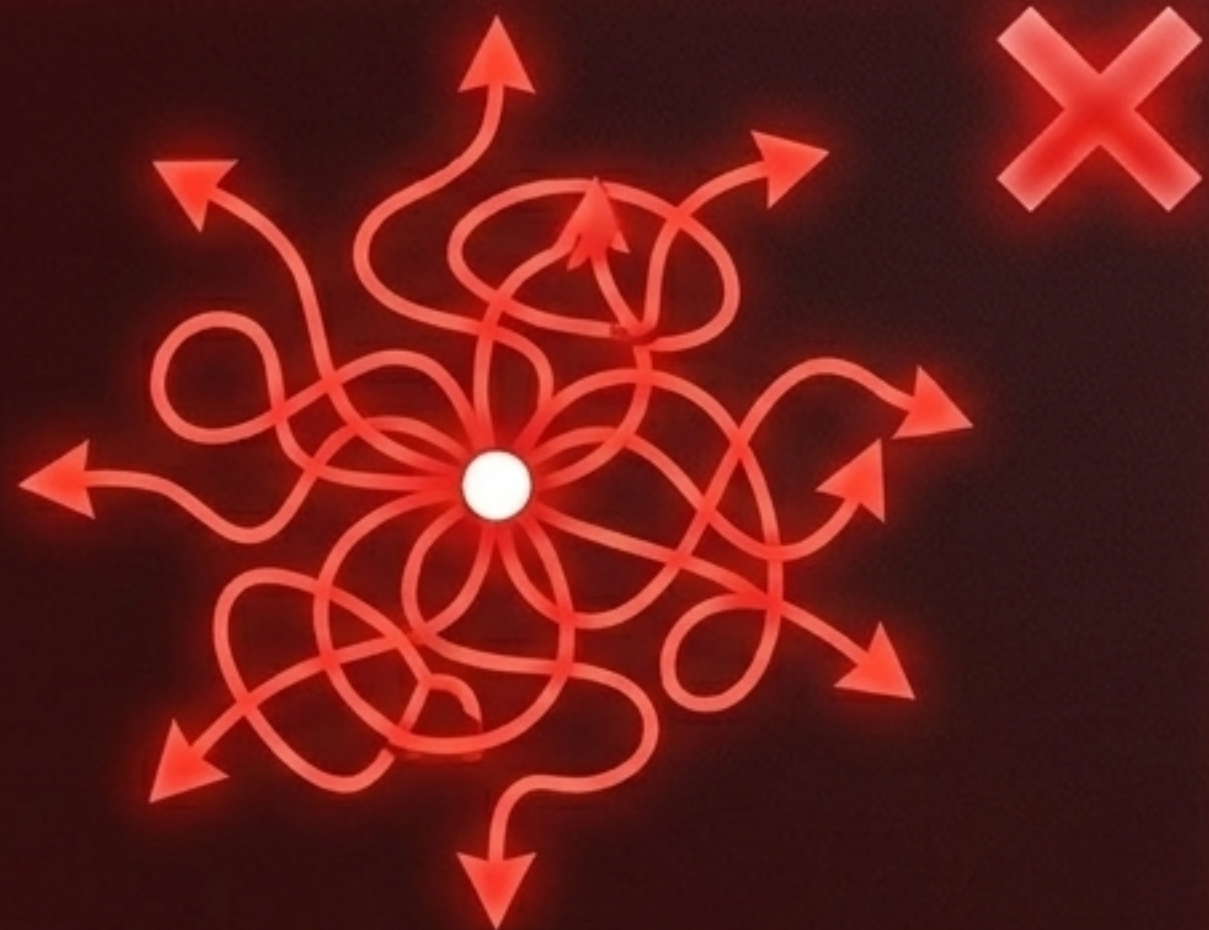
人生のピンチでも逃げる

次の成長と信頼を獲得

負け方にこだわる

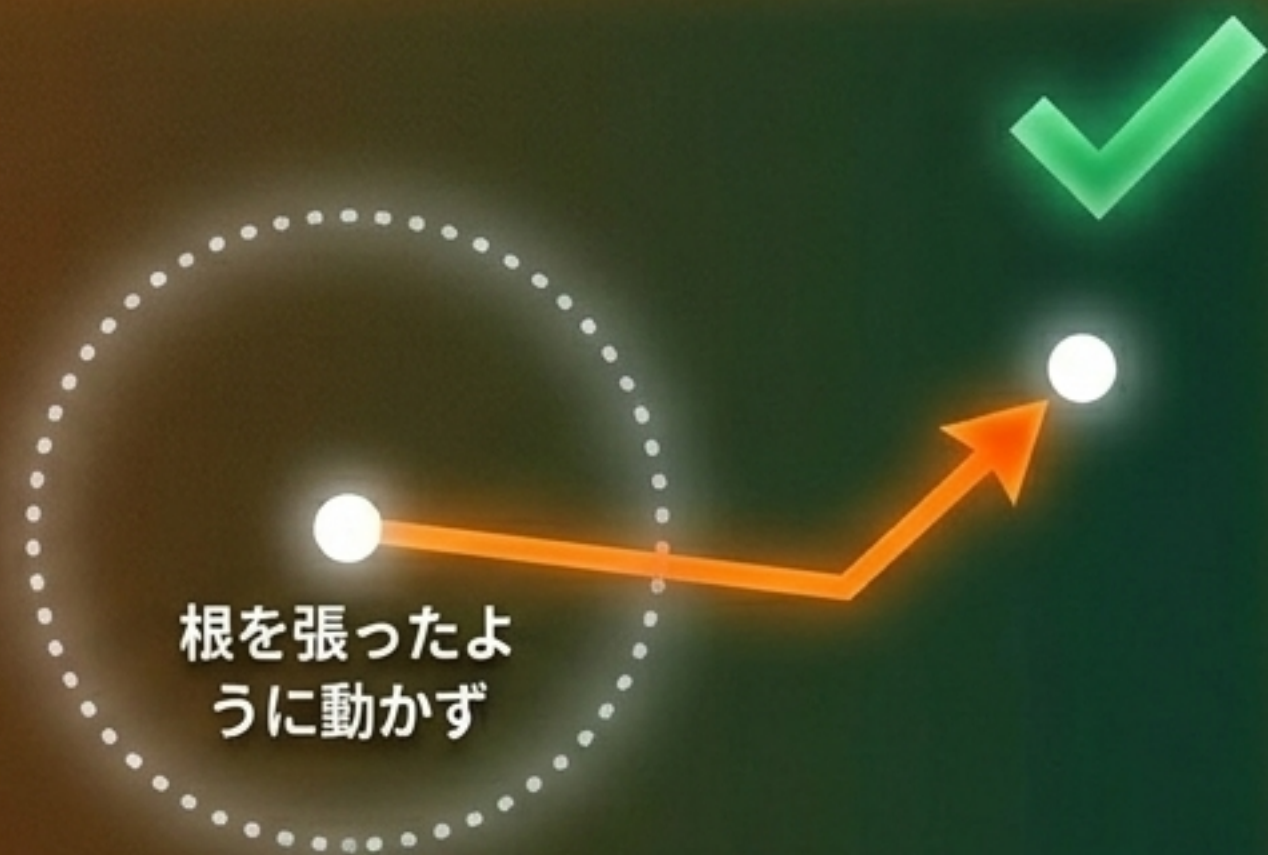
▶ オンライン教室の動画を見る

「自分が決める」を捨てる。真の強さは、パートナーの動きを予測し、己の役割に徹することにある。



「自分が活躍したい」というエゴ

負け筋

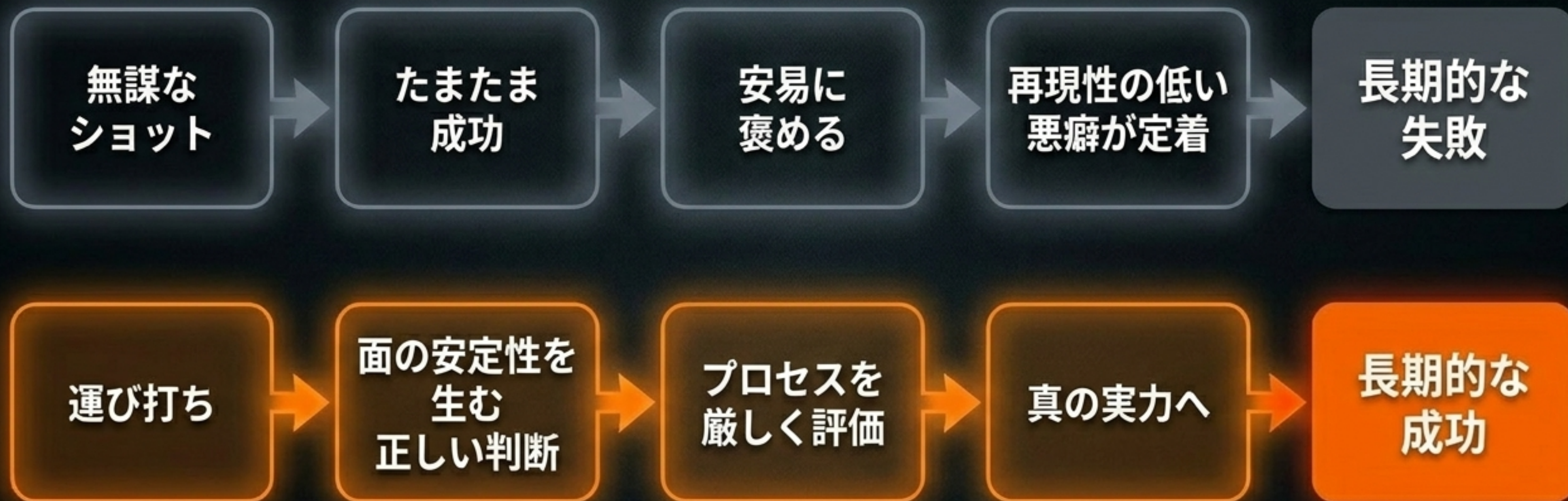


パートナーを活かすポジショニング

▶ [オンライン教室の動画を見る](#)

結果で褒めるな。

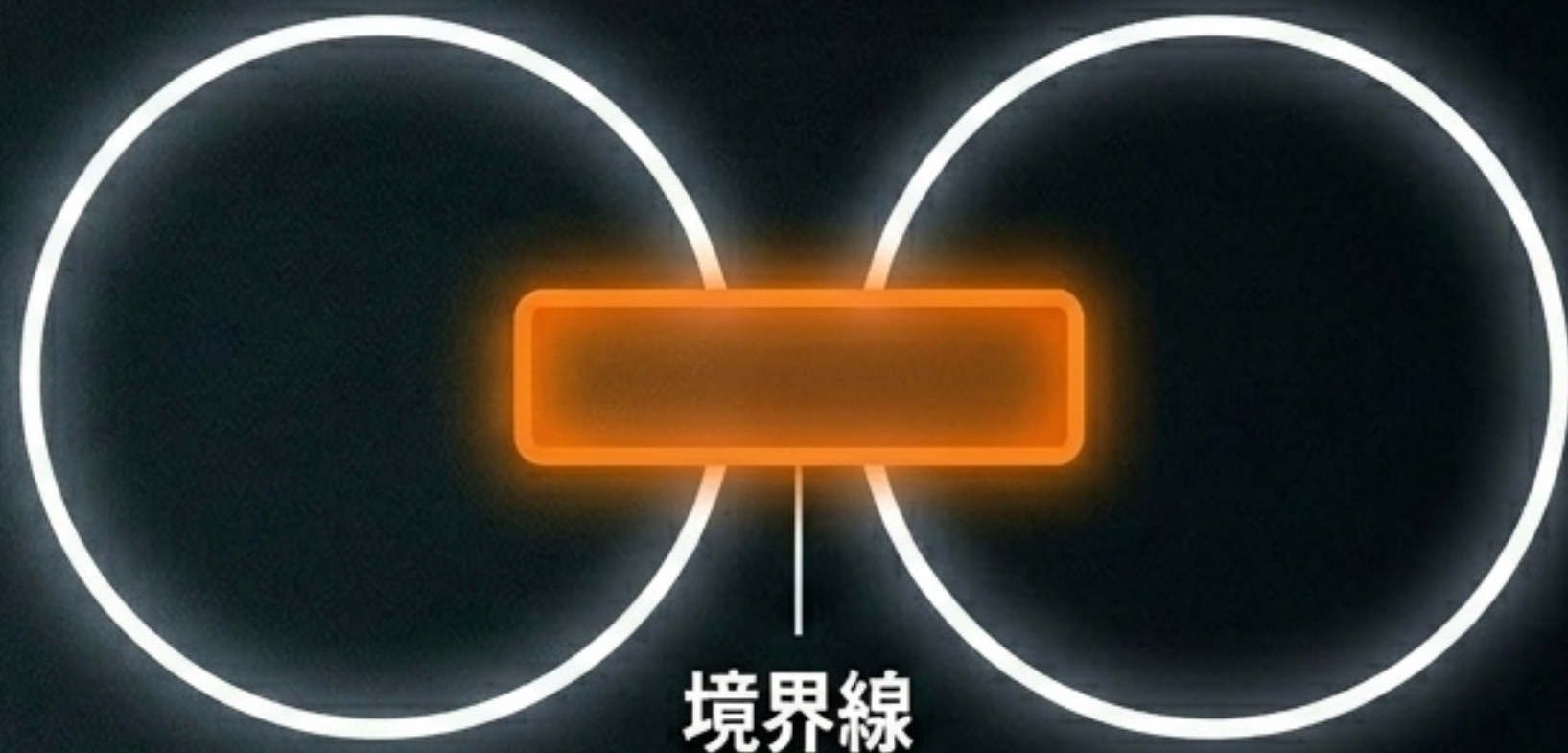
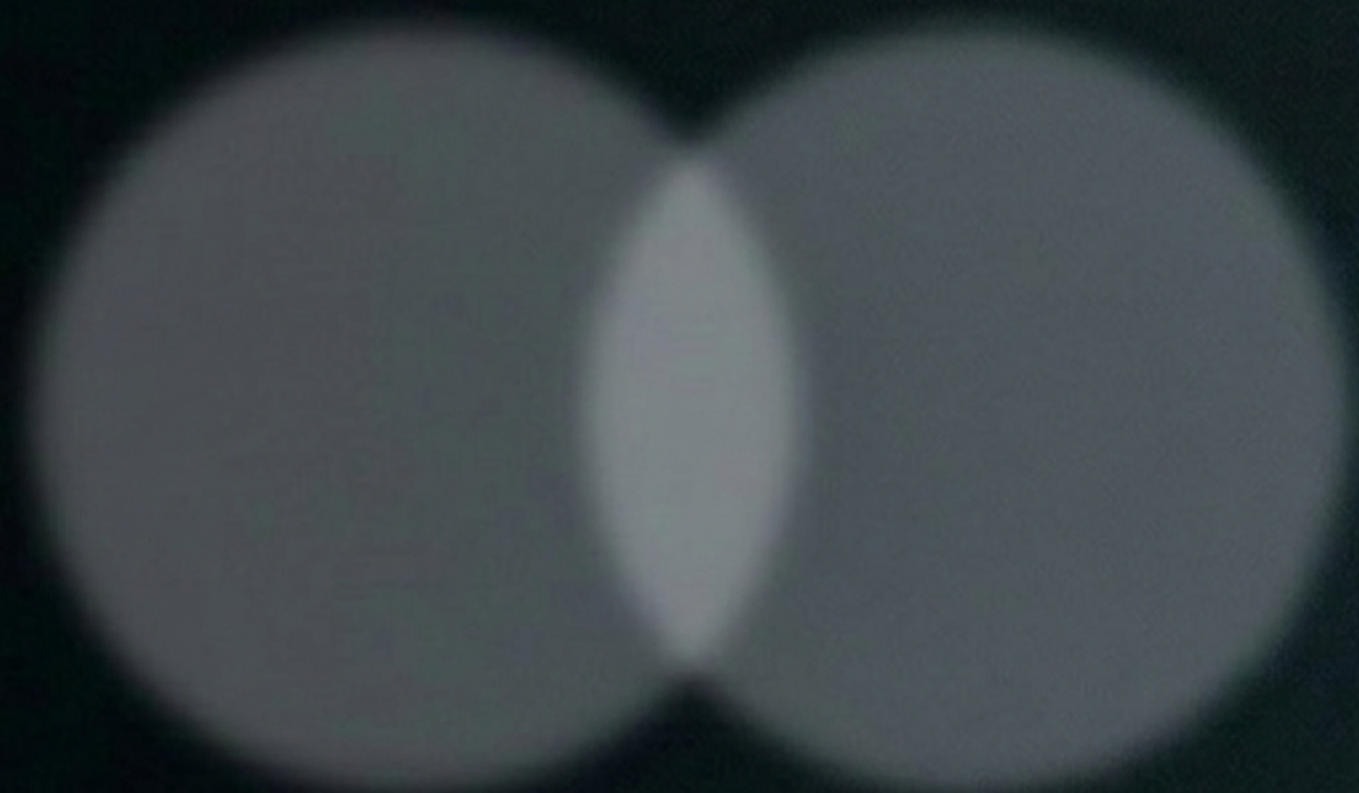
プロセスの「再現性」と「質」を評価せよ。



▶ オンライン教室の動画を見る

暗黙の了解 / 甘え

契約 / 自立



親だから聞いて当たり前という傲慢

「暗黙の了解」と「甘え」を捨てよ。
契約思考こそが、真の尊敬と温かさを生む。

▶ オンライン教室の動画を見る

	ぬるま湯の常識	フェニックスの現実
Mindset	試合中は楽しんで笑う	脳を満足させずストレスをかける
Teamwork	自分が活躍して勝つ	エゴを捨てパートナーを活かす
Evaluation	成功という「結果」を褒める	運び打ちのような「プロセスの再現性」を評価する
Relationships	無条件の愛と甘え	境界線を守る「契約関係」

▶ オンライン教室の動画を見る

知識を行動に変える。限界を超える準備はできたか？

Output Habit Checklist

- インターバル明け（流れの変わり目）に最大の集中を向ける。
- 絶望的な状況でも「負け方」にこだわり、最後まで全力を尽くす。
- チーム戦では「自分の手柄」より「味方の活かしやすさ」で動く。
- ラッキーな結果に喜ばず、意図した質の高いプロセスだけを評価する。
- 家族や仲間への「甘え」を捨て、境界線を守る大人の間関係を築く。

▶ 狂気と情熱のオンライン教室・全編動画はこちら