



An **impress** Group Company

報道各位

2026年8月19日
株式会社インプレス

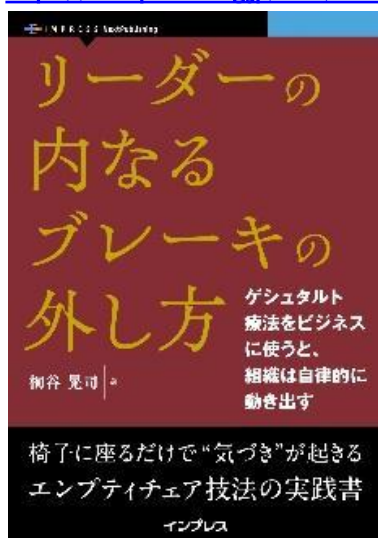
1on1ブームの死角「傾聴しても対話にならない」は心理療法で解決する

**『リーダーの内なるブレーキの外し方 ゲシュタルト療法をビジネス
に使うと、組織は自律的に動き出す』発行**

インプレスグループでIT・デザイン関連メディア事業を展開する株式会社インプレス(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:高橋隆志)は、『リーダーの内なるブレーキの外し方 ゲシュタルト療法をビジネスに使うと、組織は自律的に動き出す』(著者:桐谷 晃司)をインプレス NextPublishingより発行いたします。

『リーダーの内なるブレーキの外し方』

<https://nextpublishing.jp/isbn/9784295605874>



著者:桐谷 晃司

小売希望価格:電子書籍版 2,000円(税別)／印刷書籍版 2,500円(税別)

電子書籍版フォーマット:EPUB3

印刷書籍版仕様:A5／モノクロ／本文116ページ

ISBN:978-4-295-60587-4

発行:インプレス NextPublishing

<<発行主旨・内容紹介>>

「頭ではわかっているのに、動けない」「lon1が業務報告で終わってしまう」

リーダーが抱えるこうした悩みの原因は、能力不足ではありません。過去の後悔や抑え込んだ感情、「ねばならない」という思い込みなど、心の内側に残り続ける「未完了の出来事」、すなわち内なるブレーキです。

本書は、ゲシュタルト療法を代表する技法「エンプティチェア」を使って、この内なるブレーキに気づき、外していくための実践書です。椅子に座って複数の立場を行き来するだけで、頭だけでは届かなかった気づき生まれ、行動が変わります。

著者は自社の組織づくりに心理療法のアプローチを20年間活用し、社員10名以上の起業、20名以上の独立という自律型組織を実現しました。

実際のセッション事例に加え、一人でできるセルフワークやグループワークも収録。lon1や組織開発にそのまま使える、リーダーのための「気づき」の技術をまとめた1冊です。

(インプレス NextPublishing は、株式会社インプレスR&Dが開発したデジタルファースト型の出版モデルを承継し、幅広い出版企画を電子書籍＋オンデマンドによりスピーディで持続可能な形で実現しています。)

<<目次>>

はじめに

序章 「エンプティチェア」との出会い

第1章 今、何に気づいていますか？

第2章 lon1がうまくいかない

第3章 構造を見える形にすることで、行動を選び直す

第4章 「思考の葛藤」を視覚化する

第5章 いつまで自分を叩くの？責任感の強い私は常に苦しむ

第6章 「嫉妬はカッコ悪い」が私を縛っていた

第7章 NOと言えないから苦しい

終章 人は気づいた分だけ自由になる

おわりに

<<著者紹介>>

桐谷 晃司

シャトルコーチング提唱者・組織開発コーチ・桐谷晃司事務所、株式会社digiperstyle代表取締役。

2001年、Web関連企業を創業。経営学ではなく心理療法のアプローチを組織研修に応用し続けた結果、20年間で10名以上の社員が起業、20名以上がWebフリーランスとして独立する「自立型組織」を実現した。

2005年にゲシュタルト療法と出会い、エンプティチェア技法をはじめとした実践を本格的に学ぶ。以後、経営者・管理職・キャリアコンサルタントを対象に、ゲシュタルト療法の哲学と未来コーチングを統合した独自メソッド「シャトルコーチング」を実践している。

現在は、企業研修、ファシリテーター養成講座を展開。「身体が先に知っている」をキーワードに、思考だけでは届かない変容を組織と個人にもたらしている。

<<販売ストア>>

電子書籍：

Amazon Kindleストア、楽天koboイーブックストア、Apple Books、紀伊國屋書店 Kinoppy、Google Play Store、

honto電子書籍ストア、Sony Reader Store、BookLive!、BOOK☆WALKER

印刷書籍:

Amazon.co.jp

※ 各ストアでの販売は準備が整いしだい開始されます。

※ 全国の一般書店からもご注文いただけます。

【株式会社インプレス】 <https://www.impress.co.jp/>

シリーズ累計8,000万部突破のパソコン解説書「できる」シリーズ、デザイン・グラフィック関連の書籍ブランド「MdN」、「デジタルカメラマガジン」等の定期雑誌、IT関連の専門メディアとして国内最大級のアクセスを誇るデジタル総合ニュースサービス「Impress Watchシリーズ」等のコンシューマ向けメディア、「IT Leaders」をはじめとする企業向けIT関連メディアなどを総合的に展開・運営する事業会社です。IT・デザイン関連出版メディア事業、およびデジタルメディア&サービス事業を幅広く展開しています。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス(本社:東京都千代田区、代表取締役:塚本由紀)を持株会社とするメディアグループ。「IT・デザイン」「音楽」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

【NextPublishing】

NextPublishingは、インプレスR&Dが開発した電子出版プラットフォーム(またはメソッド)の名称です。電子書籍と印刷書籍の同時制作、プリント・オンデマンド(POD)による品切れ解消などの伝統的出版の課題を解決しています。これにより、伝統的出版では経済的に困難な多品種少部数の出版を可能にし、優秀な個人や組織が持つ多様な知の流通を目指しています。

【本件に関するお問合せ先】

株式会社インプレス : PubX室

E-mail: np-info@impress.co.jp