
正木 啓 プロフィール

正木 啓 (まさき けい) 1982年大阪都島区生まれ 水瓶座 AB型 一男一女の父
中間管理職のメンタルコーチ / OFFICE YourDesign 代表 / NPO法人ポーラスター副理事長
Eメール : masaki.tpie@gmail.com
TEL : 090-1246-2465
公式サイト : <http://yourdesign.jp>
住所 : 〒553-0003 大阪府大阪市福島区福島 5-16-20 ギャラリーK&K 203号

企業で働く中間管理職のストレスを下げ、やる気をアップするメンタルの専門家。中小の広告代理店に入社し企画営業として株式会社パナソニックを10年間担当、世界的なものづくりの企業でリーダーとして活躍する人たちと常に接する事でその働き方や家電不況と言われる厳しい業界でも活躍し続ける人たちの考え方を吸収しました。またその間、中間管理職として働いていたわたし自身メンタルの不調により苦しみ、解決する方法を学びながら乗り越えてきた経験を活用し、中間管理職やリーダーのストレスや離職率を下げてイキイキと活躍できる“メンタル面の管理”などのノウハウを提供している。

勤めていた広告代理店では、入社5年目に最年少でリーダー(課長)に昇進し、入社8年目に最年少でマネージャーに昇進、最大11名のスタッフを同時に管理・育成し、年商約10億円の会社で6億円を売り上げるチームをつくる。売上や利益は上がっていてクライアントにも喜んで頂けている。しかし度重なる残業・休日出勤・徹夜が日常化している職場環境で業務の負担はいつまでたっても楽にならず、ある時スタッフの1人が会社へ急に来なくなってしまいました。

数日たって連絡があるとうつ病とのことで休職することになり、わたしは自分の仕事に加えてそのスタッフの仕事の対応にも追われて手一杯になり、心のケアや話し合いも十分に出来ず職場復帰させることが出来ませんでした。それでも職場環境の改善には取り組めずスタッフはどんどん辞めていき、採用して育成しては辞めていくことの繰り返しでした。それらが積み重なり過度のストレスにより、わたし自身もメン

タル的に不調な状態になっていき「もう仕事を辞めてしまおうか」「役職を外してもらおうか」などと悩み職場に行くことも苦痛を感じる時期がありました。

その状態を抜け出したい、もっとスタッフに良い影響を与えるリーダーになりたい、人が辞めないイキイキとした職場をつくりたい。という想いで必死に学び、メンタルコーチングというオリンピックで活躍するトップアスリートや世界の第一線で活躍するビジネスパーソンに取り入れられている手法、人間のメンタル面(脳と心)に着目した能力開発・目標達成の手法に出会いました。それまで仕事のやり方についてはきちんと教えて目標や進捗も管理していたつもりでしたが、メンタル面の管理方法を実践してからは、自分自身やスタッフのストレスを減らし、やる気を高めて人が辞めない強いチームを作る事が出来ました。

現在はメンタルコーチとして、経営者や創業予定者、組織で働くビジネスパーソンへ人財育成・目標達成のためにメンタル面からの改善指導(コーチング、研修)をおこなっている。このノウハウを知って頂き、過去のわたしと同じように自分やスタッフのメンタル面に悩みを抱えている方が、問題やリスクから解放され、明るく生産性の高い職場環境と組織をつくっていただけるようになって頂きたいと願っております。