

PRESSETEXT

Buchneuerscheinung

Gerhard Furtmüller

„Energiepiraten – Wie Sie Lebensfreude gewinnen, wenn Sie Krafträuber vermeiden“

Frühjahr 2014, Goldegg Verlag

Mit Rückenwind im Fluss des Lebens

Oft sind es kleine Dinge, die uns den ganzen Tag verderben können. Nimmt das Negative aber überhand, sind unsere Energiereserven in Gefahr.

Im besten Fall sind sie einfach lästig, im schlimmsten Fall, eine Gefahr für Gesundheit und Wohlbefinden. [Dr. Gerhard Furtmüller](#), Motivationsexperte, Berater und Forscher an der WU (Wirtschaftsuniversität Wien), klassifiziert in seinem neuen im Goldegg Verlag erschienenen Buch [Energiepiraten – Wie sie Lebensfreude gewinnen, wenn Sie Krafträuber vermeiden](#) verschiedene Typen derselben. Die beste Strategie im Umgang mit Energiepiraten ist aber nicht immer ein frontaler Angriff.

Tägliche Rempeler in der U-Bahn, von den Kollegen übersehen werden oder Lieblingsstifte, die am Morgen nicht am richtigen Platz liegen. Was die einen nur ein Schulterzucken kostet, vergällt anderen den restlichen Tag. Spricht Gerhard Furtmüller von Energiepiraten, so sind das keineswegs immer nur die Anderen: *„Durch unnötig emotionale und impulsive Reaktionen, stehlen wir uns selbst mehr Kraft und Zeit, als das ein anderer jemals könnte.“* Manchmal ist Gelassenheit eben die beste Waffe. Um die zu erreichen, muss man seine Krafträuber aber erst mal identifizieren können. *„Ich verwende hier bewusst keine wissenschaftlichen Fachbegriffe. Wenn man vom Zahnratsyndrom, vom Liegestuhlreservierer oder vom*

Fassadenmanager liest, so sind das Begriffe, die aufgrund der eigenen Erfahrungen auf einer emotionalen Ebene verstanden werden können“, sagt der Autor. Das wiederum macht reflektiertes und effektives Agieren in vorbelasteten und emotional aufgeladenen Situationen einfacher.

Gefährlich wird es, wenn uns Energiepiraterie auf lange Sicht auslaugt. *„Das Zahnratsyndrom, ist im Berufsleben allgegenwärtig“,* warnt der Motivationsforscher. *„Gute Leistungen werden kommentarlos hingenommen – schlechte werden kritisiert. Manche Menschen sehen nur das hässliche Muttermal, und nicht den Glanz in den Augen.“* Ausschließlich negative Rückmeldungen machen uns irgendwann blind für das Schöne im Leben. *„Sich immer gegen den Wind stemmen zu müssen, ist kein Leben“,* so der Autor. Furtmüllers Leichtigkeit und Humor helfen beim Ausblenden von Frustration und Wut. Gelingt es dann die räuberischen Muster zu erkennen, ist es mit einfachen Mitteln, wie zum Beispiel der adaptierten Affenstrategie möglich, den Energiepiraten den Wind aus den Segeln zu nehmen, denn: *„Wir wollen einen Zustand der Zufriedenheit und des Glücks erreichen, also ungestört von Energiepiraten mit Rückenwind durchs Leben reisen.“*

GERHARD FURTMÜLLER
**ENERGIE
PIRATEN**
WIE SIE LEBENSFREUDE GEWINNEN,
WENN SIE KRAFTRÄUBER VERMEIDEN



Der Autor steht für Interviews zur Verfügung.

Dr. Gerhard Furtmüller ist Motivationsexperte, Berater und Forscher an der WU (Wirtschaftsuniversität Wien) und am Department für Management beschäftigt. Im Rahmen seiner Tätigkeit erstellt er Problemlösungen für Unternehmen und Mitarbeiter. Der Autor publizierte zahlreiche Beiträge in Büchern und Zeitschriften. Er ist gefragter Vortragender und die Verhinderung von Mobbing bzw. der Umgang mit Zerstörern von Arbeitsenergie ist zentrales Thema seiner Motivationsforschungen.

www.wu.ac.at/management

www.paul-pauline.com

Pressematerial

„Energiepiraten – Wie Sie Lebensfreude gewinnen, wenn Sie Krafträuber vermeiden“

Gerhard Furtmüller

ISBN 978-3-902903-79-2 | € 19,95 [A] [D]

ISBN E-Book 978-3-902903-88-4 | € 9,99

Hardcover, 273 Seiten

Neuerscheinung Frühjahr 2014, Goldegg Verlag

Buchpräsentation:

Mo, 12. Mai 2014, 19 Uhr

[Thalia Wien W3](#)

Landstraßer Hauptstr. 2a/2b, 1030 Wien

Eintritt frei!

Presserückfragen, Rezensionsexemplare, Interviewanfragen

Goldegg Verlag GmbH

Johannes Kößler

Mommsengasse 4, 1040 Wien

Tel. +43 1 505 43 76-46 Fax -20

Mobil +43 699 1440 4445

johannes.koessler@goldegg-verlag.at

www.goldegg-verlag.at