



Stefan Kerzel

## Eingesperrt im Job

Ausbruch aus dem Arbeitsknast

256 Seiten, Hardcover

19,90 € (D), 20,50 € (A)

ISBN: 978-3-95601-205-1

ET: Mai 2017

Frankfurt am Main, 17. Mai 2017

### Stefan Kerzel, Autor von „Eingesperrt im Job“, im Interview

Herr Kerzel, Sie schreiben zu Beginn Ihres Buchs davon, dass sich Millionen Menschen „eingesperrt und gefangen“ fühlen und zwar in deren Job und Leben: „Blockiert in einem Knast der Umstände und Belegschaften scheinen Entwicklung und Weiterkommen unmöglich.“ Wie kommen Sie zu dieser Beobachtung?

Stefan Kerzel: Das brennende Thema unserer Zeit ist Angst. Angst, den Anforderungen nicht mehr gerecht zu werden. Der Begriff Angst leitet sich sprachhistorisch von Enge ab. Wer Angst hat, fühlt sich wie gefangen. Dann schaltet unser Verstand ab und das Unterbewusstsein übernimmt mit archaischen Verhaltensweisen das Kommando – Angriff, Flucht, Totstellen. Wenn sie aus dieser Situation heraus logisch denken wollen – Gute Nacht!

Als Unternehmensentwickler, gehe zu den Menschen in die Betriebe, spreche und arbeite mit ihnen auf gleicher Augenhöhe. Tagelang begleite ich Belegschaften während ihrer Arbeit, auch im Blaumann - ob bei Hitze oder Frost. Das ist Voraussetzung, damit die Menschen Vertrauen fassen können. Ein Monteur im Tiefbau sagt mir erst, was ihn auf die Seele drückt, wenn er gesehen hat, dass ich mit einem Presslufthammer umgehen kann. Erst dann rückt er mit seinen Themen heraus. Welche Vorstellungen hat er von seiner zukünftigen Entwicklung? Welche Glaubenssätze bestimmen sein Leben? Tue ich das nicht, kann ich mir Interviews und Gespräche schenken, weil eh nur mit Ja, Nein oder gar nicht geantwortet wird.

Ständig wird uns vorgegaukelt, was heute alles geschafft werden könnte und sollte. Motto: Du musst dich halt richtig in die Riemen legen. Doch um all dem gerecht zu werden, müsste der Tag 72 Stunden haben. Dies zu schaffen, ist unmöglich. Folglich steigt der Frust über das tägliche Misslingen. Das Gefühl des Gefangenseins verfestigt sich.

Ist Ihr Buch ein Motivationsbuch? Was sind Ihre drei wichtigsten „Ausbruchsstrategien“?

Stefan Kerzel: Mein Werk ist ein Sachbuch, das Impulse zur Selbstbefähigung vermittelt. Wer ausbrechen will, sollte sich über seine Talente und Potenziale klar werden. Was kann ich besonders gut? Welche Fähigkeiten werden mir nachgesagt?

---

Frankfurter Allgemeine Buch publiziert Wissen für Fach- und Führungskräfte mit den Schwerpunkten Management, Job & Karriere, Finanzen und Kommunikation. Weitere spannende und informative Titel finden Sie unter [www.fazbuch.de](http://www.fazbuch.de). Mehr Wissen mit Frankfurter Allgemeine Buch!

Kontakt: Bianca Labitzke, Frankfurter Allgemeine Buch, Frankenallee 71–81, 60327 Frankfurt am Main  
Telefon (069) 7501-4450 • Telefax (069) 7501-4460 • E-Mail [bianca.labitzke@fazbuch.de](mailto:bianca.labitzke@fazbuch.de)

# PRESSEMITTEILUNG PRESSEMITTEILUNG PRESSEMITTEILUNG

Es lohnt immer, einen Blick in die Vergangenheit werfen. Wer, was oder welche Umstände haben mich gebremst oder gehindert, das zu erreichen, was ich von meinen Anlagen her hätte schaffen können? Typische sind Sätze wie: Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr! Einen alten Baum soll man nicht mehr versetzen! Diese Redensarten sind Quatsch und von der modernen Hirnforschung längst widerlegt.

Ausbruchsstrategie Nr. 1: Lernen wir die sieben Gegner unserer Entwicklung kennen: Blindflüge, 99-Meter-Läufe, Saboteure, Energievampire, Minenfelder, Verkennungen, Erfahrungskerker. Wer seine Gegner kennt, kann sich entsprechend verhalten, wenn sie täglich an die Bürotür klopfen.

Ausbruchsstrategie Nr. 2: Heißen wir die sieben Partner unserer Entwicklung in unserem Leben willkommen: Klarheit, Zielausdauer, Schöpferkraft, Energiequellen, Entwicklungsfreiheit, Chancengebiete, Wissen. Was ist zu tun, um Ziele festzulegen und zu erreichen?

Ausbruchsstrategie Nr. 3: Finden sie einen passenden Begleiter, der ihnen strategisch zur Seite steht und Mut macht, wenn sie mal wieder nicht allem gerecht geworden sind; was der Alltag in unserem Leben ist und bleiben wird. Wer glaubt, erst dann glücklich sein zu dürfen, wenn er allem gerecht geworden ist, der ist verloren.

Sie animieren Ihre Leser, aus deren „Arbeitsknast“ auszubrechen und schlagen sogar vor, sich durch Hypnose den eigenen Emotionen zu stellen. Wie meinen Sie das und wie kann Hypnose weiterhelfen? Stefan Kerzel: Warum ist es so schwer, Dinge zu tun, die wir längst wissen? Unser Verstand und Kopf wollen es, doch Bauch und Unterbewusstsein legen sich quer. Im Kampf Kopf gegen Bauch zieht der Kopf immer den Kürzeren. Höchste Zeit, diese riesige Kraft des Unterbewusstseins anzuzapfen.

Hypnose öffnet den Weg zu dieser Schatztruhe, dort, wo unsere inneren Fähigkeiten schlummern. Dieses Eldorado der Talente schreit danach, entdeckt zu werden. Ich setze Hypnose als knallharten Faktor der Betriebswirtschaft und Unternehmensführung ein. So ist mein Markenzeichen „Hypnose für Kerle“ entstanden. Mit wem soll ein Unternehmenslenker über seine Ängste oder Befindlichkeiten sprechen, ohne Gefahr zu laufen, seine Reputation zu verlieren? Mit seinem Banker, Steuerberater, einem Geistlichen, der eigenen Ehefrau, der Belegschaft? Ganz oben an der Spitze ist es einsam. Leader brauchen jemandem, der auf gleicher Augenhöhe denkt und tickt. Ich bin erst einmal Unternehmer und dann Autor, Hypnotiseur, Redner oder Unternehmensentwickler.

Längst hat die Wissenschaft die Wirksamkeit der Hypnose zur Therapie und Entwicklung belegt. Trotzdem tun sich vor allem Männer schwer damit, sich ihren Emotionen zu stellen, um an längst vorhandene Begabungen und Fertigkeiten zu gelangen. Hypnose ist der Königsweg, diesen Schatz zu heben und aus dem Gefängnis alter Denkweisen auszubrechen. Wenn es unmöglich erscheint, müssen wir es hypnotisch machen.

Vielen Dank für das Gespräch!

Die Fragen stellte Bianca Labitzke.

---

Frankfurter Allgemeine Buch publiziert Wissen für Fach- und Führungskräfte mit den Schwerpunkten Management, Job & Karriere, Finanzen und Kommunikation. Weitere spannende und informative Titel finden Sie unter [www.fazbuch.de](http://www.fazbuch.de). Mehr Wissen mit Frankfurter Allgemeine Buch!

Kontakt: Bianca Labitzke, Frankfurter Allgemeine Buch, Frankenallee 71–81, 60327 Frankfurt am Main  
Telefon (069) 7501-4450 • Telefax (069) 7501-4460 • E-Mail [bianca.labitzke@fazbuch.de](mailto:bianca.labitzke@fazbuch.de)

# **PRESSEMITTEILUNG PRESSEMITTEILUNG PRESSEMITTEILUNG**

Der Autor:

Stefan Kerzel studierte in Münster und Dortmund Journalistik mit den Schwerpunkten Wirtschaft und Marketing. Nach erfolgreicher Arbeit als internationaler Musik- und Wirtschaftsjournalist baute er seine Firma zur Unternehmensentwicklung auf. Die Welt am Sonntag erhob ihn in die Kategorie „Gründer des 21. Jahrhunderts“. Stefan Kerzel arbeitet als Unternehmensentwickler, Wirtschaftsmediator sowie als Supervisor. Als Jailhouse-Rocker macht er mit seiner Gitarre dort Musik, wo die meisten von uns nie hinkommen: im Knast.

Täglich erlebt er, an welchen Hürden Menschen und Unternehmen immer wieder scheitern, was sie benötigen, um wieder Zugang zu ihren Kompetenzen zu bekommen. So entstand sein Geschäftsfeld „Hypnose für Kerle“. Stefan Kerzel arbeitet als Dozent sowie für Bundes- und Landesministerien. Zu seinen Mandanten zählen DAX-Unternehmen, Konzerne und inhabergeführte Unternehmen.

---

Frankfurter Allgemeine Buch publiziert Wissen für Fach- und Führungskräfte mit den Schwerpunkten Management, Job & Karriere, Finanzen und Kommunikation. Weitere spannende und informative Titel finden Sie unter [www.fazbuch.de](http://www.fazbuch.de). Mehr Wissen mit Frankfurter Allgemeine Buch!

Kontakt: Bianca Labitzke, Frankfurter Allgemeine Buch, Frankenallee 71–81, 60327 Frankfurt am Main  
Telefon (069) 7501-4450 • Telefax (069) 7501-4460 • E-Mail [bianca.labitzke@fazbuch.de](mailto:bianca.labitzke@fazbuch.de)

---

**Frankfurter Allgemeine Buch**