

## Presseinformation

„Sein Erfahrungsreservoir ist eine Fundgrube.“ (FAZ)

# Martin Wehrle

## „Sei einzig, nicht artig!“

– So sagen Sie nie mehr JA, wenn Sie NEIN sagen wollen –

Mosaik Verlag



In seinem neuen Buch entlarvt Martin Wehrle die Gleichschaltung unserer Gesellschaft und ermutigt uns, aus unserem fremdbestimmten, immer nach Höchstleistung und Anerkennung strebenden Leben auszubrechen und für die eigenen Bedürfnisse einzustehen. Damit legt er nach seinem Bestseller „Ich arbeite in einem Irrenhaus“ erneut ein Plädoyer für mehr Individualität und Selbstbestimmung vor – nur dass er die Thematik dieses Mal auf alle gesellschaftlichen Bereiche ausweitet.

Glaubt man den Medien, der Politik und der Wirtschaft, so leben wir im Zeitalter der Individualität: Jeder kann alles erreichen, sich verwirklichen, seinen Traum leben. Aber stimmt das überhaupt?

Nein, sagt Bestsellerautor Martin Wehrle und spricht in seinem neuen Buch sogar vom Zeitalter der Gleichschaltung. Von klein auf werden wir in eine Maske gepresst, sind bestrebt, die Erwartungen von Eltern, Lehrern und Ausbildern zu erfüllen. Wir tun alles für unseren Lebenslauf, halten unsere Profile auf Facebook, Twitter & Co. auf dem neuesten Stand, surfen gegen die Brandung der Informationsflut an und werden Familie, Freunden und Vorgesetzten jederzeit gerecht. Unser vermeintlich selbstbestimmtes Leben mutiert so zu einem Dasein im Hamsterrad – und endet nicht selten in Burnout und Depression.

In „Sei einzig, nicht artig!“ erklärt Karriere- und Persönlichkeitscoach Wehrle anhand zahlreicher Beispiele aus seiner Praxis und mithilfe von Coaching-Übungen sowie großem „Life“-Test, wie wir aus der Fremdbestimmtheit ausbrechen und für uns selbst eintreten können, wie wir uns Respekt verschaffen, indem wir häufiger NEIN sagen. Und wie in seinen Bestsellern „Bin ich hier der Depp?“ und „Ich arbeite in einem Irrenhaus“ verbindet Wehrle sein ernstes Anliegen mit Augenzwinkern und kritischem Humor.

**Martin Wehrle: „Sei einzig, nicht artig!“  
So sagen Sie nie mehr JA, wenn Sie NEIN sagen wollen.**

384 Seiten | ISBN 978-3-442-39283-4  
Ca. € 14,99 (D) | € 15,50 (A) | CHF 21,90 (UVP)

**Im Mosaik Verlag erschienen.**

### **Presse- und Interviewanfragen bitte an:**

Literatur- und Pressebüro Politycki & Partner, [info@politycki-partner.de](mailto:info@politycki-partner.de), Tel. 040 430 9315 0

## Über den Autor



© André Heeger

**Martin Wehrle** ist ein renommierter Karriere- und Persönlichkeitscoach. Ein breites Publikum kennt ihn aus Fernsehen, Radio und Zeitungen. Der gelernte Journalist schreibt u. a. für „DIE ZEIT“ und „SPIEGELOnline“ und ist als kompetenter Interviewpartner regelmäßig in Talksendungen zu Gast.

Unter dem Dach der Karriereberater-Akademie gibt er seine Erfahrungen weiter und hat die erste systematische Ausbildung für Karriereberater/-coaches in Deutschland entwickelt. Er berät Arbeitnehmer erfolgreich in Gehalts-, Karriere- und Bewerbungsfragen. Gleichzeitig ist er bei Führungskräften als Redner und kritischer Diskussionspartner gefragt.

Seine Bücher sind in zwölf Sprachen erschienen. „Ich arbeite in einem Irrenhaus“ stand über 150 Wochen in der Spiegel-Bestsellerliste und hat sich bislang 300.000 Mal verkauft.

Weitere Informationen unter [www.karriereberater-akademie.de](http://www.karriereberater-akademie.de).

## Wehrles Thesen:

- ❖ **Wir leben nicht im Zeitalter der völligen Freiheit**, wie immer verkündet wird, **sondern im Zeitalter der völligen Anpassung**. Unsere Köpfe werden globalisiert. Statt zu denken, werden wir gedacht. Statt zu tun, was uns passt, passen wir uns an.
- ❖ **Wir nehmen unseren Lebenslauf wichtiger, als unser Leben**. Die Wünsche anderer erfüllen wir, die eigenen killen wir. Wir hören zu wenig auf unser Herz.
- ❖ **Keiner wagt es mehr, sich zu beurteilen, ohne nach links und rechts zu schielen**. Wir messen uns an Mitschülern, Kommilitonen, Arbeitskollegen, Nachbarn und als Wirtschaftsstandort natürlich an den Chinesen, solange die Außerirdischen noch nicht entdeckt sind.
- ❖ **Wir müssen wieder lernen, Ja zu unseren eigenen Wünschen und Nein zu fremden Forderungen zu sagen**. Nur wer seine Individualität mit Leben füllt, kann seine Talente entfalten, seine Träume verwirklichen, sein Glück finden. Nur wer ganz bei sich ist, kann ganz bei anderen sein. Individualität ist der Schlüssel zu Zivilcourage, zu gesellschaftlichem Engagement, zu einem reifen Zusammenleben.

## Fakten & Zahlen:

- ❖ Wir lachen heute nur noch halb so viel wie in den 1970er-Jahren.
- ❖ 91 Prozent der Deutschen unterschreiben, dass Genuss ein Leben lebenswert macht. Aber nur 15 Prozent können von Momenten berichten, in denen sie alles um sich herum vergessen haben und wirklich glücklich waren.
- ❖ Weltweit leiden 350 Millionen Menschen unter Depressionen, bis ins Jahr 2020 wird es die zweithäufigste Volkskrankheit sein, sagt die Weltgesundheitsorganisation voraus.
- ❖ Die Burnout-Quote in Deutschland hat sich in sechs Jahren verelfacht: auf 2,7 Millionen.
- ❖ Jeder Dritte, der vorzeitig in Rente geht, leidet an psychischen Problemen und ist durchschnittlich gerade mal 48 Jahre alt.
- ❖ Wir klagen über mangelnde Zeit, aber sitzen im Durchschnitt täglich vier Stunden vor dem Fernseher.