

Teresa Adler

Gönnen Sie sich eine Krise!

Auf unerwarteten Wegen zum Erfolg –

warum Sie sich für jede Krise bedanken und sie sogar aktiv provozieren sollten

Erscheinungsdatum: 08.05.2024

Präsentation: 15.05.2024 ab 18.30h – Thalia Mariahilfer Straße 99, 1060 Wien

„Reich ist nicht der, der Goldbarren findet.

Reich ist der, der gelernt hat, das Gold vom Schutt auszusieben!“

Eine Krise fragt nicht, was sie infrage stellen darf. Sie tut es einfach. Mit hemmungsloser Selbstverständlichkeit rüttelt sie an Umständen, von denen wir bis dahin dachten, sie seien grundsolide. Sie stellt unsere Beziehungen, unser Geschäftsmodell, unsere Arbeitsabläufe und Herangehensweisen auf intensive Art und Weise auf den Prüfstand.

Kein Wunder also, dass wir versuchen, Krisen zu umschiffen. Bestenfalls bewältigen wir sie. Aber sich eine Krise gönnen? Wir lieben unseren Status quo und meiden Veränderung. Egal ob im Privatleben, im persönlichen Umfeld oder im Business. Schließlich läuft doch alles gut! Doch tut es das wirklich? Und bringen uns Krisen nicht sogar großen Nutzen? Den wir oft erst im Nachhinein erkennen?

Wie oft haben Sie bereits zurückgeschaut und mussten anerkennen, dass im Chaos und der Verzweiflung einer Krise am Ende sehr viel Wertvolles für Ihre Zukunft zu entdecken war?

„Wenn Sie den Zeitpunkt selbst planen, verliert die Krise einen ihrer größten Schrecken“

Teresa Adler ruft dazu auf, Krisen bewusst vom Zaun zu brechen. Egal ob in Beziehungen, innerhalb von Teams, im Alltag oder in der Geschäftswelt: Krisen sind kraftvolle Werkzeuge, die wir für unseren Erfolg nutzen können. Indem wir aktiv ansteuern, was sich oftmals längst abzeichnet, sind wir in der Lage festgefahrene Muster, Stillstand und mangelnde Innovationskraft gar nicht erst aufkommen zu lassen. Das bestehende System soll nicht erhalten, es soll immer wieder daran gerüttelt und neu angepasst werden.

„Drehen Sie der Krise nicht den Rücken zu, sondern bringen Sie ihr Surfbrett in Position und steuern Sie sie aktiv an!“

Nur einer von vielen wertvollen Anregungen, die Teresa Adler ihren Leser:innen ans Herz legt. Krisen sind wichtig. Sich ihnen bewusst zu stellen, ist eine Lebenseinstellung, die für alle Arten von Krisen von Nutzen ist. Gönnen Sie sich daher regelmäßig diese Zeiten des Infragestellens und setzen Sie Krisen strategisch ein, um voranzukommen.

„Am Ende bricht die Welle. Nicht Sie!“

Ebenso wichtig, wie eine Krise zu provozieren und aktiv anzugehen, ist die Entschlossenheit, nicht im Krisenmodus zu campieren. Die Autorin zeigt, wie man eine Krise beendet, welche Möglichkeiten es



gibt, um Stillstand gar nicht erst aufkommen zu lassen, und wie man gewonnene Erkenntnisse nachhaltig implementiert.

Am Ende handelt Adlers Ratgeber auf stets feinfühlig, spannende und mitunter durchaus humorvolle Art gar nicht so sehr davon, wie Sie eine Krise *bewältigen*. Sondern vielmehr davon, wie Sie sich bewusst in eine Krise hineinbegeben, sich ihr aktiv stellen und sie bewusst *plündern*. Wie Sie Ihren Blick auf Ihre persönliche Fehlerkultur, auf die eigene Identität und Ihre Art und Weise Beziehungen zu leben (auch die zu sich selbst) erfolgreich prägen können.

In diesem Sinne: Gönnen sie sich Ihre Krise! Immer wieder. Und immer wieder gerne!

Ein Blick ins Buch:

„Die Themen, denen wir uns nicht stellen, stellen sich uns eines Tages in den Weg.“

„Gold und Schutt kommen im selben Fluss. Ausgieben müssen Sie selbst.“

„Erfolg verleitet dazu, seine oberflächliche Strahlkraft als Spiegel der eigenen Identität zu interpretieren.“

„Wenn wir unserer Seele nicht geben, was sie braucht, nimmt sie sich eines Tages, was sie will.“

„Manchmal ist es notwendig, die eigenen Selbstzweifel im Größenwahn zu ertränken.“

„Wenn Sie einen Frieden in sich tragen, den Umstände nicht geben können, können Umstände ihn auch nicht nehmen.“

„Während alle damit beschäftigt sind aufzuräumen, machen Sie sich auf die Suche nach dem Kurzschluss!“



Teresa Adler bringt als Mentaltrainerin, Kommunikations- und Politikwissenschaftlerin das Thema „Krise“ erfrischend auf den Punkt und stellt Fragen, die ihren Leser:innen helfen, Antworten zu entdecken. Als Speakerin, Moderatorin und Trainerin im Bereich mentale Stärke, Leadership und Persönlichkeitsentwicklung begeistert sie ein breites internationales Publikum – unter anderem mit ihrer humoristischen, direkten Art, die Dinge zu beleuchten. Mit ihrem einzigartigen Spagat aus Humor und Tiefgang fordert sie ihre Zuhörer:innen heraus, zu bestehenden Themen neue Blickwinkel einzunehmen.

Nun präsentiert die ehemalige Pressesprecherin eines Großunternehmens inspirierende Einblicke in die positiven Seiten von Krisen erstmals in Buchform. In „Gönnen Sie sich eine Krise!“ zeigt sie, wie man eine solche aktiv als Schlüssel zum beruflichen Erfolg und persönlichen Wachstum nutzen kann. Wer Teresa Adler erlebt hat, enttarnt Probleme, auch die selbst verschuldeten, als das, was sie sind: Chancen, die ergriffen werden wollen.

Kontakt

Rezensionsexemplare & Presse-Fahnen:

Goldegg Verlag, Andreas Appel, andreas.appel@goldegg-verlag.com, +43-1-5054376-72

Interview- und persönliche Anfragen:

Teresa Adler, mail@teresa-adler.com, +43-650-2031832