



[Home](#) | [Kitz & Tusch](#) | [Bestseller](#) | [Termine](#) | [Buchen](#) | [Presse](#) | [Kontakt](#) | [Ihr eigenes Buch!](#) |

Pressestimmen

Kitz & Tusch und ihre frischen Konzepte erfahren eine überwältigende Medienresonanz – von F.A.Z. bis RTL, von SPIEGEL Online bis ZDF, von Handelsblatt bis BILD.

Sie sind Journalistin oder Journalist? [Hier](#) geht es zum Pressebereich.

Pressestimmen zu "Warum uns das Denken nicht in den Kopf will"

"Verrät, nach welchen Regeln wir alle ticken."

[Berliner Kurier](#), 1. April 2014

"Tricks, die jeder kennen muss."

[EXPRESS](#), 1. April 2014

"Hat mir viel Spaß gemacht – und ich hab' ne Menge gelernt!"

[Susanne Fröhlich](#), Fröhlich lesen, MDR Fernsehen, 20. Februar 2014

"So denken Sie besser."

[Coopzeitung](#), 18. Februar 2014

"Eine entdeckungsreiche Expedition."

[literaturtipps.de](#), 17. Februar 2014

"Unser Oberstübchen unter der Lupe."

[berufebilder.de](#), 14. Februar 2014

"Tricks aus der Alltagspsychologie."

[HR 1](#), 14. Februar 2014

"Beschäftigt sich mit den geheimen Vorgängen in unserem Gehirn."

[rt1](#), 14. Februar 2014

"Perfekt für unser Hirn."

Münchener Merkur, 14. Februar 2014

"Buchtipps"

BLR, 14. Februar 2014

"Unterhaltsam und klug."

Computerwoche, Heft 7/2014

"Viele Lebenstipps und Liebestipps."

NDR 1, Kulturjournal, 12. Februar 2014

"Psychotainment vom Feinsten."

[seniorkom.at, 11. Februar 2014](#)

"Buchtipps"

Frankfurter Stadtkurier, 10. Februar 2014

"Nach bewährtem Erfolgsrezept."

[Horizonworld, 10. Februar 2014](#)

"Buchtipps"

Regensburger Stadtzeitung, Februar 2014

"Jedem zu empfehlen, der sich für Alltagspsychologie interessiert."

eldorado, 30. Januar 2014

"Sich selbst durchschauen, bevor es andere tun."

Kopf-fit, 03/2014

"Selten hat es so Spaß gemacht, sich selbst und sein Handeln zu hinterfragen."

[Booksection, Angelika Koch, 9. Januar 2014](#)

"Verblüffende Antworten, die im Büro und Betrieb hilfreich sind."

[web.de, Anja Schreiber, 9. Januar 2014](#)

"Durchschauen Sie sich selbst, bevor andere es tun."

[gmx.de, Anja Schreiber, 9. Januar 2014](#)

"Deutschlands bekannteste Psycho-Docs."

Radio Bonn, 9. Januar 2014

"Mit diesem Buch klappt alles im Leben."

Marlene Lufen, Sat.1 Frühstücksfernsehen, 7. Januar 2014

"Buchtipps"

Nordwestradio, 6. Januar 2014

"Wissenschaftliche Erklärung!"

hr1-START, 4. Januar 2014

"Verrät, welche Fallen unser Gehirn so zu bieten hat."

[Remscheider General-Anzeiger, 3. Januar 2014](#)

"Schönes Buch."

Radio Eins, 2. Januar 2014

"So verändern Sie sich erfolgreich."

Mein Journal, Januar 2014

"Einfach wohlfühlen."

ORFnachlese, 01/2014

"So verändern Sie sich erfolgreich."

Wissen+Karriere, 01/2014

"Das können Sie gegen die nervigen Gedanken tun."

freundin, Ulrike Schädlich, 01/2014

"Wie gute Vorsätze erfolgreich umgesetzt werden können"

hr-Info, 1. Januar 2014

"Lesetipp der Woche."

glüxmagazin, 31. Dezember 2013

"Versammelt 40 Erkenntnisse aus der Alltagspsychologie."

Tagesanzeiger Schweiz, Leonie Krähenbühl, 31. Dezember 2013

"Wie wir denken, wenn wir denken."

Midde, Conny Schneider, 31. Dezember 2013

"Buchtipp."

[Super Illu, 31. Dezember 2013](#)

"Buchtipp"

SWR 1, 30. Dezember 2013

"Buchtipp"

KURIER, 28. Dezember 2013

"Buchtipp."

[nachrichten.at, 28. Dezember 2013](#)

"Die Bestsellerautoren zeigen, dass das menschliche Gehirn manchmal recht eigenartigen Regeln folgt."

Hannoversche Allgemeine Zeitung, 23. Dezember 2013

"Höchst interessant!"

Thomas Ohrner, Servus TV, 20. Dezember 2013

"Ein nützlicher und humorvoller Ratgeber, der einen ganz neuen Blick auf sich und andere ermöglicht."

[LifestyleSite.de, 19. Dezember 2013](#)

"Wohlfühltipps."

LEO, Gisela Huwig, 19. Dezember 2013

"Ein ganz neuer Ansatz."

Madonna Österreich, 18. Dezember 2013

"Viele nützliche Tipps – tolles Geschenk!"

Steffen Popp, harmony.fm, 17. Dezember 2013

"Ein Geheimtipp."

TOP FM, 17. Dezember 2013

"Geschenktipp."

Nordwest-Zeitung, 13. Dezember 2013

"Beschert manches Aha-Erlebnis."

[Wirtschaftswoche Management Blog, Claudia Tödtmann, 11. Dezember 2013](#)

"Faszinierende Erkenntnisse."

[Volksstimme.de](#), 11. Dezember 2013

"Buchtipp."

Inside Siegen, 11. Dezember 2013

"Die perfekte Mischung aus Wissenschaft und Augenzwinkern!"

[Oldie-Radio](#), 9. Dezember 2013

"Sollten Sie kennen."

Wirtschaftsblatt Österreich, Kathrin Gulnerits, 9. Dezember 2013

"So wehren Sie sich gegen Schwätzer."

[Network-Karriere](#), 7. November 2013

Pressestimmen zu "Du machst, was ich will"

"Tipps für den Alltag, die wirklich jeder ausprobieren kann."

[Kim's Pencil](#), 8. Dezember 2013

"Teaches the art of persuasion."

[Digital Development Debates](#), # 12 2013

"In diesem Bestseller verrät Volker Kitz die Tricks der Einflussnahme."

[ARD, titel thesen temperamente](#), 15. September 2013

"Ein Buch über die Erfahrungen als Einflüsterer."

rbb inforadio, 12. September 2013

"Wie ein Politikflüsterer arbeitet – und wie Schokoriegel oder die "Lindenstraße" Türen öffnen können."

[Spiegel Online](#), 10. September 2013

"Ein wunderbar eindringliches Buch über die kleinen, moralisch keineswegs verwerflichen Manipulationstechniken im Alltag. Und nebenbei ein sehr aufschlussreicher und unterhaltsamer Report über die Knochenarbeit der vielgescholtenen Lobbyisten in Berlin."

[CFOWorld](#), 3. September 2013

"Volker Kitz schildert seine sanfte Kunst der Überzeugung."

[Telepolis](#), 17. August 2013

"Wie Lobbyisten in Berlin Politik machen."

[Rhein-Zeitung, 1. August 2013](#)

"Sehr spannende Ansätze und die Einsicht, dass Menschen sich in Wahrheit nie durch Argumente überzeugen lassen."

[Die Goldene Zeit-Schrift, 31. Juli 2013](#)

"Sehr nachvollziehbar und mit Gewinn zu lesen."

[rezensions-seite.de, 29. Juli 2013](#)

"Einfache wie subtile Wege, andere für eigene Anliegen zu gewinnen."

managerSeminare, August 2013

"Buchtip: Wie man bekommt, was man will."

[Berliner Kurier, 18. Juli 2013](#)

"Die Leser sind begeistert."

[Epoch Times, 16. Juli 2013](#)

"Die wirkungsvollsten Methoden."

Weser Kurier, 13. Juli 2013

"Das Buch empfiehlt sich dem Karrierewilligen."

[Südwest Presse, 6. Juli 2013](#)

"Wie man es schafft, dass andere tun, was man will."

[Wirtschaftswoche, 3. Juli 2013](#)

"Ein ehemaliger Lobbyist packt aus."

ntv.de, 28. Juni 2013

"Ein Lobbyist plaudert aus dem Nähkästchen."

[junge Welt, 27. Juni 2013](#)

"Buchtip: Du machst, was ich will."

[Kölnische Rundschau, 26. Juni 2013](#)

"Er verrät die besten Tricks."

WDR EinsLive, 26. Juni 2013

"Psychologische Kriegsführung in eigener Sache."

FOCUS, Heft 26/2013 (Titelgeschichte), 24. Juni 2013

"Beflügelt die Karriere."

[Freie Presse, 21. Juni 2013](#)

"Immer genau das bekommen, was man haben möchte: Das geht – und zwar gar nicht so schwer!"

EXPRESS, 16. Juni 2013

"Wie man Karriere macht."

[N24, 14. Juni 2013](#)

"Wie man bekommt, was man will."

dpa, 14. Juni 2013

"Wer es schafft, den Chef für sich einzunehmen, macht Karriere."

[Hamburger Abendblatt, 14. Juni 2013](#)

"Tipps für zähe Verhandlungen."

[finanznachrichten.de, 14. Juni 2013](#)

"Das Buch werde ich mir durchlesen!"

[Manuel Koch, Inside Wallstreet \(DAF\), 13. Juni 2013](#)

"Ein spannender Einblick."

FRIZZ, 4. Mai 2013

"Kurzweilig und amüsant ... Man erfährt auch, woher all die "Fehlentscheidungen" kommen, über die wir immer so gerne schimpfen."

der-buchleser.de, 24. April 2013

"Hier greift Volker Kitz noch tiefer in die psychologische Trickkiste."

Dingolfinger Anzeiger, 20. April 2013

"So klappt es mit der Gehaltserhöhung."

stern.de, 10. April 2013

"Grundregeln für den menschlichen Umgang."

[Management-Blog, 9. April 2013](#)

"Volker Kitz ist einer, der es wissen muss."

dpa, 5. April 2013

"Wie Sie wirklich ALLES bekommen."

TOP FM, 4. April 2013

"Buchtip: Nennt die Grundregeln des Verhandeln."

[Der Schweizerische Beobachter, Heft 10/2013](#)

"Eine Lebensschule."

Berliner Kurier, 31. März 2013

"Die eigenen Interessen auch gegen Widerstand durchsetzen."

Sonntagsblitz, 31. März 2013

"Wie man seine Wünsche Realität werden lässt."

[Süddeutsche.de, 29. März 2013](#)

"Dr. Volker Kitz wäre nicht der, der er ist, wenn er nicht sein Wissen so formulieren würde, dass es der Leser nicht nur sofort versteht, sondern auch für sich interessante Erkenntnisse ziehen kann."

[We Want Media, 28. März 2013](#)

"Ein Koffer voller Tricks."

[Kleine Zeitung, 23. März 2013](#)

"Hochinteressantes Buch!"

Ingo Hoppe, radioBERLIN 88, 8/rbb, 21. März 2013

"Die wirkungsvollsten Psychotricks – überzeugend und sehr spannend!"

[Sat 1, 20. März 2013](#)

"Die Arbeit von Lobbyisten ist geheimnisumwittert – Volker Kitz erzählt von ihren Tricks."

Heilbronner Stimme, 19. März 2013

"All die kleinen Tricks, mit denen der Profi von anderen Leuten die Sachen kriegt, die er will."

BLR, 19. März 2013

"Tipps von der ganz großen Bühne – wirft alles über den Haufen, was Sie in den letzten zehn Jahren zum Thema gelesen haben!"

radio bremen, Funkhaus Europa, 18. März 2013

"Ex-Lobbyist Volker Kitz verrät die besten Verhandlungstricks."

Wirtschaftsblatt Österreich, 18. März 2013

"Alle Regeln der Kommunikation und Verhandlungsführung."

[Szene Lübeck, 18. März 2013](#)

"Wenn Sie dieses Buch lesen, dann erfahren Sie eine Menge über die Lobbyisten in Berlin – aber auch über sich selbst und wie die Leute um Sie herum ticken."

MDR Info, 14. März 2013

Pressestimmen zu "Die 365-Tage-Freiheit"

"Originelle Gedanken."

Jan-Eric Peters, Chefredakteur *Die Welt*, 14. April 2013

"Über Freiheit, Faulheit und den Sinn des Lebens."

[Welt am Sonntag \(großes Aufmacher-Interview mit Volker Kitz\), 14. April 2013](#)

"Das hört sich alles zu gut an um wahr zu sein? Dann ist das Buch vielleicht nicht für dich.
Aber wieso sollte es eigentlich nicht wahr werden können?"

[freilaufmenschen, 25. Februar 2013](#)

"Eine geschliffene Analyse über die Zustände in unserer Arbeitswelt. Illusionslos, dennoch nützlich."

[Radiolounge, 18. Dezember 2012](#)

"Drücken Sie auch Neidern diesen Ratgeber in die Hand."

myself, November 2012

"Nie zuvor brachte ein Buch überzeugendere Handlungsanleitungen für ein Leben in Freiheit und Selbstbestimmung."

[Literaturtipps.de, Oktober 2012](#)

"Der Jobexperte."

freundin, 09. Oktober 2012

"Jede einzelne Strategie ist klar umrissen und gibt Tipps wann sie für das eigene Leben Sinn macht."

[Therapie – Das Lifestylmagazin, September 2012](#)

"Wie man mehr lebt und weniger arbeitet."

Staufenbiel Karrieremagazin, Heft 10/2012

"Der Autor dekonstruiert die ohnehin brüchig gewordene Normal-Erwerbsbiographie und gibt Unzufriedenen Tipps für den Ausstieg."

[ChangeX Bestenliste September 2012](#)

"Unsere Arbeit nüchterner betrachten – Volker Kitz weiß, wie es geht."

[Neue Zürcher Zeitung, 29.08.2012](#)

"Wie man den Traum vom Jobausstieg tatsächlich wahr macht."

Cosmopolitan, Heft 08/2012

"Hilft dabei, sich klar zu machen, dass ein Leben ohne Arbeit viel besser denkbar ist als eine Arbeit ohne ein Leben."

[life magazin, August 2012](#)

"Stellt pragmatisch und ruhig Fragen nach Selbstverwirklichung, also der ersten Klasse."

brand eins, Heft 08/2012

"Ein fulminantes Plädoyer gegen das Diktat der Arbeit."

Aargauer Zeitung, 05.08.2012

"Wie wir mit weniger Arbeit glücklicher leben."

Berliner Morgenpost, 29.07.2012

"Ein Freiheitsmanifest mit besonderem Reiz."

Berliner Zeitung, 29.07.2012

"Strategien vom Bestseller-Autor!"

BILD, 24.07.2012

"Endlich leben!"

360 °, 24.07.2012

"Ein Rettungsanker – ausbrechen und etwas anderes machen!"

w&v, 12.07.2012

"Hier ist für jeden eine realistische Ausstiegsstrategie dabei."

[kreative-chaoten.com, 12.07.2012](#)

"Gespickt mit vielen Ideen – unterhaltsam und lehrreich!"

Woche der Frau, 11.07.2012

"Dieses Buch sollte man sich zulegen."

center.tv Düsseldorf, 09.07.2012

"Finden Sie heraus, ob Sie bereit für den Ausstieg sind!"

GONG, Heft 28/2012

"Sie müssen nicht aufhören zu arbeiten. Aber Sie können es."

BILD + FUNK, Heft 28/2012

"Massentauglich und verständlich geschrieben."

[Das Partyhaus, 28.06.2012](#)

"Hilfreiche und konkrete Strategien."

BRIGITTE, Heft 13/2012

"Für alle, die einen Schubs benötigen."

Dingolfinger Anzeiger, 23.06.2012

"Eine wirklich scharfsinnige Analyse und tolle Denkanstöße für alle, die offen für ungewöhnliche Wege und Vorschläge sind."

[Zeit zu leben, 11.06.2012](#)

"Warum Zeit und Ruhe bald wertvoller sein werden als Geld und Karriere. [...] Viele träumen vom Aussteigen, Volker Kitz hat dazu die Ideen entwickelt."

Der Sonntag, 10.06.2012

"Spannende Ideen und originelle Tipps."

[ebookstr, 8.06.2012](#)

"Jede Menge Tipps, um ins Vollzeit-Leben zu starten."

[harmony.fm, 04.06.2012](#)

"Öffnet Gedankentüren."

[futur2, Mai 2012](#)

"Realistische Ansätze und eine Anleitung in Schritten, gepaart mit teilweise amüsanten Vorschlägen."

[typischich, Mai 2012](#)

"Raus aus der 'Nine-to-Five-Mühle'? Volker Kitz hat's geschafft, und gibt in 'Die 365-Tage-Freiheit' Tipps, wie auch Sie den Absprung schaffen könnten."

[fem, 07.05.2012](#)

"Strategien zu einem selbstbestimmten Leben."

[Kurier, 04.05.2012](#)

"Herzlichen Glückwunsch zu diesem Buch!"

[Servus TV, 03.05.2012](#)

"Volker Kitz ist ein Fuchs. Er weiß, wo Arbeitnehmer der Schuh drückt, und rückt in seinem neuen Buch mit einem Werkzeugkoffer voller Alternativen an."

[news.de, 01.05.2012](#)

"Volker Kitz verrät, wie es gehen kann."

[buecher-blog, Mai 2012](#)

"Sehr interessantes Buch – hilft, die Freiheit wieder zu gewinnen."

WDR Süpermercado, 30.04.2012

"Reinlesen lohnt sich in jedem Fall, selbst wenn Sie sich entscheiden sollten, weiter in der Tretmühle Arbeit zu leben. Denn nach der Lektüre dieses Buches wissen Sie, dass Sie aussteigen können, wenn und wann Sie wollen."

[Gesundheits-Bookshop, 23.04.2012](#)

"Spannende Ideen und originelle Tipps."

Mainpost, 18.04.2012

Pressestimmen zu "Psycho? Logisch!"

"Unglaublich."

Frau im Trend, April 2013

"Super."

Frau im Trend, März 2013

"Kommt den ewigen Fragen des Lebens auf die Spur."

Beautiful Life, März 2013

"Kitz & Tusch sind der Burner! Erste Sahne, um in die Psychologie einzusteigen ... der Wahnsinn!"

mickysbook, 02.01.2013

"Wie man den Alltag in den Griff bekommt."

sueddeutsche.de, 26.11.2012

"Kommt von Herzen!"

heute.de, 01.09.2012

"Spielregeln, um die Karriere anzukurbeln"

Women's Health, 09/2012

"Unbedingt lesen!"

Laviva, Juli 2012

"Tipps, sich das Leben angenehmer zu machen – und vielleicht sein Gehalt ein bisschen aufzustocken."

Berliner Rundfunk, 25.07.2012

"Bringt Wissensvorsprung!"

freundin, 24/2012

"Befreit die Seele."

brigitte balance, 6/2012

"Tut unserer Seele gut."

Bild der Frau, 20.07.2012

"Verständlich und unterhaltsam, mit lebendigen Beispielen."

[Berliner Akzente, 17.07.2012](#)

"Unterhaltsam und lehrreich."

[ausgeglichenes-leben.de, 18.06.2012](#)

"Extrem spannend."

[Zeit zu leben, 06.05.2012](#)

"Strategien, wie Sie mehr Lob vom Chef kriegen."

SWR3, 30.04.2012

"Erfolgskonzepte aus der Psychologie."

[BILD, 26.04.2012](#)

"Tricks, die helfen."

DER WESTEN, 24.04.2012

"Gegenmittel gegen den Stress."

NRZ, 16.04.2012

"Hilfestellung für alle Bereiche – mit Nutzwert und Augenzwinkern, um zufriedener und glücklicher zu werden."

job40plus, 16.04.2012

"Spannende Themen."

WDR5, 13.04.2012

"Nützliche Tricks!"

CareerBuilder, 11.04.2012

"Rat – auf den Punkt."

ABENDZEITUNG, 28.03.2012

"Super Tipps."

Kölner Stadtanzeiger, 26.03.2012

"Sehr motivierend!"

Kölnische Rundschau, 26.03.2012

"Die Kunst, den Alltag erträglicher zu machen."

dapd, 26.03.2012

"Ein tolles Buch."

[SWR1, 25.03.2012](#)

"Total hilfreich."

RTL, 13.03.2012

"Sehr gut! Was besonders schön ist? Nie gibt es diese aufdringliche Lustigkeit, die sonst solche Bücher haben. Das Buch ist einfach clever geschrieben."

My Skills, 13.03.2012

"Die Managementautoren Kitz und Tusch analysieren, warum Gehaltserhöhungen nicht wirken – und wie man Mitarbeiter trotzdem mit Geld motivieren kann."

[Wirtschaftswoche Management-Blog, 08.03.2012](#)

"Total spannend und sehr unterhaltsam."

[Susanne Conrad, ZDF Mittagmagazin, 22.02.2012](#)

"Psychologisches Know-how, in bester Infotainment-Manier präsentiert."

managerSeminare 3/2012

"Die Mental-Tricks der Psycho-Experten helfen beim Durchstarten."

freundin 3/2012

"Raffinierte psychologische Tricks."

freundin 2/2012

"Die ganze Wahrheit."

ABENDZEITUNG 11.01.2012

"Erklärt, warum schon ein Fünf-Minuten-Lauf glücklich macht und wie man die Macht der Gewohnheit austrickst."

[Spiegel Online, 30.12.2011](#)

"Bringt wirklich etwas!"

prisma 52/2011

"Sehr hilfreich."

103.7 Unser Ding 26.12.2011

"Wer das begriffen hat, macht sich das Leben leichter."

Women's Health 03/2011

"Die Bestsellerautoren Kitz & Tusch verraten die besten Tricks!"

SPIEGEL ONLINE, 19.11.2011

"Die perfekte Gebrauchsanleitung für den Alltag. Die Bestsellerautoren verraten, wie wir Beziehungen retten und mit unseren Gedanken das Weltgeschehen steuern."

galeria Magazin, Winter 2011

"Spannende Ursachen für unsere inneren Regeln."

mavida, November 2011

"Hervorragend! Die beiden Docs finden Antworten, die nicht enttäuschen – unterhaltsam, kurzweilig und gewitzt."

[Achim Achilles, November 2011](#)

"So richtig spannend!"

Südfinder, 15.10.2011

"Die Lektüre kann uneingeschränkt empfohlen werden!"

[futur2, Oktober 2011](#)

"Mit viel Witz, deutlichen Worten und dennoch wissenschaftlich fundiert."

TV Gesund & Leben, Ausgabe 24/2011

"Damit kommen sie den ewigen Fragen des Lebens auf die Spur."

[Düsseldorfer Anzeiger, 14.11.2011](#)

"Ein unverzichtbares Buch."

Dingolfinger Anzeiger, 05.11.2011

"Es ist wirklich für jeden ein Thema dabei."

buecher.de, 03.11.2011

"Wer die Tipps beherzigt, erreicht so manches mehr im Leben und durchschaut seine Mitmenschen."

**BONUS – Das Magazin der Volksbanken
Raiffeisenbanken, November 2011**

"Ein tolles Buch – informativ und unterhaltsam."

[Leser-Welt, 05.11.2011](#)

"Überlebenstipps."

Aachener Zeitung, 27.10.2011

"Die unterhaltsame Alltagspsychologie kommt den ewigen Fragen des Lebens auf die Spur."

Deggendorf Aktuell, 20.10.2011

"Die Psychologen bringen es auf den Punkt."

Schwaebische.de, 19.10.2011

"Keine tumbe Tschakka-Du-schaffst-es-Lektüre, sondern eine tolle Gebrauchsanleitung für sich selbst – und die Mitmenschen."

Sächsische Zeitung, 19.10.2011

"Erstaunliche Dinge aus der Alltagspsychologie."

harmony.fm, 17.10.2011

"Ein äußerst unterhaltsamer Ratgeber, der für alle Lebenslagen die passenden Tricks mit Begründungen aus der Psychologie bietet."

express.de, 14.10.2011

"Dass Psychologie spannend, aufschlussreich und unterhaltsam sein kann, beweisen die beiden Psychologen Dr. Volker Kitz und Dr. Manuel

Tusch."

Hamburger Morgenpost, 14.10.2011

"Mit diesem Buch verstehen Sie sich und andere besser und erreichen mehr im Leben."

womenweb.de, 10.10.2011

"Wie andere alles für uns tun."

Maxi, Oktober 2011

"Unterhaltsame Alltagspsychologie, mit der Sie mehr aus Ihrem Leben machen können."

Deutsche Apotheker Zeitung, 29.09.2011

"Ein Leitfaden für den Alltag."

[Bayerischer Rundfunk, 23.09.2011](#)

"Geht unseren Marotten auf den Grund und gibt Tipps, mit denen Sie Ihr eigenes und das Verhalten anderer positiv beeinflussen."

[BILD, 19.09.2011](#)

"Klare Antworten aus der psychologischen Forschung, die wahre Wunder wirken."

Die Welt, 17.09.2011

"Perfektes Infotainment, mit Witz und Charme."

VLIFE, 16.09.2011

"Theorie war mal. Denn Dr. Kitz & Dr. Tusch machen Wissenschaft zum Event: Locker-flockig statt staubtrocken kommen ihre Bücher daher."

Pforzheimer Zeitung, 10.09.2011

"Wissenschaftlich fundiert und spannend erklärt."

Leben, September 2011

"Im Alltag lebt sich mit ein paar kleinen Psychotricks viel einfacher."

BLR (Lokalradio Bayern), September 2011

"Volker Kitz und Manuel Tusch geben in ihrem neuen Buch psychologische Tricks, die zum Beispiel helfen, garantiert eine Gehaltserhöhung zu bekommen."

[Der Tagesspiegel, 14.08.2011](#)

"Mit Nutzwert und Augenzwinkern erklären Dr. Kitz & Dr. Tusch erstmals anhand typischer Alltagssituationen, wie wir alle ticken – und erforschen wissenschaftlich fundiert die spannenden Ursachen für

unsere inneren Regeln."

Emslandkurier, 10.08.2011

Pressestimmen zu "Ich will so werden, wie ich bin"

"Innovatives Selbstcoaching-Programm."

büchermenschen, Oktober 2013

"Wegweiser zum Glück – Strategien, die sicher zum Ziel führen."

emotion, August 2013

"Ein ebenso fundiertes wie gut lesbares Selbstcoaching-Programm."

emotion, Juli 2012

"So kann jeder seinen individuell passenden Lebensstil finden."

Out of Home, Februar 2012

"Ein einzigartiges Programm."

stadtzauber, Januar 2012

"Vom Hamsterrad zum Engelskreis: viele praktische Hinweise und Übungen, mit denen der Ist-Zustand in den gewünschten Ziel-Zustand überführt wird."

working @office, 12 | 2011

"Das beste Selbsthilfebuch."

der-buchleser.de, 11.11.2011

"So kann jeder seinen individuell passenden Lebensstil finden."

Bücher Magazin, Herbst/Winter 2011

"Wie Sie der Hamsterrad-Verschörung entkommen."

Wirtschaftsblatt, 07.10.2011

"Ein einzigartiges psychologisches Programm." (zur Hörbuch-Version)

audible.de, 01.10.2011

"Ein aufschlussreiches Buch – kreative und innovative Lösungen."

Ratgeber Frau und Familie, August 2011

"Ein Buch über den Zwang zum Stress."

[ZDF – Blickpunkt](http://ZDF-Blickpunkt), 31.07.2011

"Wie Sie sich im Urlaub nicht stressen."

[Frankfurter Rundschau, 19.07.2011](#)

"Für Menschen, die ihr Leben selbst in die Hand nehmen wollen."

[rbb radio eins, 22.07.2011](#)

"Die besten Ideen, das Leben zu ändern."

BRIGITTE, 17/2011

"Wie man es hinkriegt, dass einen der Job nicht auffrisst."

Cosmopolitan, August 2011

"Der perfekte Lesestoff!"

lastminute.de, 04.07.2011

"Das Buch gibt sehr viele gute Denkanstöße und ist sehr lesenswert."

helga-koenig-ratgeber.blogspot.com, 03.07.2011

"Die gefragten Coaches zeigen, wie's wirklich funktioniert."

Wiener Zeitung, 21.06.2011

Buchtipp der Woche: "Jeder sollte sich fragen: Was will ich wirklich?"

Tiroler Tageszeitung, 18.06.2011

"Wie wir das Leben zurückerobern."

maxima, Juni 2011

"Scharfsinnig... klug... Lösungen für das Dilemma."

ZEIT ONLINE, 24.05.2011

"Berührt, bringt zum Nachdenken, Lachen und motiviert."

Karrierefürer Hochschulen, Sommersemester 2011

"Ein Buch, das voll den Nerv der Gesellschaft trifft."

Woman In The City, Heft 5/2011

"Wie Sie herausfinden, was Sie wirklich wollen."

Jolie, Heft 5/2011

"Es gibt einen Ausweg!"

prisma, Heft 15/2011

"Ein Buch, mit dem wir die Freiheit über unser Leben zurückerobern."

Allgemeiner Anzeiger, 30.04.2011

"Ein Wurf, den man von der ersten bis zur letzten Seite einfach verschlingt. Großartig!"

TOP-GEWINN, April 2011

"Ein ungewöhnlicher Wegweiser."

Känguru, April 2011

"Stellt entscheidende Fragen und zeigt konkrete Wege."

fit for fun, April 2011

"Hat es in sich... lässt neue Ideen entstehen... hervorragend."

[Leser-Welt, April 2011](#)

"Entscheidende Impulse für ein Leben, das uns entspricht."

[büchermenschen, 02/2011](#)

"Systematisch zum Selbst: Eine Auseinandersetzung mit den Zwangserkrankungen unserer modernen (Arbeits-)Welt."

[manager seminare, April 2011](#)

"So entkommt man dem Hamsterrad."

Wirtschaft und Weiterbildung, April 2011

"Eine spannende Thematik."

center tv, 01.04.2011

"Wie Sie wieder zu sich selbst kommen."

[rbb radio eins, 28.03.2011](#)

"So nehmen Sie Ihr Leben wieder selbst in die Hand."

[EXPRESS, 22.03.2011](#)

"Leben Sie Ihr eigenes Leben und lassen sich nicht von anderen erzählen, wie Sie sein müssen, was Sie leisten und schaffen müssen."

[Hamburger Morgenpost, 22.03.2011](#)

"Weist den Weg zum Bauchgefühl."

[lebfrech, 21.03.2011](#)

"Ebnet den Weg dazu, die eigenen Bedürfnisse wieder zu spüren und zu verwirklichen."

[Bildung Aktuell, 08.03.2011](#)

"Fremdbestimmt? Schneiden Sie die Fäden durch!"

die Pastille, März 2011

"Ein wirklich interessantes Buch."

RTL, 01.03.2011

"Wohltuend wirklichkeitsnah."

Thalia Magazin, 01/2011

"Überlebensstipps."

[web.de, 28.02.2011](#)

"Bei Ärger im Job hilft das Kino im Kopf."

[Die Welt, 16.02.2011](#)

"Hilft beim Stressabbau."

[dpa, 15.02.2011](#)

"Ein Lebensratgeber."

[detektor.fm, 15.02.2011](#)

"Warten Sie nicht länger darauf, dass Ihr Leben beginnt – machen Sie selbst etwas daraus."

[SWR 1, 15.02.2011](#)

"Gegen selbst auferlegten Zwang."

[BILD, 15.02.2011](#)

"Befreit und macht vieles leichter."

an-online.de, 15.02.2011

"Literaturtipp."

[dpa, 14.02.2011](#)

"Für Veränderung in Ihrem Leben."

news.de, 14.02.2011

"Wie Sie stärker selbst über Ihr Leben bestimmen können."

Märkische Allgemeine, 14.02.2011

"Ein nützliches Buch, das sich von der Masse abhebt. Brutal ehrlich."

Handelsblatt, 12.02.2011

"Praxisnah und sehr unterhaltsam."

freundin, 26.01.2011

"Mit Witz und Einfühlungsvermögen."

monster.de, 09.02.2011

Pressestimmen zu "Das Frustjobkillerbuch"

"Unbedingt lesen!"

Laviva, Juli 2012

"Praxisnah, flüssig geschrieben, realitätsbezogen."

Der Standard, 19.02.2011

"Ein durchweg ungewohnter Blick auf die Welt."

BÜCHER, Ausgabe 2/2012

"Wie die Arbeit wieder Spaß macht."

SWR1, 09.01.2012

"Eine verblüffend wirksame Methode."

job-wechseln.de, 06.11.2011

"Die Lösung: aufhören zu jammern."

ZEIT Wissen, 30.10.2011

"Kann glücklich machen."

ZEIT ONLINE Beruf, 20.09.2011

"Der überaus bekannte Bestseller zeigt Ihnen, wie Sie Ihren Frustjob zu dem Job machen können, den Sie schon immer haben wollten."

gruenderlexikon.de, 08.07.2011

"Übungen, mit denen man sich innerlich neu justieren kann." (zur Hörbuch-Version)

hörBücher, Ausgabe 3/2011

"Die besten Strategien gegen Frust am Arbeitsplatz."

trend.at, 26.02.2011

"Ein Buch für mehr Zufriedenheit."

MDR Info, 10.02.2011

"Literatur gegen Frust im Job."

[Die Welt, 10.02.2011](#)

"Raus aus der Schmollecke!"

dpa, 09.02.2011

"Gegen Frust im Job."

[tz, 09.02.2011](#)

"So können Mitarbeiter dafür sorgen, dass ihre Leistungen wahrgenommen werden."

[sueddeutsche.de, 09.02.2011](#)

"Eine verblüffend wirksame Methode."

monster.de, Februar 2011

"Die beste Strategie."

MEN'S HEALTH, Februar 2011

"Wie Sie Ihr Potenzial optimal nutzen."

freundin, Dezember 2010

"Ein Weg zur beruflichen Schadensbegrenzung."

derStandard.at 24.11.2010

"Kitz & Tusch verraten, was wirklich hinter dem Frust steckt und wie man sich dauerhaft von ihm befreit."

Cosmopolitan, Dezember 2010

"Wege zur beruflichen Schadensbegrenzung."

Der Standard, 24.11.2010

"Gewusst wie."

Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung, 14.11.2010

"Tipps, wie man kritische Situationen meistert."

BAYERN 3, 11.11.2010

"Viele haben 'Das Frustjobkillerbuch' gelesen und sind damit sehr erfolgreich."

[ZDF – Volle Kanne, 3.11.2010](#)

"Besonders interessant an diesem Buch ist, dass es sich nicht in die Reihe der üblichen Berufs- und Karriereratgeber einsortieren lässt [...] Wirklich empfehlenswert."

suite101.de, 31.10.2010

"Kampfansage an Frust und Ärger im Job."

Bergsträßer Anzeiger, 29.10.2010

"Eine Mischung aus Leichtigkeit und Tiefgang, die unterhält und zum Nachdenken anregt."

Starkenburger Echo, 29.10.2010

"So holen Frauen mehr Gehalt raus."

BILD Zeitung, 27.10.2010 (fachliche Beratung)

"Kultbuch und Standardwerk."

morgenweb, 26.10.2010

"Kitz und Tusch sind die führenden Experten für einen neuen Umgang mit der Arbeit. Bei Unternehmen sind sie gefragte Redner und Coaches."

Starkenburger Echo, 25.10.2010

"Wenn die lieben Kollegen unerträglich werden: Literaturtipp."

[Die Welt, 18.10.2010](#)

"Strategien für den richtigen Umgang im Job."

freundin, Heft 22/2010

"Arbeitsleid ist hausgemacht."

Personalführung, Heft 10/2010

"Für alle, die nicht im Chor der Jammernden mitsingen wollen, sondern ihre Eigenverantwortung auch für das Glück im Berufsleben entwickeln möchten."

[wassollwerden.de, 16.10.2010](#)

"Das Buch weckte eine riesige Nachfrage."

Lübecker Nachrichten, 05.10.2010

"Verblüffend wirksam."

[Weinheimer Nachrichten, 30.09.2010](#)

"Chancen auf dem Arbeitsmarkt" (fachliche Beratung)

BILD-Zeitung, 26.08.2010

"Ein hilfreiches Buch."

[Hessischer Rundfunk, 12.08.2010](#)

„Sehr hilfreiche Praxisanleitung; unterscheidet sich wohltuend von all den sonst üblichen Plädoyers für eine maximale berufliche Selbstverwirklichung.“

Günter G. Bamberger (ehemals Psychologischer Dienst der Bundesanstalt für Arbeit) in seinem Standardwerk

Lösungsorientierte Beratung, 4. Aufl., Weinheim 2010

"Eine Anleitung, wie man in seinem jetzigen Job zufriedener wird."

Die Zeit Wissen, 18.05.2010

"Wie Sie den Job, den Sie haben, zu dem Job machen, den Sie wollen."

[KarriereKosmos, 18.05.2010](#)

"Testnote: sehr gut (1,5)." (zur Hörbuch-Version)

[testberichte.de](#)

„Die Erkenntnis!“

NEON, März 2010

„Man braucht sich keinen neuen Job zu suchen, die Probleme sind sowieso immer dieselben.“

Münsterland Zeitung, 26.02.2010

„Funktioniert sehr gut [...] alles drin.“

boersenblatt.net, 02.02.2010

„Wie man zu mehr Zufriedenheit gelangt.“

FAZ Hochschulanzeiger, 30.11.2009

„Ein deutscher Bestseller, ein universelles Thema.“

[onet.pl \(zur polnischen Ausgabe\), 25.11.2009](#)

„Empfehlung für alle, die innerlich schon gekündigt haben.“

Managementbuch.de, 19.11.2009

„Die Suche nach dem Traumjob bringt nichts.“

Der Westen, 12.11.2009

„Die Rezepte von Kitz/Tusch sind originell aufgearbeitet.“

Stuttgarter Nachrichten, 10.10.2009

„Die Autoren zeigen ganz konkret, wie man den eigenen, nervenden Berufsalltag verbessern kann.“

Wirtschaftswoche, 21.09.2009

„Der Klassiker.“

premiumpresse, 08.09.2009

„Wir sitzen wohl alle im selben Boot.“

e-concierge, 08.09.2009

„Arbeitspsychologen geben Antwort.“

Wiener Journal, 14.08.2009

„Der Weg zu mehr beruflicher Zufriedenheit [liegt] in uns selbst.“

PSYCHOLOGIE HEUTE, Juli 09

„Die beiden Coaches [entlarven] die wirklichen Gründe für den Frust und stellen Gegenstrategien vor.“

vigo AOK, 03/09

„Motivationstiefs im Berufsleben aktiv bekämpfen.“

Aachener Zeitung, 20.06.2009

„Buchtipps für Unmotivierte.“

Nachrichtenagentur ddp, 10.06.2009

„Studien ermitteln regelmäßig, dass zwischen 70 und 85 Prozent der arbeitenden Bevölkerung [...] über einen Jobwechsel nachdenken.“

[Berliner Morgenpost, 07.06.2009](#)

„Ein verblüffendes Konzept.“

[Hannoversche Allgemeine, 06.06.2009](#)

„Ein neuer Job muss her, denken Sie? Irrtum!“

Financial Times Deutschland, 02.06.2009

„Akustisch und stimmlich bunt – brillant. Testnote: sehr gut.“ (zur Hörbuch-Version)

hörBücher, Ausgabe 6/2009

„Tipps, wie das Arbeitsleben schöner wird.“

ZEIT ONLINE Jobbrief, Mai 2009

„Ein Thema von geradezu existenzieller Bedeutung.“

Die Welt, 30.05.2009

„Wie man den Frust im Job besiegt.“

[CIO Online, 28.05.2009](#)

„Eines der empfehlenswertesten Bücher, die ich zum Thema Karriere in den letzten Jahren gelesen habe.“

[Jens Ohle, Vorstand der access AG, 25.05.2009](#)

„Frust im Job bekämpfen. [...] Volker Kitz und Manuel Tusch beschreiben die häufigsten Gründe für die Unzufriedenheit im Job.“

[Saarbrücker Zeitung, 11.05.2009](#)

„Frust im Job hat Hochkonjunktur, und das lässt sich nicht nur anhand der tristen Gesichter in der U-Bahn belegen.“

[Mittelbayerische Zeitung, 11.05.2009](#)

„Bücher Top-Ten: Love it, change it or loeave it.“

Wirtschaftsblatt, 01.05.2009

„Die Un-Arbeitslosen sind die eigentlichen Frustrierten!“

Brigitte, Mai 2009

„Tipps, wie Sie sich neu motivieren können und die Arbeit wieder richtig Spaß macht.“

Laviva, Mai 2009

„Von der Wichtigkeit, sich selbst wichtig zu sein.“

DER DROGISTENSTERN, Mai 2009

„Tipps, wie das Arbeitsleben schöner wird.“

[DIE ZEIT – Jobbrief-Lesetipp, 30.04.2009](#)

„Die Autoren des Frustjobkillerbuches werfen einen Blick auf die wichtigsten Gründe, warum Arbeitnehmer mit ihrem Job unzufrieden sind.“

[NRW TV, 23.04.2009](#)

„Buchtipp: Das lesen unsere Zuschauer.“

[Bayerischer Rundfunk, Lese:Zeichen, 20.04.2009](#)

„Millionenfach verkauft. [...] Dann verschwindet der Frust scheinbar wie von selbst.“

[DOPPELKOPF – hr2-kultur, 20.04.2009](#)

„Top-Karrierebücher: Unsympathische Kollegen, tyrannische Chefs, ein lächerliches Gehalt – das nervt! Ein neuer Job muss her, denken Sie? Irrtum!“

Augsburger Allgemeine Zeitung, 18.04.2009

„Die Lösung liegt so nahe.“

[Web.de, 15.04.2009](#)

„In ihrem «Frustjobkillerbuch» beschreiben die beiden Psychologen die häufigsten Gründe für die Unzufriedenheit im Job.“

[Südkurier, 13.04.2009](#)

„Wer dem Dschungel der schlecht Gelaunten entkommt, hat Glück.“

[Frankfurter Rundschau, 13.04.2009](#)

„Auswege aus der Frustr Krise.“

[Rhein-Zeitung, 13.04.2009](#)

„Reden statt kündigen.“

[Wormser Zeitung, 08.04.2009](#)

„Frust im Job hat Hochkonjunktur.“

[Dresdner Neueste Nachrichten, 08.04.2009](#)

„Frust im Job bekämpfen.“

[Volksstimme.de, 08.04.2009](#)

„Kein Job ist perfekt.“

[Stuttgarter Nachrichten, 05.04.2009](#)

„Lach' doch mal wieder!“

[Badische Zeitung, 04.04.2009](#)

„Volker Kitz und Manuel Tusch können schreiben. Die Texte sind witzig und locker und mit der nötigen Portion Polemik versehen, die Spaß macht.“

[Zeit zu leben, 02.04.2009](#)

„Ihre Aussagen belegen die Autoren mit schlagkräftigen Argumenten und wissenschaftlichen Untersuchungen. Lesen Sie selbst – es lohnt sich.“

Norddeutsches Handwerk, 02.04.2009

„Wir [können] die Energie, die wir in die zermürende Jobsuche investieren müssten, nutzen, um an uns selbst zu arbeiten.“

Berliner Journalisten, April 2009

„Der Job, den Sie haben, ist der beste, den Sie kriegen können. Die Kündigung wäre nur eine Pinkelpause im ewig gleichen Film.“

der arbeitsmarkt, April 2009

„Machen Sie den Job, den Sie haben, zum Job, den Sie wollen.“

petra, April 2009

„Die beiden Coaches [...] stellen eine verblüffende Methode vor, mit der Sie Ihren nervenden Berufsalltag aus eigener Kraft verändern und verbessern können.“

KOMPETENZ, 3-4 2009

„Kitz und Tusch vermitteln wichtige Erkenntnisse über die Arbeitswelt und die Menschen, die sich in ihr tummeln.“

Oldenburgische Volkszeitung, 30.03.2009

„Beim nächsten Chef bleibt alles, wie es ist.“

Süddeutsche Zeitung Uni&Job, 28.03.2009

„Ein Allheilmittel gegen den Büroblues.“

StellenJournal, 28.03.2009

„Kitz und Tusch erklären, weshalb Arbeit und Kollegen mitunter so anstrengend sind – und weshalb das in einem neuen Job nicht anders wird.“

Frankfurter Neue Presse, 26.03.2009

„Kitz und Tusch vermitteln ihren Lesern [...] wichtige Erkenntnisse über die Arbeitswelt und [...] wie man Glücksmomente herstellt.“

[Aachener Zeitung 25.03.2009](#)

„Einsichten, die Gold wert sind.“

sueddeutsche.de, 24.03.2009

„Frustr im Job gezielt bekämpfen: In ihrem 'Frustrjobkillerbuch' beschreiben die beiden Psychologen die häufigsten Gründe für die Unzufriedenheit im Job.“

dpa, 23.03.2009

„Es gibt also Auswege aus der Frustrkrise.“

[n-tv.de, 23.03.2009](#)

„Verdrängen schafft Frustr.“

[Kölner Stadt-Anzeiger, 23.03.09](#)

„Frustr im Job hat Hochkonjunktur. Volker Kitz und Manuel Tusch haben sich mit diesem Thema beschäftigt.“

[Pforzheimer Zeitung, 23.03.09](#)

„Wie verhalte ich mich in brenzligen Situationen gegenüber Chef und Kollegen?“

[B.Z., 13.03.2009](#)

„Die meisten Probleme in unserem Job sind universell und wir werden sie durch einen Jobwechsel nicht loswerden können. [...] Wie Sie damit umgehen können und so den Job, den Sie haben, zu dem Job machen, den Sie wollen, erläutern Kitz und Tusch mit ein paar einfachen psychologischen Übungen.“

[CareerBuilder, 10.03.2009](#)

„Tipps, wie man zufriedener sein kann.“

[Handelsblatt, 05.03.2009](#)

„Lohnt sich, weil die Lebensqualität hinterher größer ist.“

[Österreichisches Sicherheitsmagazin, 03.03.2009](#)

„So geht's endlich aufwärts.“

[RTLratgeber, 02.03.2009](#)

„So werden Sie glücklicher mit Ihrem Job.“

[frauenzimmer.de, März 2009](#)

„Genau das richtige Buch, wenn Dich der Frust einmal wieder überkommt!“

[Secretaries Paradise, März 2009](#)

„Die Buchautoren Volker Kitz und Manuel Tusch geben Tipps, wie Sie aus Ihrem eigenen Job Ihren Traumjob machen können.“

swissfamily, Februar/März 2009

„Eine sehr einleuchtende Methode.“

[Arbeiterkammer Burgenland, 27.02.2009](#)

„Management-Bestseller: Vorschläge, wie man selbst seinen Berufsalltag verbessern kann.“

vdI Nachrichten, 20.02.2009

„Flucht aus der Frustfalle [...] Selbsttests helfen, das eigene Potenzial richtig einzuschätzen.“

[manager-magazin, 14.02.2009](#)

„Vorsicht: Nicht jeder Jobwechsel bringt das gewünschte Ergebnis.“

[Wirtschaftsblatt, 19.02.2009](#)

„Der nächste Job ist auch nicht besser.“

Berliner Zeitung, 04.02.2009

„Klüger ist es, einen frischen Blick auf alte Gewohnheiten zu werfen.“

[Brigitte Woman, 02/09](#)

„Der neue Job wird genauso frustrierend sein wie der alte – so lange man nichts an sich selbst ändert.“

[Jobware, Februar 2009](#)

„Eine verblüffende These.“

[Astroblick, Februar 2009](#)

„Buch des Monats: Im Kern geht es darum, ein paar Dinge über die Arbeitswelt, über die Menschen und über sich selbst zu erkennen.“

[Stadtbibliothek Mannheim, Februar 2009](#)

„Das Buch zeigt, wie man den Berufsalltag verbessern kann.“

AOK Service, 2/2009

„Wir haben es selbst in der Hand, im Job entspannt zu bleiben.“

tina, 28.01.2009

„Buch der Woche.“

Schweizer Personalzeitung ALPHA, 24.01.2009

„Bestseller: Wie findet man eigentlich den richtigen Job oder habe ich ihn schon? Das fragen sich viele Menschen.“

[Börsenblatt für den deutschen Buchhandel, 22.01.2009](#)

„Ein Job gleicht dem anderen.“

[handwerk.com, 20.01.2009](#)

„Die Lösung liefern die Autoren des Bestsellers gleich mit.“

[jobbanet.eu, 19.01.2009](#)

„Neue Chancen.“

[SAT1 weck up, 18.01.2009](#)

„Rezept für Zufriedenheit.“

[Capital-Investor, 16.01.2009](#)

„Kleinigkeiten können für großen Ärger sorgen.“

[DerWesten.de, 12.01.2009](#)

„Der perfekte Job ist der, den Sie schon haben.“

[ZDF Mittagmagazin, 12.01.2009](#)

„Nach dem Traumjob zu suchen, bringt nichts – den gibt’s nicht.“

[SWR 1 Arbeitsplatz, 10.01.2009](#)

„Man muss bei sich selbst anfangen.“

[WELT ONLINE, 05.01.2009](#)

„Viele haben schon innerlich gekündigt [... doch] ein Jobwechsel [...] ist schlicht Zeitverschwendung.“

[WAZ ONLINE, 05.01.2009](#)

„Wer in seinem Job unzufrieden ist, die innere Kündigung schon ausgesprochen hat oder schon konkrete Wechselpläne schmiedet, wer in den letzten Jahren möglicherweise sogar mehrfach entnervt den Arbeitgeber gewechselt hat, ist vielleicht gut beraten, mit Volker Kitz und Manuel Tusch einen anderen Lösungsweg zu versuchen.“

[Literatur Blog, 05.01.2009](#)

„Jobwechsel als Zeitverschwendung.“

[FOCUS ONLINE, 03.01.2009](#)

„Verständnisvolle Kollegen, zufriedene Kunden, eine gute Bezahlung: Von einem solchen Arbeitsalltag können die meisten Beschäftigten nur träumen.“

[AP \(Associated Press\), 02.01.2009](#)

„Wer unzufrieden ist, muss etwas ändern.“

DIE ZEIT Campus, Januar 2009

„Die beiden Psychologen zeigen, was in jedem Job nervt und wie Sie sich mithilfe kleiner Tricks und Kniffe mit Ihrer Situation aussöhnen.“

treffpunkt – Magazin der niederösterreichischen Arbeiterkammer, Januar 2009

„Buch der Woche.“

[education newsletter, Januar 2009](#)

„Jobfrust ade!“

praxis + recht, Januar 2009

„Die beiden Psychologen zeigen in ihrem Frustjobkillerbuch, was in jedem Job nervt und wie Sie sich mithilfe kleiner Tricks und Kniffe mit Ihrer Situation aussöhnen.“

treffpunkt, Januar 2009

„Fairness im Berufsalltag.“

Berliner Zeitung, 29.12.2008

„So bekämpfen Sie erfolgreich Ihren Unmut.“

Handelsblatt, 19.12.2008

"Das Autoren-Duo gibt Dir zahlreiche Tipps, Tricks und praktische Übungen mit auf den Weg."

[absolventa.de, 17.12.2008](#)

"Volker Kitz und Manuel Tusch weisen in einem neuen Buch nach, dass im Prinzip jeder Job gleich ist."

[netzzeitung.de, 16.12.2008](#)

"Ein Jobwechsel ist nur eine Pinkelpause im ewig gleichen Film."

[FAZ Hochschulanzeiger, 02.12.2008](#)

„Das passende Buch zur Karrieregestaltung in krisenhaften Zeiten. ... Der lockere Ton macht das Buch leicht lesbar.“

[manager magazin, Dezember 2008](#)

"Die Wahrheit ist: Ein Job ist ein Job. Wichtig ist, was man daraus macht."

working(at)office, 12/2008

"Rette Deinen Job und Du rettetest dein Leben."

[managementbuch.de](#)

„Der Wandel beginnt bei jedem selbst.“

Kölner Stadtanzeiger, 29./30.11.2008

„Der Mensch nimmt sich und seine Probleme auch in einen neuen Job mit. Der Wandel zu mehr Glück im Arbeitsalltag fängt also bei jedem selbst an.“

[Berliner Zeitung, 22./23.11.2008](#)

"Die Psychologen haben Überraschendes herausgefunden."

[Hamburger Morgenpost, 19.11.2008](#)

"Das Buch schaffte es umgehend auf die ersten Plätze der Bestsellerlisten. Das Thema trifft ganz offensichtlich ins Mark der Gesellschaft."

[Der Tagesspiegel, 16.11.2008](#)

„Das Buch ist aus der Praxis der beiden Coaches geschrieben und daher voll von praktischen Beispielen und Lösungen, die sich bewährt haben.“

Happiness Observer, 11.11.2008

„Volker Kitz und Manuel Tusch, Business-Coachs und Bestsellerautoren, verraten, wie man klassische Krisen im Job überwinden und neue Leidenschaft für den Beruf wecken kann.“

Freundin, 05.11.2008

"Am Ende der Lektüre ist man durchaus erstaunt, wie viel man noch über sich selbst lernen und auch ändern kann."

[GO!Jobware, 03.11.2008](#)

"Unbedingt lesen, weil gern getane Arbeit viel mehr Glück bringt."

[emotion, November 2008](#)

"Anregender Pfad der Selbsterkenntnis. Lobens- und Lesenswert."

der arbeitsmarkt, 11/2008

"Jobfrust ist mittlerweile ein weit verbreitetes Phänomen, das häufig mit der Flucht nach vorn, dem Jobwechsel, gelöst wird. Doch diese Suche nach dem perfekten Job ist ein Irrweg, belegen die Autoren des Frustjobkillerbuchs [...] Deswegen zeigen die Autoren im zweiten Teil des Buches anhand von praktischen Übungen, wie Arbeitnehmer mit den täglichen Problemen und Konflikten besser umgehen können."

Immobilien Zeitung, 30.10.2008

„Vollkommen neuer Ansatz für mehr Zufriedenheit im Job.“

[105'5 Spreeradio, 16.10.2008](#)

„Die Un-Arbeitslosen sind die eigentlich Frustrierten“, behaupten Volker Kitz und Manuel Tusch in ihrem 'Frustjobkillerbuch'. Zu Recht: Laut einer Gallup-Studie haben 88 Prozent aller Beschäftigten bereits innerlich gekündigt [...] Durch Übungen wird der Leser zu neuen Einsichten geführt. [...] Fazit: Der wahre Traumjob ist im Kopf. Und ist er nicht im Kopf, so ist er nirgendwo.“

[KLEINE ZEITUNG, 22.09.2008](#)

„Das Frustjobkillerbuch bietet Selbsterkenntnis und Streicheleinheiten für beleidigte Arbeitnehmerseelen [...] Mit Einfühlungsvermögen und nicht ohne Witz bringen die beiden Autoren die Befindlichkeiten gefrusteter Arbeitnehmer auf den Punkt. [Das Buch bietet] beachtenswerte Denkanstöße. Vor allem aber werden sich Betroffene in den süffisant-ironischen Bestandsaufnahmen ihrer Selbstreflexion wiederfinden.“

Kölnische Rundschau, 27.10.2008

„Zwei Drittel der Deutschen sind unzufrieden mit ihrem Job. Viele wechseln immer wieder, um festzustellen, dass sich nichts ändert: Doofe Kollegen, fiese Chefs und viel zu wenig Geld. Doch es geht auch

anders.“

[MDR, Thüringen Exklusiv, 22.10.2008](#)

"Unglücklich bei der Arbeit? Wollen Sie was Neues? Warum es sich nicht lohnt, nach dem perfekten Job zu suchen."

[Süddeutsche Zeitung / sueddeutsche.de, 14.10.2008](#)

"Volker Kitz und Manuel Tusch sprechen dem Volk aus dem Herzen [und] holen daher in ihrem Buch zu einem Befreiungsschlag für alle Jobfrustrierten aus."

AnzeigenKurier, 02.10.2008

„Nach dem perfekten Job zu suchen lohnt nicht [...] Mit ihrem soeben erschienenen „Frustrjobkillerbuch“ wollen sie [die Autoren] – insbesondere in ihrer rastlosen Generation der Mittdreißiger – ein neues Denken anstoßen.“

[FAZ.NET, 26.09.2008](#)

„Vorschnell sollte man die Reißleine nicht ziehen.“

FOCUS, 22.09.2008

"Die These, die Volker Kitz und Manuel Tusch für ihr „Frustrjobkillerbuch“ wählen, lässt sich wissenschaftlich untermauern."

[Der Tagesspiegel, 20.09.2008](#)

"Der etwas andere Ratgeber [...] Zufriedenheit und Glück werden so automatisch gesteigert."

busienss bestseller selection, 19.09.2008

„Jobfrust muss nicht sein! Miese Stimmung im Büro, dem Chef kommt kein Lob über die Lippen und der Dienstplan ist auch nicht wirklich fair? Es gibt Grund zum Aufatmen! Das Frustrjobkillerbuch" zeigt Wege aus der Krise.“

[Sat1, Frühstücksfernsehen, 17.09.2008](#)

„Sarkasmus im Büro, fehlende Anerkennung, dreister Dienstplanboykott: Die Autoren erklären, warum viele Angestellte ihre Chefs hassen – und wie man Jobfrust kurieren kann.“

[SPIEGEL ONLINE, 13.09.2008](#)

„Ebenso verblüffende wie einfache Botschaft an alle rastlosen Jobnomaden.“

Rheinische Post, 13.09.2008

„Ein Plädoyer für die Probleme, die die Un-Arbeitslosen haben.“

[Eldorado, 11.09.2008](#)

„Karriere machen ohne Verbiegen und Ellbogentaktik: die goldenen Regeln für mehr Spaß und Anerkennung im Beruf.“

[Freundin, 10.09.2008](#)

„Tricks, die Ihre Arbeit nicht nur erträglich, sondern zu einem Traumjob machen. Denn eigentlich sind alle Jobs gleich. Volker Kitz und Manuel Tusch verraten in ihrem Frustrjobkillerbuch, was in JEDEM Job nervt und mit welchen Tricks Sie dem Frust entkommen.“

[BILD.de, 09.09.2008](#)

„Kitz und Tusch zerpflücken den Irrglauben, mit einem Jobwechsel könnte man dem nervenden (Arbeits-)Alltagstrott („Jeder Tag ist gleich“) entfliehen. Oder die ständigen Ungerechtigkeiten am Arbeitsplatz („Meine Arbeit wird nicht geschätzt“) könnten aus der Welt geschafft werden. [...] Der Schlüssel zu einem zufriedenen Arbeitsleben liegt vielmehr darin, wie wir selber mit all diesen Standard-Aufregern umgehen, auf die wir in nahezu jedem Job stoßen. Hier haben Kitz und Tusch Tipps zur Hand, wie man den Berufsalltag aus eigener Kraft ändern und verbessern kann. Eine empfehlenswerte Lektüre, insbesondere für all die vielen Frustrierten, die auch nach etlichen Stellenwechseln ihren Traumjob noch immer nicht gefunden haben.“

[Die Südostschweiz, 08.09.2008](#)

"Gut geschriebenes Buch, das zum Schmunzeln anregt und einem den Berufsalltag erheitern kann."

VerkehrsRundschau, 05.09.2008

„Die Wahl des Arbeitgebers ist mehr oder weniger egal. [...] Die meisten Ursachen für den täglichen Frust bei der Arbeit liegen nämlich in uns selbst.“

Vorarlberger Nachrichten, 05.09.2008

„Die beiden Coaches zeigen ganz konkret, wie man den eigenen nervenden Berufsalltag ändern und verbessern kann.“

Good Life, Herbst 2008

„Was tun, wenn der Job nervt? Die wichtigsten Tipps von den Job-Coaches.“

Glamour, 02.09.2008

„Träumen wir nicht alle vom Lottogewinn? Ade Job, ade Boss. Aber die Wahrheit ist: Wir gewinnen gar nicht und sitzen auch morgen wieder an der Arbeit. Stress, Ärger... Dagegen gibt es jetzt das Frustjobkillerbuch.“

[Hitradio FFH, 02.09.2008](#)

„Nie mehr Jobwechsel – warum kein Job besser ist als der jetzige.“

[karrierebibel.de, 02.09.2008](#)

„Ein wundervolles Buch.“

Radio Galaxy, 02.09.2008

„Wer sich auf das Buch einlässt, schärft seinen Blick für die Arbeitsrealität und erlebt, dass er diese auch (mit)gestalten kann.“

SBZ, 09/2008

„Der Leser findet sich schnell in diesem Buch wieder, kennt er doch viele der geschilderten Situationen aus dem eigenen Berufsleben. [...] Der Leser sieht seinen Frust nach der Lektüre des Buches in einem größeren Zusammenhang, denn die Probleme entstehen nicht erst mit Antritt einer neuen Stelle; sie ziehen sich als Grundmuster durch das gesamte Leben. [...] Wir müssen nicht den Job wechseln, damit sich etwas ändert. Korrigieren wir aber unsere Einstellung, kann dies Wunder bewirken.“

[FOCUS Online, 30.08.2008](#)

„So killen Sie garantiert Ihren Frust im Job.“

[careernetwork, 29.08.2008](#)

„Zwei Jahre haben die Recherchen, Feldstudien und Analysen der Autoren gedauert. Nun haben sie ihre Antworten in "Das Frustjobkillerbuch" zusammengefasst. [...] Und wenn Sie heute in der Tageszeitung Ihres Vertrauens über die Stellenanzeigen stolpern, blättern Sie doch einfach weiter.“

[Medianet.at, 29.08.2008](#)

„Frustr im Job – viele Arbeitnehmer denken, ein neuer Job würde das Problem lösen. Doch die Buchautoren und Business-Coaches Dr. Manuel Tusch und Dr. Volker Kitz zeigen in ihrem Frustjobkillerbuch, dass es auch andere Möglichkeiten gibt, den Frust im Job zu überwinden.“

[Web.de, 28.08.2008](#)

„Die Autoren haben umfassend recherchiert, dass ein anderer Job auch nicht glücklicher macht, weil man im Berufsleben immer auf die gleichen Grundprobleme stößt, die das Arbeitsleben eben mit sich bringt. Die Ursachen für den Jobfrust liegen vielmehr in den Menschen selbst – in ihren inneren Einstellungen. Und die lassen sich ändern.“

[Radio Arabella, 25.08.2008](#)

„Schluss mit den Frustjobs. Die Ursache für Frust am Arbeitsplatz liegt meist in uns selbst. Die beiden Coaches Volker Kitz und Manuel Tusch entlarven die häufigsten Gründe und zeigen, wie man den eigenen Berufsalltag wirksam verbessern kann.“

[Euro am Sonntag, 24.08.2008](#)

„Dieses Buch deckt sich nicht mit dem, was Karriereratgeber predigen, und nicht mit dem, was Berufs- und Selbstverwirklichungsberater den Massen für viel Geld erzählen. Mit ein bisschen reflexivem Denken können die Gründe für den persönlichen Jobfrust entlarvt werden.“

[studieren.de, 24.08.2008](#)

"Gelassenheitsprogramm für den täglichen Kampf im Büro. [...] Die beiden Autoren weisen nach, dass alle Jobs im Prinzip gleich sind. Die Ursache für den Frust am Arbeitsplatz liegt in uns selbst, und dagegen lässt sich was tun.“

[Wirtschaftsblatt, 22.08.2008](#)

„Viele Arbeitnehmer sind von ihrem Alltag frustriert, ein neuer Job hilft oft nicht weiter. Deshalb: an Ort und Stelle handeln.“

Frankfurter Rundschau, 16.08.2008

„Die Kollegen, der Chef, die Routine, zu wenig Gehalt – wenn Ihr Job Ihnen auf die Nerven geht, sollten Sie nicht gleich kündigen. Die Buchautoren Volker Kitz und Manuel Tusch geben Tipps, wie Sie aus Ihrem eigenen Job Ihren Traumjob machen können.“

[Brigitte.de, 14.08.2008](#)

„Lesenswert! Die Tipps haben Langzeitwirkung.“

women's quarterly, 04/2008

„Frustr adel!“

IngenieurKarriere, 02/2008

„Liest sich wirklich gut und unterhaltsam.“

arbeitsmarkt Bildung Kultur Sozialwesen, 37/2008

Pressestimmen zu "Ohne Chef ist auch keine Lösung"

"... leads to a positive working atmosphere in general and the employees feel esteemed and obtain a higher motivation ..."

BLOG OR DIE TRYIN', 09.11.2012

"Die Kunst der ‚Führung von unten‘."

Wirtschaftsblatt.at, 07.10.2011

"Vom Umgang mit dem Vorgesetzten."

Berliner Zeitung, 18.06.2011

"Den Vorgesetzten verstehen lernen."

dpa, 07.02.2011

"Die Autoren zeigen wie Brötchengeber und Brötchennehmer gemeinsam gewinnen."

monster.de, Februar 2011

"So führen Sie Ihren Vorgesetzten."

[Berliner Akzente, 31.01.2011](#)

"Zeigt, wie es zu einem fairen Umgang zwischen Kollegen und Vorgesetzten kommen kann."

[radio eins, 24.11.2010](#)

„Wenn der Chef Druck macht: Wie verkraftet man unbeherrschte Vorgesetzte?"

[WDR 5, Tagesgespräch, 10.11.2010](#)

„Verrät, wie man am besten auf Kritik des Chefs reagiert und was Kollegen unternehmen können.“

[Kölner Stadtanzeiger, 10.11.2010](#)

„Damit Chef und Angestellte miteinander auskommen, statt sich zu streiten.“

Berliner Zeitung, 03.07.2010

„Für ein gutes Miteinander“

Frankfurter Rundschau, 19./20.06.2010

„Lese-Empfehlung: Tipps für den Joballtag.“

[Mainpost](#)

„Schafft die Balance zwischen Chefs und Mitarbeitern.“

prisma, 8/2010

„Der psychologische Arbeitsvertrag.“

sueddeutsche.de, 02.04.2010

„Ein neues, wichtiges Buch [...], ein Buch wie eine Brücke. Rasant verbessern sich die eigenen Handlungsmöglichkeiten [...] für mehr Spaß und Zufriedenheit am Arbeitsplatz.“

Managementbuch.de

„Wichtig!“

Maxi, März 2010

„Erfolgsformeln für eine starke Motivation.“

Bücher, Februar/März 2010

„Sie werden mit Ihrer Arbeit wesentlich zufriedener sein.“

NEON, 09.02.2010

„Erklärt, warum sich manche Praktiken im Betrieb verselbstständigen.“

Die Welt, 01.02.2010

„Ein Buch für alle ChefInnen-Geplagten.“

maxima, Januar/Februar 2010

„Es gibt einen 'psychologischen Arbeitsvertrag'.“

Hamburger Abendblatt, 27.01.2010

„Zehn ultimative Gebote für ein funktionierendes Miteinander am Arbeitsplatz.“

t-online, 25.01.2010

„Einsichten ohne Schulmeisterei. Der frische Stil macht das Lesen zum Vergnügen.“

ALPHA, 23./24.01.2010

„Lösungen für die Problematik.“

Frankfurter Neue Presse, 11.01.2010

„Praxiswert: exzellent.“

Hamburger Abendblatt, 09./10.01.2010

„Tricks für schwierige Zeiten.“

sueddeutsche.de, 05.01.2010

„Die Krise meistern.“

Aachener Zeitung, 04.01.2010

„Tipps für ein besseres Miteinander in der Zukunft.“

[AP \(Associated Press\), 30.12.2009](http://AP (Associated Press), 30.12.2009)

„In zehn Geboten geben die Autoren beiden Seiten Tipps für ein besseres Miteinander in der Zukunft.“

YAHOO! Nachrichten, 30.12.2009

„Zehn Gebote gegen Jobfrust.“

[Epoch Times, 30.12.2009](#)

„Ratgeber zur konfliktreichen Beziehung zwischen Vorgesetzten und Mitarbeitenden sind entweder aus der einen oder anderen Perspektive geschrieben. Dieses Buch verbindet beide Sichtweisen – und plädiert für mehr Menschlichkeit.“

Sonntag (CH), 13.12.2009

„Das Klima ist rauer geworden – und was dagegen helfen kann.“

Der Handel, 13.12.2009

„Die Autoren zeigen die wichtigsten Spielregeln und Gebote für ein faires Arbeitsleben anhand von Beispielen auf, von denen beide Seiten nachhaltig profitieren können.“

Sicherheitsmagazin, 03.12.2009

"Der frische Stil und die launige Wortwahl machen das Lesen zum Vergnügen. Für Vorgesetzte und Mitarbeiter, die wissen wollen, wie der andere tickt."

[getAbstract, 09.11.2009](#)

„Lösungen.“

PR inside, 16.11.2009

„Verrät, wie man den Dialog mit Chefin oder Chef verbessern kann.“

SWR, 05.11.2009

„Tipps für ein gutes Betriebsklima.“

unternehmer.de, 02.11.2009

„Individuelle Tipps.“

Westfälischer Anzeiger, 31.10.2009

„Die Lösung.“

business-wissen.de, 30.10.2009

„Die beiden Psychologen fördern ein besseres Miteinander am Arbeitsplatz.“

die-mark-online.de, 30.10.2009

„Zehn Gebote für ein angenehmes und faires Arbeitsleben.“

Wiener Zeitung, 30.10.2009

„Harmonie im Job kommt nicht von alleine.“

Kölner Stadt-Anzeiger, 07.10.2009

„Verrät, wie man mit einem schwierigen Chef umgeht.“

TravelTalk, 05.10.2009

„Die Bestsellerautoren bieten goldene Regeln.“

COMPUTERWOCHE, 01.10.2009

„Ratschläge gegen den Frust im Büro.“

Computerworld, Oktober 2009

„Spannende Reise von der einen Seite des Arbeitslebens auf die andere.“

Mitbestimmung, Oktober 2009

„Schön ist, dass Kitz und Tusch ihren Rohstoff ausstellen: Leserzuschriften, die sie zu ihrem 'Frustjobkillerbuch' erhielten und Berge von Erlebnissen aus dem Arbeitsalltag.“

Literaturen, Oktober 2009

„Ein Werk voller Tipps, die Mitarbeitern das Leben erleichtern.“

SPIEGEL ONLINE, 18.09.2009

„Ein praxiserprobtes Wundermittel.“

Berliner Zeitung, 16.09.2009

„Kitz und Tusch geben amüsante wie wertvolle Tipps, um den großen Frustknall im Job abzuwenden. Sie schaffen es, das Thema in einen amüsanten und nie besserwisserischen Ratgeber zu packen.“

CIO Online, 16.09.2009

„Unterhaltsame zehn Gebote für den Berufs-Alltag.“

Rheinische Post, 12.09.2009

„Es lohnt sich.“

freundin, 09.09.2009

"Das Buch!"

e-concierge, 08.09.2009

"Ein heiteres Lesevergnügen.“

premiumpresse, 08.09.2009

"Schön im Arbeitsalltag umsetzbar.“

WDR5 Neugier genügt, 08.09.2009

„Witzig und mit fundierten Hintergrundinformationen.“

ZEIT Online, 04.09.2009

„Innovationen zur Krisenbewältigung.“

Training aktuell, September 2009

„Volker Kitz und Manuel Tusch bieten viele interessante Anregungen.“

GEWINN, September 2009

„Die Autoren räumen mit Missverständnissen auf, entwickeln die zehn ultimativen Gebote für den Joballtag und zeigen eine spannende Reise.“

Working Office, September 2009

„Beschreibt, wie beide Seiten das Verhältnis verbessern können.“

Handelsblatt, 27.08.2009

„Leicht und zügig lesbar. Macht den Berufsalltag weniger nervend.“

netzeitung, 26.08.2009

„Ein humorvoller Ratgeber für mehr Harmonie im Büro.“

Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung, 23.08.2009

„Für einen gerechteren Arbeitsalltag.“

SWR2 Impuls, 21.08.2009

„Damit es klappt im Joballtag.“

SWR1 Der Abend, 21.08.2009

„Das Buch enthält keine Sonntagspredigten, sondern gibt viele praktische Beispiele aus dem Büroalltag, die Chefs und Mitarbeitern gleichermaßen die Augen öffnen.“

Kölnische Rundschau, 17.08.2009

„Tipps über den Umgang mit dem Chef.“

Südkurier, 15.08.2009

„Die Job-Autoren erläutern, wie Sie besser mit Ihrem Vorgesetzten klarkommen – und umgekehrt.“

Hamburger Morgenpost, 12.08.2009

„Ein wahres Wundermittel.“

SAT1 Frühstückfernsehen, 12.08.2009

„Eine sehr spannende Reise.“

RTL Punkt6, 11.08.2009

„Für alle, die einen gerechteren Arbeitsalltag wollen.“

emotion, August 2009

Impressum [\(Login\)](#) [\(Edit\)](#)