

BÜCHERECKE



„Love first, work second! Pfeif auf die Arbeit – lass uns lieben!“

Wien, Orac Verlag 2020

Dieses Buch wendet sich an alle, die beruflich erfolgreich sind, und Liebe und Privatleben nicht (mehr) ihrem Beruf unterordnen möchten.

Menschen, die beides wollen: Liebe und Karriere. Stefan Gatt und Elisabeth Gatt-Iro zeigen Ihnen, wie Sie Ihr Leben so verändern, dass Beruf und Liebe nicht nur „irgendwie nebeneinander funktionieren“. Die Autoren gehen sogar noch weiter: Sie treten den Beweis an, dass eine gute Partnerschaft Sie auch im Job vorwärtsbringt, weil Beziehungsfähigkeit mittlerweile zu den Schlüsselkompetenzen gezählt wird. Ausgehend von der „Grant and Glueck Study“, einer großen Längsschnittstudie, welche über 75 Jahre lang durchgeführt wurde, zeigt sich, dass die Qualität der wichtigsten Beziehungen im Leben der Menschen der ausschlaggebende Faktor für ihr Lebensglück ist. Mehr als finanzielle und soziale Sicherheit, mehr als eine umfassende Ausbildung, mehr als Beliebtheit, Anerkennung oder Macht. George Vaillant, der Leiter der Studie, fasste zusammen, es ginge vor allem darum, „einen Lebensweg zu finden, der Liebe nicht vertreibt“.

Was wäre, wenn ...?

Beginnen Sie damit, sich einmal vorzustellen, was sich verändern würde, wenn Sie der Liebe in Ihrem Leben den ersten Platz einräumten: Wie würde sich das auf Ihre Beziehung, auf Ihre Familie und Ihren Freundeskreis auswirken? Wie würde es Ihnen selbst dabei gehen?

Malen Sie sich diese Idee so konkret wie möglich aus. Schreiben Sie ruhig auch auf, welche Möglichkeiten sich aus einer solchen Neupriorisierung ergeben würden. Was würde Ihnen an dieser neuen Situation besonders gefallen?“

Die Autor*innen setzen sich in dem Buch damit auseinander,

- wie Sie den Beziehungsalltag erfolgreich miteinander meistern
- woran Sie erkennen können, ob Sie Ihren Job als Fluchtmöglichkeit aus der Beziehung nutzen
- wie Sie einander körperlich nahe bleiben
- wie Sie eine gemeinsame Zukunftsvision für eine gelingende Love-Work-Balance kreieren
- wie Karriere für beide gelingt
- wie Frauen durchstarten und Männer trotzdem in Beziehung bleiben
- wie Sie genügend Zeit und Raum für Ihre Familie finden und
- wie Sie als Paar durch Ihre erfolgreiche Co-Evolution überall hin kommen

Das Buch bietet Ihnen zu diesen Themen Fragen zur Selbstreflexion, Anregungen zu achtsamen Begegnungen und Dialogen mit Ihrem/Ihrer Partner*in sowie Empfehlungen, wie Sie als Paar Ihre Beziehung in einer neuen Qualität und Tiefe erleben und daraus Kraft schöpfen können.



Mag.^a Elisabeth Gatt-Iro

ist Klinische und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin und Coach in freier Praxis, Imago Therapeutin und Imago Workshop Presenterin. Sie unterstützt seit über 20 Jahren Paare dabei, ihre Herausforderungen in der Liebe zu meistern.

Mag. Dr. Stefan Gatt

ist Sportwissenschaftler, Imago Facilitator und Imago Workshop Presenter und begleitet seit 1993 als Coach und Trainer Führungskräfte aus der Wirtschaft in der Team-, Beziehungs- und Persönlichkeitsentwicklung.

A-4020 Linz, Tummelplatz 15

T 0664 1449746 (E)

T 0664 2105095 (S)

www.challengeoflove.at

Gemeinsam absolvierten die beiden Aus- und Fortbildungen zum Thema Beziehung und Persönlichkeitsentwicklung. Sie kennen Höhen und Tiefen in ihrer eigenen Beziehung.

Das Autor*innenduo begleitet Paare gemeinsam seit 2008 auf dem manchen Mal abenteuerlichen Weg der Partnerschaft und dabei, eine Balance zwischen Arbeit & Liebe zu finden.

