

## PRESSEINFORMATION

---

Buchneuerscheinung

**Katrin Zita**

**„Die Kunst, gemeinsam zu reisen und bei sich selbst zu bleiben“**

Frühjahr 2015, Goldegg Verlag

### **„Eine gemeinsame Reise kann eine persönliche Prüfung sein“**

**Katrin Zita reist für ihr Leben gern allein und mit anderen. In ihrem neuen Buch erzählt sie, wie die gemeinsame Reise gelingen kann.**

Auf Dienstreise mit dem schrulligen Kollegen? Allein beim Gedanken daran läuft manchen der kalte Schauer über den Rücken! Warum wird der Urlaub mit der Freundesgruppe zur zwischenmenschlichen Katastrophe, obwohl sich daheim immer alle gut verstanden haben? In Familien brechen Konflikte hervor und Paare trennen sich, statistisch gesehen, am häufigsten nach einem gemeinsamen Urlaub. **Katrin Zita**, psychosozialer Coach und Lebensberaterin in Wien und Berlin, hat bereits viele Geschichten über missglückte gemeinschaftliche Reisen gehört. Nach ihrem Bestseller „Die Kunst, allein zu reisen und bei sich selbst anzukommen“ hat sie nun ihr nächstes Buch geschrieben: **„Die Kunst, gemeinsam zu reisen und bei sich selbst zu bleiben“** Es ist soeben im Wiener Goldegg Verlag erschienen.

Als soziale Wesen brauchen wir unsere Mitmenschen, wir sind auf Beziehungen und Austausch mit anderen angewiesen. Wir orientieren uns an ihnen und stecken zurück, um die Harmonie nicht zu gefährden; doch irgendwann beschleicht uns das Gefühl, abhängig zu sein und nicht mehr frei entscheiden zu können, was wir wirklich wollen. Mit anderen auf Reisen zu sein, bringt emotionale Herausforderungen mit sich und es besteht immer die Gefahr, sich selbst aus den Augen zu verlieren. *„Die gemeinsame Reise steht auch für die persönliche Lebensreise. Wir sind mit anderen unterwegs und wollen gleichzeitig immer bei uns selbst bleiben. Darum geht es in meinem zweiten Buch. Es ist der erste Reiseführer für unsere Gefühlswelt“*, so Katrin Zita.

Machen wir uns mit anderen auf den Weg, brauchen wir gemeinsame Ziele: Wo soll es hingehen und was ist uns wichtig? Nicht immer stimmen wir in allem überein. Einiges verbindet und anderes trennt uns, und wir können eine Menge voneinander lernen. Wir sollten also nicht nur die Reiseroute sorgfältig planen, sondern uns auch gewissenhaft überlegen, mit wem wir reisen und vorab wichtige Fragen klären: Welche Erwartungen haben wir aneinander, können wir unseren unterschiedlichen Biorhythmus unter einen Hut bringen? Soll es eine gemeinsame Reisekasse geben und wie ist unsere Einstellung zu Werten wie Vertrauen, Nähe oder Achtsamkeit? Eine gemeinsame Reise kann somit zum Test für Beziehungen – auch der Beziehung zu uns selbst – werden.





### **Die Autorin steht für Interviews zur Verfügung.**

**Katrin Zita** lebt und arbeitet in Wien und Berlin. Nach vielen Jahren in der Architektur- und Medienbranche berät sie heute als psychosozialer Coach für Hochbegabte, Hochsensible und Hochsensitive sowie als Lebensberaterin im deutschsprachigen Raum Klienten mit den Schwerpunkten High-Potential, Leadership und Individual-Career. Ebenso bietet sie Onlinekurse zu wichtigen Lebensthemen und Coaching in Wien, Berlin und via Skype an. Nach ihrem Bestseller „Die Kunst, allein zu reisen und bei sich selbst anzukommen“ verwebt Katrin Zita in „Die Kunst, gemeinsam zu reisen und bei sich selbst zu bleiben“ erneut ihre Profession als Reisejournalistin und Coach. Herausgekommen ist ein Reiseführer für unsere Gefühlswelt. [www.katrinzita.com](http://www.katrinzita.com)

### **Videos zu den Büchern**

Die Kunst, allein zu reisen <https://vimeo.com/katrinzita/allein-reisen>

Die Kunst, gemeinsam zu reisen <https://vimeo.com/katrinzita/gemeinsam-reisen>

### **Bonus-Track**

Meditation zu „Die Kunst, gemeinsam zu reisen“ <http://www.katrinzita.com/buch/>  
(Passwort: Vertrag)

### **Pressematerial (Features zum Thema, Autorenfotos, Coverbild, Waschzettel, Pressemappe der Autorin)**

<http://www.goldegg-verlag.at/book/die-kunst-gemeinsam-zu-reisen/?tab=presse>

### **Buchpräsentation**

Dienstag, 5. Mai 2015

19 Uhr

Thalia Wien Landstraße

Eintritt frei

### **Die Kunst, gemeinsam zu reisen und bei sich selbst zu bleiben**

Katrin Zita

ISBN 978-3-902991-40-9 | € 19,95 [A] [D]

ISBN E-Book 978-3-902991-41-6 | € 9,99

Hardcover, 230 Seiten

Neuerscheinung Frühjahr 2015, Goldegg Verlag

### **Presserückfragen, Rezensionsexemplare, Interviewanfragen**

Goldegg Verlag GmbH

Mag. Maria Schlager-Krüger

Mommsengasse 4, 1040 Wien

Tel. +43 1 505 43 76-46 Fax -20

Mobil +43 699 1440 4446

[maria.schlager@goldegg-verlag.at](mailto:maria.schlager@goldegg-verlag.at)

[www.goldegg-verlag.at](http://www.goldegg-verlag.at)

