



Arnold Mettnitzer

## **Der ermutigte Mensch Durch Resonanz meinen Platz im Leben finden**

Hardcover  
Mit Farbbildteil  
13,5 x 21,5 cm; ca. 184 Seiten  
ISBN 978-3-222-13633-7  
€ 24,00  
Styria Verlag

**ET: 21. Oktober 2019**

### **Die Heilkraft menschlicher Beziehungen**

„Kein Mensch ist eine Insel“, sagt eine alte Weisheit. Entsprechend sind wir permanent auf der Suche nach Zugehörigkeit, nach dem „Passenden“ im Leben. Basierend auf der Resonanztheorie von Hartmut Rosa widmet sich Arnold Mettnitzer den vielen Facetten dieses menschlichen Grundbedürfnisses.

Neurobiologische Forschungen haben ergeben, dass das „Funktionieren-müssen“ in einer digital geprägten, schnellen Multitasking-Welt Belastungen wie Stress, Burnout und Isolation nach sich zieht. Der Psychotherapeut und Theologe zeigt anhand vieler Beispiele und persönlicher Erfahrungen eindrucksvoll auf, dass wir nur im Austausch mit anderen zu einem gelingenden Leben finden.

**Erstpräsentation: Sonntag, 20. Oktober, 11 Uhr, Theater in der Josefstadt**

**Arnold Mettnitzer im Gespräch mit Andrea Schurian**

**Arnold Mettnitzer**, Jahrgang 1952, schlug nach dem Studium der Theologie zunächst den seelsorgerischen Weg ein. Anfang der 1990er-Jahre verließ er den Kirchendienst und ließ sich u.a. bei Erwin Ringel zum Psychotherapeuten ausbilden. Seit 1996 ist er als Psychotherapeut tätig, weiters ist er freier Mitarbeiter des ORF und als Vortragender zu Fragen gelungenen Lebens und seelischer Gesundheit aktiv.



© Wilhelm Pleschberger

Rückfragehinweis:

**Elisabeth Katzensteiner** | Presse | Styria Buchverlage

E-Mail: [e.katzensteiner@styriabooks.at](mailto:e.katzensteiner@styriabooks.at) | Tel.: +43 1 512 88 08-83