

# WOHN-sein

## *Achtsam wohnen – zufrieden leben*

### **Das Buch:**

Gibt es Grundbedürfnisse im Wohnen, die kulturübergreifend Ähnlichkeiten aufweisen? Warum fühlt man sich in einer Wohnung wohler als in einer anderen? Warum gibt es Räume, in denen uns die Arbeit leichter von der Hand geht als in anderen? Gibt es Raumstrukturen, die Beziehungen behindern, und andere, die Beziehungen fördern? Das sind nur einige Fragen, die in diesem Buch erörtert werden.

Seine praxisbezogene Sprache macht das Buch zu einer Fundgrube an Ideen und Anregungen. Es werden sich Menschen angezogen fühlen, die Lebensräume für sich und andere gestalten, aber auch solche, die Menschen begleiten.

Verständliche Erklärungen und praktische Beispiele lassen Lebensmuster im Spiegel der Wohnung sichtbar werden. In den Text eingestreute Fragen rütteln auf und machen neugierig, das eigene Wohnen zu durchleuchten.

Der neue systemisch-integrative Ansatz bietet Menschen in gestalterischen Berufen ein Alleinstellungsmerkmal gegenüber der Konkurrenz und ein Werkzeug, das die Arbeit erleichtert. Menschen in psychosozialen Berufen gewinnen eine breitere Perspektive auf die Situation ihrer Klienten und Klientinnen. Das Wohnumfeld ermöglicht eine rasche Analyse von Blockaden und zeigt fokussiert Lösungsmöglichkeiten auf.

### **Die Autoren:**

Die Soziologin Mag.<sup>a</sup> Helga Gumplmaier und Architekt DI Dr. Helmuth Seidl leben, wohnen und arbeiten gemeinsam in Zell am Moos am Irrsee. Ihr Credo ist es, im Grenzbereich ihrer Professionen, der psychosozialen Beratung und der Architektur, die Wechselwirkungen zwischen Mensch und Raum zu erforschen. Homepage: [www.lebenundraum.at](http://www.lebenundraum.at)

#### **Reihe: Ein Ratgeber**

Helga Gumplmaier / Helmuth Seidl

#### **Wohn-sein**

#### **Achtsam wohnen – zufrieden leben**

240 Seiten, Format 24 x 17 cm

Französische Broschur

ISBN 978-3-85167-284-8

**€ 24,90**

---

**EDITION VA bENE, Der Verlag, der sich was traut:** A-3400 Klosterneuburg, Max Kahrer-Gasse 32, Telefon: +43(0)664/16 16 356, Fax: +43(0)2243/22 259, E-Mail: [edition@vabene.at](mailto:edition@vabene.at), Homepage: [www.vabene.at](http://www.vabene.at)

**Auslieferung in Österreich:** Dr. Franz Hain, Verlagsauslieferung GmbH, 1220 Wien, Dr. Otto Neurath-Gasse 5, Telefon: 01/282 65 65-77, Fax: 01/282 52 82, E-Mail: [bestell@hain.at](mailto:bestell@hain.at)

**Auslieferung in Deutschland:** Herold-Verlagsauslieferung, 82041 Oberhaching bei München, Raiffeisenallee 10, Telefon: 089/61 38 71-10, Fax: 089/61 38 71-20, E-Mail: [herold@herold-va.de](mailto:herold@herold-va.de)

**Übriges Ausland:** Auslieferung durch den Verlag selbst

---

Erhältlich über den guten Buchhandel sowie bei den Autoren: Integral – das Institut für Leben und Raum, 4893 Zell am Moos, Ahornweg 8, 06234/7264, E-Mail: [office@lebenundraum.at](mailto:office@lebenundraum.at)