



CORDULA NUSSBAUM

Geht ja doch!

Wie Sie mit 5 Fragen Ihr Leben verändern

336 Seiten, gebunden

ISBN 978-3-86936-626-5

€ 24,90 (D) | € 25,60 (A)

GABAL Verlag, Offenbach 2015

„Ich würde so gerne - aber das geht doch nicht!“ Kommt Ihnen das bekannt vor? So oft würden wir gerne mehr erleben, weniger arbeiten, mehr Spaß haben, weniger Stress haben, mehr wagen, weniger funktionieren. Aber anstatt mit offenen Augen durch die Welt zu gehen und Chancen zu ergreifen, zaudern wir und klammern uns an „gute Gründe“, warum das doch nicht geht! Dinge, die andere Menschen tun, erscheinen uns oft einfach und unproblematisch – geht es aber um unsere eigenen Wünsche, stehen wir regelrecht vor einer Wand. Dabei geht viel mehr als wir denken. Cordula Nussbaum führt uns mit *Geht ja doch!* zum Meer der Möglichkeiten und bietet uns die Chance, in See zu stechen, unsere Träume zu verwirklichen und selbst scheinbar verrückte Ideen in die Tat umzusetzen.

Eine der Untiefen, die es sicher zu umschiffen gilt: Unsere Gesellschaft legt viel Wert auf „Zielstrebigkeit“. Jugendliche, die heute bereits voller Selbstvertrauen sagen, dass sie in zehn Jahren als Vorstand einen Konzern lenken, ernten ein anerkennendes Nicken. Der Freund, der daneben steht und sagt: „Ich weiß noch nicht“, muss mit befremdlichem Kopfschütteln rechnen. Zu Unrecht. Denn womöglich wird er in zehn Jahren seinen absoluten Traum-Job haben – doch den kennt er heute noch nicht. Nicht weil er nicht zielstrebig ist, sondern weil es ihn noch gar nicht gibt. Es wird Zeit, dass wir uns frei machen von den Erwartungen anderer, „aus unserem Leben etwas machen zu müssen“.

Vorsicht ist auch geboten vor den Sandbänken, die wir uns selbst aufschütten. Anstatt einfach loszulegen, suchen wir wie besessen nach der sichersten Variante, die uns hundertprozentig zum Erfolg führt. Vor lauter Planen merken wir dabei nicht, dass uns langsam aber sicher die (Lebens-)Zeit ausgeht. Schließlich ist unser Leben kein Bausatz, den wir anhand der mitgelieferten Anleitung zusammenbasteln können. Und so ist auch *Geht ja doch!* keine Anleitung, wie man glücklich und erfolgreich wird. Das Buch ist vielmehr ein persönlicher Befähiger, endlich den Anker in Richtung eines freudvollen und erfüllten Tuns zu lichten – falls man es denn möchte.

Cordula Nussbaum stellt dem Leser fünf Fragen, die ihm dabei helfen, bisherige Blockaden und vor allem die eigene Motivation zu erkennen und den „Geht-doch-Booster“ zu zünden. Anhand zahlreicher Geschichten und Beispiele aus ihrer Coaching-Praxis ermutigt die 45-Jährige, die selbst bereits viele Geht-ja-doch-Erfolge realisiert hat, den Leser, sich endlich mehr zuzutrauen. Ihre Botschaft: „Es gibt keine ultimative Methode, wie jeder von uns sein Glück finden kann. Dafür gibt es etwas viel Besseres: Ihre Sicht der Dinge, Ihre Persönlichkeit und Ihren Charakter. Damit können Sie Ihren „Geht-doch-nicht“-Knoten zum Platzen bringen!“

Cordula Nussbaum beschäftigt sich seit ihrem 18ten Lebensjahr mit erfolgreichem Selbstmanagement. Sie studierte Journalismus und Psychologie, ist ausgebildeter Coach und arbeitete lange Zeit als Wirtschaftsjournalistin. Sie ist mehrfache Buch- und Bestseller-Autorin und gefragte Expertin in den Medien. In Vorträgen und Seminaren vermittelt sie ihr fundiertes Fachwissen einem breiten Publikum und unterstützt im Coaching individuell. Sie ist Mentorin für Nachwuchs-Speaker der German Speakers Association und hat als zweite Frau im deutschsprachigen Raum die international anerkannte Auszeichnung als Certified Speaker Professional (CSP) erhalten. 2012 startete sie mit ihrer Familie ein außergewöhnliches „Geht-doch-nicht“-Projekt, das die Initialzündung für dieses Buch gab.