

Buchkritik von Rahel Nestler

Allgemeine Kritik und Begründung der Kapitelauswahl:

Das vorliegende Buch meistert den schwierigen Spagat, sowohl für Laien als auch für psychologisch vorgebildete Menschen in ansprechender und interessanter Weise Informationen zu vermitteln. Dies gelingt vor allem dadurch, dass sparsam mit Fachtermini umgegangen wird und Fremdworte gegebenenfalls erklärt werden. Es handelt sich hier um ein wissenschaftliches Einführungswerk und genau dieses Unterfangen ist geglückt:

In das Thema Selbstbild und Selbstwert interesseweckend einzuführen.

Aufgrund der klaren Struktur und der zahlreichen Übersichten, fällt es dem Leser leicht, den Überblick zu behalten und neu erlesenes Wissen an richtiger Stelle einzuordnen. Mir persönlich gefallen besonders die Anekdoten zur Einstimmung, sowie die Denkanstöße, am Schluss jedes Kapitels.

Jene sind so gewählt, dass man sich tatsächlich zum diskutieren und autonomen hinterfragen angeregt sieht.

Zur kritischen Auseinandersetzung wählte ich die Kapitel 4 -8, weil sie die Mehrdimensionalität des Selbst aus verschiedenen Perspektiven zu vermitteln suchen und zusammengenommen diesem Anspruch vollständig gerecht werden.