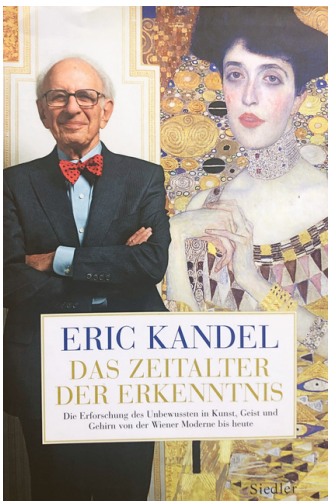


“Man kann Leute nicht entbehren,
die den Mut haben, Neues zu denken,
ehe sie es aufzeigen können.”
Sigmund Freud

Buchempfehlungen

von Christine Frischmuth



Eric Kandel, Das Zeitalter der Erkenntnis, Siedler-Verlag
Die Erforschung des Unbewussten in Kunst, Geist und Gehirn von
der Wiener Moderne bis heute

In diesem Buch erzählt der Neurowissenschaftler und Nobelpreisträger Eric Kandel die Geschichte der modernen Wissenschaft des Geistes mit Blick auf die Kunst der Wiener Moderne bis heute. Ein grossartiges Buch, wenn man wissen möchte, was in unserem Gehirn passiert, während wir Kunst betrachten. Welche Erinnerungen werden ausgelöst? Wie entstehen unsere Emotionen? Welche Vorgänge laufen in unserem Gehirn ab, wenn beispielsweise Empathie oder Kreativität ausgelöst wird?

Meine persönlichen Lieblingskapitel: Kapitel 7, Die Suche nach dem Innenleben in der Literatur, Kapitel 9, Die Darstellung der Psyche in der Kunst und Kapitel 21, Unbewusste Emotionen, bewusste Gefühle und ihre Äusserung durch den Körper.

“Diskrepanzen zwischen Bauchgefühl
und Kopfentscheidungen sind ein
sicherer Hinweis, dass auf (mindestens)
einem Weg noch Unzulänglichkeiten
vorliegen, die es aufzudecken gilt.”
Rüdiger von Nitsch und Florian Methling



Rüdiger von Nitsch, Florian Methling Reflektiert Entscheiden, Frankfurter Allgemeine Buch Kompetent mit Kopf und Bauch

In diesem Buch erklären die Autoren, wie in einem Zusammenspiel von Intuition und sachlicher Bewertung gute Entscheidungen getroffen werden können. Durch exemplarische Beispiele ist dieses Buch keine rein wissenschaftliche Auseinandersetzung mit verschiedenen Entscheidungstheorien, sondern vielmehr ein Praxisbuch mit leicht umsetzbaren Übungen.

Meine Lieblingskapitel: Phase 1: Assoziationen und wie sie unser Verhalten beeinflussen mit diesem Zitat: “Ihre Intuition greift auf Ihr Erfahrungswissen zurück, ohne dass es Ihnen bewusst werden muss.” und das Kapitel 5: Das reflektierte Entscheiden zwischen Kopf und Bauch und “Die Schlaglöcher der Intuition”.