

Rezensionen von Buchtips.net

Kristina Fisser: Dachschaden kann man nicht versichern

Buchinfos

Verlag: [Goldmann Verlag \(weitere Bücher von diesem Verlag zeigen\)](#)
Genre: [Sachbuch](#)
ISBN-13: 978-3-442-17704-2 ([bei Amazon.de bestellen](#))
Preis: 4,93 Euro (Stand: 29. April 2025)

Persönlich erzählte "Erleichterung" für das Leben

Einerseits ist Kristina Fischer ausgebildete Verhaltenstherapeutin (was die fundierte Darstellung im Buch begründet), andererseits vor allem einfach Mensch und Person mit Erfahrungen (was den lockeren Ton, die gute Verständlichkeit und die Nähe zum Alltag im Werk hervorruft). Dass man damals, als Jugendliche, alles und jeden ständig bewertet hat, dabei seinen eigenen Platz im Leben suchte, die eigene Person ertastete und nicht selten den Eindruck hatte, dass ein ziemlich großer Teil der Menschheit "verstört" ist (alle, die nicht so waren, wie man selbst), eben einen "Dachschaden" hat, darin kann sich sicherlich jeder Leser (und viele nicht nur was ihre jungen Jahre angeht), einfinden.

Doch zum einen, wer sagt, dass "all die anderen" verstört sind und nicht man selbst? Was sicher die anderen von einem gedacht haben oder denken? Vernünftig wäre es, Fisser zu folgen und anhand der vielen Beispiele aus ihrem persönlichen Leben und derer, die sie vielfach anführt, zu schließen, dass tatsächlich jeder seine Macken hat und, immer im wertenden Blick der anderen, leichte "Dachschäden" mit sich trägt.

Was, die erste Botschaft des Buches, eben nicht schlimm ist, gar nicht unbedingt bewertet werden müsste (ebenso, wie "richtig und falsch" nur relative Kategorien darstellen). Die Frage ist weniger die, "normal" unbedingt zu werden (allein schon ob der Schwierigkeit, dieses "Normale" objektiv festzulegen), sondern mit sich und seinen Besonderheiten möglichst befriedet und gut leben zu können. Vor allem, da auch nach wissenschaftlichen Untersuchungen am Ende "nur" 68% als "normal" (also durchschnittlich) gelten. Eine ziemlich hohe Zahl also hat in der ein oder anderen Hinsicht "offensichtliche Besonderheiten" aufzuweisen.

Drei Kernsätze gibt Fisser dabei dem Leser mit auf den Weg und erläutert diese sehr verständlich und flüssig, wobei am Ende der Lektüre (auch das gut gelungen) nicht "Entwarnung um jeden Preis" zu finden ist (denn manche "Macken" sollten wir doch näher betrachten, nicht jeder "Dachschaden" bildet einen Freifahrtschein für merkwürdiges Verhalten), wohl aber "Erleichterung" über das eigene Wesen und die eigenen "Besonderheiten".

"Sie können ihre Macken haben. Sie können seltsam sein – und sind trotzdem nicht krank".

Aber es gilt auch: "Auch wenn Sie nicht krank sind, können Sie von kleinen Tricks aus der Psychotherapeutenkiste in ihrem Leben profitieren".

Und zu bedenken wäre: "Vielleicht sind ja wirklich die anderen die Normalen". (und das ist gar nicht so schlimm, wie es im ersten Augenblick erscheinen könnte mit all der Angst, im sozialen Verbund Reibung zu erzeugen).

Ruhig und anregend verfasst macht sich Fisser damit in diesem Buch Schritt für Schritt (in erkennbar gut gewählten Struktur) auf den Weg zur Persönlichkeit inmitten der relevanten Lebensfelder der Liebe, der Süchte, der schwierigen Gefühle, des Lästerns und, immer erkennbar, der Angebote an Methoden und Instrumenten, mit sich selbst in diesem Leben besser zurechtzukommen. Indem man sich als erstes einmal so akzeptieren lernt, wie man ist und dann eigene Schwerpunkte, vielleicht auch zur Veränderung, setzt.

Eine anregende Lektüre.

9 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von [Lesefreund](#)
[12. Juli 2018]