

Rezensionen von Buchtips.net

Eva-Lotte Brakemeier, Anne Guhn, Stephan Köhler: Kiesler-Kreis-Training

Buchinfos

Verlag: [Beltz \(weitere Bücher von diesem Verlag zeigen\)](#)
Genre: [Sachbuch](#)
ISBN-13: 978-3-621-28653-4 ([bei Amazon.de bestellen](#))
Preis: 46,00 Euro (Stand: 05. Juli 2025)

Wie das Zwischenmenschliche besser gelingt

Sich den "interpersonellen" Problemen zuzuwenden ist nicht nur eine Randerscheinung der Psychotherapie, sondern kann durchaus als ein Kern bezeichnet werden. Denn wenn man mit sich nicht auskommt, kommt man auch kaum mit anderen aus und wenn man mit anderen nicht auskommt, kann das durchaus zu persönlichen Problemen mit sich selber führen. Sollte es soweit sein, dann bedarf es einer Methode, um das "zurecht zu rücken", einhergehend meist mit der Notwendigkeit, eigene Haltung und eigenes Verhalten intensiv zu überprüfen und, meist, auch zu verändern. Was "einfach so" nicht leichtfällt. Das Kiesler-Kreis-Training, entwickelt von Donald Kiesler, setzt genau an diesem Problem an und hat als Ziel, Veränderungspotenzial abzurufen und anzuwenden. Ein Training, das dem "Intrapsychischen", was vielfach Kern der therapeutischen Arbeit ist, auch das "Interpersonale" kompetent an die Seite zu stellen.

Wodurch eben nicht nur die Kernfrage, "Warum" ein Mensch sich verhält, wie er sich verhält, in den Raum tritt, sondern gleichgewichtig die Frage, "Wozu" er sich so verhält im Rahmen seines Beziehungsgeflechtes. Dass dabei interpersonale Verhaltensweisen, interpersonale Stile und Menschen in ihrem typischen Verhalten anhand zweier "Koordinaten im interpersonalen Kreis" treffend beschrieben, "analysiert" werden könne, ist dabei zunächst eine eher befremdliche Aussage, macht aber im Verlauf der klar strukturierten, praxisnahen und in verständlich dargebrachter Sprache verfassten Lektüre schnell Sinn.

Das Training und System hat aber auch, natürlich in seiner bestechenden Einfachheit, Grenzen, was komplexe Verhaltensweisen angeht. Dennoch ist dies zwar eine Einschränkung, aber kein Grund, das System des "interpersonalen Kreises" nicht zu nutzen, um Grundrichtungen und praktisch gut umsetzbare Methoden für die Klärung konkreter Problembereiche in den Raum zu setzen. Um zunächst den Bezug zwischen gegenwärtigen interpersonalen Problemen der Person auf der Basis biographischer Beziehungserfahrungen zu verstehen um damit die aktuelle Problematik so umfassend wie möglich genau in Ursache und Wirkung zu verstehen.

Dabei werden rigide Verhaltensweisen, die als unangemessen erlebt werden, als Ursachen für Unzufriedenheit und Konflikten in Beziehungen betrachtet, die das "Problem" aber nachgerade nicht lösen, sondern gar zur Entstehung und Aufrechterhaltung psychischer Störungen führen. Durch das Kennenlernen des "Kiesler-Kreises" mit seinen "acht Positionen", durch Methoden und öffnenden Erkenntnissen der nonverbalen und verbalen Kommunikation, durch ein Konflikttraining umklammert grundsätzlich von einer empathischen Haltung können sodann "korrigierende Beziehungserfahrungen" sich entfalten, welche interpersonale Störungen auch ganz praktisch beheben können.

Dabei bietet das Werk sowohl eine prägnante Darstellung der Theorie, wie auch eine gründliche Kenntnis des "Kreises" selbst und die dann praktische Durchführung des Trainings in seinen fünf Modulen mit sehr detaillierten Beschreibungen der Praxis des Trainings samt möglicher Stolpersteine für den Therapeuten. Ein interessanter Ansatz, verständlich und praxisnah aufbereitet.

9 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von [Lesefreund](#)
[03. Juni 2019]