

Peter Schulthess

Rezension von: Raile, Paolo & Geißler, Peter (2025). KI in der Psychotherapie(-wissenschaft)



Psychotherapie-Wissenschaft

15. Jahrgang, Nr. 2, 2025, Seite 41–44

DOI: 10.30820/1664-9583-2025-2-41

Psychosozial-Verlag

Impressum

Psychotherapie-Wissenschaft
ISSN 1664-9591 (digitale Version)
15. Jahrgang Heft 2/2025
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2025-2>
info@psychotherapie-wissenschaft.info
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Herausgeber

Herausgeberverein der Zeitschrift
Psychotherapie-Wissenschaft
Peter Schulthess
Zanggerweg 33
CH-8006 Zürich
Mobile + 41 76 559 19 20
E-Mail: pschulthess@icloud.com

Redaktion

Mara Foppoli, Lugano
Lea-Sophie Richter, Zürich
Mario Schlegel, Zürich
Peter Schulthess, Zürich
Jean Schulthess Watt, Zürich

Hinweise für AutorInnen befinden
sich auf der Homepage der Zeitschrift:
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG
Walltorstr. 10
D-35390 Gießen
+49 6421 96 99 78 26
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:
anzeigen@psychosozial-verlag.de
Es gelten die Preise der auf www.psychosozial-verlag.de
einsehbaren Mediadaten.
Gönnermitglieder des Herausgebervereins wenden sich bitte
direkt an die Redaktion: pschulthess@icloud.com

Datenbanken

Die Zeitschrift Psychotherapie-Wissenschaft wird regelmäßig
in der Abstract-Datenbank PsycInfo der American Psycho-
logical Association (APA), im Directory of Open Journals
(DOAJ) und in den Publikationsdatenbanken PSYINDEX und
PsychArchives des Leibniz-Institut für Psychologie/Leibniz
Institute for Psychology (ZPID) erfasst.



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons
Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert.
Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte
Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle
Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter:
creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de

Buchbesprechung

Raile, Paolo & Geißler, Peter (2025).
KI in der Psychotherapie(-wissenschaft).
Erkenntnisse aus Forschung und Praxis
 Waxmann, 241 S., 36.70 CHF, 29.90 EUR,
 ISBN: 978-3-8188-00119-2

Psychotherapie-Wissenschaft 15 (2) 2025 41–44
www.psychotherapie-wissenschaft.info
 CC BY-NC-ND
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2025-2-41>

Auf dem Gebiet der KI geschieht seit einigen Jahren viel, auch im Feld der Psychotherapie. Noch ist der Diskurs zur Anwendung von Künstlicher Intelligenz geprägt von einer Polarisierung: Der Ersatz von menschlichen PsychotherapeutInnen, also realen Personen, durch künstliche Computerprogramme, die sich als virtuelle PsychotherapeutInnen verstehen, ist ein grosses Schreckgespenst für unsere Berufsgattung. Wie auch immer: Der Einsatz von KI in der Psychotherapie in Praxis, Wissenschaft und Forschung ist längst erfolgt und wird weiter zunehmen. Besser, man macht sich damit vertraut, was KI in unserem Berufsfeld kann, was sie nicht kann und wo Gefahren lauern. Raile und Geißler legen ein Buch vor, das genau das will: aufzeigen, wo und wie KI eingesetzt werden kann und wo Grenzen liegen.

Die Autoren verstehen KI als Werkzeug, das nicht die menschliche Expertise ersetzen soll, aber durch kompetente und reflektierte Anwendung erhebliche Vorteile bieten kann. Mit dem Buch bieten sie eine Einführung in das Wesen der KI und ihre Anwendung in Chatbots. Es folgen Kapitel über «KI in der Psychotherapiewissenschaft und -ausbildung» und «KI in der Psychotherapieforschung». Den Hauptteil stellt das Kapitel «KI in der Psychotherapiepraxis» dar. Den Abschluss bildet ein Kapitel zu «KI in der Verwaltung einer Psychotherapiepraxis».

Für Laien ist Kapitel 2 über «Künstliche Intelligenz und Chatbots» eine wertvolle Fortbildung und Einführung. Seit den 1950ern wird KI entwickelt. Ihr ist also keineswegs neu. ChatGPT ist vielen ein Begriff; hier wird erläutert wie das Modell funktioniert. Werkzeuge wie ChatGPT eignen sich zur Beantwortung komplexer Fragestellungen in Windeseile und erstellen Texte, Literaturrecherchen, ja sie zeichnen als Vorschlag ganze Modelle für Forschungsprojekte. ChatGPT kann nur wiedergeben, was ihm «gefüttert» wurde. Er rechnet nach einem Wahrscheinlichkeitsmodell, was die folgerichtigen Antworten sind. Er denkt also nicht selbst, sondern rechnet Wahrscheinlichkeiten aus aufgrund eingegebener Daten und formuliert diese in Texte. Eine Schwäche ist, dass er auch «halluzinieren» kann. Das heisst, er kann folgerichtige oder überzeugend klingende Aussagen machen, die aber falsch sind. Es braucht menschliche Intelligenz und kritische Aufmerksamkeit, solche Fehler zu entdecken.

Auf dem Gebiet der Psychotherapie sind Anwendungen entwickelt worden für personalisierte Selbsthilfeprogramme, zur Erkennung von Frühwarnzeichen von psychischen Erkrankungen, für die Diagnostik, Psychoedukation, literaturbasierte Analysen und vieles mehr.

In Kapitel 3 zu «KI in der Psychotherapiewissenschaft und -ausbildung» wird anhand von Praxisbeispielen gezeigt, wie ChatGPT als «Gesprächspartner» zur Vorbereitung von Ausbildungsmodulen eingesetzt werden kann, etwa im Therapieschulendialog, wie er in der experimentellen Psychotherapiewissenschaft an der SFU Wien entwickelt wurde. Auf dem Gebiet der Psychotherapie-Integration kann er grosse Dienste bei Literaturrecherchen und dem Durchsuchen von Datenbanken bieten. Je ausführlicher Fragende ihre Problemstellung beschreiben, desto ausführlicher und personalisierter erhalten sie KI generierte Antworten. Das liest sich manchmal wie interessante Fachdiskussionen. Es wird auch gezeigt, wie ChatGPT zur Vorbereitung von Seminaren hinzugezogen werden kann. Es ist beeindruckend zu lesen, wie detailliert solche Fachdiskussionen erfolgen können. Auch die Anwendung als PatientInnensimulator wird beschrieben und die Übungsmöglichkeit für angehende PsychotherapeutInnen präsentiert, erste TherapeutInnenerfahrungen zu machen, ohne reale PatientInnen dem Risiko einer Fehlbehandlung auszusetzen.

Das Kapitel «KI in der Psychotherapieforschung» zeigt auf, wie enorme Datenmengen effizient gesammelt und bearbeitet werden können. KI bietet Hilfe bei der Erstellung von Drittmittelanträgen, der automatisierten Datenaufbereitung, der Strukturierung von Rohdaten. Ja, KI kann ganze Forschungsdesigns generieren, deren Forschungsablauf zeichnen und die Budgetierung vornehmen. Die Autoren sehen auch ein Potenzial der KI im Projekt- und Qualitätsmanagement von Forschungsprojekten. Grosse Dienste kann KI bei der Literaturrecherche anbieten, auch zur Eruiierung von Forschungslücken. Eine grosse Herausforderung ist jedoch die Validierung der mit KI erzeugten Ergebnisse. Die Autoren sprechen sich für regulatorische Rahmenbedingungen aus beim Einsatz von KI in der Forschung, etwa die Nennung von verwendeten KI-Programmen in einer vorgelegten Arbeit (Zitierung, Offenlegung der Quellen). Die Verantwortung für Inhalt und wissenschaftliche Qualität liegt beim Menschen. ChatGPT agiert lediglich als sprachlicher Assistent, der Formulierungslücken schliesst und verschiedene Versionen von Texten generieren kann, die dann der Beurteilung durch WissenschaftlerInnen obliegen.

Das Kapitel «KI in der Psychotherapiepraxis» zeigt die Reise eines der Autoren von anfänglicher Skepsis zur alltäglichen Nutzung in der Praxis. Erst wird gezeigt, wie ChatGPT zu befragen ist, um Antworten auf das zu bekommen, was man wirklich herausfinden will. KI kann eine Orientierungshilfe sein für laufende Therapien, kann für die Diagnosestellung herangezogen werden, in der Reflexion von langen Therapien behilflich sein, als Erinnerungshilfe dienen und zur Vorbereitung hilfreicher Interventionen beigezogen werden. Die Diskussionen lesen sich wie Supervisionsdiskurse oder Fachgespräche

unter KollegInnen. Es werden gar Details zu Theorie und Praxis von Körperberührungen als therapeutische Intervention auf hohem Wissensniveau diskutiert.

Was mir in diesem Teil des Buchs auffällt, ist, dass wiederholt auch zur Vorsicht und kritischen Prüfung der KI-Antworten durch den Menschen aufgefordert wird, da KI nur aufgrund von Wahrscheinlichkeitsrechnungen antwortet und auch fehlerhafte Aussagen schlüssig präsentieren kann. Das würde eigentlich erwarten lassen, dass die Antworten der KI zum Schluss des jeweiligen Textes kritisch diskutiert würden. Das geschieht aber nicht. Viele Unterkapitel schliessen ab mit KI-Texten, als wäre sie die letzte Wahrheit. Das ist schade und zeigt zugleich die Gefahr der routinemässigen Verwendung von KI in der Praxis auf: Man scheint sich daran zu gewöhnen und billigt der KI einen Expertenstatus zu, der nicht mehr hinterfragt wird.

Zweifellos kann «KI in der Verwaltung einer Psychotherapiepraxis» (Kapitel 6) grosse Erleichterung und Effizienzsteigerungen bringen. Als Themen seien angeführt: Terminplanung, Unterstützung in der Kommunikation, Erstellen von Webseiten, Dokumentation und Verrechnung, Berichtswesen. Zu beachten sind hier die Einhaltung von Datenschutzrichtlinien insbesondere bei externer Lagerung von persönlichen Daten in einer Cloud.

Zusammenfassend schreiben die Autoren, dass bei allen Chancen der KI im Hinterkopf zu behalten sei, «dass KI nie menschliche Intuition, Empathie und Fachkenntnis ersetzen kann. Vielmehr sollte sie als ein Werkzeug verstanden werden, das den professionellen Alltag erleichtert und ergänzt, ohne dabei den Kern der psychotherapeutischen Arbeit zu gefährden» (S. 226). Sie fordern TherapeutInnen auf, «nicht nur die Grundlagen der Technologie zu verstehen, sondern auch die Fähigkeit zu entwickeln, ihre Grenzen und potenziellen Fehler zu erkennen» (S. 228).

In diesem Sinne empfehle ich dieses Buch gern als Fortbildungslektüre. Es bietet eine umfassende Einführung in Grundlagen von KI und in mögliche Anwendungen von KI in der Psychotherapie(-wissenschaft), deren Vorteile und Gefahren den LeserInnen zur Beurteilung überlassen werden.

Peter Schulthess

Böckle, Markus & Kramer, Ueli (Hg.). (2025). *Deliberate Practice in der Psychotherapie. Wege zu einer effektiveren therapeutischen Praxis* Schattauer, 210 S., 53.00 CHF, 39.00 EUR, ISBN: 978-3608400816

Psychotherapie-Wissenschaft 15 (2) 2025 43

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2025-2-43>

Das von Markus Böckle und Ueli Kramer herausgegebene Werk *Deliberate Practice in der Psychotherapie. Wege zu einer effektiveren therapeutischen Praxis* stellt auf nur gut 200 Seiten einen bemerkenswerten Beitrag zur deutschsprachigen Psychotherapieliteratur dar, der sich einem bisher vergleichsweise wenig beachteten Thema widmet: der gezielten, strukturierten Übung zur Verbesserung psychotherapeutischer Kompetenzen.

Der Band vereint Fachautor*innen aus unterschiedlichen psychotherapeutischen Schulen, die das Konzept der *Deliberate Practice* (DP) aus ihren jeweiligen theoretischen und praktischen Perspektiven beleuchten. Bereits die Einleitung verortet den Ansatz im Kontext der Society for the Exploration of Psychotherapy Integration (SEPI) und zeigt, dass DP nicht nur ein technisches Verfahren ist, sondern eine Haltung, die Integration und kontinuierliche Professionalisierung fördert. Die Herausgeber betonen, dass DP – ursprünglich aus Sport und Musik stammend – im Kern auf zielgerichtetem Üben, unmittelbarem Feedback und reflektierter Anpassung basiert. Ziel ist es, dass Psychotherapeut*innen nicht nur durch Erfahrung, sondern durch bewusstes, strukturiertes Training ihre Wirksamkeit verbessern resp. optimieren. Inhaltlich beeindruckt das Buch durch seine Bandbreite. Es spannt den Bogen von grundlegenden theoretischen Einführungen (Franz Caspar) über modellspezifische Anwendungen in Psychodynamischer Psychotherapie (Hanna Levenson), Systemischer Therapie (Elisabeth Wagner, Theresia Gabriel), Verhaltenstherapie (Ulrike Willutzki, Paul Geilenberg) und Emotionsfokussierter Therapie (Martina Belz) bis hin zur Behandlung chronischer Depression mit Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP; Anne Guhn, Jan Philipp Klein) oder zu spezifischen Kontexten wie E-Mental-Health (Markus Böckle et al.). Besonders wertvoll sind die praxisnahen Beispiele, die zeigen, wie DP-Übungen konkret gestaltet und in Ausbildung, Supervision und Praxisalltag integriert werden können. Herausragend ist die konsequente Verbindung von Theorie und Praxis. Viele Kapitel illustrieren die DP-Prinzipien anhand von Fallbeispielen,

Rollenspielen oder Übungsformaten, was den Transfer in die eigene psychotherapeutische Arbeit erleichtert. Die Integration wissenschaftlicher Evidenz überzeugt: Die Autor*innen stützen ihre Argumente durchgehend auf empirische Befunde, wodurch das Werk nicht nur inspirierend, sondern auch methodisch wohlfundiert ist. Die abschließende Diskussion der Herausgeber fasst die Kernprinzipien von DP pointiert zusammen: Zielgerichtetheit, Übungsfokus, Feedback-Kultur und Wiederholung.

Das Buch bleibt erfreulich selbstreflexiv, doch ergeben sich aus der Lektüre auch weitergehende kritische Überlegungen. Folgende drei Risiken gilt es anzusprechen: Zum einen besteht nämlich die potenzielle Gefahr einer Übertechnisierung psychotherapeutischer Arbeit. Die isolierte Einübung spezifischer Fertigkeiten kann zu einem mechanistischen Verständnis führen, das die situative, relationale Komplexität von Psychotherapie nur unzureichend erfasst. Zum anderen ist mit DP ein gewisses Risiko der Überforderung in der Ausbildung verbunden. DP verlangt von Lernenden hohe Selbstdisziplin, Offenheit für Feedback und die Bereitschaft, eigene Defizite konsequent zu bearbeiten. Gerade bei weniger erfahrenen Psychotherapeut*innen kann dies zu Unsicherheit oder gar Rückzug aus dem Lernprozess führen, wenn die Unterstützung nicht ausreichend ist. Nicht zuletzt könnte die starke Orientierung an empirisch überprüfbaren Leistungsparametern zu einer tendenziellen Standardisierung therapeutischer Kompetenzen führen. Damit besteht das Risiko, individuelle Stile und kreative, situationsspezifische Lösungsansätze zugunsten «messbarer» Fertigkeiten zu vernachlässigen.

Nichtsdestotrotz ist *Deliberate Practice in der Psychotherapie* ein vielseitiger, fundierter und praxisnaher Sammelband, der Psychotherapeut*innen aller Schulen wertvolle Impulse zur gezielten Weiterentwicklung ihrer Kompetenzen bietet. Er verbindet theoretische Fundierung mit methodischer Konkretisierung, zeigt vielfältige Anwendungsmöglichkeiten und verschweigt auch nicht die praktischen Hürden. Der Band besticht durch seine wissenschaftliche Solidität und seine praxisnahen Beispiele, bleibt aber zugleich realistisch in der Einschätzung der Grenzen. Besonders für Ausbilder*innen, Supervisor*innen und erfahrene Praktiker*innen dürfte dieses Werk zu einer wichtigen Referenz werden. Die Lektüre lädt dazu ein, das eigene professionelle Handeln kritisch zu reflektieren und die Qualität psychotherapeutischer Arbeit durch strukturiertes, reflektiertes Üben nachhaltig zu steigern – vorausgesetzt, die Rahmenbedingungen und die notwendige Lernkultur sind gegeben.

Kurt Greiner

Kongresskalender

10.–12. Oktober 2025

SEPI Jahreskonferenz:

Integrative Foundations of Psychotherapy

Istanbul, Türkei

Org: Society for the Exploration of Psychotherapy Integration

<https://www.sepiweb.org/Annual-Meeting>

1.–3. Mai 2026

GLE Internationaler Kongress:

Es gibt doch (noch) Hoffnung

Lindau, Deutschland

Org: Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse

<https://www.glekongressinternational.org>

24.–27. Juni 2026

SPR Jahreskonferenz

Ibaraki, Japan

Org: Society for Psychotherapy Research

<https://www.psychotherapyresearch.org>

8.–12. Juli 2026

PCE Konferenz: A Changing World

Köln, Deutschland

Org: GWG Gesellschaft für Personenzentrierte Psychotherapie und Beratung

<https://www.pce-europe.org>

3.–6. September 2026

EABT Konferenz: Body Psychotherapy on the Edge
Cork, Irland

Org: European Association for Body Psychotherapy

<https://eabp.org/what-we-do/eabp-congresses>

18./19. September 2026

Jahreskongress SGPP: Psyche, Mensch, Gehirn –
die Psychiatrie im Zentrum

Basel, Schweiz

Org: Schweizerische Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie

<https://www.psychiatrie.ch/sgpp/ueber-uns/veranstaltungen/sgpp-kongress>

22.–25. Oktober 2026

EAGT Konferenz: Bridges of Difference

Dubrovnik, Kroatien

Org: European Association for Gestalt Therapy

<https://www.eagt2026dubrovnik.com>