

Früh übt sich

Förderung psychotherapeutischer Basisfertigkeiten im
Bachelorstudium durch ein innovatives Lehrkonzept

F. Lorsch¹, D. Jäger², M. S. Lehe¹, S. Blümel¹, J. Rüsseler², S. Steins-Löber¹

¹ Otto-Friedrich Universität Bamberg, Lehrstuhl für Klinische Psychologie und
Psychotherapie, Bamberg, Bayern, Deutschland

² Otto-Friedrich Universität Bamberg, Professur für Kognitions-, Emotions- und
Neuropsychologie, Bamberg, Bayern, Deutschland

10.20378/irb-115968



- Praktische Kompetenzentwicklung wird stärker Teil der universitären Ausbildung
 - Im Masterstudium sollen unterschiedliche Richtlinienverfahren und Handlungskompetenzen integriert werden
- **Kann ein Basisfertigkeiten-Seminar im Bachelor ein erstes handlungsnahes Grundgerüst für spätere Kompetenzentwicklung schaffen?**

Warum früh fördern?



- Basisfertigkeiten-Trainings verbessern psychotherapierelevante Outcomes bereits bei Studierenden im grundständigen Studium
 - 5-Jahres-Follow-up: Basisfertigkeiten wurden weiterhin privat und beruflich genutzt; weitere Entwicklung zeigte sich vor allem bei anschließender Qualifikation im Bereich psychische Gesundheit
- **Frühes Training als Ausgangspunkt weiterer Professionalisierung**

Hill, Anderson et al. (2016). Helping skills training for undergraduate students. *Couns Psychol*, 44(1), 50–77

Hill, Anderson et al. (2020). A follow-up of undergraduate students five years after helping skills training. *J Couns Psychol*, 67(6), 697–705.

Das Helping Skills Model

- Integratives, praxisnahes Modell mit drei Zielen:
Exploration – Erkenntnis – Veränderung
- Mögliches handlungsnahes Grundgerüst für die spätere verfahrensspezifische Ausbildung
- Im angloamerikanischen Raum gut untersucht, Replikationen in anderen Ausbildungskontexten nötig



Hill, Chui, & Gerstenblith (2024). *Helping Skills*. APA

Reviews: Hill & Knox (2021). In Barkham, Lutz, & Castonguay (Hrsg.), *Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*
Hill & Knox (2023). In Castonguay & Hill (Hrsg.), *Becoming Better Psychotherapists*

Didaktische Prinzipien des Seminars



Chow (2017). In Rousmaniere et al. (Hrsg.) *The Cycle of Excellence. Using Deliberate Practice to Improve Supervision and Training*.

Rousmaniere (2024). *Deliberate Practice for Psychotherapists*.

Nissen-Lie et al. (2017). Love yourself as a person, doubt yourself as a therapist? *Clin Psych & Psychoth*, 24, 48–60



Kultur des Lernens und Fehlermachens

Ein sicherer Rahmen für wirksames Üben und professionelles Wachstum



wertschätzender
Umgang mit
sich selbst

Didaktische Prinzipien für Handlungskompetenz



Ziel: ein klinisches Grundgerüst, auf dem im Master aufgebaut werden kann.



vulnerables Üben in der Lernzone



Fehler als
Lernchancen



Offenheit
gegenüber
eigenen Defiziten



Sicherheit
und
Ermutigung

Fragestellung



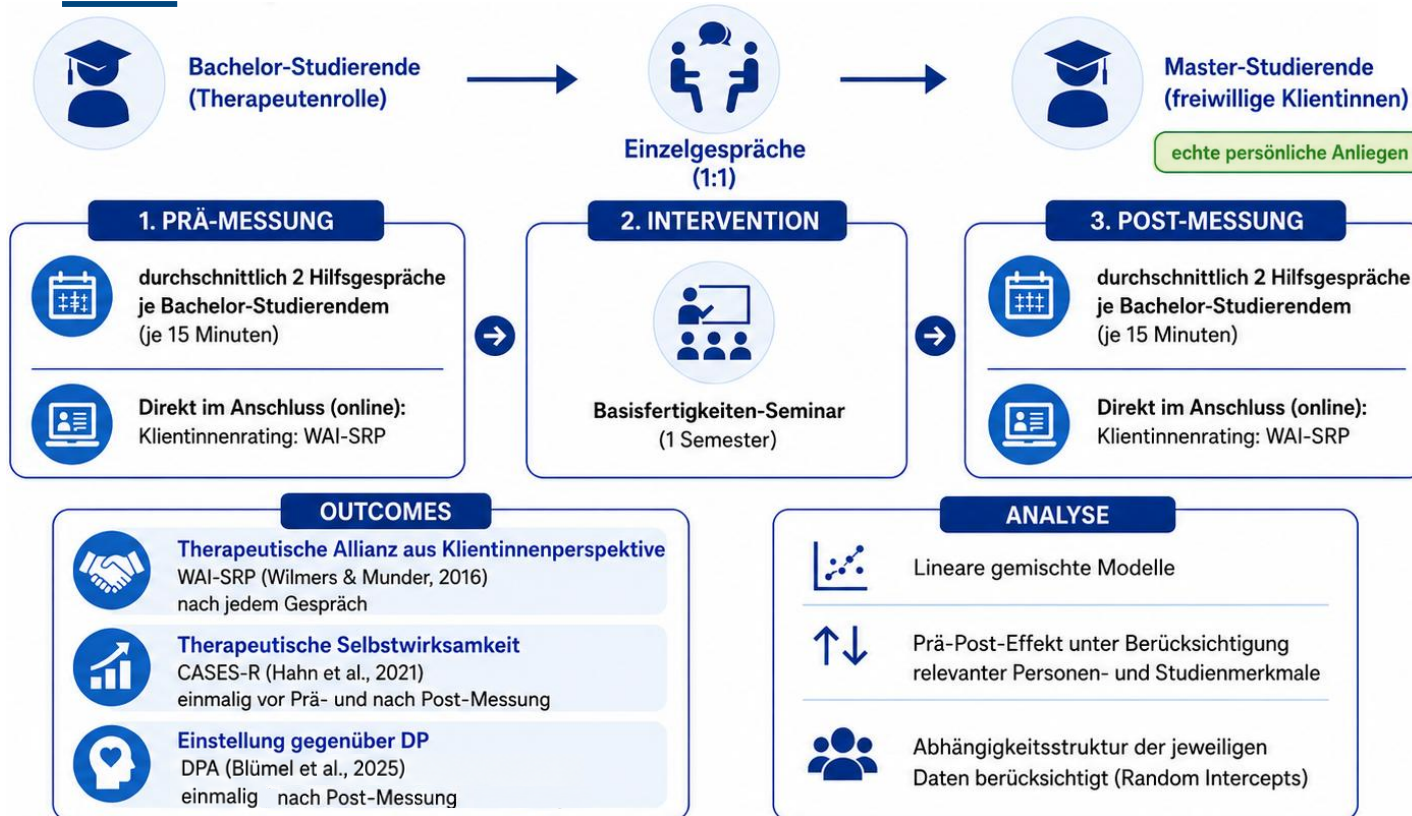
**Evaluation eines auf
Helping Skills basierenden
Bachelorseminars**



**Fokus auf ein
Psychotherapie-
relevantes Outcome**

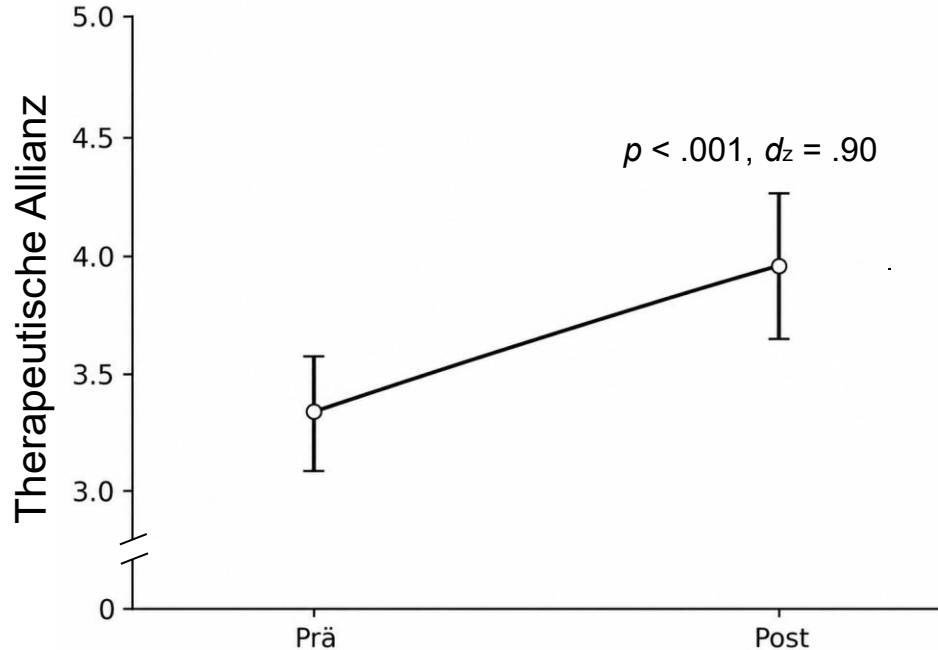
- Veränderungen
therapeutischer Allianz
- Zusätzlich: Veränderungen
therapeutischer Selbstwirksamkeit
und Einstellung zu Deliberate Practice

Studiendesign und Ablauf



Ergebnisse I: Therapeutische Allianz

Lineares gemischtes Modell ($N = 232$ Gespräche, 62 BA-Studierende, 13 freiwillige Klientinnen)



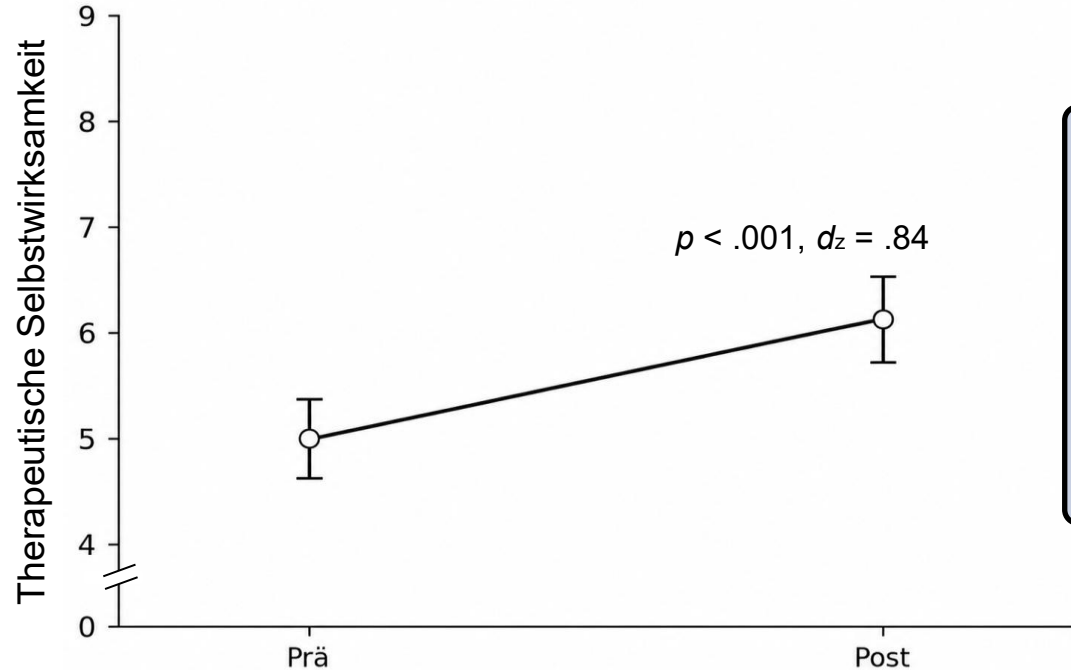
Kernbefund

- Signifikanter Anstieg der Allianz aus Sicht der freiwilligen Klientinnen
- Hinweis auf verbesserte Fähigkeit der BA-Studierenden, tragfähige Arbeitsbeziehungen herzustellen

WAI-SR-P: $b = 0.66$, 95%-KI [0.40; 0.92], $p < .001$, $d_z = .90$

Ergebnisse II: Therapeutische Selbstwirksamkeit

Lineares gemischtes Modell ($N = 62$ BA-Studierende; 117 Messungen)



Kernbefund

- Signifikanter Anstieg therapeutischer Selbstwirksamkeit
- BA-Studierende berichteten nach dem Training ein höheres Vertrauen in ihre therapeutischen Fähigkeiten

CASES-R: $b = 1.08$; 95%-KI [0.78; 1.38]; $p < .001$, $d_z = .84$

Feedback der Teilnehmenden



Sicherer Lernraum

Fehlerfreundlichkeit
(Sandkastenprinzip),
Vertrauen und Lernen
im sicheren Rahmen

Perspektivwechsel

Beide Rollen erleben,
Selbsterfahrung und
professionelle
Entwicklung

Üben und Feedback

Kleinschrittiges Üben,
unmittelbares
Feedback und
Wiederholung

→ Gebündelte Rückmeldungen aus gemeinsamer Abschlussreflexion; keine systematische qualitative Analyse.

Einstellung zu Deliberate Practice

DPA ($n = 33$), $M = 4.17$ ($SD = 0.35$)

→ Positive Einstellung zum DP-Ansatz

Limitationen



- Prä-Post-Design ohne Kontrollgruppe
→ Veränderungen nicht eindeutig dem Seminar zurechenbar
- Multikomponentiges Lehrformat
→ wirksame Bestandteile und Mechanismen bleiben offen
- Keine Follow-up-Daten
→ Stabilität und spätere Anschlussfähigkeit offen

Implikationen

1 Früh üben lohnt sich

Psychotherapie-relevante Outcomes können bereits im Bachelor sichtbar werden.

2 Ein Fundament schaffen

z. B. Helping Skills als integratives Grundgerüst für spätere komplexe Handlungskompetenzen.

3 Ausbildungsforschung bereits im Studium breit denken

Neben Übungsformaten sollten auch Lernprozesse, Lernende, Lehrende und Lernklima als mögliche Einflussfaktoren untersucht werden

Vielen Dank an alle, die an diesem Projekt mitgewirkt haben und vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



Vortragender:

Dr. Frank Lörsch
Psychologischer Psychotherapeut (VT)

E-Mail: frank.loersch@uni-bamberg.de
Telefon: 0951/863-1880

Otto-Friedrich-Universität Bamberg
Lehrstuhl für Klinische Psychologie und
Psychotherapie
Raum M3/03.15
Markusplatz 3
D-96047 Bamberg



Quellen



- (2019) PsychThG – Gesetz über den Beruf der Psychotherapeutin und des Psychotherapeuten. https://www.gesetze-im-internet.de/psychthg_2020/BJNR160410019.html. Zugriffen: 30. Jan. 2026.
- (2020) PsychThApprO – Approbationsordnung für Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten. <https://www.gesetze-im-internet.de/psychthappro/BJNR044800020.html>. Zugriffen: 30. Jan. 2026.
- Blümel S, Schmidt-Pleines C, Pape M, Steins-Loeber S. (2025) Are we practicing deliberately? Assessment of deliberate practice in psychotherapy. In Begutachtung.
- Chow, D. (2017). The practice and the practical: Pushing your clinical performance to the next level. In T. Rousmaniere, R. K. Goodyear, S. D. Miller, & B. E. Wampold (Hrsg.), *The Cycle of Excellence: Using Deliberate Practice to Improve Supervision and Training*. John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1037/0000039-017>
- Hahn, D., Weck, F., Witthöft, M., & Kühne, F. (2021). Assessment of Counseling Self-Efficacy: Validation of the German Counselor Activity Self-Efficacy Scale (CASES-R). *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.780088>
- Hill, C. E., Anderson, T., Gerstenblith, J. A., Kline, K. V., Gooch, C. V., & Melnick, A. (2020). A follow-up of undergraduate students five years after helping skills training. *Journal of Counseling Psychology*, 67(6), 697–705. <https://doi.org/10.1037/cou0000428>
- Hill, C. E., Anderson, T., Kline, K., McClintock, A., Cranston, S., McCarrick, S., Petrarca, A., Himawan, L., Pérez-Rojas, A. E., Bhatia, A., Gupta, S., & Gregor, M. (2016). Helping Skills Training for Undergraduate Students. *The Counseling Psychologist*, 44(1), 50–77. <https://doi.org/10.1177/0011000015613142>
- Hill, C. E., Chui, H., & Gerstenblith, J. A. (2024). *Helping skills: Facilitating exploration, insight, and action*. American Psychological Association.
- Hill, C. E., & Knox, S. (2021). Training and supervision in psychotherapy: What we know and where we need to go. In M. Barkham, W. Lutz, & L. G. Castonguay (Hrsg.), *Bergin and garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (7. Aufl., S. 327–350). John Wiley & Sons.
- Hill, C.E., & Knox, S. (2023). Psychotherapy training and supervision with undergraduate and graduate students.. In L. G. Castonguay, & C. E. Hill (Hrsg.), *Becoming better psychotherapists: Advancing training and supervision* (1st ed, S. 31–54). American Psychological Association.
- Nissen-Lie, H. A., Rønnestad, M. H., Høglend, P. A., Havik, O. E., Solbakken, O. A., Stiles, T. C., & Monsen, J. T. (2017). Love yourself as a person, doubt yourself as a therapist? *Clinical psychology & psychotherapy*, 24(1), 48–60. <https://doi.org/10.1002/cpp.1977>
- Rousmaniere, T. (2024). *Deliberate practice for psychotherapists: A guide to improving clinical effectiveness*. Routledge.
- Wilmers, F., Munder, T. (2016) Der WAI-sr. In Kristina Geue, Bernhard Strauß und Elmar Brähler (Hrsg.). *Diagnostische Verfahren in der Psychotherapie*, Hogrefe.