

Künstliche Intelligenz als Frühintervention bei depressiven Symptomen

Datum: 25.06.2025

Original Titel:

Effectiveness of AI-Driven Conversational Agents in Improving Mental Health Among Young People: Systematic Review and Meta-Analysis

Kurz & fundiert

- Helfen KI-gestützte Gesprächsagenten jungen Menschen bei psychischen Problemen?
- Metaanalyse aus China, 15 randomisiert-kontrollierte Studien, 1 974 Studienteilnehmer, Alter 12 – 25 Jahre
- KI-gestützte Gesprächsagenten reduzierten depressive Symptome
- Positiver Effekt besonders bei beginnenden depressiven Symptomen
- Keine signifikanten Effekte auf Angstsymptome, Stress oder allgemeines Wohlbefinden

MedWiss – KI-gestützte Gesprächsagenten können depressive Symptome bei jungen Menschen im Alter von 12 bis 25 Jahren lindern. Eine aktuelle Metaanalyse zeigte einen moderaten bis großen Effekt insbesondere bei beginnenden depressiven Symptomen.

Die steigende Häufigkeit psychischer Probleme bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen sowie Hürden beim Zugang zu klassischer Therapie haben das Interesse an künstlicher Intelligenz (KI) und KI-basierten Gesprächsagenten geweckt. Diese digitalen Tools gelten als vielversprechende neue Möglichkeit zur psychologischen Unterstützung. Zwar gibt es Hinweise auf deren Wirksamkeit, doch es fehlt systematische Evidenz für ihren gezielten Einsatz bei unterschiedlichen psychischen Erkrankungen.

Wirksamkeit von KI-Gesprächsagenten gegen Depression?

Das Ziel einer Metaanalyse aus China war es, den Effekt von KI-gesteuerten Gesprächsagenten auf die psychische Gesundheit von jungen Menschen zu analysieren. Dabei lag der Fokus auf depressiven Symptomen, Angst, Stress, Wohlbefinden sowie positiven und negativen Emotionen. Die Autoren ermittelten geeignete Studien in den medizin-wissenschaftlichen Datenbanken PubMed, PsycINFO, Embase, Cochrane Library und Web of Science bis zum 6. August 2024. Eingeschlossen wurden randomisierte kontrollierte Studien mit Teilnehmern im Alter von 12 – 25 Jahren.

Metaanalyse von 14 randomisiert-kontrollierten Studien

Insgesamt wurden 14 Studien mit 15 Datensätzen und 1 974 Studienteilnehmern berücksichtigt. KI-

basierte Gesprächsagenten zeigten einen moderaten bis großen Effekt auf depressive Symptome (Hedges $g = 0,61$, 95 % Konfidenzintervall, KI: 0,35 – 0,86). Bei anderen Symptomen wie generalisierter Angst ($g = 0,06$), Stress ($g = 0,002$), positiven Emotionen ($g = 0,01$), negativen Emotionen ($g = 0,07$) und allgemeinem Wohlbefinden ($g = 0,04$) wurden keine signifikanten Unterschiede festgestellt. Besonders effektiv waren die Gesprächsagenten bei subklinischen Gruppen mit beginnenden depressiven Symptomen (Hedges $g = 0,74$, 95 % KI: 0,50 – 0,98).

KI-basierte Gesprächsagenten Potenzial zur Frühintervention bei Depression

Die Ergebnisse stützen das Potenzial von KI-basierten Gesprächsagenten zur Frühbehandlung depressiver Symptome bei jungen Menschen. Um ihre Wirkung auf weitere psychische Symptome zu verbessern, sind allerdings inhaltliche und technische Weiterentwicklungen notwendig. Zukünftige Studien sollten zudem die Langzeitwirkungen von KI-basierten Therapien untersuchen, so das Fazit der Autoren.

Referenzen:

Feng Y, Hang Y, Wu W, Song X, Xiao X, Dong F, Qiao Z. Effectiveness of AI-Driven Conversational Agents in Improving Mental Health Among Young People: Systematic Review and Meta-Analysis. J Med Internet Res. 2025 May 14;27:e69639. doi: 10.2196/69639. PMID: 40367506; PMCID: PMC12120367.