

Neue Studie: Kompetenter Umgang mit KI in der Psychotherapie ist vor allem eine Generationenfrage

Ob beruflicher Druck, Liebeskummer oder Einsamkeit - viele Menschen vertrauen sich einem digitalen Assistenten an, um über psychische Belastung zu sprechen. KI-Chatbots wie ChatGPT versprechen Verständnis und Rat und stehen rund um die Uhr zur Verfügung. Dabei reagieren die virtuellen Helfer, trotz erster positiver Effekte, nicht immer so angemessen auf psychische Krisen wie Fachkräfte. Welche Folgen ergeben sich daraus für die psychische Gesundheitsversorgung? Wie stehen Psychotherapeut_innen und Ärzte zu Künstlicher Intelligenz? Das hinterfragt Prof. Dr. Marc Augustin von der Evangelischen Hochschule Bochum (EvH Bochum) in seiner neuesten Studie.

Der Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie setzt sich schon länger mit KI und psychischer Gesundheit auseinander. Nun hat er mit Prof. Dr. Anke Schmeink, Mathematikerin und Leiterin des Lehrstuhls für Informationstheorie und Datenanalytik der RWTH Aachen, eine bundesweite Umfrage unter 335 ärztlichen und psychologischen Psychotherapeut_innen sowie Psychotherapeut_innen in Ausbildung durchgeführt, um ihre Einstellung und Kompetenzen zu KI zu untersuchen.

„Künstliche Intelligenz soll Psychotherapeut_innen und Ärzte unterstützen, aber nicht ersetzen“, sagt Prof. Dr. Marc Augustin. „Das empfehlen auch die Bundespsychotherapeutenkammer, die Bundesärztekammer und die Zentrale Ethikkommission.“ Außerdem entstehen mit dem EU AI Act und neuen Gesetzen klare Leitplanken für den KI-Einsatz in der sprechenden Medizin. Doch gerade für den reflektierten Einsatz in der psychischen Gesundheitsversorgung brauche es spezielle Kompetenzen, sagt der Bochumer Experte: „Eine in unserer Studie erfasste Kompetenz ist KI-Literacy. Das bezeichnet die Fähigkeit von Therapeut_innen, KI zu erkennen und abzuwägen, welche Vor- und Nachteile der Einsatz hat. Diese Fähigkeit war unter den Befragten jedoch nur mittelgradig ausgeprägt. Das steht im Widerspruch zu den Anforderungen, die der schnelle technische Fortschritt der KI mit sich bringt“, sagt Prof. Augustin. „So zeigen erste Studien, dass KI-Chatbots bei Depressionen und Angststörungen durchaus helfen können. Aber Fachkräfte müssen kritisch beurteilen können, für welche Person welches Angebot hilfreich ist und bei wem negative Folgen auftreten könnten.“ Mit ihrer Studie haben die Forschenden nun zunächst eine Bestandsaufnahme der Einstellungen und Kompetenzen psychotherapeutisch tätiger Fachkräfte vorgelegt. Die Ergebnisse sollen nun bestenfalls in Aus- und Weiterbildung einfließen, um gezielt Kompetenzen für einen verantwortungsvollen KI-Einsatz in der Psychotherapie zu entwickeln.

Besonders auffällig ist ein deutlicher Generationeneffekt. Jüngere Befragte verfügen über höhere KI-Kompetenzen und schätzen die Technologie insgesamt positiver ein als ältere Kolleg_innen. Sie fühlen sich kompetenter darin, KI-generierte Inhalte zu erkennen. Dies geht einher mit einer besseren Fähigkeit, Vor- und Nachteile abzuwägen. Technische Kompetenzen waren hingegen ausgesprochen niedrig ausgeprägt, sagt Prof. Dr. Anke Schmeink: „Die Fähigkeit, KI selbst zu designen oder zu programmieren, war praktisch nicht vorhanden, und das unabhängig von der Altersgruppe. Im Sinne einer gemeinsamen technischen Entwicklung erscheint jedoch das Wissen von Psychotherapeut_innen und Ärztinnen für die Gestaltung von KI besonders wertvoll. Sie können am besten beurteilen, welche Einsatzgebiete in der Psychotherapie sinnvoll sind und wie KI für die betreffenden Menschen und ihre Bedürfnisse angemessen gestaltet werden kann.“

Die Studie verdeutlicht, dass Fachkräfte nicht selbst programmieren müssen, um KI verantwortungsvoll in der Psychotherapie zu nutzen. Aber sie benötigen ein grundsätzliches Verständnis, um informierte Entscheidungen zu treffen, Grenzen zu erkennen und die Beziehung zu ihren Patient_innen zu schützen. Das Forschungsteam leitet aus den Umfrage-Ergebnisse klare Empfehlungen ab: „Damit Patient_innen von KI-gestützten Angeboten profitieren können und die therapeutische Verantwortung trotzdem klar beim Menschen bleibt, sollten Hochschulen und Ausbildungsinstitute berufsübergreifende und altersadaptierte Qualifizierungsangebote entwickeln. Dabei sollte die Stärkung reflexiver Kompetenzen im Mittelpunkt stehen: Wie bewerte ich KI? Wo liegen Chancen und Risiken? Und wie nutze ich KI-gestützte Tools verantwortungsvoll im Sinne einer menschlichen, zugewandten Psychotherapie?“

Originalpublikation:

<https://link.springer.com/article/10.1007/s00115-026-01948-5>