

Tab. 1: Checkliste für PsychologInnen zur fachlichen Qualitätsfeststellung von E-Mental-Health-Anwendungen

Psychologische Professionalität und Risikobewusstsein		
1. Beruht die Zielerreichung auf abgesicherten psychologischen Erkenntnissen/Theorien?	Ja	Nein
2. Können empirische Befunde/Studien die Effektivität der Maßnahme bestätigen?	Ja	Nein
3. Wird darauf hingewiesen, dass das Angebot keinen Ersatz für eine klinisch-psychologische, psychotherapeutische oder medizinische Behandlung darstellt?	Ja	Nein
4. Erfolgt eine klare Abgrenzung zwischen störungswertigen und nicht störungswertigen Einsatzzwecken?	Ja	Nein
5. Wird bei krankheitswertiger Symptomatik auf eine professionelle Behandlung (psychologisch, psychotherapeutisch, medizinisch-psychiatrisch) hingewiesen?	Ja	Nein
6. Gibt es im Kontext der Anwendung die Möglichkeit, Kontakt zu einer Psychologin/ einem Psychologen oder einer Psychotherapeutin/ einem Psychotherapeuten aufzunehmen?	Ja	Nein
7. Beinhaltet das Angebot klar definierte psychologische Interventionen mit einem zeitlichen Anfang und Ende?	Ja	Nein
8. Werden NutzerInnen in akuten Krisensituationen mit Verweisen oder Anleitungen unterstützt (z. B. wohin sie sich wenden können)?	Ja	Nein
9. Werden die NutzerInnen über mögliche Risiken (gesundheitlich, wirtschaftlich, sozial) aufgeklärt?	Ja	Nein
Wissenschaftliche Qualität und inhaltliche Validität		
1. Liegt mindestens eine randomisiert-kontrollierte Studie (RCT) zur Anwendung vor?	Ja	Nein
2. Sind Follow-up-Daten verfügbar?	Ja	Nein
3. Wurde die Adhärenz von NutzerInnen analysiert (z. B. durch Compliance-Rate oder Drop-out-Rate bei Abschluss der Intervention)?	Ja	Nein
4. Liegt eine Vergleichsstichprobe vor?	Ja	Nein
5. Ist die Stichprobengröße ausreichend groß (N > 50 pro Studienarm)?	Ja	Nein
6. Werden DSM- und/oder ICD-Kriterien/Diagnosen erhoben?	Ja	Nein
Allgemeine Rahmenbedingungen		
1. Gibt es ein Impressum und konkrete Kontaktdaten?	Ja	Nein
2. Müssen Sie ein Konto für die Verwendung der App anlegen?	Ja	Nein
3. Ist angegeben, welche Daten die Anwendung erhebt?	Ja	Nein
4. Wird die Funktion der App ausreichend beschrieben?	Ja	Nein
5. Wenn zutreffend: Sind kostenpflichtige Angebote gekennzeichnet?	Ja	Nein

Infomix

Studie zur Gegenüberstellung von generativer Künstlicher Intelligenz und Therapeut*innen

Hatch et al. (2025) beforschen in ihrer Studie Unterschiede zwischen Mensch und Maschine im therapeutischen Setting – deutlich wird, dass mehr Fragen entstehen, als Antworten gefunden werden.

Erkenntnisse dieser Studie zeigen jedoch, dass die Teilnehmer*innen nur selten unterscheiden konnten, welche der Antworten KI-generiert oder von ausgebildeten Therapeut*innen verfasst wurden. Ebenso zeigte sich, dass die ChatGPT-Antworten häufiger in Einklang mit therapeutischen Prinzipien waren. Diese Erkenntnisse lassen demnach den Rückschluss zu, dass generative KI ein nützliches Tool in der Therapie sein könnte. Unabhängig von dem unbegrenzten Zugriff der generativen KI auf theoretisches Wissen bleiben jedoch zentrale Aspekte wie zahlreiche ethische Implikationen offen.

Hatch et al. (2025) rufen nach ihrer Untersuchung dazu auf, die Beforschung generativer KI im therapeutischen Kontext fortzusetzen und den Einsatz von KI fortschrittlich mitzudenken, zumal Herausforderungen wie Verfügbarkeit und niederschwelliger Zugang auch neue Möglichkeiten bieten können.

Hatch, S. G., Goodman, Z. T., Vowels, L., Hatch, H. D., Brown, A. L., Guttman, S., Le, Y., Bailey, B., Bailey, R. J., Esplin, C. R., Harris, S. M., Jr, D. P. H., McLaughlin, M., O'Connell, P., Rothman, K., Ritchie, L., Jr, D. N. T., & Braithwaite, S. R. (2025). When ELIZA meets therapists: A Turing test for the heart and mind. *PLOS Mental Health*, 2(2), e0000145. <https://doi.org/10.1371/journal.pmen.0000145>.