Infomix

Chatbots als Co-Behandler?

Anhaltspunkte der American Psychological Association für den Umgang mit PatientInnen, die Ratschläge der künstlichen Intelligenz in die Behandlung bringen

Mit steigender Präsenz der künstlichen Intelligenz (KI) im Alltag beschreiben laut einer Umfrage der American Psychological Association (APA) zirka 77 % der befragten PsychologInnen, dass ihre PatientInnen KI-Chatbots für jegliche psychologische Fragen konsultieren. Gründe für diese Nutzung seien Selbstdiagnosen, Hilfe bezüglich erstrebter Verhaltensveränderung und Fragen zu Therapie bzw. Behandlung (Your patients are using AI. Here's how to talk with them about it, 2026).

Dementsprechend gilt es laut APA, die Nutzung von KI-Chatbots im Rahmen von Behandlung oder Beratung aktiv anzusprechen, zu normalisieren und auf die Möglichkeiten und auch Grenzen der Nutzung hinzuweisen. Es gehe hierbei um das Lernen eines gesunden Umgangs und eine Sensibilisierung hinsichtlich potenzieller Warnsignale eines exzessiven Nutzungsverhaltens.

Gerade die ständige Verfügbarkeit und Niederschwelligkeit der diversen KI-Chatbots lädt dazu ein, sich in krisenhaften Situationen oder bei Bedarf nach emotionaler Unterstützung an eben diese zu wenden. Die Zufriedenheit nach solchen Interaktionen sei hoch, jedoch mag genau hier die Gefahr liegen. Nämlich darin, dass zufriedenstellende Antworten generiert werden, die möglicherweise gegensätzlich zu tatsächlichen Behandlungszielen sind, liegt ein unsichtbares Risiko (Abrams, 2026). Die Autorin warnt hier besonders junge Menschen zwischen 18 und 28 Jahren, die anfällig für die Nutzung von Chatbots sind, da bei dieser Zielgruppe eine gewisse Vulnerabilität vorhanden ist. Häufige Themen, bei denen Unterstützung bei der KI gesucht wird, betreffen die Linderung von depressiven Symptomen und Angstsymptomen oder allgemeine Möglichkeiten, das psychische Wohlbefinden zu verbessern.

So zeigt sich auch oftmals die Reaktion von KI-Chatbots wie ChatGPT auf suizidale Inhalte als problematisch – so bezogen auch die Betreiber selbst Stellung zu „ungewollten Antworten" in „sensiblen Gesprächen" (Stärkung der ChatGPT-Antworten in sensiblen Gesprächen, 2026). Es habe Verbesserungen zu Themen psychischer Erkrankungen wie Psychosen oder Manien, Selbstverletzung und Suizid gegeben, so wie auch die KI adaptiert worden sei, um emotionale Abhängigkeit besser erkennen zu können. Weitere Verbesserungen hinsichtlich der Sicherheitsmetriken seien bereits in Planung. Abrams (2026) weist jedoch darauf hin, dass KI-Chatbots in zumindest 20 % der Situationen inadäquat auf psychische Problematiken reagieren und negative Stereotype vertreten. Hillebrand und Baumeister (2025) zeigen auf Grund der ersichtlich gewordenen kritischen Grenzen der KI-Chatbots, dass der Nutzen dieser womöglich darin liegen könnte, zu helfen, lange Wartezeiten auf Therapieplätze zu überbrücken, ihren Einsatz in der Rückfallprophylaxe oder auch in der Prävention zu finden.

Abrams, Z. (16. Juni 2026). Discussing AI use in therapy. American Psychological Association. https://www.apa.org/topics/artificial-intelligence-machine-learning/discussing-ai-use-therapy.

Hillebrand, M. & Baumeister, H. (2025). Chance oder Risiko? KI-basierte Tools in der Psychotherapie. Psychotherapeutenjournal, 24, 158-160.

Stärkung der ChatGPT-Antworten in sensiblen Gesprächen (9. Juli 2026). OpenAI. https://openai.com/de-DE/index/strengthening-chatgpt-responses-in-sensitive-conversations/.

Your patients are using AI. Here's how to talk with them about it (16. Juni 2026). American Psychological Association. https://www.apa.org/topics/artificial-intelligence-machine-learning/practitioners-talk-ai-patients.