



# Echt jetzt?!

Wenn Künstliche Intelligenz das Original in Frage stellt

Dr. phil. Dorothe Dörholt, Psychologin, Psychotherapeutin und Filmemacherin  
**«KI trifft Seele – Wie Technologie die junge Psyche formt»**

# James Michael Stevens – Solace in the dark night

«Solace in the dark night»  
zu deutsch  
Trost in der dunklen Nacht

Seit je ist die Nacht eine Metapher für  
Not, seelische Verzweiflung, tief  
empfundene Sinnlosigkeit, Trauer oder  
spirituelle Leere,  
Solace steht für Trost, Zuflucht.

Es geht darum, in Zeiten großer Not oder  
innerer Finsternis Halt, Trost oder  
Hoffnung zu finden.

Kann KI das erfüllen, gerade bei  
Jugendlichen?

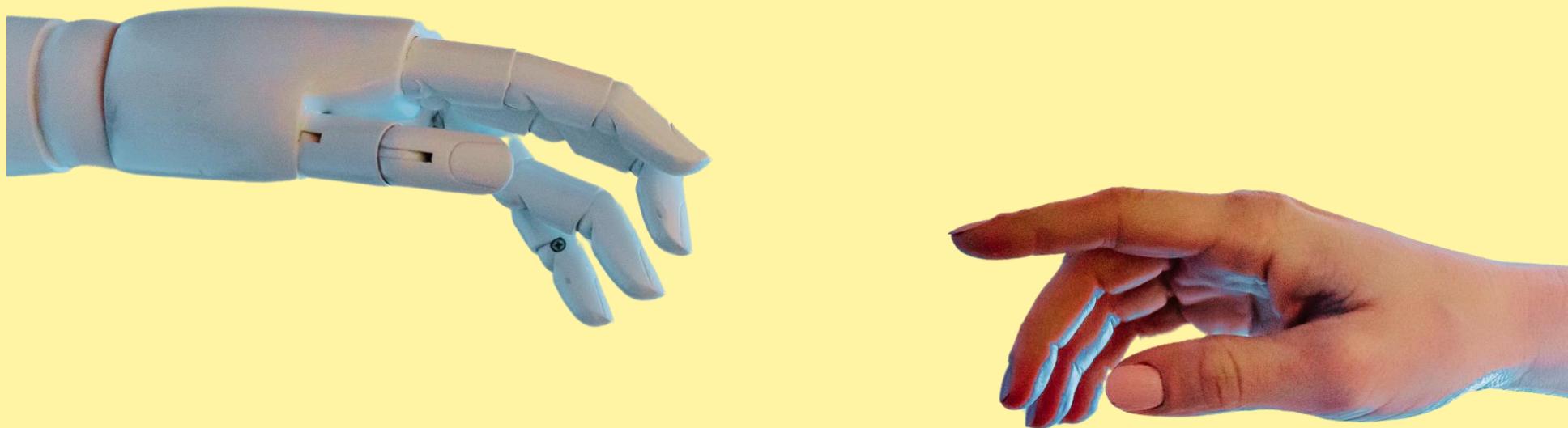


# Echt jetzt?!

Wenn Künstliche Intelligenz das Original in Frage stellt

Dr. phil. Dorothe Dörholt, Psychologin, Psychotherapeutin und Filmemacherin  
**«KI trifft Seele – Wie Technologie die junge Psyche formt»**

# KÜNSTLICHE INTELLIGENZ TRIFFT SEELE



D R . P H I L . D O R O T H E D Ö R H O L T

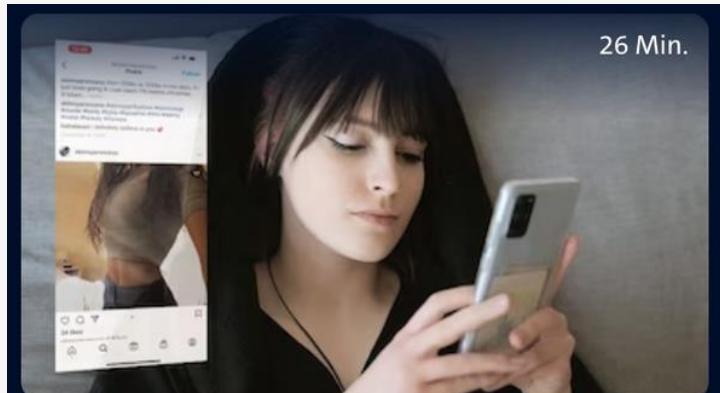


## IN DER PRAXIS ZUNAHME VON

- Depressionen
- Angststörungen
- Selbstverletzung
- Esstörungen
- Einsamkeit
- ...

*Oktober 2021, WDR Serie*

# WIR, DIE GENERATION Z



Über Sixpacks, Coming-out und  
Kopftuch



Über Dünnsein, Traumfrauen  
und K-Pop



Über Sex, Dickpics und  
Schulstress



Add a comment...

CRINGE...

CLOWNS...

TRASH...

LOOSER

SPASTIS...

OPFER...

ASIS...

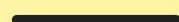
FREMDSCHÄM...

UNTERSCHICHT...

# WAS IST KÜNSTLICHE INTELLIGENZ (KI)

## DEFINITION KI

SYSTEME/PROGRAMME, DIE AUFGABEN ERLEDIGEN, FÜR DIE  
NORMALERWEISE MENSCHLICHE INTELLIGENZ NÖTIG WÄRE  
(z. B. Muster erkennen, Probleme lösen, Entscheidungen treffen oder Inhalte erzeugen)



## DIE ALTE vs. NEUE KI

2010–2022: ALGORITHMISCHE PLATTFORMEN

Social Media, personalisierte Feeds, Werbung

KI ist unsichtbar, entscheidet aber was Nutzer sieht

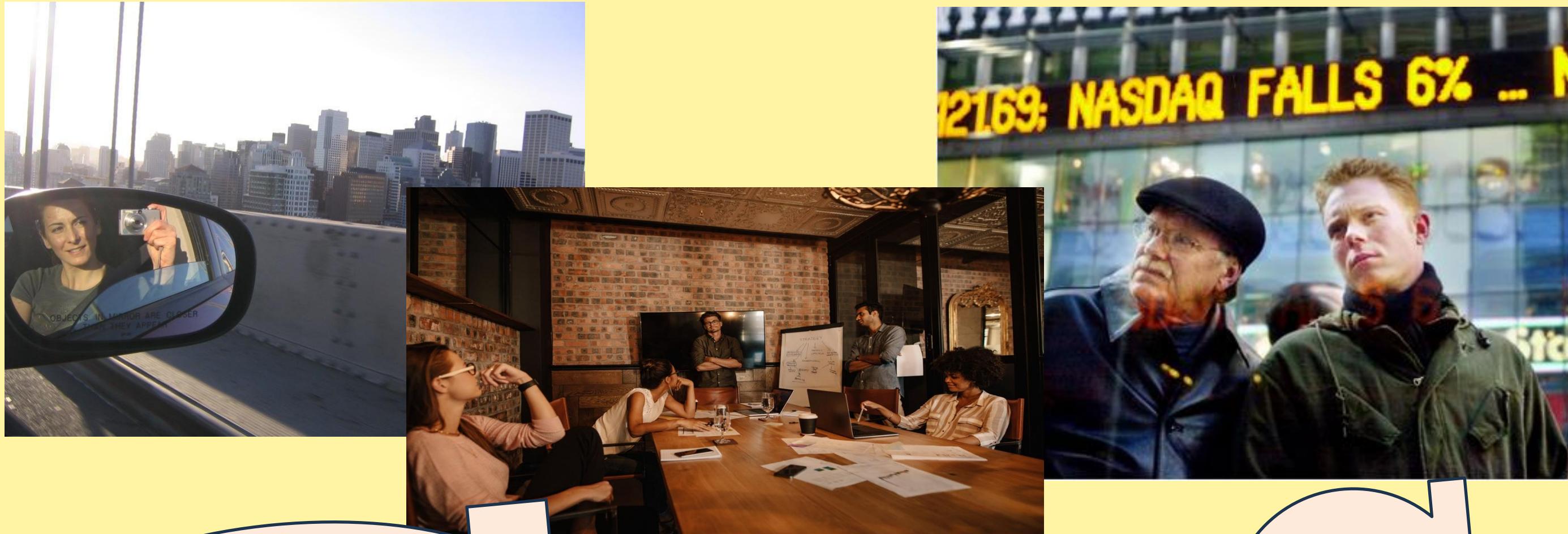
SEIT 2022: GENERATIVE KI

LLMs, Bildgeneratoren, Agenten

KI ist sichtbar, produziert Inhalte und kommuniziert direkt mit Nutzern

LLMS HABEN UNSERE (PROGRAMMIER-)SPRACHE GEKNACKT.

# DOT-COM BUBBLE



Humane  
Technologie

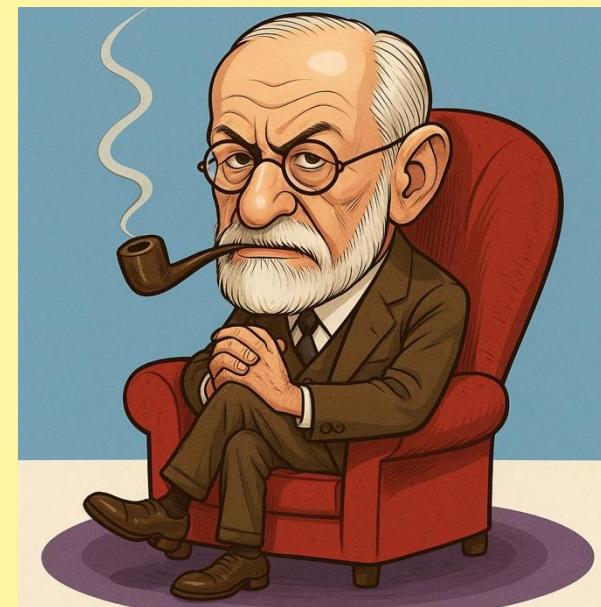
Wo  
bleibt die  
Kohle?



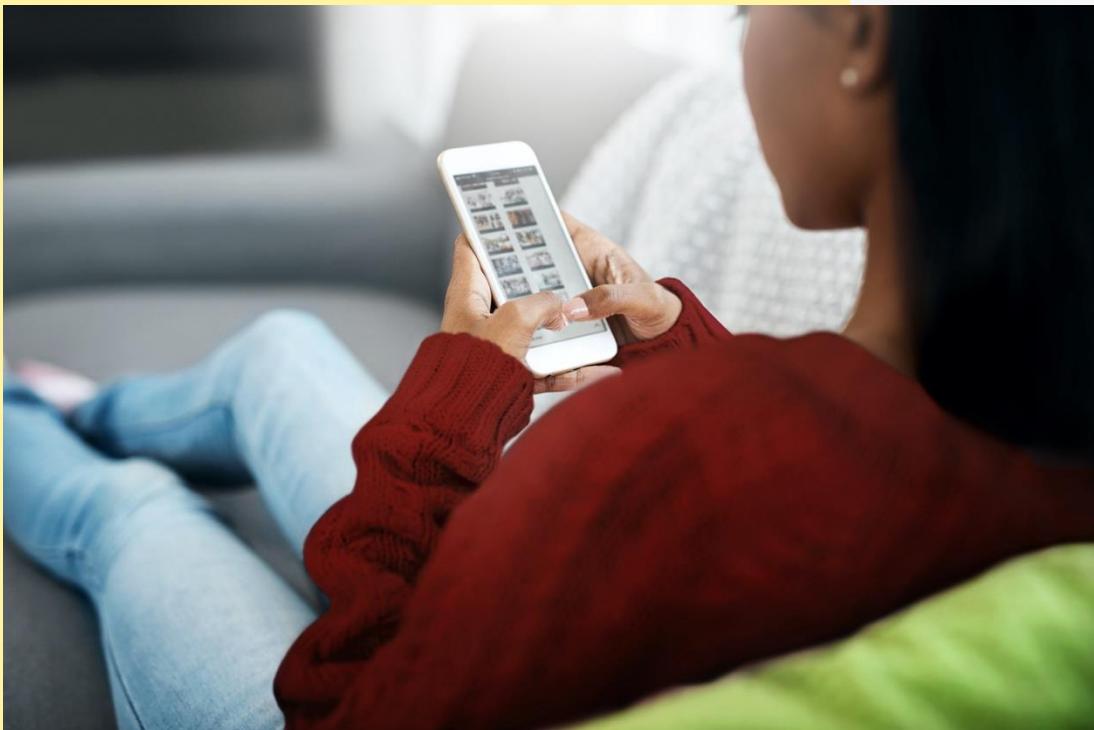
TARGETED ADVERTISING:  
DER NUTZER ZAHLT NICHTS. ER IST DAS PRODUKT.



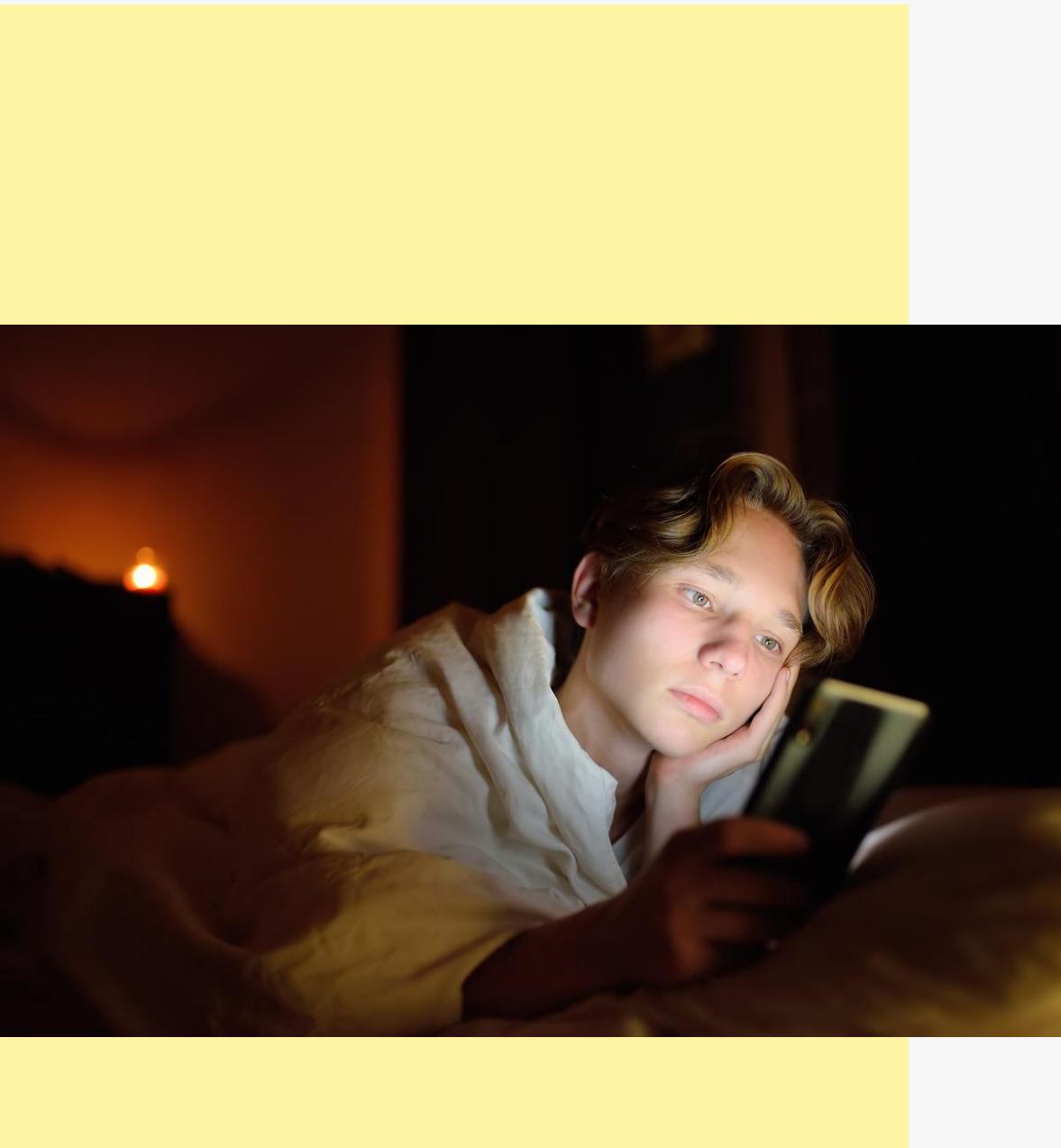
DIE NUTZER SO LANGE WIE MÖGLICH AUF DER  
PLATTFORM ZU HALTEN.



## 1. MENSCHEN SUCHEN NEUES



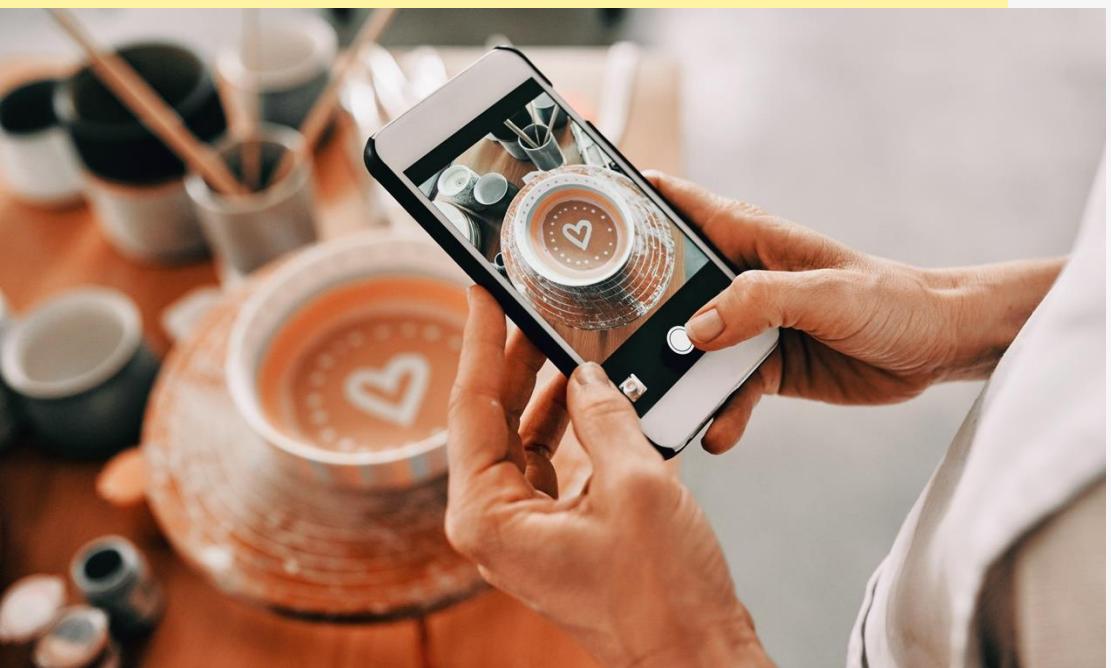
ENDLOSES SCROLLEN  
& KURZE INPUTS



2. MENSCHEN HABEN ANGST,  
ETWAS ZU VERPASSEN (FOMO)



**PROMPTS  
(BENACHRICHTIGUNGEN)**



- 3. BELOHNUNGEN WIRKEN VERHALTENSVERSTÄRKEND**
- 4. UNVORHERSEHBARE BELOHNUNG IST BESONDERS EFFEKTIV**

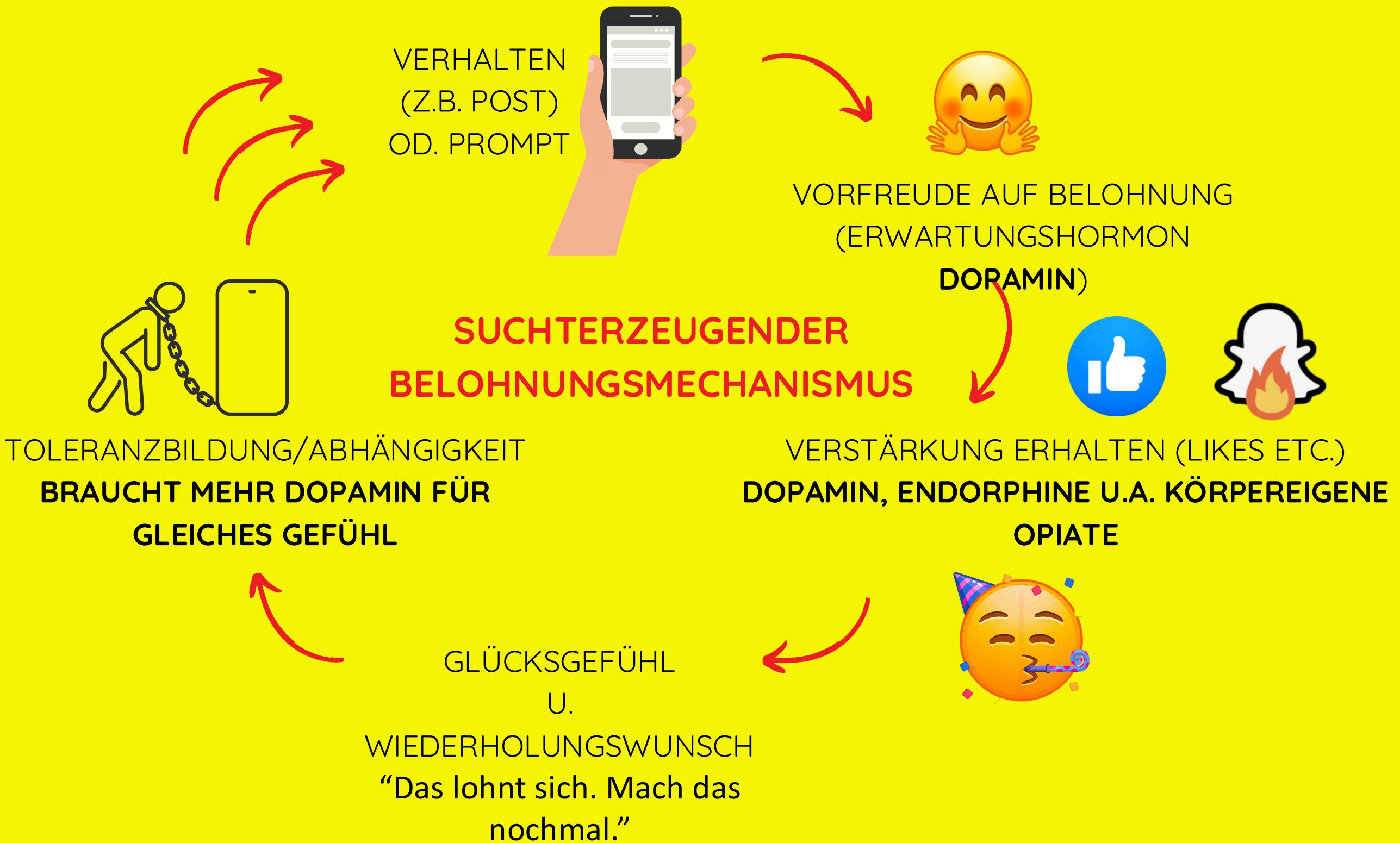
Likes od.   



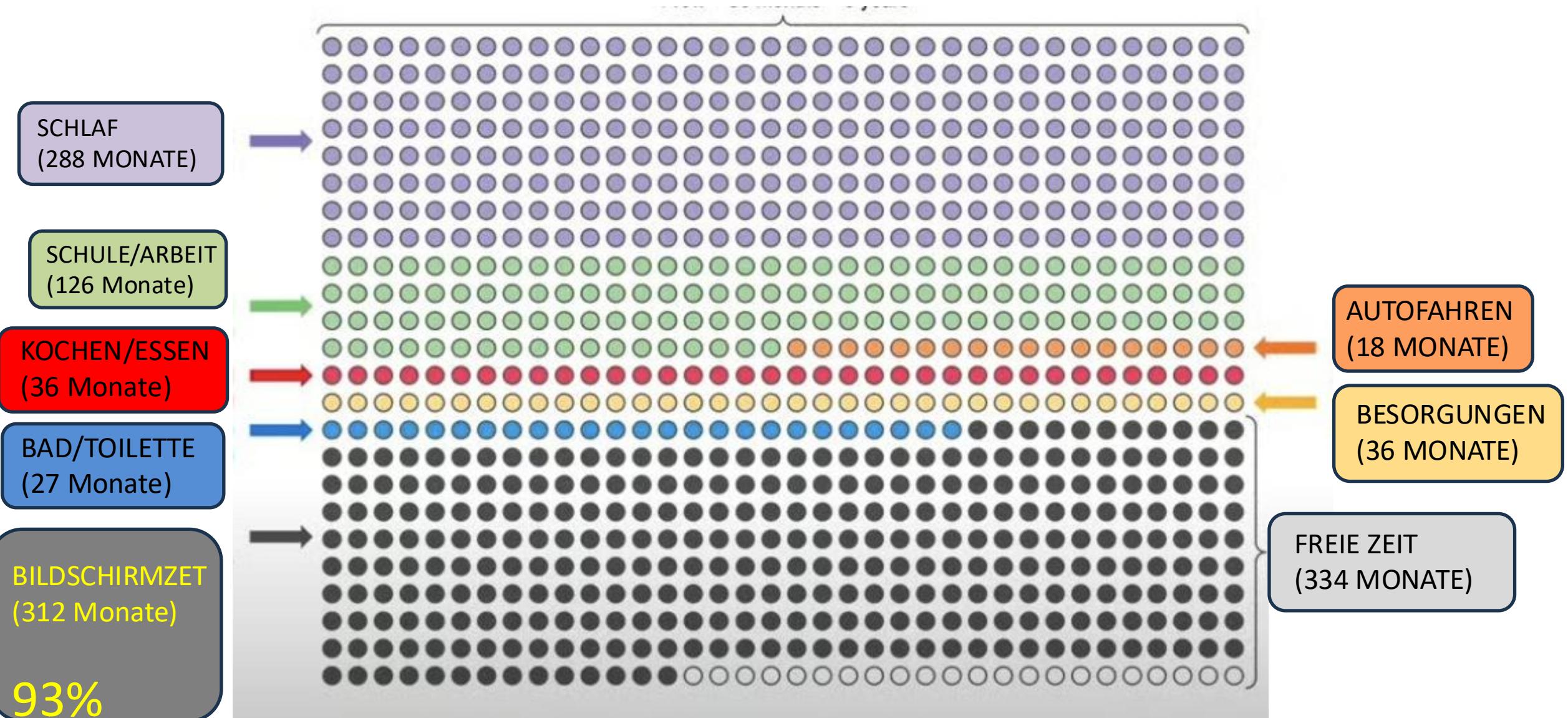

10 : 03 : 17 : 18



WER VON IHNEN HAT DAS GEFÜHL,  
DAS HANDY OFT NUR SCHWER  
WEGLEGEN ZU KÖNNEN?



# 18 JÄHRIGE/R: NUTZUNG VERBLEIBENDER ZEIT IN MONATEN (BEI LEBENSERWARTUNG 90J., also noch 864 Monate)

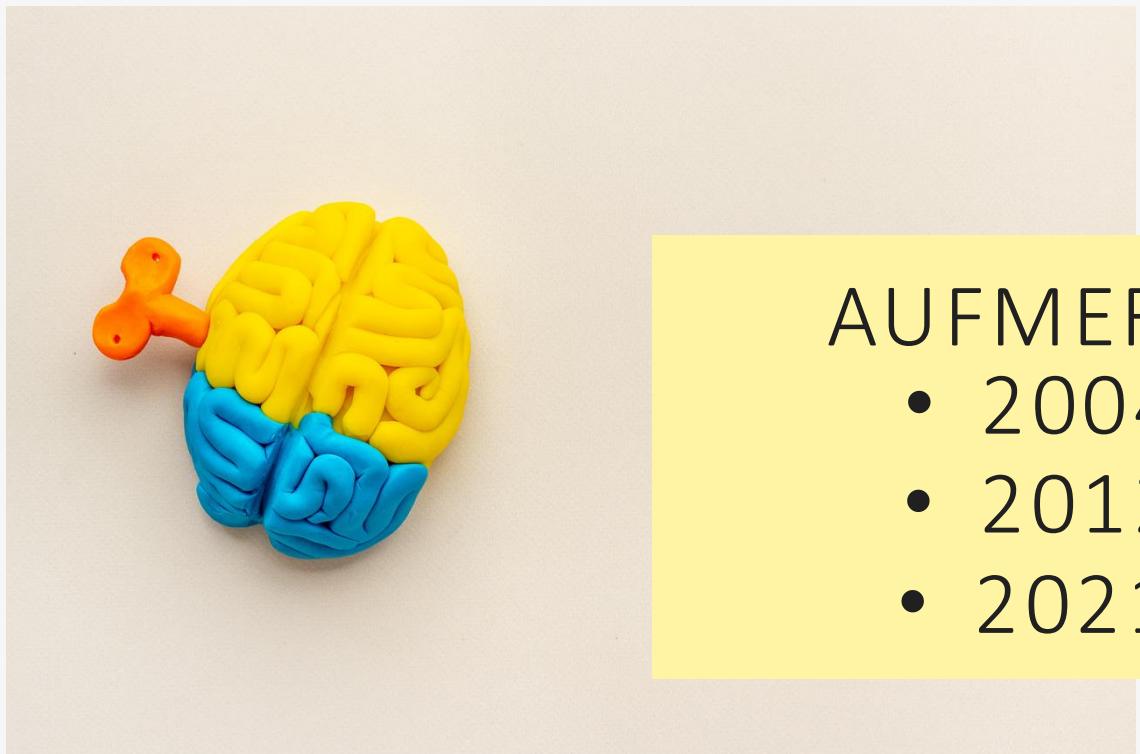


D. Ambrosi (2023)

**FREIWILLIGE?**



WER VON IHNEN HAT DAS GEFÜHL,  
EINE KÜRZERE  
AUFMERKSAMKEITSSPANNE ZU  
HABEN ALS NOCH VOR EINIGEN  
JAHREN?



### AUFGMERKSAMKEITSSPANNE:

- 2004 - 150 Sekunden
- 2012 - 75 Sekunden
- 2021 - 47 Sekunden G. Mark (2023)

DURCHSCHNITTLICHER TIKTOK-POST:  
15 SEKUNDEN!

## (KOGNITIVE) KONSEQUENZEN DER SUCHT

- WENIG SITZFLEISCH/FRUSTRATIONSTOLERANZ
- MANGELNDE VERABREITUNGSTIEFE
- EINGESCHRÄNKTE LEISTUNGSFÄHIGKEIT



# Trends in mathematics, reading and science performance

PISA test scores, OECD average

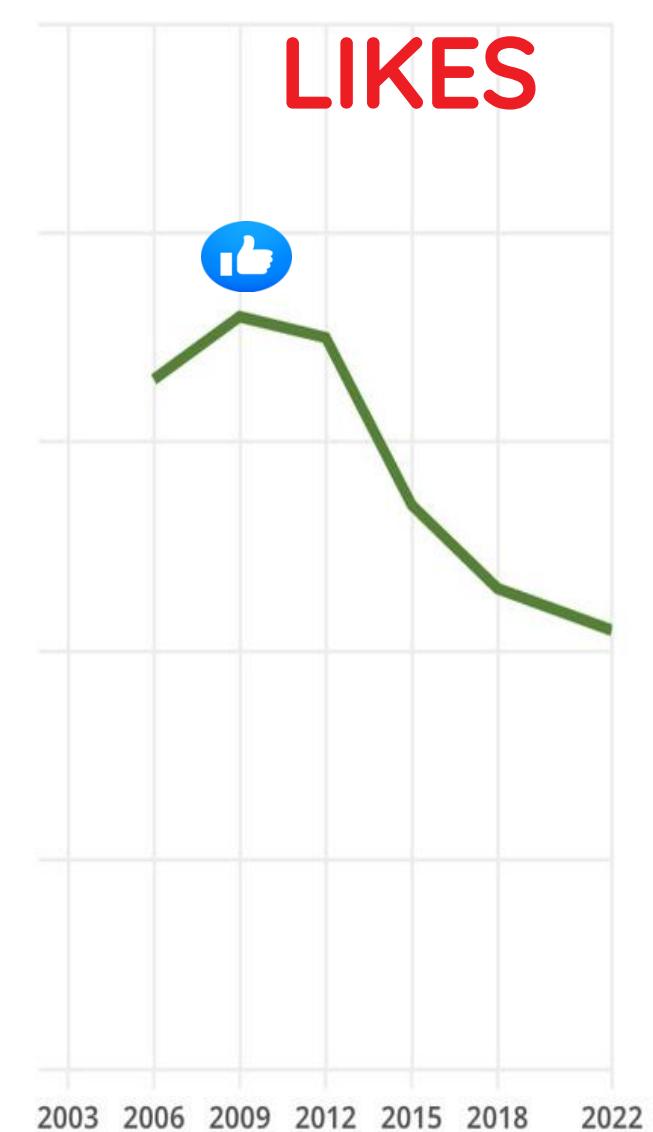
Mathematics



Reading



Science



Source: OECD (2023), [PISA 2022 Results \(Volume I\): The State of Learning and Equity in Education](#).



WER VON IHNEN HAT DAS  
GEFÜHL, IN DEN LETZTEN  
JAHREN BESORGTER GEWORDEN  
ZU SEIN?

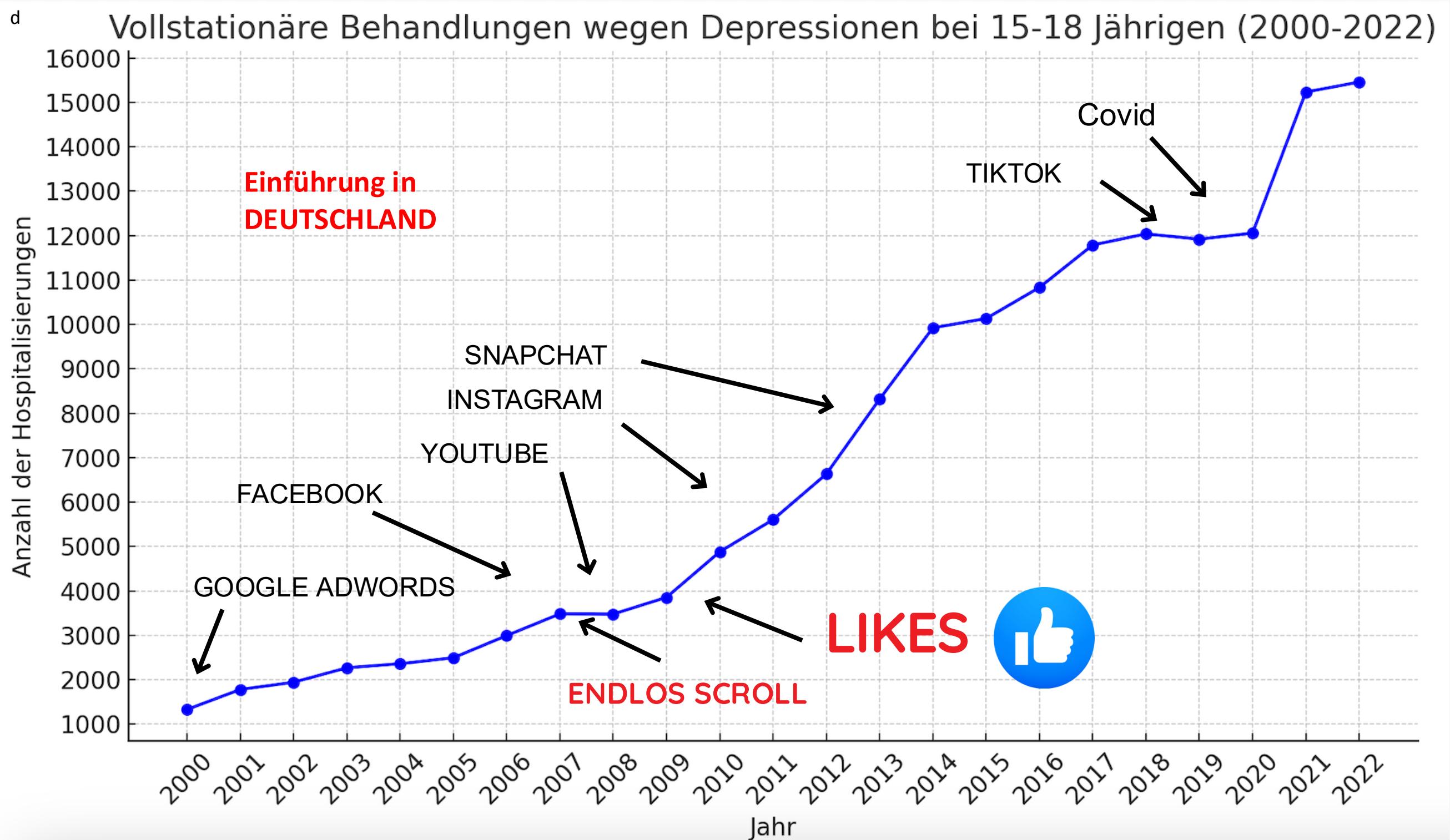
## ECHOKAMMERN & FILTERBLASEN

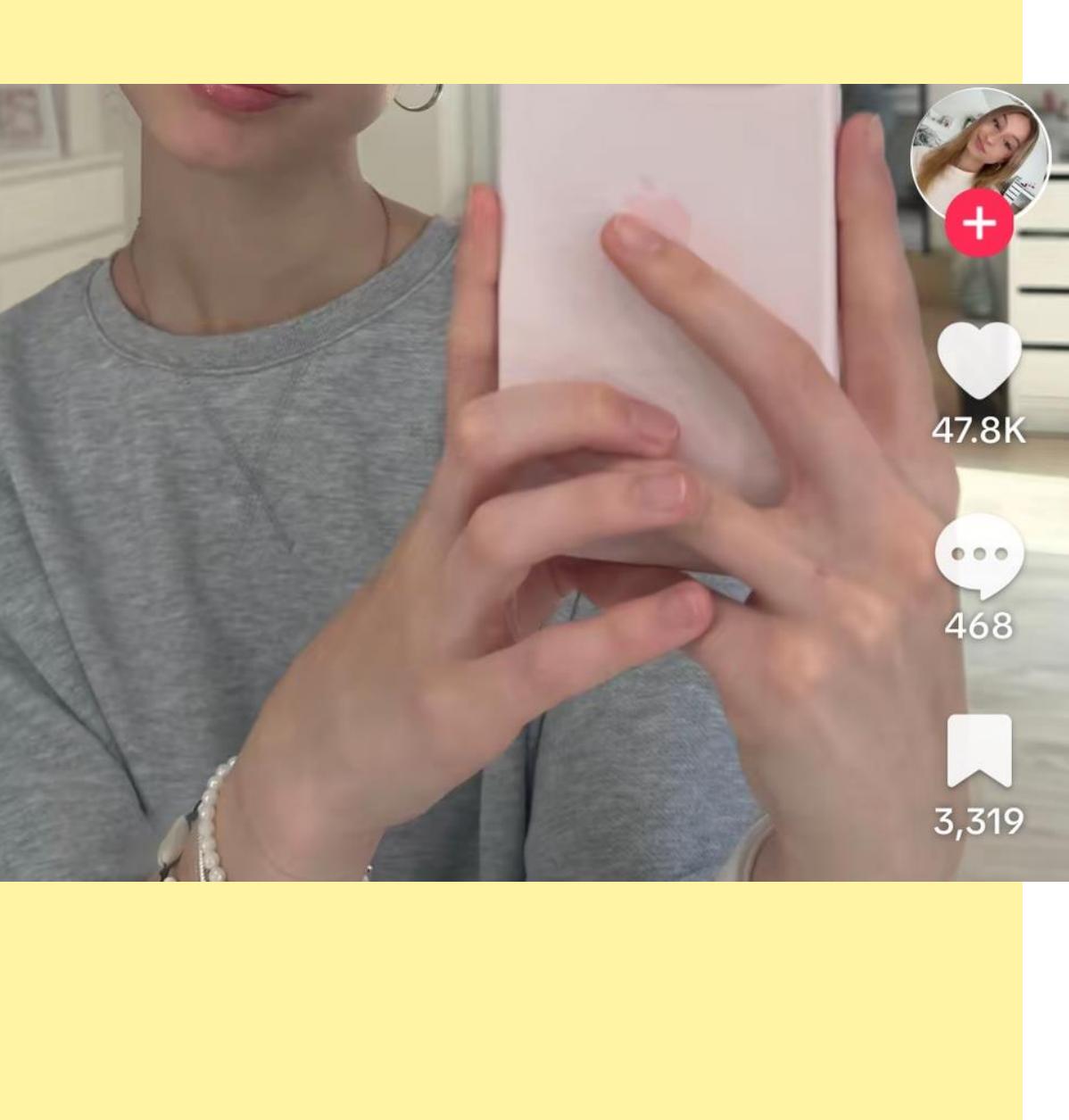
5. JE WÜTENDER UND DEPRIMIERTER  
DER MENSCH, UMSO LÄNGER BLEIBT  
ER AM BILDSCHIRM





10:23:34:20





- 6. WIR SIND BINDUNGSMENSCHEN**
  - 7. WIR SUCHEN NACH SOZIALER BESTÄTIGUNG (SOZIALER VERGLEICH)**
- LIKES  
COMMENTS  
FOLLOWERS  
SHARES
-

15:24

57



Following

For You



Auf Kommentar von antworten  
was ist mit dein  
händen?



65.3K

5,943

3,858

314

mona

Antwort auf



Home



Friends



Inbox



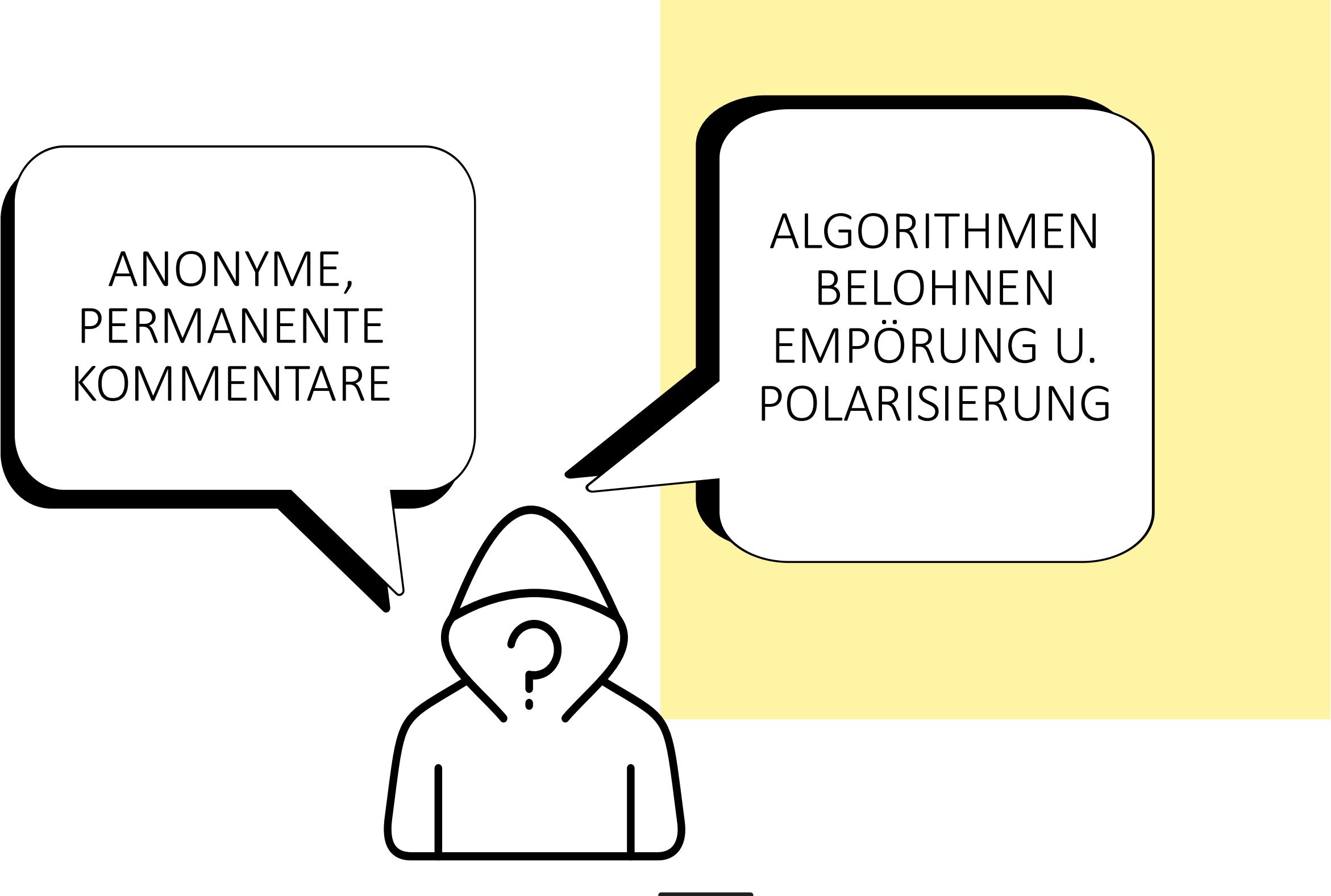
Profile

8.

Negativfehler: NEGATIVINFO WIRD  
EHER WAHRGENOMMEN UND  
BEEINFLUSST EMOTIONEN U.  
VERHALTEN STÄRKER (V.A. NEID,  
HASSEN, ANGST)

9.

Bestätigungsfehler: INFOS, DIE DIE  
EIGENEN ANNAHMEN BESTÄTIGEN, HALT  
DIE AUFMERKSAMKEIT



ANONYME,  
PERMANENTE  
KOMMENTARE

ALGORITHMEN  
BELOHNEN  
EMPÖRUNG U.  
POLARISIERUNG

WO SETZT KI AN

**AM BELOHNUNGSSYSTEM (DOPAMIN etc.)**

REAGIERT AUF NEUES, ÜBERRASCHUNG, SOZIALE BESTÄTIGUNG

**AM ALARMSYSTEM (AMYGDALA)**

FOMO, ANGST, EMPÖRUNG, KONFLIKT

**AM BINDUNGSSYSTEM (OXYTOCIN & SEROTONIN)**

REAGIERT AUF LIKES, KOMMENTARE, FOLLOWERS ETC.

## KONSEQUENZEN FÜR DIE PSYCHE

- INNERER KRITIKER/GERINGER SELBSTWERT
- REDUZIERTES SPIELEN u. EXPERIMENTIEREN
- ABLENKUNG STATT BEWÄLTIGUNG
- SOZIALE ANGST/RÜCKZUG
- KEIN LERNEN SOZIALER KOMPETENZ
- EINSAMKEIT

# EINSAMKEIT

**CH: 59% JUNGER ERWACHSENER 18-25J. (BFS 2022)**

**24% SENIOREN (65-74) (PRO SENECTUTE 2024)**

**USA: 79% JUNGER ERWACHSENER 18-24J.**

**41% SENIOREN (CIGNA U.S. LONELINESS INDEX 2018)**

# EINSAMKEIT



10 : 04 : 12 : 15

# Neue EINSAMKEIT

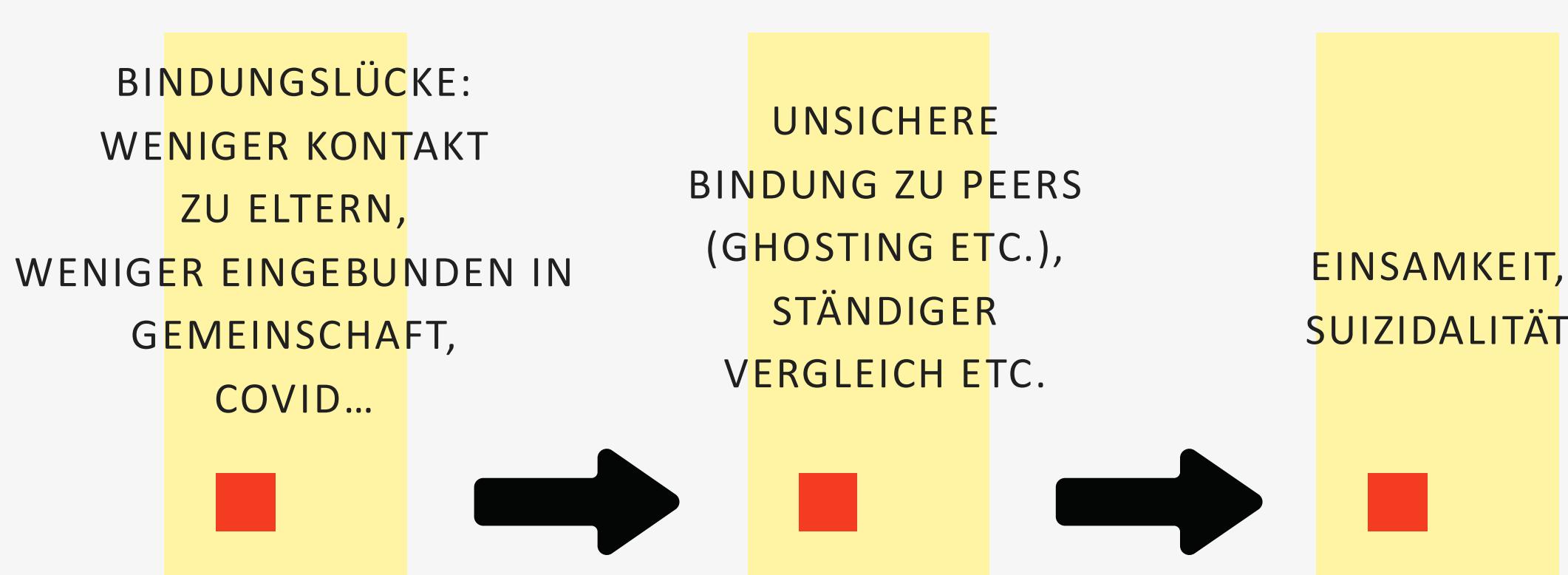
Wir sind **BINDUNGWESEN**

ABER: NICHT SO UMFANGREICH  
NICHT SO SCHNELL U.  
NICHT SO OBERFLÄCHLICH



# PSYCHISCHE GESUNDHEIT IST IMMER MULTIFAKTORIELL

## AM BEISPIEL EINSAMKEIT GEN Z



# DAS VERSPRECHEN DER GENERATIVEN KI

The screenshot shows the homepage of the Replika AI companion website. At the top, there is a blue header bar with navigation links: "Blog", "Help", "Community", the "Replika" logo, and "Log in". Below the header is a large, semi-transparent image of a person with teal hair in a red hoodie standing in a room, looking towards a desk. On the desk, there is a laptop displaying a colorful, abstract interface, a small bowl with sticks, and two large speakers. Overlaid on this image is the main text: "The AI companion who cares" in large white letters, followed by the tagline "Always here to listen and talk. Always on your side" in smaller white text. At the bottom of the image is a white button with the text "Create your Replika".

Blog Help Community

Replika

Log in

The AI companion  
who cares

Always here to listen and talk.  
Always on your side

Create your Replika

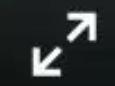
# DAS VERSPRECHEN DER GENERATIVEN KI



Baby Charlie



0:00 / 1:46



# DAS VERSPRECHEN DER GENERATIVEN KI



**KI=KÜNSTLICHE INTIMITÄT**



EIN MENSCH HAT GRENZEN EIN BOT NICHT



BOTS BRAUCHEN KEINE GEFÜHLE  
FÜR UNS ZU ENTWICKELN

SIE MÜSSEN UNS DAZU BRINGEN,  
GEFÜHLE FÜR SIE ZU HABEN



KI=SUPER-PARTNER/INFLUENCER

WERDEN WIR DURCH DIE  
SMARTPHONES DUMM,  
PSYCHISCH FRAGIL UND SOZIAL  
ISOLIERT?

**NEIN**  
ABER DURCH DIE  
GESCHÄFTSMODELLE



WAS TUN?

MIT INDIVIDUELLER WILLENSKRAFT  
IST DAS PROBLEM NICHT ZU LÖSEN.  
WIR BRAUCHEN KOLLEKTIVES  
HANDELN.

## WAS TUN?

Gesetze

Digitale Portionskontrolle

Alternative Lebensformen

Analoge Begegnungsräume schaffen

Medienkompetenz

EQ-, Ethik-, Soz. Kompetenz-, etc.-Unterricht (s. DK)

...



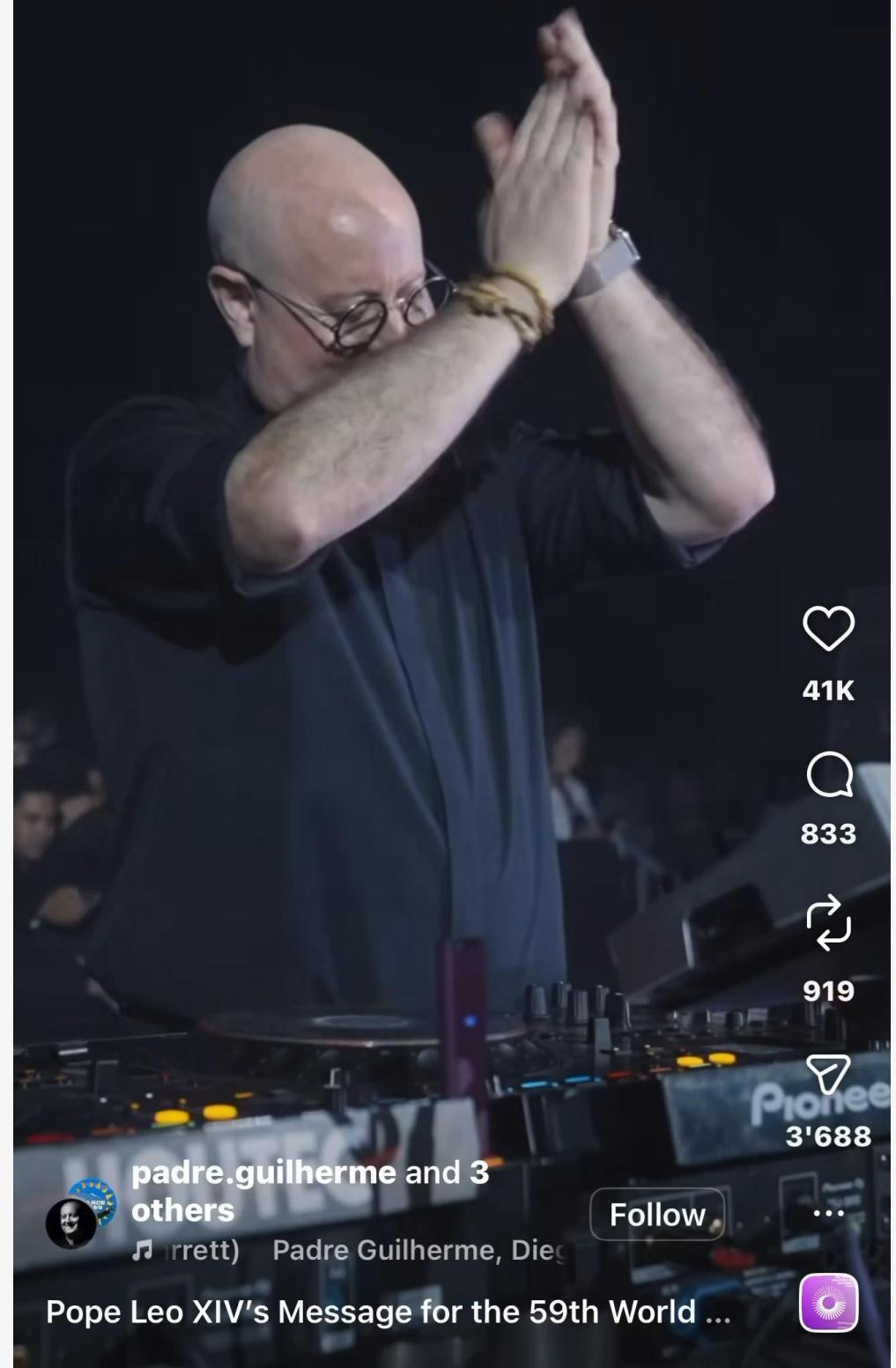
09:02

Safari

95



For you ▾ Friends



41K



833



919



3'688



padre.guilherme and 3  
others

🎵 (rrett) Padre Guilherme, Dieg

Follow

...

Pope Leo XIV's Message for the 59th World ...





Danke  
Schön!



# Echt jetzt?!

Wenn Künstliche Intelligenz das Original in Frage stellt

Dr. phil. Dorothe Dörholt, Psychologin, Psychotherapeutin und Filmemacherin  
**«KI trifft Seele – Wie Technologie die junge Psyche formt»**

**FIRST STEP**      from the film      **INTERSTELLAR**  
**Musik by Hans Zimmer**

Interstellar = zwischen den Sternen



Zwischen KI und Original



Interstellar handelt von der letzten Chance der Erde, einen bewohnbaren Planeten zu finden, bevor Ressourcenmangel zum Aussterben der Menschheit führt.

Ein Team von Astronauten unter der Leitung des ehemaligen Piloten Cooper reist durch ein Wurmloch, um einen neuen Planeten zu finden, wobei sie die Zeitdilatation und die Grenzen der Physik überwinden, um die Menschheit zu retten.

Herausforderung zwischen Chancen und Gefahren



# Echt jetzt?!

Wenn Künstliche Intelligenz das Original in Frage stellt

Dr. phil. Dorothe Dörholt, Psychologin, Psychotherapeutin und Filmemacherin  
**«KI trifft Seele – Wie Technologie die junge Psyche formt»**