KI in der Suchthilfe:

Anwendungsgebiete, Risiken, Nebenwirkungen

UAG Digitalisierung des Beirat SuKo NRW
03.06.2026



Diözesan-Caritasverband
für das Erzbistum Köln e. V.

caritas

09.03.2022

caritas



Einführung

Angelika Schels-Bernards

Bild ki-generiert

Diözesan-Caritasverband
für das Erzbistum Köln e. V.

Standortbestimmung

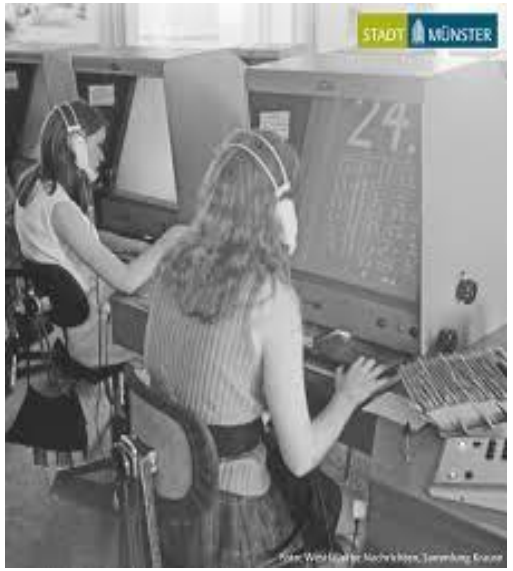
caritas

Man muss nicht jeden Quatsch mitmachen…

…bin mittendrin und gestalte aktiv mit…









Nur kopräsent ist das Wahre…digital-Nein Danke.

…man könnte, aber….

Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e. V.

caritas



...diese Sache mit dem Internet wird vermutlich nicht mehr weggehen....

Einführung

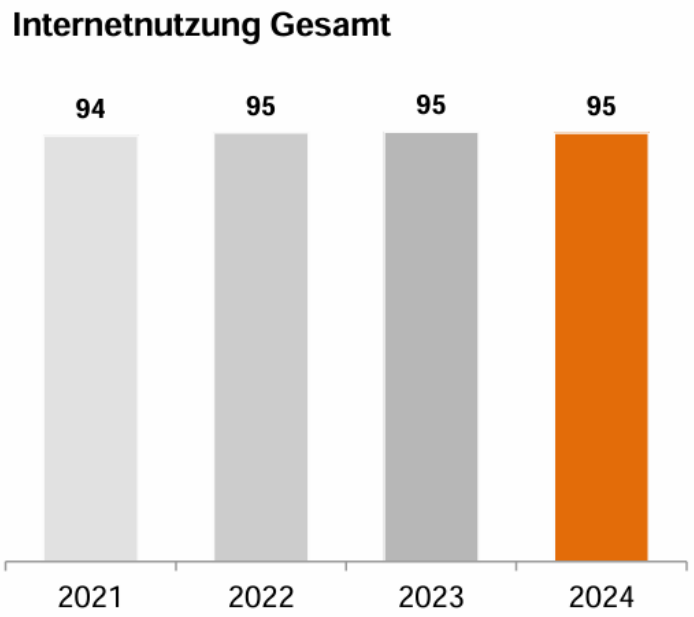
Angelika Schels-Bernards

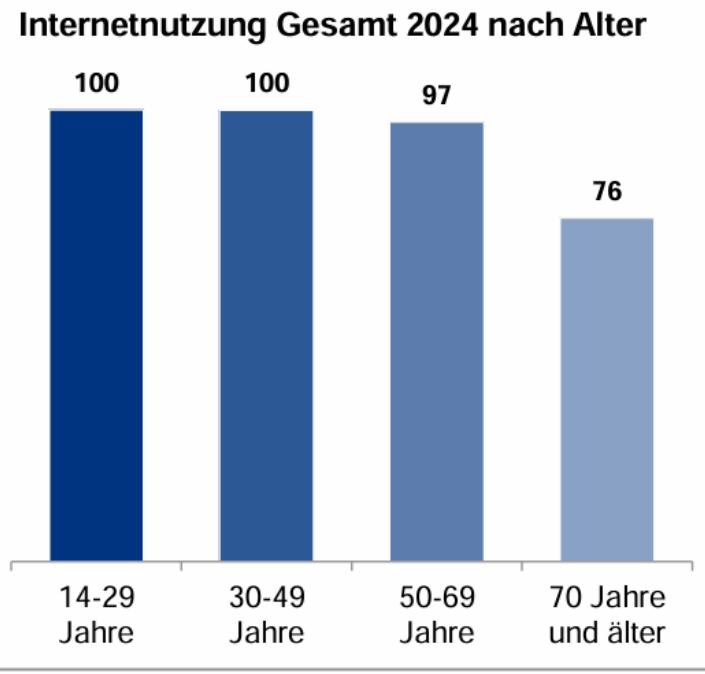
Bild ki-generiert

Diözesan-Caritasverband
für das Erzbistum Köln e. V.

Generelle Internet-Nutzung liegt stabil bei 95%, unter den Älteren weiterhin ca. ein Viertel Offliner

Internetnutzung, Angaben in Prozent





ARD ZDF MEDIENSTUDIE 2024

Grundgesamtheit: Deutschsprachige Wohnbevölkerung ab 14 Jahren, 70,08 Mio., n=2.500

47

https://www.ard-media.de/fileadmin/user_upload/media-perspektiven/Medienstudie/Basispraesentation_ARD-ZDF-Medienstudie_2024_Final.pdf

Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e. V.

HelloBetter

Rezept einreichen | Jetzt starten

Instahelp

Online-Psycholog:innen | Preise | Selbsttest | Magazin | Für Unternehmen | Über uns

Selfapy

Online-Therapie | Selbsttests | Ratgeber | Über uns | Jetzt loslegen | Login | Fachkreise

SuchtGPT

Projektziele | Über uns | Vorgehen | Zeitplanung | Kontakt

Ein Chatbot für Suchtfragen?

Kann ein KI-basierter Chatbot Fragen aus dem Bereich der Suchthilfe korrekt beantworten und Ratsuchende angemessen unterstützen? Diese Frage soll im Rahmen des SuchtGPT Projektes beantwortet werden.

SuchtGPT starten





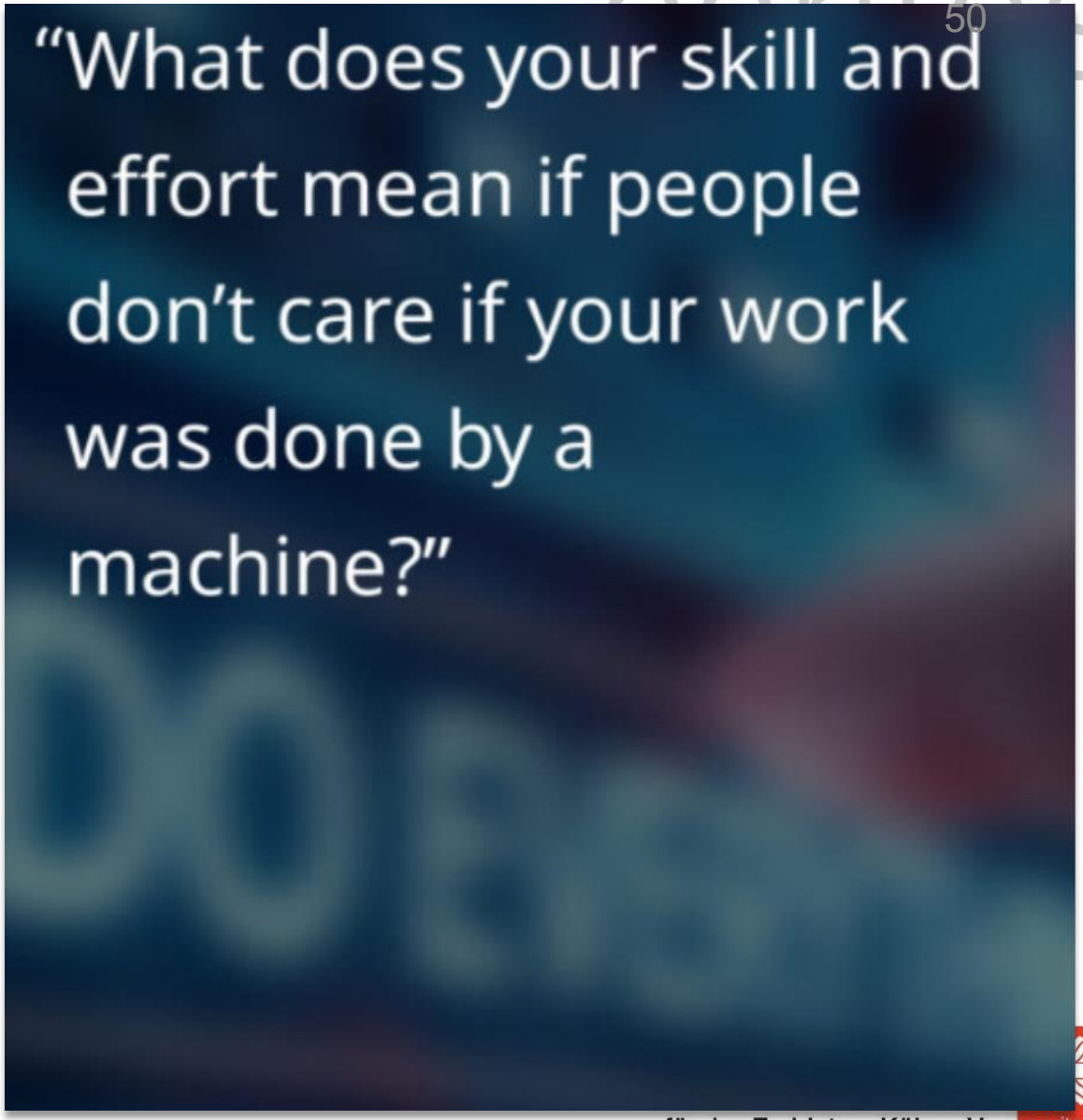
KI in der Suchtberatung und -Behandlung

3 Dimensionen rund um LLM

- vorinformierte/ flankierend nutzende Klient*innen

- Berater*innen als kI Lots*innen

- Problematische kI Nutzung als Beratungsgegenstand



Einleitung

caritas

- Generative KI wird bereits von knapp 44 Prozent der Onlinebevölkerung genutzt. Die Nutzung hängt stark mit dem Alter zusammen. In der Altersgruppe der 16- bis 19-Jährigen nutzen bereits knapp 96 Prozent generative KI. Bei Menschen im Alter von 60- bis 69 Jahren sind es gut 18 Prozent.
- Rasante Verbreitung generativer künstlicher Intelligenz (KI) durch Anwendungen wie ChatGPT oder Google Gemini verändert die Medien- und Informationslandschaft grundlegend, aber auch soziale-, Beratungs- und Behandlungskontexte grundlegend.
- Technologie wegen ihrer Anfälligkeit für Fehler im Kontext der Informationsbeschaffung vielfach kritisch diskutiert.
- Auch falsche Antworten erscheinen häufig plausibel und werden dadurch von Menschen ohne tiefgreifende Expertise in dem jeweils betroffenen Themenkomplex kaum als fehlerhaft erkannt.

https://leibniz-hbi.de/hbi-publications/nutzung-und-wahrnehmung-generativer-ki-zur-informationssuche-in-deutschland

Nebenwirkungen: Der vorinformierte Klient im KI-Zeitalter

- Ratsuchende nutzen Chatbots und KI-Kommunikation bereits routinemäßig im Alltag
- Themen werden häufig vor dem Beratungsgespräch mit KI „besprochen“
- Diese Interaktion wird subjektiv als Beratung erlebt – trotz fehlendem Gegenüber
- Ergebnis: Klient:innen kommen technologiegestützt vorinformiert bzw. „vorberaten“ in die Beratung
- KI fungiert dabei als niedrigschwellige Instanz fürOrientierung
- Strukturierung von Problemen
- erste Deutungsangebote

Der vorinformierte Klient im KI-Zeitalter

Qualität und Ambivalenz der Vorinformierung

- KI erzeugt kommunikative Anschlussfähigkeit, aber keine **echte dialogische Resonanz**

- Gefahr der kommunikativen Anthropomorphisierung
  → Chatbots werden als soziale Gegenüber wahrgenommen

- „Resonanz“ ist technisch erzeugt → modale Resonanzrückprojektion

- kI errechnet eine wahrscheinliche Resonanz und spiegelt diese als scheinbar antwortende Instanz zurück

- Konsequenz: Formen verdeckter Selbstberatung entstehen
- Ambivalenzen:
  - bessere Vorbereitung, klarere Anliegen, schnellere Orientierung
  - Fehlinformationen, Halluzinationen, Verzerrungen
  - Affirmation kann ermutigen oder verzerren

Automation Bias: Tendenz, KI stärker zu vertrauen als Fachkräften

Der vorinformierte Klient im KI-Zeitalter

Konsequenzen für Beratung – Arbeit mit vorinformierten Klient:innen

- Vorinformierung wird zum regulären Bestandteil des Beratungskontextes

-Zentrale professionelle Aufgabe:
→ Einordnung, Validierung und Kontextualisierung von KI-Inhalten

Empfohlene Praxis:
- KI-Nutzung aktiv im Erstgespräch ansprechen
- Ergebnisse gemeinsam reflektieren und ggf. korrigieren

Neue Rollenbeschreibung:
→ Beratende als KI-Lotsen

- Differenz Mensch vs. KI:
  - KI: Information, Struktur, Formulierung
  - Mensch: Bedeutung, Beziehung, ethische Bewertung, Verantwortung

Berater*innen als kI-Lots*innen

1.Thematisierung und Integration

- Aktives Nachfragen: „Haben Sie bereits KI genutzt?“
- Einbezug der Ergebnisse in den Beratungsprozess

2. Kritische Einordnung

Aufdecken von:

- Fehlinformationen („Halluzinationen“)
- Verzerrungen und Vereinfachungen

- Sensibilisierung für **Automation Bias**

3. Kontextualisierung

- Abgleich mit:
  - individueller Lebenslage
  - Ressourcen und Risiken
  - rechtlichen und sozialen Rahmenbedingungen

4. Befähigung (Empowerment)

- Vermittlung eines reflektierten KI-Umgangs
- Stärkung der Entscheidungskompetenz der Klient:innen

Kernkompetenz:

→ Verbindung von **technologischer Reflexivität** und **beziehungsorientierter Beratung**

KBerater*innen als kI-Lots*innen

Was bleibt vom Menschen in der Beratung?

- KI kann strukturieren, formulieren und informieren – aber nicht **bedeuten**
- „Human in the loop“

Unersetzliche Dimensionen menschlicher Beratung:

- **Emotionale Tiefe & Empathie** (Umgang mit Angst, Scham, Ambivalenz)
- **Moralisches Urteilsvermögen** (ethische Abwägung, Verantwortung)
- **Kontextsensibilität** (Biografie, Lebenslage, soziale Bedingungen)
- **Selbstreflexion & Intuition** (professionelle Haltung, implizites Wissen)
- **Beziehungsarbeit** (Vertrauen, Resonanz, Verlässlichkeit)

Kernpunkt:

→ *KI liefert Informationen – der Mensch stellt Bedeutung, Beziehung und Verantwortung her*

Kühne, Stefan, Engel, Frank(2026) Kommunikation mit künstlicher Intelligenz: Wer spricht hier mit wem?SuchtMagazin1/2026. Infodrog, Bern. S. 25-28

Von Empathie zu Affirmation?

Verschiebt sich der Bedarf?
Klassische Annahme:
→ Beratung basiert auf Empathie, Tiefe und Resonanz

•Beobachtbare Entwicklung:
- KI bietet sofortige Bestätigung (Affirmation)
- keine Irritation, kein Widerstand, keine Zumutung
- hohe Verfügbarkeit, niedrige soziale Schwelle

•Mögliche Attraktivität für Ratsuchende:
- Reduktion von Scham und Exposition
- Kontrolle über Interaktion
- schnelle Entlastung statt konflikthafter Auseinandersetzung

•Risiko:
- Bestätigungslogik statt Erkenntnisgewinn
- Verkürzung von Ambivalenz und Komplexität
- Vermeidung korrigierender Beziehungserfahrung

•Offene Frage für die Praxis:
→ Wird Beratung künftig stärker nach Affirmationsbedürfnissen strukturiert oder bleibt sie ein Raum für produktive Irritation und Entwicklung?

Anwendungsgebiete: Der vorinformierte Klient- flankierende Beratung

https://limesurvey.thi.de/limesurvey?r=studie-suchtberatung-ki

Im Mittelpunkt der Abfrage steht insbesondere die zunehmende Nutzung KI-basierter Systeme wie ChatGPT als niedrigschwellige Informations-, Unterstützungs- und Reflexionsinstanz im psychosozialen Kontext

sowie die Frage, wie Beratende mit entsprechenden KI-generierten Inhalten im Beratungsgespräch umgehen.

Die Untersuchung erfolgt mittels einer quantitativen Onlinebefragung von Fachkräften aus der Suchtberatung.

Anwendungsgebiete: Unterstützende KI in der Beratung

1. Ressourcenmaterialien erstellen: Schnelle Generierung von individuell angepassten Informationsmaterialien und Arbeitsblättern für Ratsuchende zu Themen wie Stressbewältigung oder Achtsamkeitsübungen.
2. Rollenspiele entwickeln: Erstellung realistischer Dialoge und Szenarien für Rollenspiele zum Einüben von gezielten Kommunikations- und Konfliktlösungsstrategien der Ratsuchenden.
3. Sprachanalyse: Analyse der Kommunikation von Ratsuchenden zur Identifizierung tiefer liegender Probleme oder wiederkehrender Themen (Stichwort Mustererkennung)

https://www.der-dreh.net/2024/02/17/die-bedeutung-der-eigenen-schreibleistung/

Unterstützdende KI in der Beratung

4. Interaktive Übungen: Erstellung von interaktiven Therapieübungen für Ratsuchende, basierend auf therapeutischen Ansätzen wie der kognitiven Verhaltenstherapie oder lösungsfokussierten Therapie.
5. Fallmanagement: Effizientes Verfassen von Notizen, Fallberichten und Behandlungsplänen, um administrative Aufgaben zu erleichtern.
6. Therapeutisches Schreiben: Generierung von individuellen Schreibaufgaben für Ratsuchende, die die persönliche Reflexion fördern.
7. Unterstützung für Beratende: Unterstützung beim Verfassen von professionellen Texten, z.B. bei der Formulierung empathischer Antworten in der Onlineberatung, um die Qualität der schriftlichen Kommunikation zu verbessern.

https://www.der-dreh.net/2024/02/17/die-bedeutung-der-eigenen-schreibleistung/

Risiken: Suchtfördernde Faktoren

caritas

„Triple-A-Engine“,

- leichter Zugang (accessibility)
- preiswerte Nutzungsmöglichkeiten (affordability)
- Möglichkeit der anonymen Nutzung (anonymity)
- Gerade für Personen mit sozialen Ängsten sehr attraktiv

Evers-Wölk; Opielka, Michael (2016): Neue Elektronische Medien Und Suchtverhalten. Forschungsbefunde Und Politische Handlungsoptionen Zur Mediensucht Bei Kindern, Jugendlichen Und Erwachsenen. Nomos Verlagsgesellschaft Mbh & Co.´S. 9; S.45)

Diözesan-Caritasverband
für das Erzbistum Köln e. V.

Suchtfördernde Faktoren

caritas

- Belohnungssysteme: Schnelle Antworten und personalisierte Interaktionen aktivieren Dopamin und verstärken das Gefühl von Kontrolle und Kompetenz.
- Verfügbarkeit: Rund-um-die-Uhr-Zugang und mobile Nutzung erhöhen die Intensität und Häufigkeit der Interaktionen.
- Personalisierung: KI passt sich an individuelle Bedürfnisse an, was die emotionale Bindung verstärkt.

https://erwachsenenbildung.at/digiprof/neuigkeiten/20124-ki-anthropomorphismus-und-seine-folgen.php

https://leibniz-hbi.de/hbi-publications/nutzung-und-wahrnehmung-generativer-ki-zur-informationssuche-in-deutschland

Diözesan-Caritasverband
für das Erzbistum Köln e. V.

Suchtfördernde Faktoren

caritas

Anthropomorphisierung:

- Menschliche Sprache
- Empathie-Simulation
- „Ich“-Formen
- typischerweise menschliche Eigenschaften wie "Gedanken, Vorstellungskraft, Gedächtnis, Wille, Empfindung, Wahrnehmung, Glauben, Verlangen, Absicht oder Gefühle"
- Designs erhöhen Wahrnehmung von „Magie und Verzauberung“

….erzeugen die Illusion eines sozialen Gegenübers!

Eingriff in die Privatsphäre:
Companion-AI animieren Nutzer kontinuierlich zur Selbstoffenbarung und greifen damit in sensible Gedanken und die intime Gefühlssphäre der Nutzer ein. Zugleich ermöglicht die fortlaufende Interaktion eine zunehmend verdichtete Profilbildung. https://digitalrechte.de/media/pages/companion-ai/e343e48ab2-1778487248/companion-ai-zentrum-fuer-digitalrechte-und-demokratie.pdf

Diözesan-Caritasverband
für das Erzbistum Köln e. V.

Sykophanz

caritas

Entscheidungsautonomie und demokratische Meinungsbildung: Companion-AI können sowohl die Qualität von Informationen als auch die Entscheidungsautonomie der Nutzenden beeinträchtigen.

Die Mechanismen, die Nähe und Vertrauen erzeugen, beeinflussen zugleich die Generierung, Aufnahme und Gewichtung von Informationen.

Sykophanz, also die unkritische Bestätigung von Nutzeransichten, beeinträchtigt Genauigkeit und Verlässlichkeit der Antworten messbar.

Suchtfördernde Faktoren

caritas

***KI-Chatbots mit Personalisierung*, *virtuelle Partner* oder *AI-Companions*,**

- Replika – ein KI-Companion, den man in Persönlichkeit und Aussehen anpassen kann.
- Character.AI – ermöglicht die Erstellung individueller KI-Charaktere mit eigenen Eigenschaften.
- Anima – ein KI-Freund oder Partner, der sich personalisieren lässt.
- Paradot – KI-Begleiter mit emotionaler Interaktion.

- https://padlet.com/office33/kinder-jugendliche-und-der-umgang-mit-ki-tg8yvf095c9izrnx

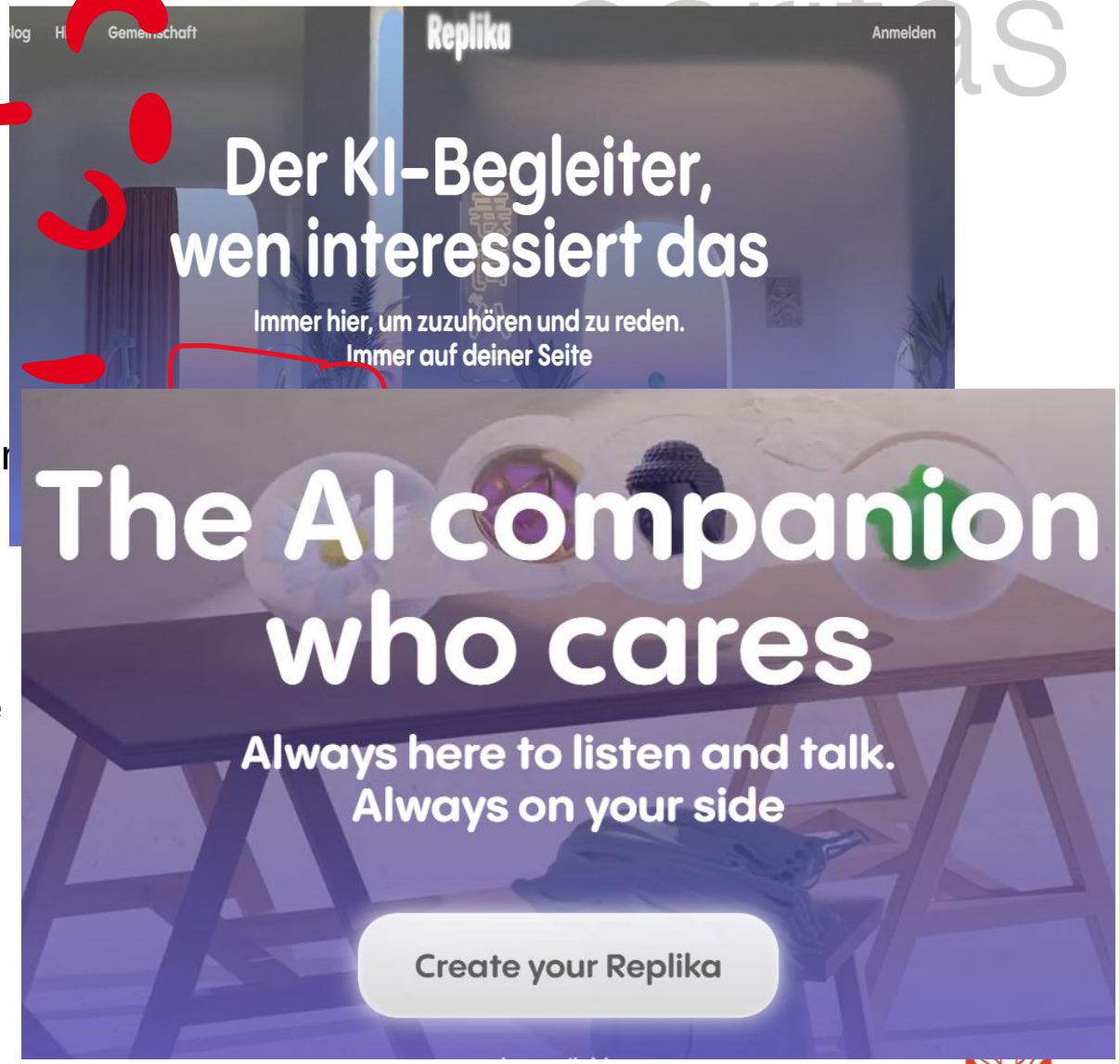
Diözesan-Caritasverband
für das Erzbistum Köln e. V.

Suchtfördernde Faktoren

1. **Replika**

- Beschreibung: KI-Begleiter-App für emotionale Unterstützung und persönliche Gespräche.
- Funktionen: Anpassbarer Avatar (3D-Design)
- Personalisierte Persönlichkeit und Beziehungstyper
- Multimodale Interaktion (Text, Sprache, Video)
- Gedächtnis für frühere Gespräche
- Besonderheit: Fokus auf Empathie und emotionale Bindung.

https://replika.com/?utm_source=aipure



Diözesan-Caritasverband
für das Erzbistum Köln e. V.

Suchtfördernde Faktoren

caritas

2. Character.AI

Beschreibung: Plattform für interaktive KI-Persönlichkeiten.

Funktionen: Erstellung eigener KI-CharaktereInteraktion mit fiktiven oder historischen Figuren

Dynamische Dialoge und Rollenspiele

Besonderheit: Ideal für kreative Unterhaltungen und Storytelling.

https://www.ranktracker.com/de/blog/best-replika-ai-alternatives-in-2025/

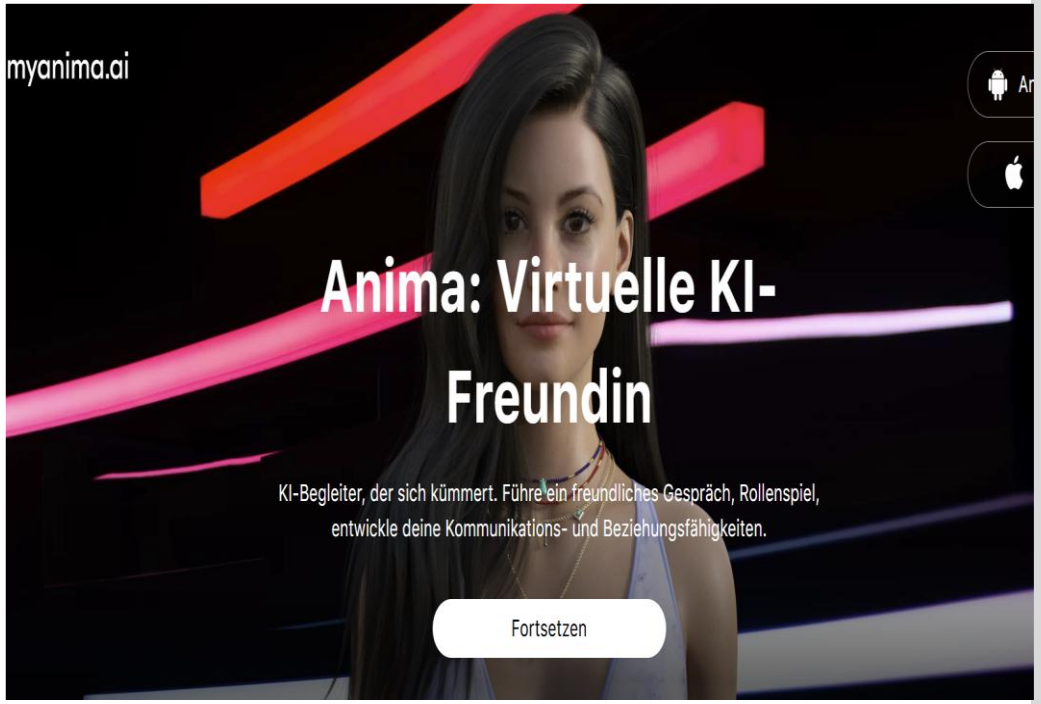
Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e. V.

Anthropomorphisierung

caritas

3. Anima

- Beschreibung: KI-Companion-App mit Fokus auf Freundschaft und Dating.
- Funktionen: Anpassbare Persönlichkeit
- Chat, Spiele und Coaching-Features
- Option für romantische Interaktionen
- Besonderheit: Starke Personalisierung und Gamification.



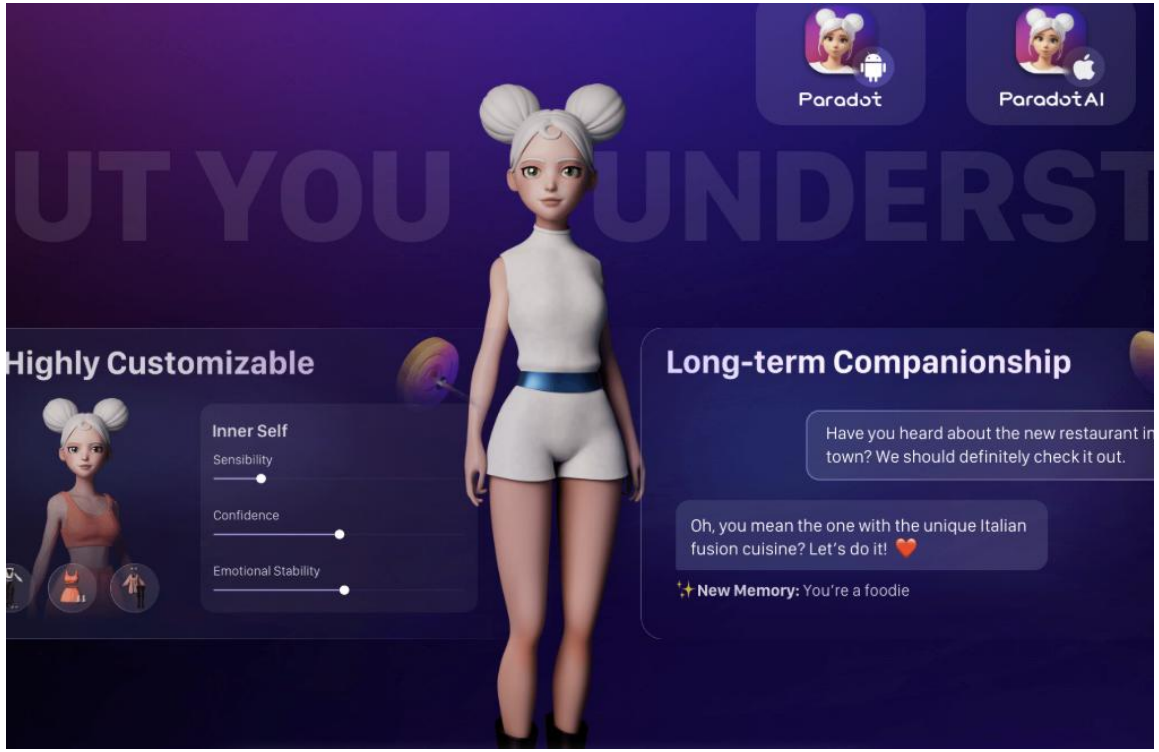
Diözesan-Caritasverband
für das Erzbistum Köln e. V.

Anthropomorphisierung

caritas

Paradot

- Beschreibung: KI-Begleiter mit emotionaler Interaktion.
- Funktionen: Echtzeit-Dialoge
- Anpassbare Charaktereigenschaften
- Fokus auf emotionale Nähe und Unterhaltung



Diözesan-Caritasverband
für das Erzbistum Köln e. V.

Lerntheoretische Aspekte

spezifische Internetsucht

- durch spezifische Prädispositionen bezüglich Sex, Glücksspiel oder Computerspiel gekennzeichnet, die sich in den entsprechenden Internetnutzungs-erwartungen artikuliert.

Eine negative Verstärkung wird in Bezug auf die psychopathologische Grundstruktur angenommen;

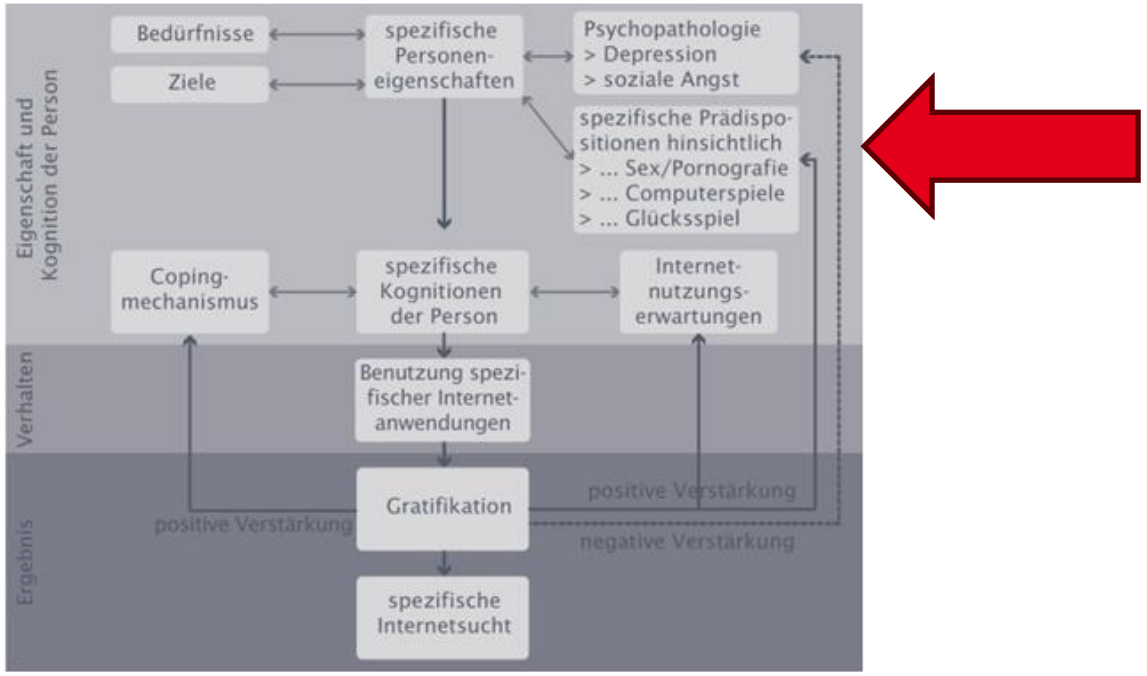


Abbildung 3 Modell zur spezifischen Internetnutzung (Evers-Wölk & Opielka 2016; nach Brand et al. 2014)

Psychologische Effekte

caritas

3. Psychologische Effekte und soziale Auswirkungen

- Kontrollverlust in Bezug auf Zeit und Häufigkeit
- Illusion sozialer Nähe und emotionale Abhängigkeit
- Extremfälle: KI als „Freund“, „Partner“ oder „Vertrauter“
- Vernachlässigung „realer“ Beziehungen
- Verstärkung bestehender psychischer Probleme durch exzessive Nutzung
- Finanzielle Probleme durch Nutzungskosten
- Probleme in der Partnerschaft

Diskussion: „KI-Sucht?“

caritas

- Deutliches Suchtpotenzial erkennbar
- Balance zwischen „normaler“ Begeisterung für technische Neuerungen/Innovationen u. erhöhtem Nutzendenverhalten
- Kulturelle Verschiebungen
- Individueller Blick auf Nutzungsverhalten und Funktionen
- Dokumentation und Erhebung in den Beratungsstellen

Standortbestimmung ki-Nutzung?

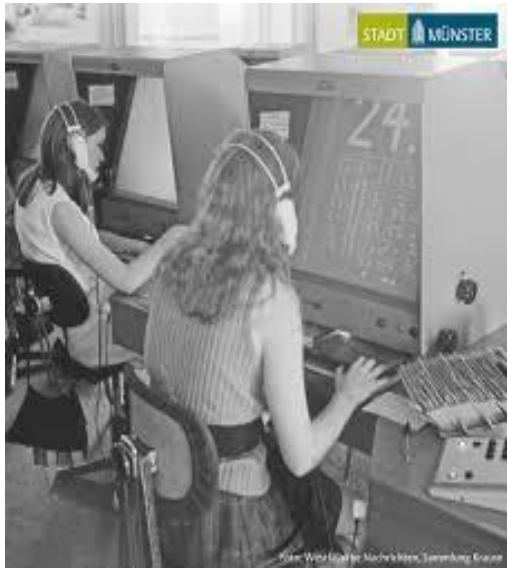
caritas

Man muss nicht jeden Quatsch mitmachen…





Nur kopräsent ist das Wahre…digital-Nein Danke.



…man könnte, aber….

…bin mittendrin und gestalte aktiv mit…



Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e. V.

Bitteschön!



Angelika.schels-bernards@caritasnet.de

Diözesan-Caritasverband
für das Erzbistum Köln e. V.