

ZEITGEIST UND DIGITALISIERUNG: HERAUSFORDERUNGEN UND WIRKUNGEN AUF DEN MODERNEN MENSCHEN

GESPRÄCH ZWISCHEN CHRISTIANE GROß UND DR. CHRISTOPH KOLBE

Das folgende Gespräch zwischen Christiane Groß und Dr. Christoph Kolbe fand im Rahmen des Fachtags der GLE D am 09.11.2024 statt. Der Fachtag „Better than Real?“ widmete sich dem Einzug von generativer KI in Beratungs- und Therapieprozesse und ging den Fragen nach Chancen und Grenzen des Einsatzes nach.

Im Gespräch werfen Christiane Groß und Dr. Christoph Kolbe einen kritischen Blick auf den Zeitgeist und die Herausforderungen und Wirkungen der Digitalisierung auf den modernen Menschen. Sie arbeiten heraus, wie ein guter Umgang damit gelingen kann, und erörtern die Möglichkeiten des Einsatzes von generativer KI in der existenzanalytischen Ausbildung, Beratung und Therapie.

Christiane Groß

Christoph, lass uns zu Beginn einmal auf das schauen, was es heißt, heutzutage zu leben, auf den Zeitgeist und auf die Herausforderungen und auch die Wirkungen der Digitalisierung auf den Menschen.

Frankl, auf den wir uns ja sehr beziehen in unseren Ausbildungen, mahnte schon vor fast 100 Jahren, dass die Beziehungslosigkeit die Krankheit unserer Zeit ist. Der Mensch müsse funktionieren, unsere Zeit verlange eine Reduktion des Erlebens aufgrund der Technik und durch sie wird eben das Erleben nicht mehr differenziert gespürt.

Was meinst du, Christoph, was würde Frankl sagen, wenn er nun von der KI hört? Würde er sich im Grab umdrehen, wenn er könnte?

Dr. Christoph Kolbe

Ja, das könnte ich mir vorstellen, denn man kann sagen, die KI treibt Frankls Mahnung noch einmal auf die Spitze. In seiner Reduktionismus-Kritik warnt Frankl, den Menschen nur in seinem Funktionieren zu betrachten und ihn damit zu reduzieren auf Ergebnisse, die er zu erbringen hat, und Verhaltensabläufe, die zu realisieren sind. Das, was wir jetzt mit der KI erleben, ist in gewisser Weise eine folgerichtige Fortsetzung dieser Entwicklung und ja, wahrscheinlich würde Frankl das skeptisch sehen im

Hinblick auf die Frage, was das für das Erleben des Menschen bedeutet.

Ich weiß aber nicht, ob er insgesamt der Entwicklung skeptisch gegenüberstehen würde, weil es ja auch etwas Natürliches ist, dass die Welt weitergeht, dass man Entdeckungen macht, dass man neue Wege und Möglichkeiten findet, auf die Welt zuzugehen, Dinge anders zu tun und so weiter. Das wird es immer geben.

Christiane Groß

Der zeitgenössische deutsch-koreanische Philosoph Han meint dazu in einem seiner Bücher, dass wir uns zu Projekten machen. Er schreibt den interessanten Gedanken, dass das Ich als Projekt, das sich eben von den äußeren Zwängen befreit zu haben glaubt, sich nun inneren Zwängen und Selbstzwängen in Form eines Leistungs- und Optimierungszwangs befindet. Wir leben in einer historischen Phase, in der die Freiheit selbst Zwänge hervorruft, interessanterweise die Freiheit des Könnens – so begründet er das. Die Freiheit des Könnens erzeuge sogar mehr Zwänge als das disziplinarische Sollen, das Gebote und Verbote ausspricht. Das ‚Soll‘ hat nämlich eine Grenze, das ‚Kann‘ hat keine Grenze mehr. Grenzenlos sei daher der Zwang, der vom Können ausgeht.

Dr. Christoph Kolbe

Das passt ganz gut in unser Konzept der Weiterentwicklung der Existenzanalyse durch Alfred Längle mit den vier großen Themen Können-Mögen-Dürfen-Sollen. Jedoch: Wir binden das Können in drei weitere Fragestellungen ein: ein Mögen, ein Dürfen und ein Sollen. Wenn man also das Können daraus löst und es nur isoliert sieht, dann kann daraus dieser Wahn entstehen, dass alles dem Menschen möglich sei – eine Idee, die natürlich überhaupt nicht dem Menschen gemäß ist und ihn maximal überfordern muss.

Was Han damit anspricht, ist dieser gesellschaftliche Erwartungsdruck der Selbstoptimierung und die Idee, dass alles irgendwie immer besser und immer perfekter zu realisieren sei. Das ist interessanterweise eine Kritik, die immer mal wieder vorgebracht wird. Tellenbach zum Beispiel hat diesen hohen Leistungsanspruch in den 80er Jahren des letzten Jahrhunderts bereits beschrieben und

damit übrigens den „Typus melancholicus“ als „Durchschnitt der Deutschen“ charakterisiert. Ich habe den Eindruck, dass das immer noch gilt und sich durch bestimmte Tendenzen verschärft, die mit dem Internet zu tun haben, mit digitalen Medien und sozialen Plattformen, wie man sich heute darstellen kann. Vielleicht ist dies heute sogar mehr in den Aspekt des Hysterischen gerückt, also der Selbstinszenierung, und findet von dort her seinen Aufschlag. Also, sich maximal zeigen zu müssen.

Aber ich würde nicht zwingend sagen, dass das Können oder die Freiheit an sich schon dazu führen, dass der Mensch in diesen Zwang gerät. Können ist erstmal eine Fertigkeit und Möglichkeit und es kommt darauf an, wie der Mensch diese nutzt. Deshalb ist die Frage sehr entscheidend, in welchen Horizont das Können gestellt wird.

Christiane Groß

Ja, genau, ich denke, das ist ein wesentlicher Aspekt. Es gibt noch weitere Zeitgenossen, die kritisch auf unsere Welt schauen. Zum Beispiel Hartmut Rosa, der ja auch schon bei unseren GLE-Kongressen zu hören war. Er beschreibt in seinem Buch ‚Unverfügbarkeit‘ das Aggressionsverhältnis zur Welt, in dem eben die Unverfügbarkeit im Grunde bezwungen werden soll. KI mit ihren Algorithmen der Datenverarbeitung – da wird Wirklichkeit im Grunde dann auch reduziert auf messbare Daten und in Wahrscheinlichkeiten berechnet. Das ist eigentlich nichts anderes wie ein Bezwingen der Wirklichkeit, also eine Reduktion der Wirklichkeit auf das, was an Daten naturwissenschaftlich erfassbar ist.

Dr. Christoph Kolbe

Es gibt übrigens auch einen schönen Essay von Thomas Bauer ‚Die Vereindeutigung der Welt‘, in dem er gegen die Vereinseitigung schreibt, dass Mehrdeutigkeit nicht mehr ertragen wird. Das geht alles, so nehme ich es wahr, in eine ähnliche Richtung.

Wenn wir Heidegger folgen, dann sagt er ja, dass wir Menschen zunächst in diese Welt hineingeworfen sind. Wir werden sozialisiert als „MAN“ und haben uns schließlich unser Leben als unser Eigenes anzueignen.

Insofern ist uns der Gedanke, dass wir aus unserem Leben etwas zu machen haben, dass wir es zu gestalten haben, nicht fremd. Dieses Gestalter-Sein ist schlussendlich ein Kernelement alles existenziellen Denkens.

So wie du, Christiane, es jetzt zitierst von Menschen, die sich dazu geäußert haben und es weiterdenken, geht es jedoch nicht mehr um ein Gestalter-Sein hinsichtlich des eigenen Lebens, sondern es geht um einen Machbarkeitswahn. Das Gestalter-Sein wird im Hinblick auf einen Machbarkeitswahn hin ausgedeutet, was übrigens

einige Kritiker, die ich aus der Theologie kenne, auch mit dem Verlust der Transzendenz als Erfahrungshintergrund versuchen zu erklären und zu beschreiben. Der Mensch ist jetzt komplett auf sich zurückgeworfen, weil er die Anbindung an etwas Höheres verloren hat. Dadurch ist er im Grunde ganz auf sich geworfen in seiner eigenen Notwendigkeit sich erfinden zu müssen, sich leben zu müssen und das Eigene zu gestalten.

Wenn man diesen Gedanken jetzt noch mit der ökonomischen Tendenz der Effizienz koppelt, die in unserem westlichen Traditionsraum vorherrscht, verstärkt dies die Idee des Machbaren.

Christiane Groß

Genau, und diese Überbewertung dessen, was machbar ist, was Menschen können, also potenziell zumindest, könnte dann auch zum Zwang werden.

Dr. Christoph Kolbe

Genau.

Christiane Groß

Und damit auch krank machen, denn, wenn man einmal genau hinsieht, dann wird diese Gesellschaft immer kränker. Ich habe aktuelle Zahlen des deutschen Gesundheitsministeriums gefunden, dass 27,8% der erwachsenen Bevölkerung in Deutschland von einer psychischen Erkrankung betroffen sind. Zu den häufigsten psychischen Erkrankungen zählen Angststörungen und depressive Störungen.

Könnte es sein, dass wir den Druck der Machbarkeit einfach gar nicht aushalten und daran psychisch erkranken?

Dr. Christoph Kolbe

Ich denke, das hat mehrere Ursachen. Aus meinen Beobachtungen, der eigenen Praxiserfahrung und der Diskussion mit vielen Kolleginnen und Kollegen, habe ich stärker den Eindruck, dass die Selbststörungen die dominanten Störungen unserer heutigen Zeit sind, die sich zunächst jedoch häufig als Angststörung oder Depression zeigen.

Dazu würde man den Histrionismus, den Narzissmus und die Borderline-Störung zählen. Da ist diese Idee, dass der Mensch ganz auf sich zurückgeworfen ist, sich heute maximal zeigen muss, sich entfalten können muss und in unserer Zeit die Darstellungsfähigkeit eine hohe Notwendigkeit ist, um mitzuspielen und dabei zu sein, um wahrgenommen zu werden und so weiter und so fort. Dies wird von ganzen Industriezweigen genutzt und forciert, wenn man alleine die Perfektionsidee nimmt, zum Beispiel den Schönheitswahn. Dadurch entstehen vielfältige

Erwartungen, was man sich leisten können sollte und was man können sollte, um dazuzugehören. Das erzeugt einen enormen Druck auf den Menschen, maximal perfekt zu sein. Aber wer ist das schon?

Die ganzen Fragen nach dem Fehlerhaften, nach dem Vorläufigen und Fragmentarischen, nach dem Begrenzten sind Fragen, die in den Hintergrund getreten sind und für die wir keine guten Antworten gefunden haben. Ich glaube, daran leiden wir neben den zeitgeschichtlich aktuellen Fragen, die uns gerade extrem umtreiben als Gesellschaft. Die Welt ist unglaublich volatil geworden und deshalb müssen wir in der Lage sein, Ängste und Unsicherheiten auszuhalten. Und das in viel größerem Maße, als das noch vor einigen Jahren notwendig war, weil es nicht nur ein persönliches Problem für den Einzelnen im Einzelfall sein kann, sondern weil es ein gesamtgesellschaftliches Weltproblem geworden ist.

Wahrscheinlich war es das schon immer, nur wir nehmen es jetzt anders wahr, weil die Welt so zusammengedrückt ist und wir sie jeden Abend in einer Nachrichtensendung in unser Wohnzimmer transportiert bekommen.

Es macht etwas mit den Menschen, wenn es den Rückbezug auf Selbstverständlichkeiten des Haltgebenden nicht mehr gibt, sondern jeder und jede für sich alleine bestehen muss.

Es gibt also eine Reihe zeitgeschichtlicher Phänomene wie Volatilität, aber auch Orientierungslosigkeit, eine falsche Vereindeutigung von Welt, Machbarkeitsideen, Perfektionswahn und so weiter, die den Menschen extrem unter Druck setzen und ihn dann entweder depressiv oder ängstlich werden lassen.

Christiane Groß

Der Mensch entfremdet sich letztlich von sich selbst. Du hattest eingangs den Gedanken geäußert, dass eine KI in der Beratung im Grunde dies jetzt auf die Spitze treibt. Ängstliche, erschöpfte, depressive Menschen, die im Kern von sich selbst entfremdet sind, lassen sich von Maschinen beraten, wie sie wieder zu sich selbst kommen. Ist das nicht, wie soll ich sagen, völlig verquer?

Dr. Christoph Kolbe

Na ja, sofern man der Denkstruktur verhaftet ist, dass man ein Rädchen im Getriebe ist, sucht man die Lösungen im Horizont dieser Denkstruktur, die man als selbstverständlich kennt.

Ich könnte das auch aus manchen Psychotherapien beschreiben und bestätigen. Als ich dachte, wir hätten miteinander einen Gedanken erarbeitet, der eine gewisse Weite in sich trägt und vielleicht sogar ein Aussteigen aus einem bestimmten Denkmuster ermöglicht, bemerkte ich

irgendwann, dass meine Patientin oder mein Patient gar nicht ausgestiegen war aus dem ursprünglichen Denkmuster, sondern den neuen Gedanken nahm, um ihn in das bisherige Denkmuster als Optimierungshilfe einzubauen, bis sie oder er sich wunderte, warum man nicht vorankam.

Klaus Winkler, ein Psychoanalytiker, der hier ein paar Straßen neben mir gewohnt hat, hat in einem Vortrag einmal gesagt: „Die Erkenntnis von heute ist der Widerstand von morgen.“ Das fand ich eine ganz feine Formulierung.

Ein guter Umgang mit den Herausforderungen und Wirkungen

Christiane Groß

Was braucht es denn aus existenzieller Sicht, um aus dem System aussteigen zu können, einen Umgang damit zu finden? Also, was braucht der moderne Mensch unter dem Druck dieser zeitgeschichtlichen Phänomene, die sich zuspitzen durch die KI?

Dr. Christoph Kolbe

Das sind verschiedene Fähigkeiten. Ein erster Schritt ist Innehalten und Hören, also Besinnung. Es braucht im Grunde zunächst eine Selbstbesinnung, um aus dem alten Muster auszusteigen und nicht mit psychologischer Erkenntnis im bisherigen Denksystem zu verbleiben – verbunden mit dem Irrtum, sich darin optimiert zu haben. Die Gefahr, die ich für unsere Zeit sehe, ist, dass sie uns, wenn wir nicht aufpassen, extrem von uns selbst entfernt.

Christiane Groß

Also braucht es eine Achtsamkeits-App?

Dr. Christoph Kolbe

Warum nicht? Ja, wenn man es unterstützen will – es gibt ja auch schöne Musik, die man sich auflegen kann, um zu Besinnung zu kommen, warum soll eine App nicht auch helfen? Das sind alles Unterstützungswege zu etwas Richtigem hin.

Es braucht ein Innehalten und einen Weg, sich mit dem eigenen Erleben wieder neu zu verbinden. Wahrscheinlich ist das gar nicht so einfach, denn das, was man dann wahrnimmt und fühlt oder empfindet, ist nicht unbedingt nur attraktiv. Man spürt sein Ausgelaugtsein, man spürt sein Gehetztsein, man spürt vielleicht das Entfremdetsein und sowas muss man ja alles zulassen können. Insofern braucht es eine Offenheit sich selbst gegenüber, um in diesem Wahrnehmen und Verweilen nicht nur den Kummer zu spüren.

Ja, es ist erst einmal auszuhalten, was immer wir dann sehen und auf das wir möglicherweise auch noch nicht sofort eine Antwort haben.

Aber warum ist es wichtig, dass wir dergestalt zu uns kommen?

Weil wir uns dann selbst wieder begegnen. Und das Leben beginnt immer beim eigenen Erleben, nicht beim Erfüllen fremder Erwartungen. Das ist es, was wir heute zu wenig tun und auf das eine Erziehung – nach meiner Überzeugung – achten sollte: Menschen zu begleiten in ihrem Erleben und Wahrnehmen. Das wäre ein erster Schritt.

Es gibt dann noch zwei weitere wichtige Schritte: Wenn ich das, was ich wahrnehme, sehen und aushalten kann, brauche ich zweitens die Fähigkeit zu unterscheiden, um orientiert zu sein.

Ich sollte mich verstehen in dem, was ich sehe, zum Beispiel wofür mein Erleben steht und worum es darin geht. Entspringt es eher der Psychodynamik? Oder kommt es aus einem intentionalen Wertbezug? Hat es nur mich im Blick oder auch andere, die beteiligt sind? Und so weiter. Das sind sehr anspruchsvolle Aufgaben, vor denen wir stehen, und ich meine, die sollten wir beherrschen. Zur existenziellen Fertigkeit, mit diesem Leben zurechtzukommen, gehört, was ich sehe zu unterscheiden, um es dann zuordnen zu können. Da das heute nicht mehr fremde Instanzen tun, muss der moderne Mensch das selbst können. Die große Irritation in unserer Gesellschaft besteht darin, dass eine verbindliche Orientierung an Werten und Positionen, die man miteinander lebt, verloren gegangen ist. Das hat zur Folge, dass die Diskussion um Werte ins Subjektive verlagert wurde, und damit wurden diese zum persönlichen Blickwinkel Einzelner. Das fliegt uns jetzt gesamtgesellschaftlich „um die Ohren“. Daher sollten wir einen wesentlichen Prozess der gesellschaftlichen Auseinandersetzung und Vergewisserung führen über das, um was es uns eigentlich geht. Dies wäre die Stärke der deliberativen Demokratie.

Mir kommt vor, hier sind wir erst ziemlich am Anfang, das wirklich zu können und gut zu tun.

Der dritte Punkt neben dem Hören und Unterscheiden ist dann das Handeln. Leben ist immer konkret und Leben wird zu meinem Leben, wenn ich es ausübe und tue, was ich für richtig und wahr halte. Neben der Fähigkeit zu handeln, braucht es deshalb auch Konfliktfähigkeit. Denn wenn ich zu dem stehe, was für mich wichtig und bedeutsam ist, werden die Menschen um mich herum nicht nur jubeln, sondern auch ihre Kritik äußern. Ich muss also für meine Überzeugungen einstehen können.

Das sind für mich die drei ganz großen Fertigkeiten, die Menschen heute besitzen sollten, um in dieser Zeit zurechtzukommen: zu hören, zu unterscheiden und dann zu handeln.

Ich merke jetzt gerade, und das war mir gar nicht so bewusst, als ich überlegt hatte, was ich hier sage, dass dies unserem PEA Modell der personalen Existenzanalyse Eindruck-Stellungnahme-Ausdruck folgt. Das ist das, worum es im Grunde geht, so hat Alfred Längle diese Dreischrittfolge beschrieben.

Christiane Groß

Die Schwierigkeit beginnt schon bei Schritt 1 ‚In sich hinein hören‘. Da höre ich vielleicht erstmal entweder gar nichts oder ich höre Erschöpfung, ich höre Gehetztsein, und das will ich alles gar nicht hören. Daher wende ich mich wieder ab und schaue mir lieber etwas Nettes im YouTube-Channel oder ich weiß nicht wo an, was mich wieder in gute Laune versetzt.

Dr. Christoph Kolbe

Da sprichst du jetzt etwas ganz Entscheidendes an, das Frankl schon gesagt hat. Wir lassen uns sehr stark von Stimmungen leiten und verlieren darüber den existenziellen Bezug des Wertes aus dem Blick.

Das ist das Verführerische an den sozialen Netzwerken, der KI und des Internets. Damals hat man auch dem Fernsehen diese Gefahr zugeschrieben. Es unterhält und lenkt uns ab. In unserem Verständnis, wie wir den Menschen sehen, versuchen wir den Menschen auf zwei Ebenen zu betrachten: auf einer existenziellen Achse und auf einer psychophysischen Achse. Die psychische Achse beschreibt die Stimmung und die existenzielle Achse repräsentiert das, was wir als für uns gültig, als richtig, als wahr erkennen, also unseren Wertbezug. Und jetzt können wir den Verlust auf der Ebene des Wertbezuges durch die Maximierung der Stimmung ausgleichen. Wir sind dann eigentlich existenziell frustriert, beheben diese Frustration aber durch Maximierung unserer Stimmung. Die Möglichkeiten, sich in Stimmung zu bringen, sind heute unendlich groß geworden. Darin liegt eine Gefahr für den Menschen. Er fragt nicht mehr nach dem intentionalen Wertbezug, sondern bringt sich durch Ablenkung oder ein Reaktionsmuster in Stimmung, bleibt im Kern aber unerfüllt. Wenn Kinder schon sehr früh Geräte in die Hand gedrückt bekommen, die sie zufrieden stellen sollen, damit sie in Ruhe am Tisch sitzen, dann ist es kein Wunder, wenn Menschen später auch so mit sich und ihrer Welt umgehen. Man hat diesen Umgang schließlich „mit der Muttermilch“ beigebracht bekommen. Zufriedensein entlastet für das existenzielle Unerfülltsein.

Christiane Groß

Neben der Ablenkung zeigt sich noch ein anderes Phänomen, das heutzutage den Alltag prägt: nämlich das Multitasking. Der Philosoph Han, den ich vorhin schon einmal erwähnte, sieht in Multitasking keine evolutionäre Entwicklung. Denn wenn man sich Wildtiere ansieht, sind die permanent im Multitasking-Zustand, weil sie ihre Aufmerksamkeit überall haben, um damit ihr Überleben zu sichern. Han folgert daraus, dass Multitasking ein Überlebensmodus ist – kein Lebensmodus. Ich finde, das macht das schon sehr deutlich.

Dr. Christoph Kolbe

Ich bitte meine Patienten, Patientinnen oder auch in Ausbildungen, wenn wir von dieser Fülle der Aufgaben und Fragestellungen sprechen, einmal hinzuspüren, ob sie diese Fülle zentriert oder diese sie aus ihrer Mitte schleudert. Es ist wichtig, zu dem zu finden, was uns in unsere Mitte bringt oder in unserer Mitte bleiben lässt, weil wir dann kraftvoll handeln. Deshalb muss es auch nicht per se falsch sein, wenn wir zwei oder drei Sachen gleichzeitig machen, sofern alles ein subjektiv gutes Maß hat. Man spürt dann schon, wenn es zu viel wird. Es gilt also, sich zu besinnen, um bei dem zu sein, was uns im Grunde gerade bewegt und worauf es im Grunde jetzt ankommt. Man kann es auch anders sagen. Ich bin ja ein Vertreter der Phänomenologie, die ich als Herzstück der psychotherapeutischen Arbeit sehe. Der Phänomenologie geht es um die Kunst, das Wesentliche im Horizont der Anschauungsgehalte zu erkennen und diesem zu folgen. Leider lernen wir dies in Schule, Studium und Ausbildung zu wenig. Wir lernen, vieles zu sehen und zu beschreiben, aber nicht unbedingt das Wesentliche. So sind wir dann wenig geschult, hinter die Fülle zu schauen, um das darin Wesentliche zu erkennen. Wir können vieles erzählen, wir können detailliert berichten, aber es bleibt unscharf, es lenkt uns ab vom Wesentlichen. Deshalb brauchen wir heute eine Neubesinnung auf das Wesentliche.

Das erfordert, dass wir miteinander ringen, uns auseinandersetzen und auch aushalten, dass jede und jeder verschiedene Gesichtspunkte beiträgt, getragen von der Idee, das Wesentliche zu finden, um das dann miteinander zu leben und voranzubringen.

Möglichkeiten und Grenzen von KI in der Beratung/Therapie**Christiane Groß**

Es braucht also eine Rückbesinnung auf die intentionalen Wertbezüge.

Und damit kämen wir noch zu dem anderen Thema, das uns hier jetzt bewegt, nämlich, was ist der Stellenwert von KI in der Beratung? Und wo ist vielleicht auch die Grenze der KI in der Beratung?

Dr. Christoph Kolbe

Die Kunst unserer existenzanalytischen Begleitung ist ja die, den Menschen nicht nur in seiner psychischen Verfasstheit zu sehen, sondern gleichzeitig in seinen intentionalen Wertbezügen. Diese sind manchmal verdeckt und dann nicht sofort oder offenkundig sichtbar. Hierfür braucht es dann den begleitenden Menschen, der die Fähigkeit hat, solche intentionalen Bezüge zu erkennen.

Ich sehe es sehr kritisch, ob einer KI das je möglich sein wird. Schließlich basiert sie auf Datensätzen, kommt also aus der Analytik. Also wird sie alles, was Analyse braucht, gut zur Verfügung stellen können.

Aber ich kann nicht erkennen, wie eine KI das Intentionale, das sich ja im Raum der Geistigkeit abspielt, erkennen könnte. Schließlich basieren alle Rückmeldungen der KI auf gespeicherten Daten und Programmierungen. Nur aus diesem Struktur-Horizont ist ihr ihre Wiedergabe möglich. Die Dimension Geistigkeit ist ihr nicht eigen. Diese ist ein Spezifikum des Menschen.

Trotzdem bleiben der KI in der Beratung viele Möglichkeiten. Sie kann zum Beispiel Informationen zur Verfügung stellen und dies höchstwahrscheinlich besser, präziser und umfassender als der jeweilige Berater oder die Psychotherapeutin. Jedoch muss man auch hier beachten, wie eine KI „gefüttert“ worden ist. Wenn man weiß, was ihr gezeigt wurde, kann man einschätzen, was sie antwortet. Aber ich denke schon, dass sie eine Menge seriöser Informationen zur Verfügung stellen kann, wenn sie gut programmiert wurde.

Jedoch ist Psychotherapie kein Ort reiner Information. Wenn es so einfach wäre, könnten die Menschen ja Bücher lesen oder sich im Internet über ein Krankheitsbild sachkundig machen, um zu wissen, was los ist und was zu tun ist.

Die meisten meiner Patientinnen und Patienten kommen sowieso und sagen: „Ich weiß, dass meine Gefühle oder Reaktionen der Situation nicht ganz angemessen sind, aber es gelingt mir nicht, mich anders zu verhalten oder den Sachverhalt anders zu empfinden.“

Coaching, Beratung und Psychotherapie sind also nur nachgeordnet Orte der Information. Sie sind vielmehr Orte der Begleitung, Sachverhalte anders zu sehen, Gefühle zu beruhigen, sich neu auszurichten.

Ich unterscheide in diesem Zusammenhang gerne Information und Erkenntnis. Die Aufgabe von Coaches, Be-

ratern oder Psychotherapeutinnen sehe ich maßgeblich darin, diesen Erkenntnisweg anzuleiten. Das ist der „Job“ und ich habe den Eindruck, mit dieser Begleitung werden wir noch lange zu tun haben. KI kann Anregungen geben, sie kann den Menschen spannende Fragen stellen, mit denen sie sich auseinandersetzen können. Wie aus einer Information jedoch eine persönliche Erkenntnis wird, das ist Aufgabe persönlicher Begleitung.

Christiane Groß

Wie stehst du denn dazu, eine existenzanalytische KI zu trainieren oder auch in Ausbildungen einzusetzen?

Dr. Christoph Kolbe

Das ist eine Frage, wie man Lernen versteht.

Ich sehe manche Möglichkeiten der KI im Ausbildungskontext. Sie kann Informationen geben, Anregungen stiften durch Fragestellungen, mit denen man sich beschäftigen kann, einen Wissensstand abfragen, das wissensbasierte Lernen unterstützen, Zusammenfassungen geben, vielleicht sogar zu einem Diskurs ermuntern etc. Es ist doch super, wenn man in einen EA-Chat reinfragen kann, was Selbsttranszendenz ist, und dann kommt es präzise raus!

Aber dass dieses Wissen und die vielen Informationen auch Erkenntnis stiften, das bezweifle ich.

Nun habe ich, was das Lernen betrifft, ein ganz bestimmtes Verständnis davon und daraus folgernd einen bestimmten Ansatz, wie ich lehre. Das hat mich die Erwachsenenbildung gelehrt, aus der ich auch komme. Für mich ist Lernen ein diskursiver Prozess der Aneignung von Wissen als Erkenntnis. Besonders gilt dies nach meiner Überzeugung für Menschen, die andere Menschen im Coaching, in Beratung und Psychotherapie begleiten. Schließlich können wir Menschen nur so weit begleiten, wie wir selbst gekommen sind. Und nur dann sind wir authentisch. Es geht in meinem Verständnis von Lernen deshalb um das existenzielle Verstehen eines Begriffs, einer Fragestellung oder einer Idee. Was sind die bedeutenden Aspekte einer Fragestellung, die sie für uns jeweils wesentlich macht? Erst wenn wir diese zu uns genommen haben, werden sie ein Teil von uns. Wir erkennen die tiefere Bedeutung für den Lebensvollzug, verstehen das spezifische Ringen eines Menschen oder können sein emotionales Bewegtsein nachvollziehen. Nach meiner Überzeugung wird eine KI diese Begleitung nicht leisten können. Ihre Stärken sehe ich im Umfeld dieser Themen. Sie sollten unbedingt genutzt werden.

Christiane Groß

Es geht also um die Unterscheidung zwischen Wissensvermittlung und -aneignung.

Dr. Christoph Kolbe

Ja! Einen weiteren Gedanken möchte ich noch ergänzen, weil er zentral unser existenzanalytisches Menschenbild anspricht. Die KI hat nicht Teil an der Dimension des Geistigen. Sie kann daher auch nie personal sein. Geistigkeit ist nur dem Menschen eigen. Insofern arbeitet KI auf und mit anderen Dimensionen. Sie kann in kognitiver Hinsicht Wissen zur Verfügung stellen. Sie kann Emotionen simulieren, die in Menschen Stimmungen auslösen. Deshalb kann sie dazu beitragen, dass sich Menschen in eine KI auch verlieben können. Aber personale Begegnung wird ihr nie möglich sein.

Christiane Groß

Da sprichst du den Aspekt der Anthropomorphisierung an, dass man Maschinen vermenschlicht. Zum Beispiel, dass das erste eigene Auto einen Namen hatte und geliebt worden ist. Da ist es durchaus vorstellbar, dass ein persönlicher KI Assistent oder eine KI Assistentin einen Stellenwert bekommen, der stark emotional positiv besetzt ist. Aber diese Unterscheidung hinsichtlich einer personalen Begegnung oder nicht – meinst du wirklich, dass Menschen diese Unterscheidung treffen? Ist es nicht der Zeitgeist, dass Menschen mit ein paar Tipps und Tricks zufrieden sind und sich lieber ablenken lassen?

Dr. Christoph Kolbe

Natürlich sind manche Menschen mit Tipps und Tricks zufrieden. Das ändert aber nichts daran, dass andere darüber hinaus fragen und ihrem Leben eine existenzielle Tiefe geben, weil sie es zu ihrem eigenen Leben machen wollen. Ich sehe dies auch als ein Thema gesellschaftlicher Bewusstseinsentwicklung. Wir leben in einer Zeit, in der immer mehr Menschen nicht nur funktionieren wollen, sondern sich die Frage stellen, wie sie selbstbestimmt leben wollen. Diese Frage ist tatsächlich anspruchsvoll zu beantworten, denn es gibt zunehmend weniger Regeln, die die Antworten vorgeben, wie man zu leben hat.

Wenn wir jedoch auf Basis der Wesensstruktur des Menschseins dieses Thema reflektieren, dann erschöpft sich Menschsein nicht in der Beruhigung oder Maximierung zuständlicher Gefühle, wir streben nach einem erfüllten Leben.

Christiane Groß

Christoph, vielen Dank für diesen Austausch.

Ich denke, du hast dein Statement sehr klar gemacht: KI kann eine Ergänzung sein, sie kann Hilfestellung und Unterstützung geben. Es gilt, sie gut zu nutzen. Aber sie wird nicht Erkenntnisse stiften können.

Dr. Christoph Kolbe

Den Menschen wird es immer als Begleiter brauchen, wenn andere Menschen Erkenntnisse für sich und ihre Lebensgestaltung gewinnen möchten. Und dies sehe ich als ein wesentliches Spezifikum von Coaching, Beratung und Psychotherapie.

Auch ich danke dir für dieses Gespräch.

Anschrift der Verfasser*innen:

*DIPL.-PSYCH. CHRISTIANE GROSS
Norddeutsches Institut
Borcherstraße 21
D – 30559 Hannover
c.gross@existenzanalyse.com*

*DR. CHRISTOPH KOLBE
Norddeutsches Institut
Borcherstraße 21
D – 30559 Hannover
c.kolbe@existenzanalyse.com*