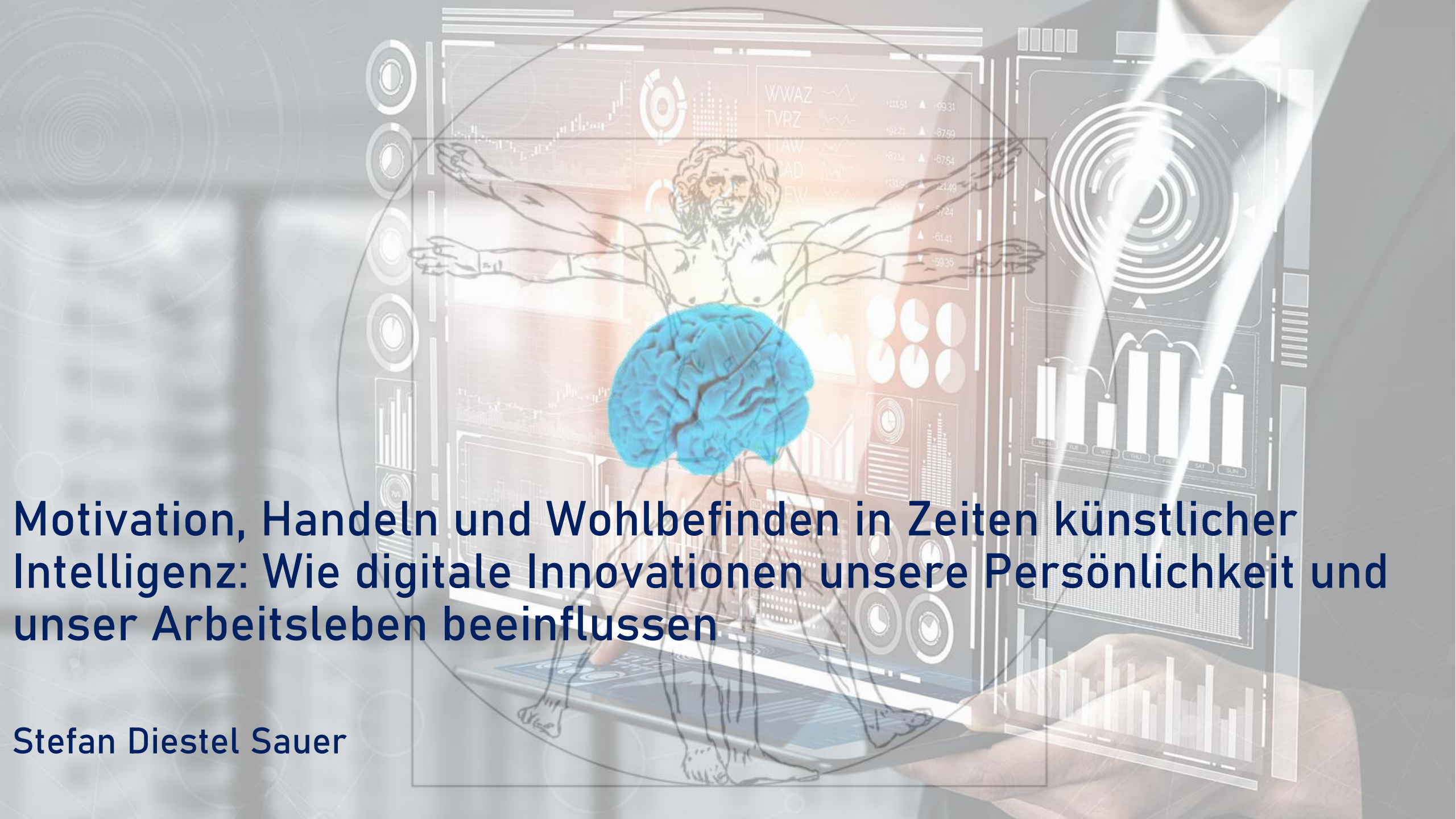




Motivation, Handeln und Wohlbefinden in Zeiten künstlicher Intelligenz: Wie digitale Innovationen unsere Persönlichkeit und unser Arbeitsleben beeinflussen

Stefan Diestel Sauer

Soziale Beziehungen

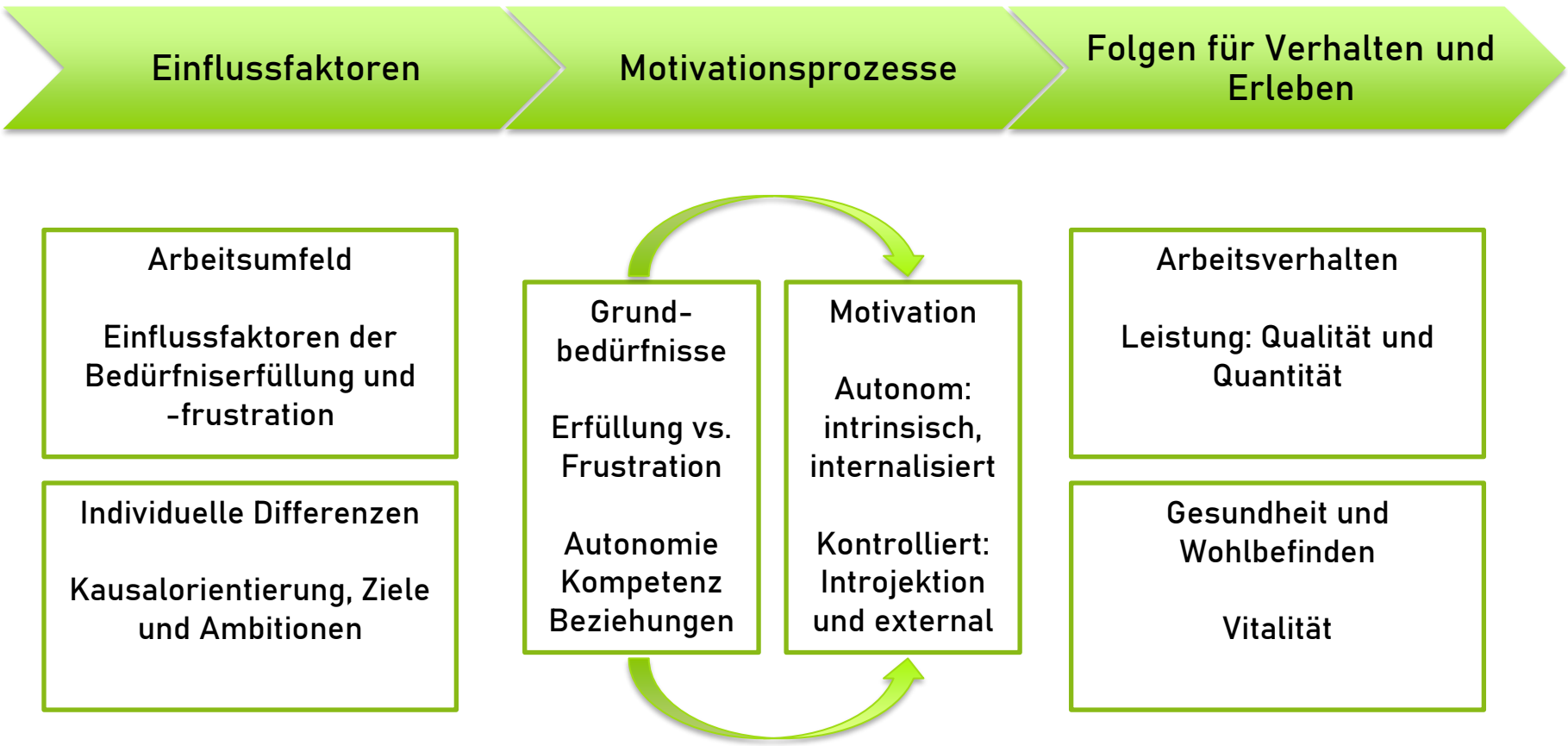
- Bedürfnis nach Zugehörigkeit und Verbundenheit
- Identifikation mit Gruppen, Organisationen oder Gemeinschaften
- Bedürfnisbefriedigung führt zu mehr Verbundenheit, Motivation und höheres Wohlbefinden

Kompetenz

- Streben nach Wirksamkeit der eigenen Fähigkeiten und Fertigkeit
- Bedürfnisbefriedigung führt zu höherem Selbstvertrauen und der Überzeugung, Aufgaben effektiv meistern zu können und einer besseren Leistung

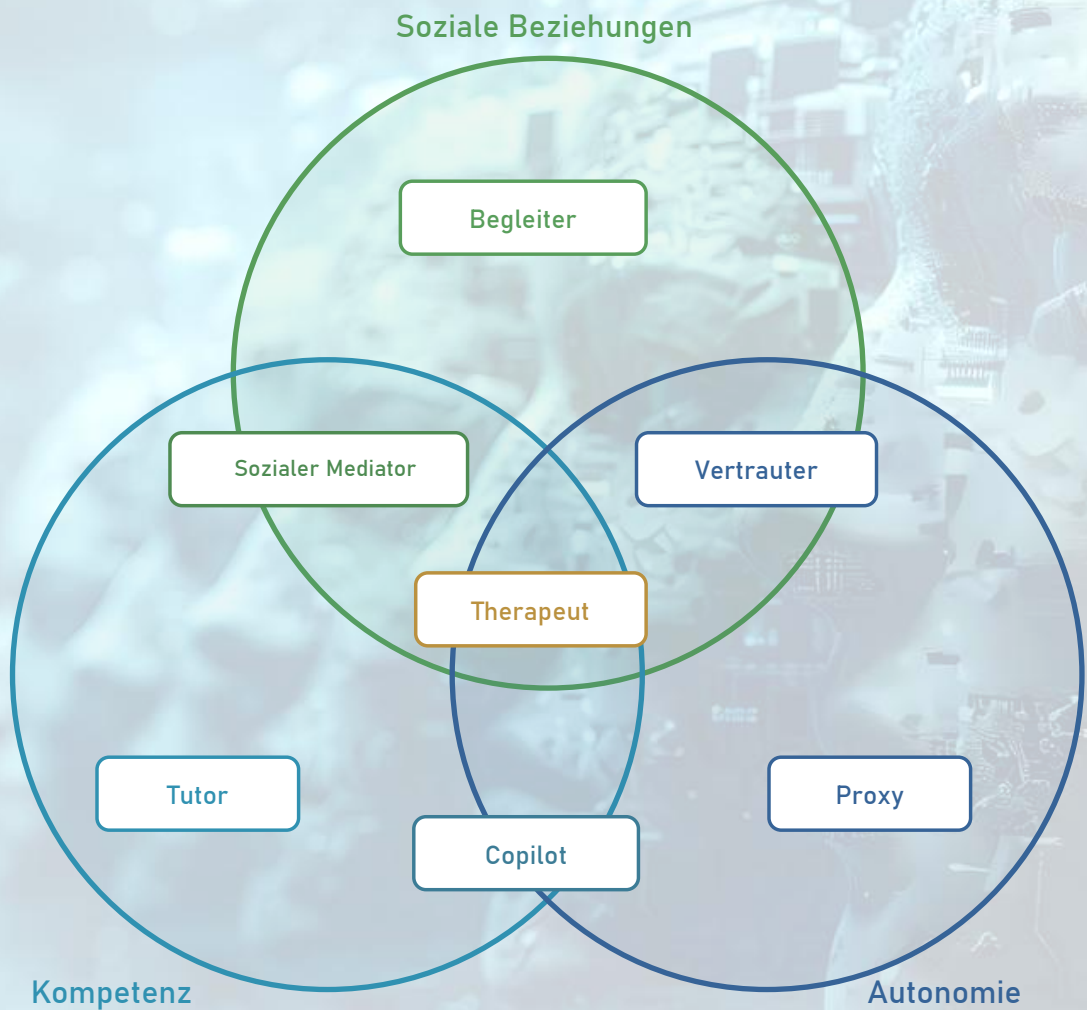
Autonomie

- Bedürfnis nach Wahlfreiheit und selbstbestimmten Entscheidungen
- Streben nach Freiwilligkeit und dem Umsetzen eigener Werte und Ziele
- Erfüllung dieses Bedürfnisses führt zu starker autonomer Motivation und einem höheren Wohlbefinden



Einflüsse von KI auf Wohlbefinden, Motivation und Kompetenz

Merkmale von KI	Potenzielle Nutzen	Potenzielle Risiken
1 Umfassende instrumentelle und emotionale Unterstützung	Schneller Kompetenzaufbau; höhere Produktivität; weniger Einsamkeit; Brücke zu menschlicher Verbundenheit	Intellektuelle Passivität; problematische Ratschläge; Vermeidung von Intimität; Verdrängung bestehender Beziehungen
2 Ständige Verfügbarkeit	Verlässliche Präsenz; praktisch unbegrenzte Unterstützung; zeitnahe Hilfe, wenn Menschen nicht verfügbar sind	Emotionale Abhängigkeit; geringere selbstständige Bewältigungskompetenz; Verdrängung menschlicher Interaktion
3 Formbarkeit / Anpassungsfähigkeit	Personalisierter Kompetenzaufbau; angepasste Antwortstile; Berücksichtigung kultureller Identitäten oder Weltanschauungen	Übermäßige Zustimmung; Echokammern; Verstärkung schädlicher Gedanken
4 Fehlen eigener psychologischer Bedürfnisse	Reibungsarme Unterstützung; keine Reziprozitätspflichten; Erhalt der Autonomie der Nutzenden	Geringere soziale Kompetenz; selbstzentrierte Interaktionen; unrealistische Erwartungen an Menschen
5 Fehlende kohärente Integration von Erfahrungen	Neutrales Feedback; weniger Abwehr und Konflikte; flexible Unterstützung	Mangelnde Kontinuität; fragmentierte Unterstützung; fehlendes „Mitwachsen“; Verstärkung von Verzerrungen in Trainingsdaten
6 Nichtnormativität	Geschützter Raum für Selbstausdruck; Freiheit von sozialen Normen; Unterstützung bei identitätsbezogenem Stress	Stigmatisierung; Geheimhaltung und Scham; sozialer Rückzug; Gefühl, menschlicher Verbundenheit nicht würdig zu sein
7 Fehlende körperliche Verkörperung	Niedrigschwelliger Zugang zu Unterstützung; sicherer Einstieg für sozial ängstliche Personen	Mangel an Berührung; keine konkrete physische Hilfe; fehlende körperliche Ko-Regulation



Praktische Unterstützung

Tutor Kompetenz (Autonomie)

Nutzen Personalisiertes, selbstgesteuertes Lernen (Sokratisches Fragen und zugeschnittene Hinweise).

Risiko Einseitige Nutzung kann Selbstwirksamkeit, Tiefenverarbeitung und Peer-Lernen schwächen.

Proxy / Stellvertreter Autonomie

Nutzen Delegiert Routinen, Terminplanung, Korrespondenz und reduziert kognitive Belastung.

Risiko Zu viel Delegation kann Kompetenz, Kontrolle und Authentizität der Kommunikation mindern.

Copilot Kompetenz + Autonomie

Nutzen Unterstützt kreative Problemlösung bei menschlicher Entscheidungshoheit, reduziert Unsicherheit.

Risiko Ankereffekte und unklare Urheberschaft können Motivation und Kompetenzgefühl schwächen.

Sozialer Mediator Kompetenz + Beziehungen

Nutzen Fördert Perspektivübernahme, Kommunikation und Konfliktklärung, verhindert politische Polarisierung.

Risiko Bias, Vereinfachung oder KI-vermittelte Botschaften können Vertrauen und Authentizität mindern.

Emotionale Unterstützung

Begleiter (Companion) Soziale Beziehungen

Nutzen Verlässliche soziale Präsenz und responsive Zuwendung.

Risiko Kann reale Beziehungserfahrungen und soziale Kompetenz verdrängen.

Vertrauter (Confidant) Beziehungen + Autonomie

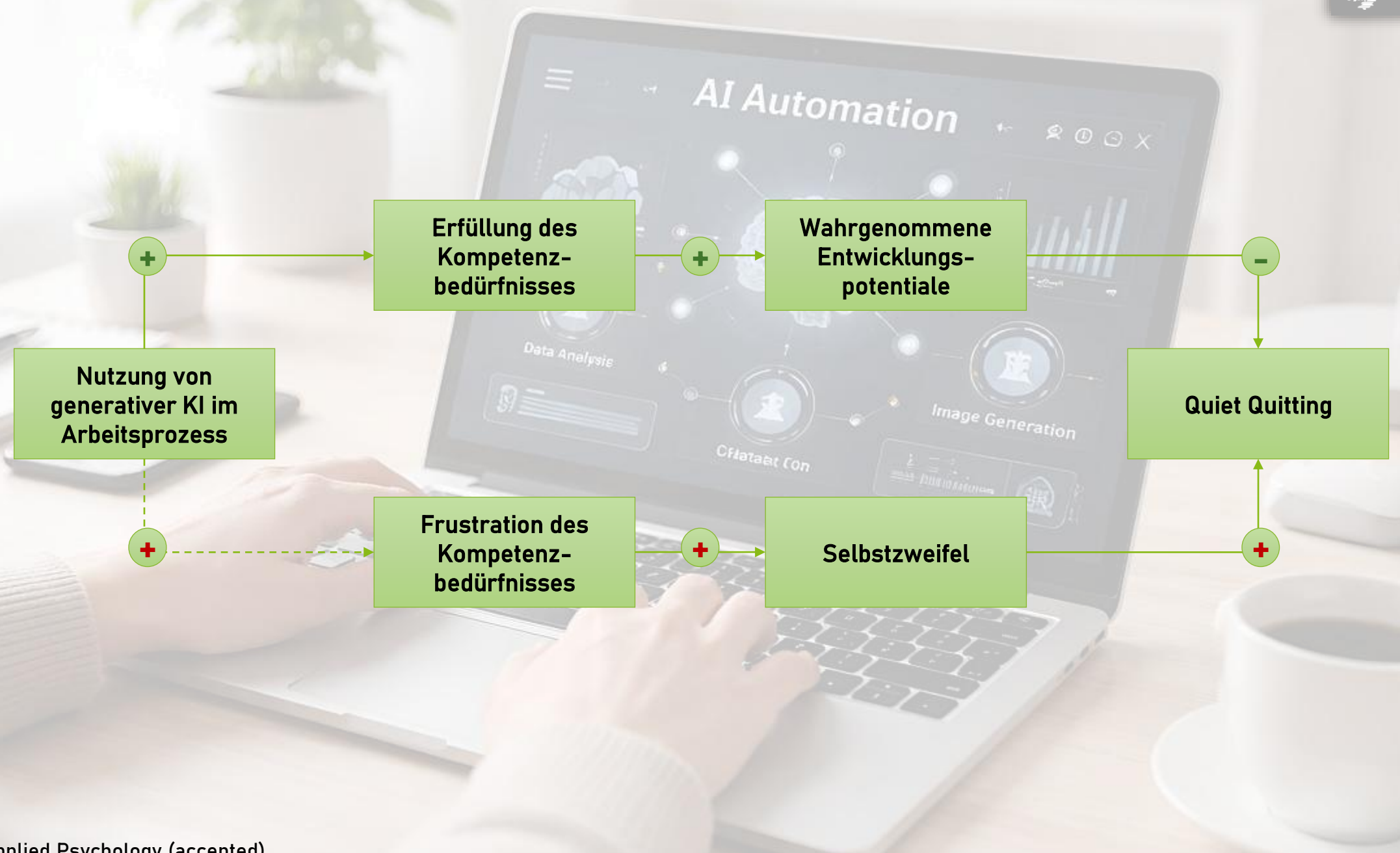
Nutzen Urteilsarmer Raum für intime Gedanken und Gefühle.

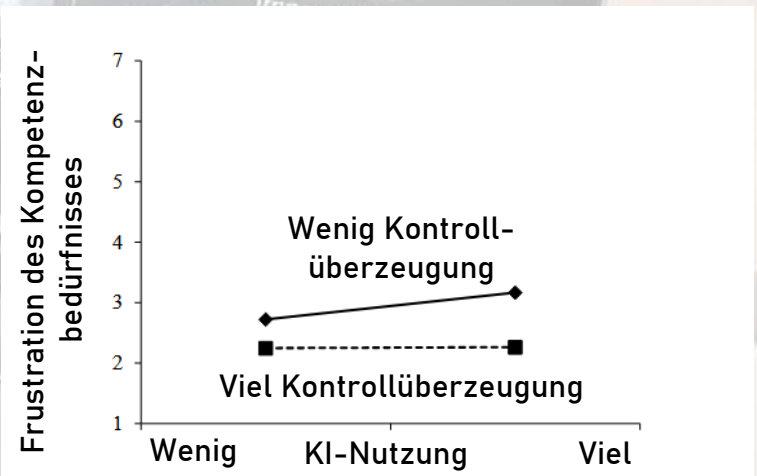
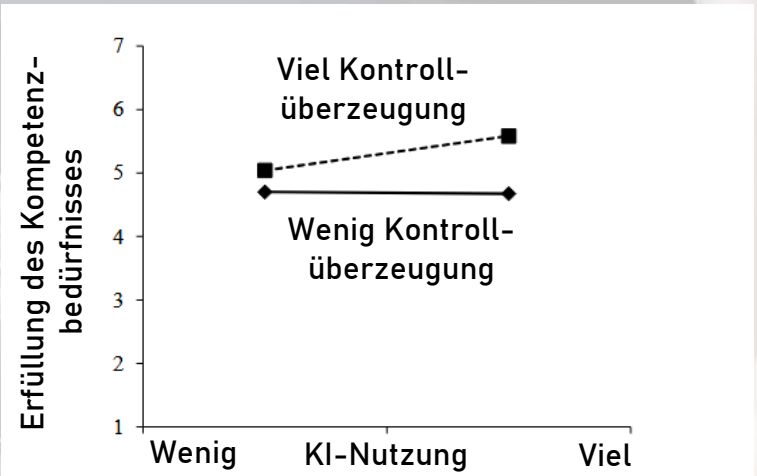
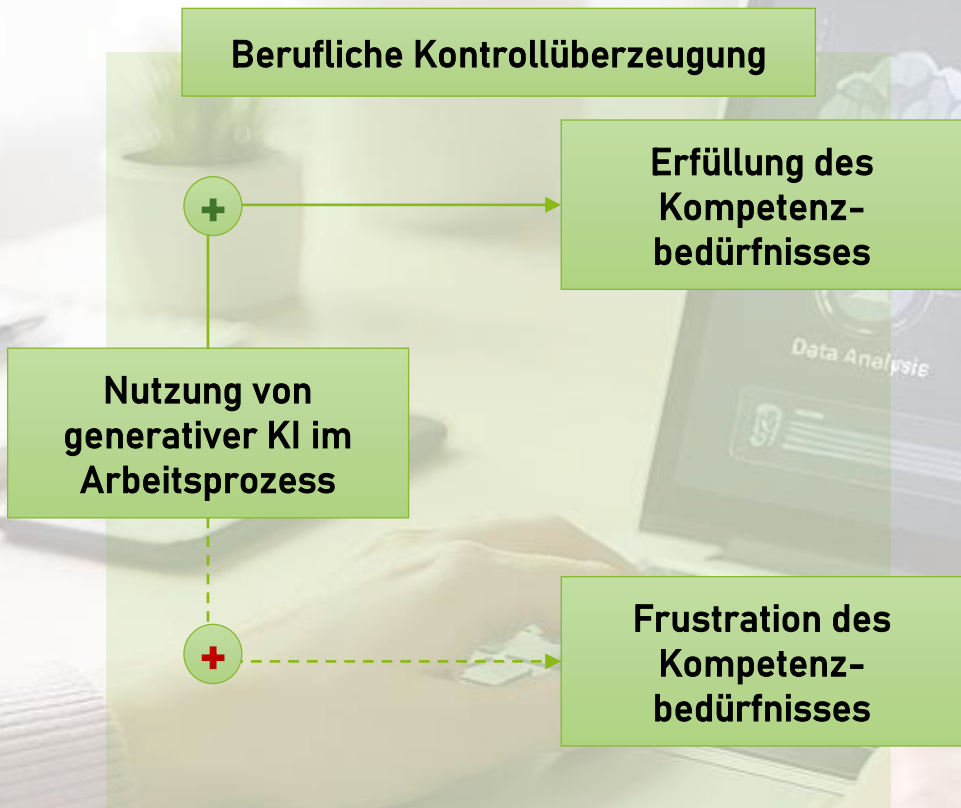
Risiko Unkritische Bestätigung kann Rückzug fördern und reale Beziehungen entwerten.

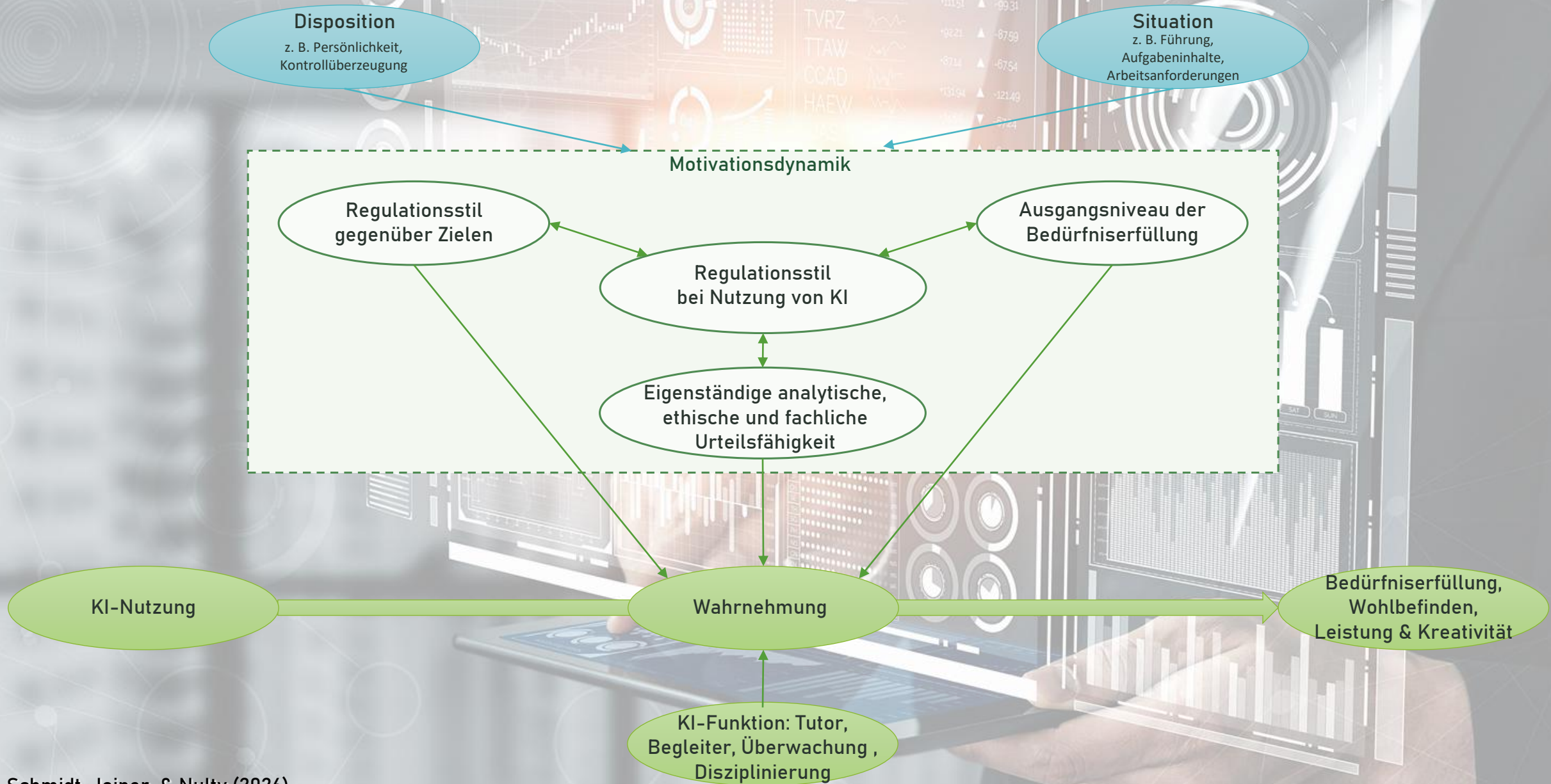
Therapeut Kompetenz + Autonomie + Beziehungen

Nutzen Empathische Unterstützung bei strukturiertem Kompetenzaufbau, kognitive Umbewertung.

Risiko Abhängigkeit, Fehlberatung können Bewältigung und Hilfezugang beeinträchtigen.









Lehrstuhl für Arbeits-, Organisations- und Wirtschaftspsychologie

Bergische Universität Wuppertal

Tel.: +49 202 439-22 91

Mail: diestel@wiwi.uni-wuppertal.de

<https://aow.uni-wuppertal.de>