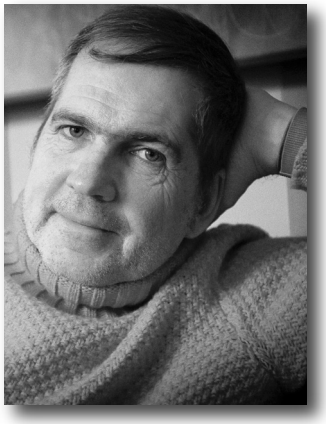
Spieglein, Spieglein ...

Siegfried Lautenbacher erklärt, was KI-Nutzung über Klient:innen verrät



Siegfried Lautenbacher,
IP-Berater, Supervisor, Lehrberater (DGIP) und IT-Unternehmer.
www.lautenbacher.photos/
the-logic-of-courage

Zwei meiner Klienten hatten neulich – unabhängig voneinander – ChatGPT um Rat gefragt, wie sie mit einem schwierigen Kollegen umgehen sollten. Beide hatten ähnliche Situationen beschrieben: ein Konflikt, der schwelte, ein Gespräch, das anstand, Unsicherheit, wie man es angehen sollte. Die KI hatte beiden ähnliche Antworten gegeben: ausgewogen, mehrere Perspektiven, verschiedene Handlungsoptionen. Typische ChatGPT-Antworten eben, weder besonders mutig noch besonders vorsichtig.

Der erste, ein Projektleiter Mitte 50, zitierte mir die Antwort so: „Die KI hat gesagt, ich soll vorsichtig sein. Der Kollege könnte das falsch verstehen. Es könnte eskalieren. Vielleicht besser erstmal abwarten." Die zweite, eine Teamleiterin Anfang 30, erinnerte sich an die Antwort ganz anders: „Die KI hat mir Mut gemacht. Sie hat gesagt, dass offene Kommunikation meistens funktioniert. Ich solle das Gespräch suchen."

Ich wurde neugierig und bat beide, mir die Chatverläufe zu zeigen. Was ich fand, überraschte mich nicht wirklich. Doch es machte etwas sichtbar, das sonst unsichtbar bleibt: Beide Antworten enthielten sowohl Warnungen als auch Ermutigungen. Der Projektleiter hatte die Antwort in seine Notizen kopiert und die Warnungen gelb markiert. Die Teamleiterin hatte die ermutigenden Passagen in ihr Notizbuch übernommen. Beide hatten gelesen, was sie lesen wollten. Die KI war der gleiche Spiegel gewesen – aber sie hatten verschiedene Gesichter darin gesehen. Das ist kein Zufall. Das ist tendenziöse Apperzeption in Aktion.

Der Spiegel, der nicht korrigiert

In der Individualpsychologie kennen wir das Konzept gut: Menschen nehmen die Welt nicht objektiv wahr, sondern gefiltert durch ihren Lebensstil. Wir sehen, was wir erwarten zu sehen. Wir hören, was in unser Bild passt. Wir erinnern uns an das, was unsere Überzeugungen bestätigt. Alfred Adler nannte das „tendenziöse Apperzeption": eine zielgerichtete, vorgefasste Wahrnehmung, die der Aufrechterhaltung unseres Lebensstils dient. Das ist kein Defekt, sondern ein Schutzmechanismus. Wir können nicht alles gleichzeitig wahrnehmen, also filtern wir. Und wir filtern entlang unserer privaten Logik.

Was wir in KI-Antworten sehen, sagt mehr über uns als über die KI.

Im Gespräch mit Menschen passiert etwas Interessantes: Das Gegenüber reagiert. Es widerspricht manchmal. Es zeigt Irritation. Es fragt nach. „Das habe ich so nicht gemeint", sagt der Kollege. „Woher weißt du das?", fragt die Freundin. Diese Rückmeldungen sind kleine Korrektive. Sie zwingen uns, unsere Wahrnehmung zu überprüfen – zumindest ein bisschen.

KI tut das nicht. Eine KI-Antwort steht oder liegt einfach da. Sie wehrt sich nicht gegen Fehlinterpretationen. Sie sagt nicht: „Moment, du hast nur die Hälfte gelesen." Sie hat kein Gesicht, das Verwunderung zeigt. Keine Stimme, die zögert. Kein Körper, der sich zurücklehnt. Das macht KI-Interaktionen zu einem diagnostischen Geschenk. Was Menschen in KI-Antworten sehen, verrät etwas über sie – ungefiltert, unkorrigiert, in Reinform.

Drei Mechanismen spielen dabei zusammen:

- Selektive Aufmerksamkeit
  Wir lesen nicht alles gleich aufmerksam. Der ängstliche Mensch bleibt an Warnungen hängen. Der optimistische überfliegt sie und landet bei den Chancen. Das passiert automatisch, oft ohne Bewusstsein.

- Interpretationsverzerrung
  Dieselben Worte bedeuten für verschiedene Menschen Verschiedenes. „Das könnte schwierig werden“ liest der eine als Warnung, der andere als Herausforderung, der dritte als Ermutigung, es trotzdem zu versuchen. Die KI meint nichts davon – sie meint gar nichts. Aber wir legen Bedeutung hinein.
- Selektive Erinnerung
  Was wir uns merken, folgt demselben Muster. Fragen Sie jemanden eine Woche später, was die KI „gesagt“ hat. Die Antwort wird mehr über die Person verraten als über die ursprüngliche KI-Ausgabe.

Vier Muster, die mir begegnen

In meiner Beratungspraxis sehe ich bestimmte Muster immer wieder. Nicht als starre Typen – Menschen sind komplexer als Schubladen. Aber als Tendenzen, die sich in der KI-Nutzung besonders deutlich zeigen.

Die Absichernde

Eine Klientin, Anfang 40, Führungsposition in einem Konzern. Sie kam wegen Erschöpfung. „Ich arbeite ständig, aber werde nie fertig. Ich komme nicht zur Ruhe.“ Nebenbei erzählte sie, dass sie vor wichtigen Entscheidungen „kurz ChatGPT fragt“. Ich hakte nach. Es stellte sich heraus: Sie fragte nicht ein Mal. Sie fragte fünf, sechs Mal. Dieselbe Frage, leicht umformuliert. Sie suchte nach Lücken in ihrer Argumentation. Nach Risiken, die sie übersehen haben könnte. Nach dem einen Fehler, der ihr zum Verhängnis werden könnte.

„Und wenn die Antworten sich widersprechen?“, fragte ich. „Dann frage ich noch mal. Oder eine andere KI. Claude zum Beispiel, die ist manchmal kritischer.“ Sie hat ein regelrechtes System entwickelt: erst ChatGPT, dann Claude, dann Gemini. Wenn alle drei zu ähnlichen Ergebnissen kamen, fühlte sie sich einigermaßen sicher. Wenn nicht, begann die Recherche von vorn. Manchmal dauerte das eine Stunde. Manchmal einen ganzen Abend.

Da war er, der Lebensstil: „Fehler sind gefährlich. Ich muss alles absichern. Wenn etwas schiefgeht, ist es meine Schuld.“ Die KI wurde nicht zur Entscheidungshilfe, sondern zur endlosen Absicherungsschleife. Das Problem war nicht die KI-Nutzung. Das Problem war die Überzeugung, dass es einen fehlerfreien Weg geben müsse – und dass sie ihn finden müsse, bevor sie handeln dürfe. Wir arbeiteten nicht daran, ihr die KI auszureden. Wir arbeiteten an der Frage: Was wäre das Schlimmste, was passieren könnte, wenn sie einmal ohne Absicherung entscheidet? Die Antwort führte uns zu ihrem Vater, einem Ingenieur, für den Präzision alles war. „Das war schlampig“, lautete sein vernichtendstes Urteil. Sie hatte es zwei Mal gehört in ihrer Kindheit. Es reichte für ein Leben voller Absicherung.

Der Harmonisierende

Ein Klient, Ende 20, in einer Beziehungskrise. Er nutzte Claude, um herauszufinden, „wie er es seiner Freundin recht machen kann“. Das war seine Formulierung. Ich bat ihn, mir ein paar Chatverläufe zu zeigen. Was mir auffiel: Er stellte keine offenen Fragen. Er stellte Fragen, die seine Lösung bereits enthielten. „Wäre es nicht besser, wenn ich nachgebe?“ oder „Sollte ich nicht einfach Ja sagen, um Streit zu vermeiden?“, „Wie kann ich ihr zeigen, dass ich mich ändere?“ Die KI antwortete differenziert, bot verschiedene Perspektiven an, er las jedoch nur die Teile, die sein Nachgeben rechtfertigten.

„Was würde passieren, wenn du mal nicht nachgibst?“, fragte ich. Er wurde blass. „Dann ist sie sauer. Dann gibt es Streit. Dann verliere ich sie vielleicht.“ „Und wenn du immer nachgibst?“ „Dann bleibt sie.“ Er zögerte. „Wahrscheinlich.“ Da war sie, die private Logik: „Harmonie ist Sicherheit. Konflikt ist Gefahr. Wenn ich nachgebe, bleibt die Beziehung.“ Die KI wurde zum Werkzeug, das ihm Erlaubnis gab, sich selbst aufzugeben – ohne es so nennen zu müssen. Die KI sagte ja nicht: „Gib dich auf.“ Sie bot Optionen an. Er wählte immer dieselbe.

Die Kontrollierende:

Eine Klientin, Mitte 30, selbstständig mit einer kleinen Agentur. Sie nutzte KI für quasi alles: Businesspläne, Marktanalysen, Prognosen, Szenarien, Wettbewerbsbeobachtung. „Damit ich weiß, was kommt“, sagte sie. Auf den ersten Blick: sehr professionell. Auf den zweiten Blick: eine Illusion von Kontrolle, die sie davon abhielt, mit Unsicherheit leben zu lernen.

Sie zeigte mir ihre Notion-Datenbank: Prognosen für drei Jahre, farbcodierte Szenarien, Risikoanalysen für jeden Kunden. Beeindruckend aufgebaut – und beunruhigend in seiner Ausführlichkeit. „Was machen Sie, wenn etwas passiert, was in keinem Szenario steht?“, fragte ich. „Das passiert nicht. Ich habe alle Möglichkeiten durchgespielt.“ „Die nächste Epidemie wie Corona war in Ihren Szenarien?“ Sie schwieg einen Moment. „Das wäre eine Ausnahme.“

Da war sie, die Lebensstilüberzeugung: „Die Welt ist kontrollierbar, wenn man nur genug weiß. Überraschungen sind Versagen. Unvorhergesehenes bedeutet, dass ich nicht gut genug vorbereitet war.“ Die KI wurde zur Vorhersage-Maschine, die eine Sicherheit verspricht, die es nicht gibt. Und wenn die Realität die Prognosen widerlegte, lag es an der Ausnahme, nicht am System. Was sie in den KI-Antworten systematisch übersah: die Unsicherheits-Hinweise. „Dies sind →

→ Schätzungen auf Basis verfügbarer Daten“, schrieb die KI regelmäßig. „Tatsächliche Entwicklungen können abweichen.“ „Diese Analyse berücksichtigt keine unvorhersehbaren Ereignisse.“ Sie hatte diese Sätze nie markiert, nie zitiert, wahrscheinlich nie wirklich gelesen. Sie passten nicht in ihr Weltbild.

Der Vermeidende

Ein Klient, Anfang 50, nach einer Scheidung. Er hatte begonnen, abends mit einer KI zu reden. „Einfach so. Um den Tag zu verarbeiten.“ Das klang harmlos genug. Er redete mit der KI über Dinge, die er niemandem sonst erzählte. Über seine Einsamkeit. Über seine Angst, nie wieder jemanden zu finden. Über seine Scham, gescheitert zu sein. Über die Nächte, in denen er nicht schlafen konnte. „Warum der KI und nicht einem Freund?“, fragte ich. „Die KI urteilt nicht. Sie erzählt es nicht weiter. Sie hat keine eigenen Probleme, die sie dann auch noch loswerden will. Sie ist einfach da. Jeden Abend. Egal wie spät.“ Er hatte Freunde. Alte Freunde, die sich nach der Scheidung gemeldet hatten. Die ihn zum Essen einluden, zum Wandern, zum Reden. Er sagte oft ab. „Ich bin noch nicht so weit“, sagte er ihnen. Aber mit der KI redete er jeden Abend.

Da war sie, die Vermeidungslogik: „Menschen sind anstrengend, unberechenbar, potenziell verletzend. KI ist sicher. Bei der KI kann ich verwundbar sein, ohne Konsequenzen zu fürchten. Ich muss nichts zurückgeben. Ich muss nicht fragen, wie es dem anderen geht. Ich muss nicht riskieren, dass jemand meine Schwäche gegen mich verwendet.“

Was er dabei übersah: Echte Verbindung braucht genau diese Verletzlichkeit vor einem echten Menschen. Sicherheit und Nähe sind nicht dasselbe – und er wählte Sicherheit auf Kosten der Nähe, die er sich wünschte. Er nutzte KI nicht als Ergänzung zu menschlichen Beziehungen, sondern als Ersatz. Und je mehr er mit der KI sprach, desto weniger übte er die Fähigkeit, sich Menschen zu öffnen. Die Muskeln verkümmerten, während er sich einredete, er trainiere sie.

Wie arbeite ich damit?
Nicht, indem ich KI-Nutzung problematisiere oder verbiete. Das funktioniert nicht und wäre auch falsch.

Stattdessen
begreife ich die KI-Nutzung als Chance und nutze sie als Fenster in die private Logik, das sonst verschlossen bliebe.

Vier Techniken, die ich nutze

Den Chatverlauf gemeinsam anschauen

Wenn Klient:innen KI-Nutzung erwähnen, frage ich manchmal: „Können Sie mir das zeigen?“ Nicht kontrollierend, nicht wertend, sondern neugierig. So, wie ich fragen würde: „Erzählen Sie mir mehr davon?“ Dann lesen wir gemeinsam. Ich achte darauf, was sie kommentieren und was nicht. Welche Passagen sie übergehen. Welche sie hervorheben. Wo sie schneller scrollen und wo sie verweilen. „Was haben Sie hier gedacht?“, frage ich bei einer Stelle, die sie schnell überblättert haben. Oft kommt dann ein überraschtes Innehalten. „Das habe ich gar nicht richtig gesehen.“ Manchmal auch „Das fand ich nicht so wichtig“ oder „Das stimmt ja gar nicht“. Jede dieser Antworten ist aufschlussreich: Sie zeigt, wie der Filter arbeitet. Die Frage „Was sehen Sie in dieser Antwort?“ ist diagnostisch. Sie zeigt die tendenziöse Apperzeption in Echtzeit. Und anders als bei Erinnerungen an Gespräche liegt hier alles dokumentiert vor. Kein „Ich glaube, sie hat gesagt ...“, sondern: „Hier steht es.“

Nach den ungestellten Fragen fragen

Was jemand fragt, ist interessant. Was jemand nicht fragt, ist oft noch interessanter. Die Absichernde fragt nach Risiken, aber nicht nach Chancen. Der Harmonisierende fragt, wie er nachgeben kann, aber nicht, was er eigentlich will. Die Kontrollierende fragt nach Prognosen, aber nicht, wie sie mit Unvorhersehbarem umgehen könnte. Der Vermeidende fragt die KI, was er seinen Freunden erzählen könnte – statt es ihnen zu erzählen.

„Was haben Sie die KI nie gefragt?“, ist eine Frage, die ich manchmal stelle. Sie überrascht oft. Eine Klientin sagte nach langem Nachdenken: „Ich habe nie gefragt, ob ich das überhaupt will. Nur, wie ich es schaffen kann.“ Da waren wir plötzlich bei einem Thema, das in Monaten Beratung nicht aufgetaucht war. Eine andere Variante: „Wenn die KI Sie nur eine Frage fragen dürfte – welche würden Sie am meisten fürchten?“ Die Antworten sind oft erstaunlich direkt.

Zum Perspektiv-Wechsel einladen

„Was würde Ihr Kollege in dieser KI-Antwort sehen?“ Eine einfache Frage, doch sie macht etwas Wichtiges sichtbar: dass dieselben Worte verschieden gelesen werden können. Dass die eigene Lesart nicht die einzige ist. Dass das, was selbstverständlich scheint, eine Wahl ist. Manchmal gehe ich einen Schritt weiter: „Lesen Sie die Antwort nochmal – aber versuchen Sie, genau das Gegenteil von dem zu finden, was Sie zuerst gesehen haben.“ Der eingangs erwähnte Projektleiter, der nur Warnungen gesehen hatte, fand bei dieser Übung drei Sätze, die ihn ermutigten, das Gespräch mit dem Kollegen zu suchen. Sie waren die ganze Zeit da gewesen. Er hatte sie nur nicht sehen können.

Gegenteilige Fragen experimentieren

„Fragen Sie die KI mal das Gegenteil von dem, was Sie normalerweise fragen“, lautet eine weitere Anregung. Der Harmonisierende, der immer fragte, wie er nachgeben könnte, fragte stattdessen: „Wie kann ich meinen Standpunkt klar vertreten?“

Die Antwort überraschte ihn. Sie war differenziert, hilfreich, überhaupt nicht aggressiv. Er hatte sich nie getraut, diese Frage zu stellen – nicht der KI und schon gar nicht sich selbst.
Diese Experimente sind keine Beratung für sich. Doch sie machen Muster sichtbar und Sichtbarkeit ist der erste Schritt zur Veränderung.

Der Spiegel als Werkzeug

KI-Interaktionen sind wie ein Rorschach-Test des 21. Jahrhunderts: Was Menschen in den „Tintenklecksen“ der KI-Antworten sehen, sagt mehr über sie aus als über die KI. Das ist keine Kritik an der KI-Nutzung, es ist eine Chance für die Beratung.

Wir sehen tendenziöse Apperzeption in Aktion: dokumentiert, zitierbar, besprechbar. Der Chatverlauf liegt vor uns: schwarz auf weiß.

Mein Ansatz ist nicht: KI-Nutzung reduzieren oder problematisieren. Sondern: KI-Nutzung verstehen. Was sucht jemand dort? Was findet die Person? Was übersieht sie? Und was sagt das über die Fragen, die sie an das Leben stellt?

Die vier Muster sind keine Schubladen, denn Menschen sind komplexer. Doch sie sind Orientierungspunkte. Hypothesen, die ich überprüfe.

Manchmal liege ich richtig, manchmal daneben.

Der Spiegel lügt nicht. Er zeigt, was wir hineintragen – auch das, was wir lieber nicht sehen wollen.

Ob diese Techniken bei jedem funktionieren?

Sicher nicht. Aber sie sind ein Anfang.

Was Sie damit machen, liegt bei Ihnen.

Encouraging Trainer*in Schoenaker Konzept

Beziehungen stärken - ermutigen - gemeinsam wachsen.

Die Ausbildung zum/zur Encouraging-Trainer*in Schoenaker-Konzept verbindet Selbsterkenntnis mit dem *Prinzip Ermutigung*. Du lernst, Beziehungen zu stärken, führst das Training mit professioneller Begleitung aktiv durch und legst damit den Grundstein für deine eigene Trainingspraxis.

Beginn:	Januar 2027	*Inhalt:*	Encouraging-Training (Theorie & Praxis); Eigenständige Leitung von Gruppen
Ort:	Kloster Neuenwalde	*Struktur:*	5 Präsenz-Wochenenden + 2 Online-Tage
Dauer:	10 Monate	*Ziel:*	Ein erfolgreich etabliertes Training eigenständig anbieten und Multiplikator werden!

Information und Anmeldung:

Susanne Ehmann - Encouraging Training & Ausbildung - Schoenaker-Concept im Norden

ermutigung@susanneehmann.de

04707/8888825

www.susanneehmann.de/ausbildung/

Mitglieder des VpIP e.V. erhalten 5 % Ermäßigung.

Susanne Ehmann
Encouraging Training und Ausbildung
Schoenaker-Concept im Norden