Think Tank – Blog
Newsletter Nr 9 / 29. Oktober 2026
INTERFAICES
Chances and Risks in AI-Based Human Interaction

Think Blog
Fähigkeiten von KI zur persönlichen Interaktion mit Menschen

KI hat kein Bauchgefühl: Warum körperliche Funktionen wichtig sind

Künstliche Intelligenz hat keinen Körper. Vor allem hat sie keinen Bauch. Das klingt trivial, ist aber der wohl folgenreichste Unterschied zwischen ihr und uns. Denn während die Maschine Sprache verarbeitet, entscheidet der Mensch immer auch mit einem Organ, das jeder Formulierung vorausgeht.

Von Prof. Dr. Gregor Hasler & Dr. Viktor Schmid | INTERF.AI.CES



Was die Sprache längst weiss

Sprachen sind gute Archive. Sie bewahren Wissen auf, lange bevor die Forschung es bestätigt. Der deutsche Bauch, das englische gut feeling, das französische avoir de l'estomac, das japanische hara: In auffallend vielen Sprachen sitzt das schnelle, unbegründbare Urteil nicht im Kopf, sondern in der Körpermitte. Man könnte das für eine blosse Metapher halten, für ein sprachliches Bild von Intuition, das mit Anatomie nichts zu tun hat.

Die Forschung der letzten Jahre legt etwas anderes nahe. **Der Bauch ist bei unseren Entscheidungen nicht Metapher, sondern Beteiligter. Er hat einen wesentlichen Einfluss auf unser Befinden, unser Denken, unser Fühlen. [1, 2]**

Eine Datenleitung, die vor allem nach oben führt

Wer die Verbindung zwischen Darm und Gehirn betrachtet, entdeckt zuerst ihr Ausmass und dann ihre Richtung. Der Vagusnerv, die grösste Standleitung zwischen beiden, transportiert rund achtzig Prozent seiner Fasern von unten nach oben. Der Darm meldet weit mehr, als er empfängt. Dazu kommen weitere Kanäle: Darmhormone, die Sättigung, Angst und Belohnungserwartung modulieren, Stoffwechselprodukte der Darmbakterien, die Botenstoffe wie Serotonin und GABA beeinflussen, sowie das Immunsystem, das laufend zwischen körpereigen und körperfremd unterscheidet und auf Gefahr reagiert, bevor irgendein Gedanke gefasst ist. [3]

Die Effekte sind messbar und alles andere als vage. Cholezystokinin, ein Darmhormon, kann experimentell Angst auslösen. Entzündliche Zytokine erzeugen Rückzug, Erschöpfung, Pessimismus, also genau jene Signatur, die wir aus depressivem Erleben kennen. Und die Forschung zu den GLP-1-Rezeptoragonisten zeigt gerade eindrücklich, dass ein Darmhormon nicht nur Sättigung reguliert, sondern Präferenzen verschiebt: was attraktiv erscheint, was uns lockt, was uns kaltlässt.

Damit verschiebt sich das Bild. Der Darm ist nicht der Ort, an dem Entscheidungen ankommen. **Er ist ein sensorisches Organ mit eigenem Nervensystem, das laufend Stimmungen, Warnungen und Präferenzen in die Entscheidung einspeist, meist unterhalb der Wahrnehmungsschwelle.** Was wir Bauchgefühl nennen, ist der schmale Anteil dieser Verarbeitung, der es bis ins Bewusstsein schafft. [1, 2]

Kernaussage: Intuition ist keine schwächere Form des Denkens. Sie ist das subjektive Erleben einer Körperintelligenz, die parallel zum Kopf rechnet, ganzheitlicher, schneller und mit anderen Daten.

Empirismus ohne Körper

Wir haben in dieser Reihe früher beschrieben, dass KI eine merkwürdige Zwitterstellung einnimmt: empiristisch in ihrer Herkunft, weil sie ausschliesslich aus Daten lernt, rationalistisch in ihrem Output, weil ihr die Rückbindung an Wahrnehmung fehlt. Der Darm macht diesen Punkt konkret. Die Maschine verfügt über keine Dehnungsrezeptoren, keine Mikrobiota, kein Immunsystem, keine Peristaltik. Es gibt in ihr nichts, was sich zusammenziehen könnte, wenn etwas nicht stimmt. KI fehlt die Körperlichkeit als wesentlicher Einflussfaktor auf menschliches Verhalten.

Das ist kein Defizit, das sich durch mehr Rechenleistung beheben liesse. Es ist eine strukturelle Eigenschaft. KI kennt keine Signale, die sie nicht in Sprache übersetzt bekommt. **Alles, was uns der Körper vorsprachlich mitteilt, existiert für sie schlicht nicht.**

Der Bauch ist trotzdem immer dabei

Die gute Nachricht: Am Interface mit KI sitzt ein Mensch, und dieser Mensch bringt seinen Darm mit. Jedes Mal, wenn wir einen Vorschlag der Maschine lesen und etwas in uns zögert, arbeitet dieses System bereits. Der Widerwille gegen eine formal makellose Formulierung, das leichte Unbehagen bei einer Empfehlung, die auf dem Papier stimmt, die vage Enge beim Lesen eines Textes, den man gleich verschicken soll: Das sind keine Störgeräusche im Prozess. Es sind Daten, die nur wir haben.

Wo es kippt: die Entscheidung wandert nach vorne

Das eigentliche Risiko liegt weniger in dem, was KI produziert, als im Zeitpunkt, zu dem wir sie hereinholen. Wer zuerst die eigene Position spürt und dann die Maschine zuschaltet, nutzt sie als Werkzeug. Wer KI einsetzt, bevor er sich überhaupt fragt, was er denn wissen will oder welche Bedeutung das Problem für ihn selber hat, der überspringt genau jenen Moment, in dem sich der Körper gemeldet hätte.



Das ist eine Chance: Wir denken und fühlen mit unserem Körper und der spricht auch bei der KI-Nutzung mit. Er tut es immer. Die Frage ist, ob wir ihm dabei noch zuhören.

Dieser übersprungene Moment summiert sich. Zuerst wird die Formulierung ausgelagert, dann die Struktur, dann die Frage, was überhaupt das Problem ist. Am Ende bleibt eine Praxis, in der Menschen Vorschläge prüfen, die sie nie selbst gespürt haben. Nicht die Maschine wird dabei körperloser,

sondern wir. Das Bauchgefühl verschwindet nicht, aber es verliert seinen Platz im Ablauf. Und was keinen Platz im Ablauf hat, verkümmert.

Die Parallele zum Essen ist erhellend. Wer abgelenkt isst, vor dem Bildschirm, im Gespräch, im Halbnebenbei, hat eine messbar schwächere Sättigungsreaktion. Die Signale sind vorhanden, sie erreichen das Bewusstsein nur nicht mehr in voller Stärke. Dialoge mit KI haben dieselbe Sogwirkung: schnell, sprachlich, absorbierend. Auch hier bleiben die Körpersignale da. Auch hier kommen sie leiser an.



Praktische Folgerungen für den Einsatz von KI

Für Einzelne: Zuerst Bauch einschalten

Vor dem ersten Prompt eine Minute nichts tun und die eigene Ausgangslage spüren. Welche Fragen habe ich wirklich? Wie sieht das Problem aus? Was bewirkt eine Unsicherheit bei einem selbst? Wenn wir die KI-Maschine erst danach dazunehmen bleiben wir Anweisende und behalten die Führung des Werkzeuges.

Bei wichtigen Entscheidungen die Hand für einen Moment auf den Bauch legen, ruhig ausatmen und prüfen, ob sich die vorgeschlagene Lösung

stimmig anfühlt oder eng. Das ist keine Esoterik, sondern ein Zugriff auf Information, die sonst unter der Schwelle bleibt.

Zwischen Vorschlag und Übernahme eine Pause einbauen. Der Kopf urteilt sofort, der Körper braucht etwas länger.

Für Behandelnde: Den eigenen körperlichen Zustand spüren

Wenn Patientinnen und Patienten KI in ihrer Selbstreflexion nutzen, lohnt sich die Frage nach dem Körper. Was hat der Bauch dazu gesagt? Gerade bei Menschen mit schwacher Wahrnehmung des eigenen inneren Zustandes (Interozeption) kann die sprachliche Klarheit der Maschine das Fehlen körperlicher Orientierung überdecken.

Für Organisationen: Zuerst abklären, was wirklich das Problem ist

Organisationen sollten KI möglichst spät in den Entscheidungsprozess einbauen, nicht möglichst früh. Zuerst sollte klar werden, was wirklich das Problem, was wirklich die Fragestellung ist. Dazu braucht es unter Umständen Diskussionen und Auseinandersetzungen. Wenn diese «übersprungen» werden, werden Chancen vertan. Der teuerste Fehler ist nicht ein schlechter Output, sondern eine Organisation, in der niemand mehr ein Unbehagen formulieren kann, weil es im Prozess keinen Ort dafür gibt.

Daher sollte Widerstand gegen KI-gestützte Vorschläge ernst genommen werden, statt ihn als Innovationsfeindlichkeit abzubuchen. Er enthält oft



Wissen über Kunden, Kultur und Risiken, das noch nicht in Worte gefasst ist.$

Kernaussage: Nicht die Frage, wie viel KI wir nutzen, entscheidet über die Qualität, sondern wann wir sie hereinholen und ob dazwischen genug Zeit bleibt, um zu spüren, wie es weitergehen soll.

KI antwortet schnell, aber ohne Sensorium

Die Maschine wird schneller antworten als jeder Bauch. Das ist ihr Vorteil und ihre Grenze zugleich. Ein Organ, das über Millionen von Sensoren verfügt, ein eigenes Nervensystem besitzt und in ständigem Austausch mit Billionen von Mitbewohnern steht, produziert eine andere Art von Wissen als ein Sprachmodell. Es rechnet nicht, es stimmt ab. Es entscheidet nicht, es meldet.

Solange wir dieses Melden hören, bleibt der Dialog mit der KI ein Dialog. Hören wir es nicht mehr, wird er ein Diktat, das sich gut anfühlt, weil es so vernünftig klingt.

Referenzen

[1] Hasler, G. Darm-Hirn-Connection. Klett-Cotta-Verlag, 2022

[2] Hasler, G. Darm-Intelligenz. Schattauer-Verlag, 2026

[3] Breit, S., Kupferberg, A., Rogler, G., & Hasler, G. (2018). Vagus Nerve as Modulator of the Brain–Gut Axis in Psychiatric and Inflammatory Disorders. Frontiers in Psychiatry, 9, 44. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2018.00044

.



Gregor Hasler & Viktor Schmid

Analysen und Beratung zu KI-basierten Interaktionen für Unternehmen, Institutionen, Stiftungen, Gesundheitseinrichtungen und die Verwaltung

Wir beraten Sie, wenn Sie vor der Frage stehen, wie KI an der Schnittstelle zum Menschen optimal und sinnvoll eingesetzt werden kann. Sei es bei einem Projekt, wo Sie Kundeninteraktionen, Serviceschnittstellen usw. mit einem KI-Bot oder einer KI geführten Kommunikation einführen oder optimieren wollen. Sei es bei Fragen des Einsatzes von KI im therapeutischen, gesundheitlichen oder edukativen Bereich.

Sie erreichen uns:

Prof. Dr. med. Gregor Hasler, Universität Fribourg, **gregor.hasler@unif.ch**
Dr. Viktor Schmid, Wise Advice Viscoma Consulting, **viktor.schmid@viscoma.ch**

Disclaimer

Die in diesem Beitrag vertretenen Überlegungen verstehen sich als Beitrag zu einer offenen Diskussion über die Chancen und Grenzen künstlicher Intelligenz auch im therapeutischen Umfeld. Das Thema ist wissenschaftlich, medizinisch, ethisch und rechtlich hochkomplex und entwickelt sich derzeit mit grosser Dynamik.
*Die beschriebenen Potenziale von KI bedeuten ausdrücklich **nicht**, dass künstliche Intelligenz eine psychotherapeutische, psychiatrische oder medizinische Behandlung ersetzen kann. Insbesondere bei schweren psychischen Erkrankungen, Suizidalität, Psychosen, Traumafolgestörungen bleibt die Behandlung durch qualifizierte Fachpersonen unverzichtbar.*
Ebenso dürfen die Risiken einer zunehmenden Verlagerung menschlicher Fähigkeiten an KI nicht unterschätzt werden. Wer wesentliche Teile seines Denkens, Schreibens oder Entscheidens dauerhaft an künstliche Intelligenz delegiert, läuft Gefahr, eigene kulturelle, soziale und intellektuelle Fähigkeiten zu verlieren. Diese Fähigkeiten beruhen auf kontinuierlicher Übung. Was nicht mehr praktiziert wird, kann mit der Zeit verkümmern.
Darüber hinaus ersetzt KI keine zwischenmenschlichen Beziehungen. Empathie, Verantwortung, gemeinsame Erfahrungen, soziale Resonanz und die Fähigkeit, tragfähige Beziehungen aufzubauen, bleiben grundlegende menschliche Kompetenzen.
Wir plädieren deshalb weder für eine unkritische Euphorie noch für eine pauschale Ablehnung von KI. Entscheidend wird sein, künstliche Intelligenz dort einzusetzen, wo sie Menschen sinnvoll unterstützt und ihre Fähigkeiten erweitert – nicht dort, wo sie menschliches Denken, Urteilsvermögen und soziale Kompetenz schleichend ersetzt

Zum Einsatz von KI in diesem Newsletter: Bilder sind durch KI generiert. Die Texte sind durch die Autoren verfasst, aber redaktionell mit KI verarbeitet worden.