



**Universität
Zürich** ^{UZH}



“Wer das Schiff erfindet, erfindet auch den Schiffbruch.”
Paul Virillo

Wir erfinden viel und sehr schnell



Wir erfinden viel und sehr schnell

Wie lange hat es gedauert, bis ChatGPT 1 Millionen Nutzer.innen erreicht hat?



Wir erfinden viel und sehr schnell

Wie lange hat es gedauert, bis ChatGPT 1 Millionen Nutzer.innen erreicht hat?

ChatGPT erreichte innerhalb von fünf Tagen nach dem Start eine Million Nutzer.innen – und stellte damit einen Rekord für die schnellste Nutzer.innenakquise in der Geschichte der digitalen Technologie auf.

(Dieser Rekord wurde inzwischen gebrochen.)



Wir erfinden viel und sehr schnell



Im Gegensatz zu anderen Industriebranchen müssen diese Massnahmen keiner Sicherheitsprüfung unterzogen werden, um sicherzustellen, dass sie sicher sind.

Wie lange hat es gedauert, bis ChatGPT 1 Millionen Nutzer.innen erreicht hat?

ChatGPT erreichte innerhalb von fünf Tagen nach dem Start eine Millionen Nutzer.innen – und stellte damit einen Rekord für die schnellste Nutzer.innenakquise in der Geschichte der digitalen Technologie auf.

(Dieser Rekord wurde inzwischen gebrochen.)



**Universität
Zürich** ^{UZH}



Dr. Carli Ochs - 1.07.27 - Digitalisierung und Nahbeziehungen - Podiumsdiskussion



Universität
Zürich^{UZH}

Was kann ich euch als Forscherin sagen?



**Universität
Zürich**^{UZH}

Was kann ich euch als Forscherin sagen?



Den Einfluss von Technologien zu bewerten ist schwer, da sich alles unglaublich schnell entwickelt.



**Universität
Zürich**^{UZH}

Soziale Interaktion ist ein wichtiger Prädiktor für unser körperliche und psychische Wohlbefinden.



(Epley & Schroeder,
2014)



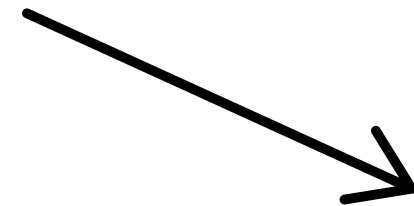
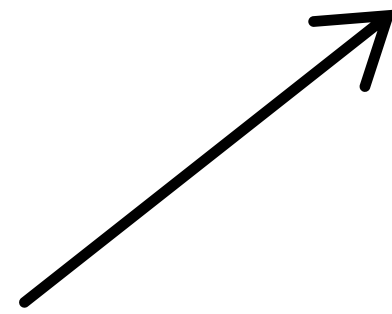
Universität
Zürich UZH

Das ist toll, denn Dank Telefonen, Internet,
E-Mails und Handys können wir heute
jederzeit mit jedem/jeder kommunizieren.

Und Dank KI braucht man jetzt nicht einmal
mehr einen Menschen!



**Universität
Zürich**^{UZH}



Verschiebung

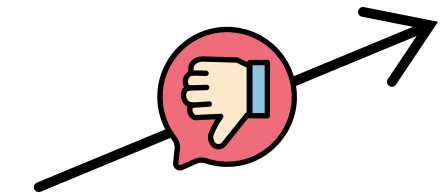
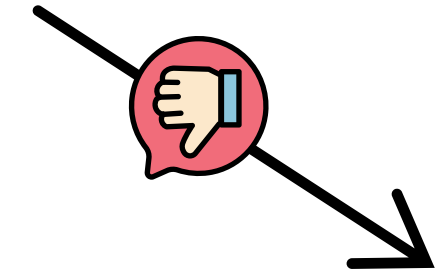
= soziale Interaktion, die hätte stattfinden können,
findet nicht statt

Komplementäre/ergänzende Nutzung

= die Kommunikation mit einer nicht anwesenden
Person ermöglichen oder Zugang zu einer visuellen
Hilfe ermöglichen

Unterbrechung

= eine laufende soziale Interaktion
unterbrechen



Universität
Zürich^{UZH}



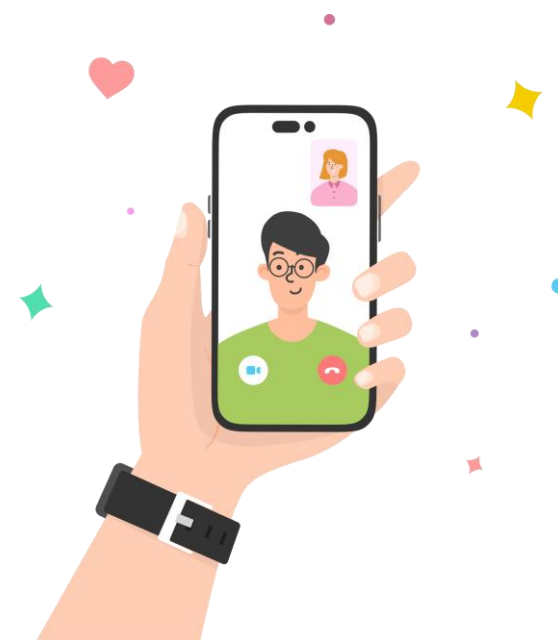
Komplementäre/ergänzende Nutzung
= die Kommunikation mit einer nicht anwesenden Person ermöglichen oder Zugang zu einer visuellen Hilfe ermöglichen



**Universität
Zürich**^{UZH}



Komplementäre/ergänzende Nutzung
= die Kommunikation mit einer nicht anwesenden Person ermöglichen oder Zugang zu einer visuellen Hilfe ermöglichen



**Universität
Zürich**^{UZH}



Komplementäre/ergänzende Nutzung
= die Kommunikation mit einer nicht anwesenden Person ermöglichen oder Zugang zu einer visuellen Hilfe ermöglichen





4.16 Minuten schneller als Personen ohne Smartphone



Komplementäre/ergänzende Nutzung

= die Kommunikation mit einer nicht anwesenden Person ermöglichen oder Zugang zu einer visuellen Hilfe ermöglichen



**Universität
Zürich** ^{UZH}



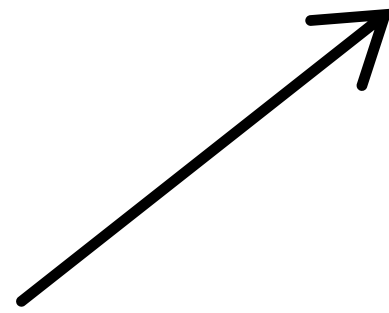
4.16 Minuten schneller als Personen ohne
Smartphone
Bessere Stimmung
Aber haben weniger soziale Interaktion!



Komplementäre/ergänzende Nutzung

= die Kommunikation mit einer nicht anwesenden
Person ermöglichen oder Zugang zu einer visuellen
Hilfe ermöglichen



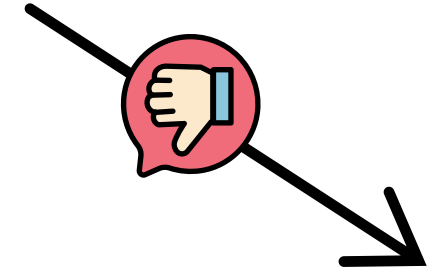


Verschiebung

= soziale Interaktion, die hätte stattfinden können,
findet nicht statt

Komplementäre/ergänzende Nutzung

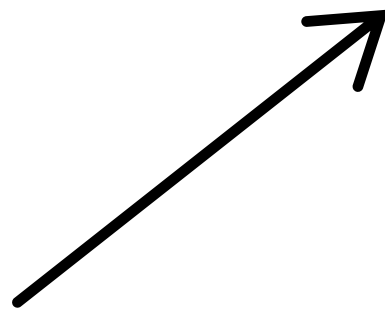
= die Kommunikation mit einer nicht anwesenden
Person ermöglichen oder Zugang zu einer visuellen
Hilfe ermöglichen



**Universität
Zürich**^{UZH}

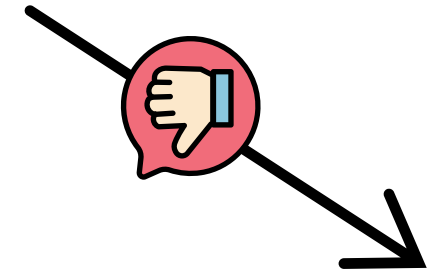
Verschiebung

= soziale Interaktion, die hätte stattfinden können,
findet nicht statt



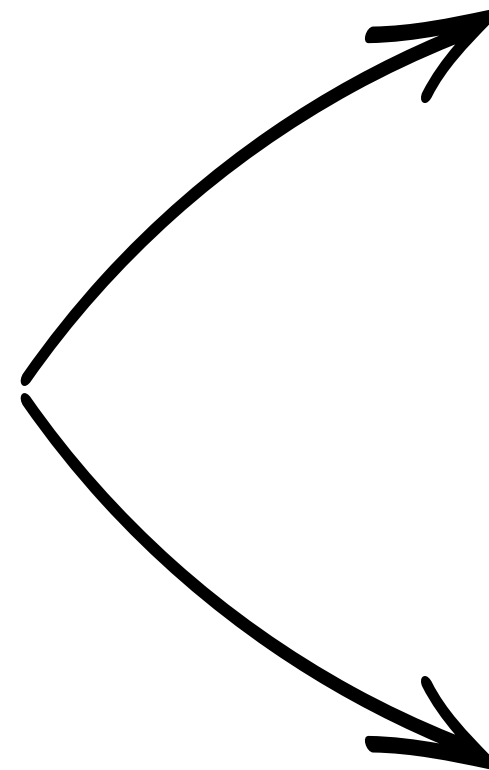
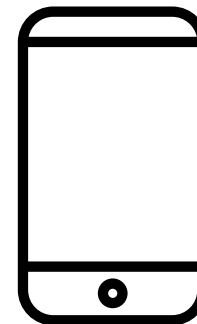
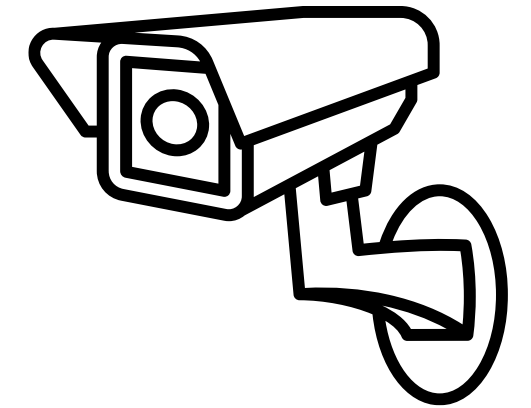
Komplementäre/ergänzende Nutzung

= die Kommunikation mit einer nicht anwesenden
Person ermöglichen oder Zugang zu einer visuellen
Hilfe ermöglichen



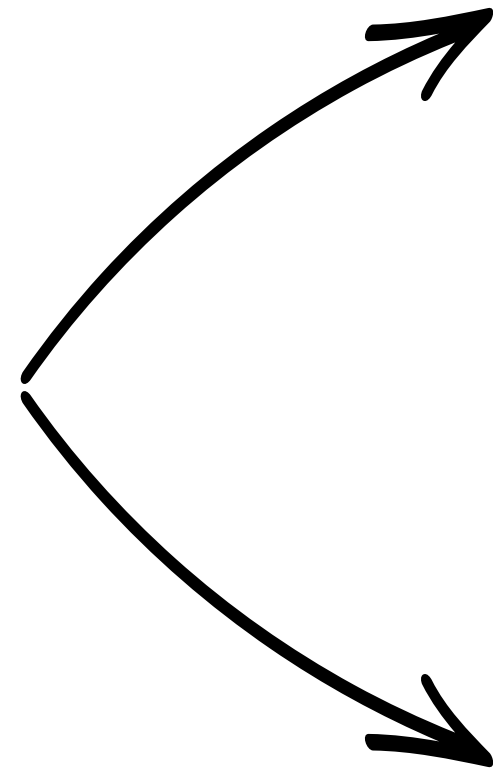
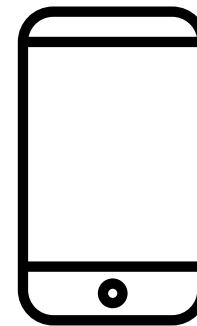
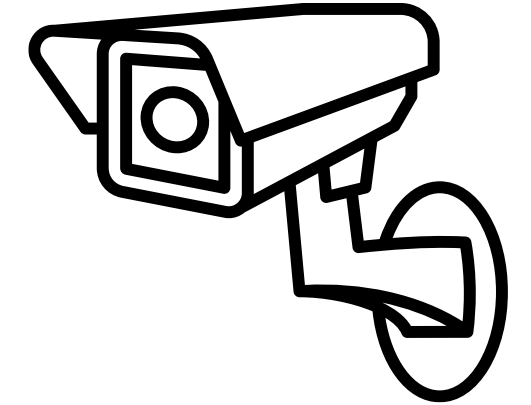
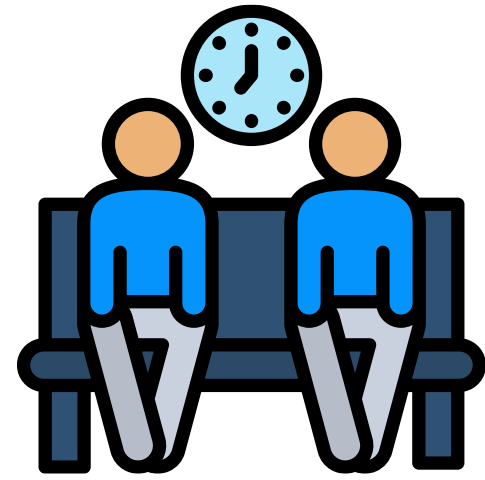
**Universität
Zürich** ^{UZH}

(Kushlev, 2019)



**Universität
Zürich**^{UZH}

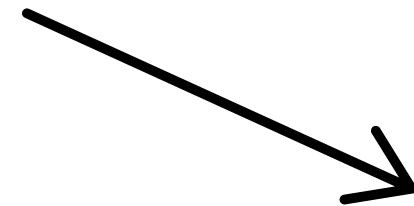
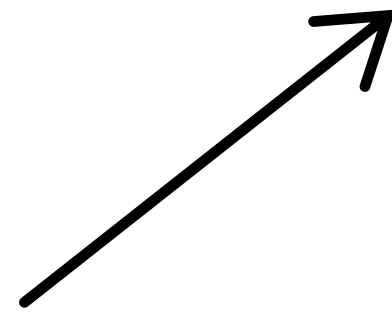
(Kushlev, 2019)



Im Vergleich zu Teilnehmer:innen ohne Smartphone, zeigten Teilnehmer:innen mit Smartphone deutlich weniger Lächeln.



**Universität
Zürich** ^{UZH}



Verschiebung

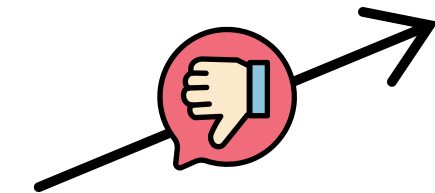
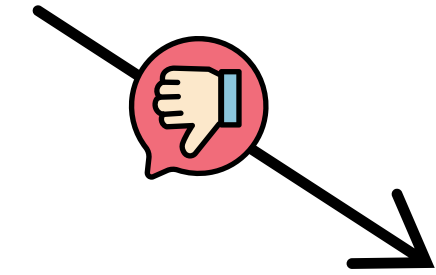
= soziale Interaktion, die hätte stattfinden können,
findet nicht statt

Komplementäre/ergänzende Nutzung

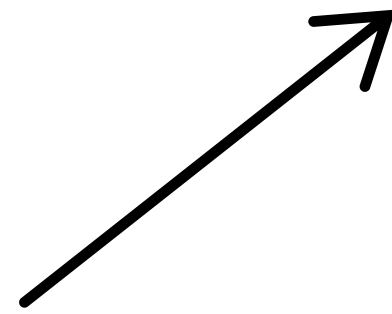
= die Kommunikation mit einer nicht anwesenden
Person ermöglichen oder Zugang zu einer visuellen
Hilfe ermöglichen

Unterbrechung

= eine laufende soziale Interaktion
unterbrechen



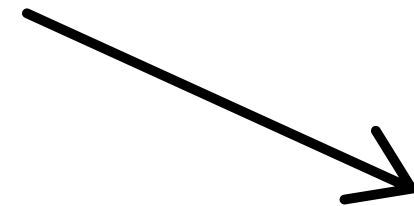
Universität
Zürich^{UZH}



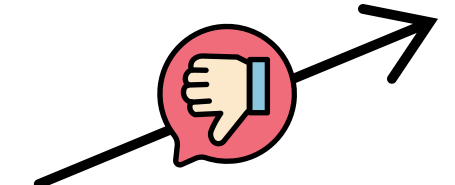
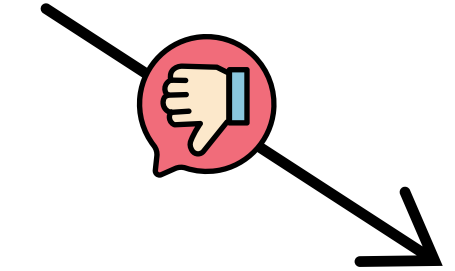
Verschiebung
= soziale Interaktion, die hätte stattfinden können,
findet nicht statt



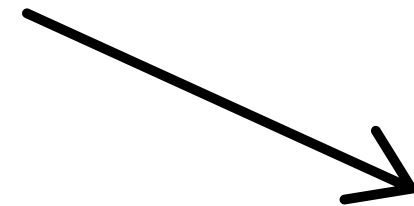
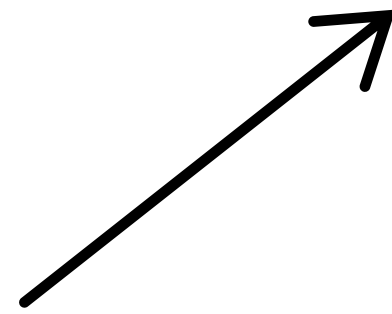
Komplementäre/ergänzende Nutzung
= die Kommunikation mit einer nicht anwesenden
Person ermöglichen oder Zugang zu einer visuellen
Hilfe ermöglichen



Unterbrechung
= eine laufende soziale Interaktion
unterbrechen



**Universität
Zürich** ^{UZH}



Verschiebung

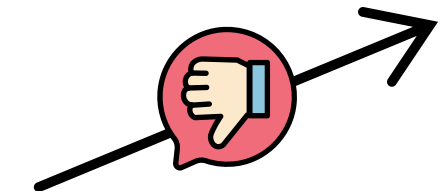
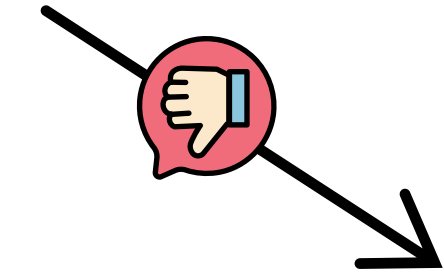
= soziale Interaktion, die hätte stattfinden können,
findet nicht statt

Komplementäre/ergänzende Nutzung

= die Kommunikation mit einer nicht anwesenden
Person ermöglichen oder Zugang zu einer visuellen
Hilfe ermöglichen

Unterbrechung

= eine laufende soziale Interaktion
unterbrechen



Universität
Zürich^{UZH}

FAZIT

Technologie entwickelt sich schnell.



FAZIT

Technologie entwickelt sich schnell.

Technologie beeinflusst, ob und wie wir miteinander interagieren



**Universität
Zürich**^{UZH}

FAZIT

Technologie entwickelt sich schnell.

Technologie beeinflusst, ob und wie wir miteinander interagieren

Soziale Interaktion ist für unser Wohlbefinden sehr wichtig.
Deshalb ist das Gespräch, das wir heute hier führen, wichtig.



**Universität
Zürich**^{UZH}

FAZIT

Technologie entwickelt sich schnell.

Technologie beeinflusst, ob und wie wir miteinander interagieren

Soziale Interaktion ist für unser Wohlbefinden sehr wichtig.
Deshalb ist das Gespräch, das wir heute hier führen, wichtig.

Soziale Interaktion ist für die Entwicklung eines Kindes sehr wichtig.



**Universität
Zürich** ^{UZH}

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



Dr. Carli Ochs - 1.07.27 - Digitalisierung und Nahbeziehungen - Podiumsdiskussion



Universität
Zürich UZH

Referenzen

De Freitas, J., Oğuz-Uğuralp, Z., Uğuralp, A. K., & Puntoni, S. (2026). AI companions reduce loneliness. *Journal of Consumer Research*, 52(6), 1126-1148.

Epley, N., & Schroeder, J. (2014). Mistakenly seeking solitude. *Journal of Experimental Psychology: General*, 143(5), 1980.

Kushlev, K., Proulx, J. D., & Dunn, E. W. (2017). Digitally connected, socially disconnected: The effects of relying on technology rather than other people. *Computers in Human Behavior*, 76, 68-74.

Kushlev, K., Hunter, J. F., Proulx, J., Pressman, S. D., & Dunn, E. (2019). Smartphones reduce smiles between strangers. *Computers in Human Behavior*, 91, 12-16.

Kushlev, K., & Leitao, M. R. (2020). The effects of smartphones on well-being: Theoretical integration and research agenda. *Current opinion in psychology*, 36, 77-82.

Ochs, C., & Sauer, J. (2023). Disturbing aspects of smartphone usage: A qualitative analysis. *Behaviour & Information Technology*, 42(14), 2504-2519.