

The background of the image is a grayscale, low-angle perspective of a futuristic architectural corridor. The walls and ceiling are composed of a grid of rectangular panels, creating a sense of depth and perspective. The floor is also a grid, leading the eye towards the vanishing point in the distance. Scattered throughout the scene are numerous water droplets of various sizes, some in sharp focus and others blurred, adding a dynamic and organic feel to the otherwise geometric environment. The lighting is soft and diffused, coming from the far end of the corridor.

SELBSTGESPRÄCHE DER ZUKUNFT

SELBSTCOACHING IM ZEITALTER DER DIGITALEN INTELLIGENZ

WIE VERÄNDERN SICH UNSERE GESPRÄCHE?



WIR KOMMUNIZIEREN HEUTE
SCHNELLER – ABER NICHT
TIEFGEHENDER



DIE QUANTITÄT DER GESPRÄCHE
NEHMEN ZU – NICHT ABER DIE
QUALITÄT



WENIG RAUM FÜR REFLEXION
UND KLARHEIT

STATISTIK DER EINSAMKEIT

Einsamkeitsstatistik in Österreich

600.000



Menschen fühlen
sich mehr als die
Hälfte der Zeit
unfreiwillig allein



1,6 Mio.



Menschen
leben allein

Einsamkeit in Europa

EU-weite Befragung von 27 Ländern, 2022

13% fühlen sich
„meistens“ oder
„immer“ einsam



35% fühlen sich
„manchmal“ einsam

Einsamkeit ist kein Randphänomen,
sondern gesellschaftliche Realität.

WARUM STEIGT DIE EINSAMKEIT?

- **WENIGER ECHTE SOZIALE INTERAKTION**
- **HÖHERE ANSPRÜCHE AN GESPRÄCHSQUALITÄT**
 - Smalltalk verliert an Wert
 - Wunsch nach Sinn, Tiefe, Klarheit
- **BESCHLEUNIGTER LEBENSSTIL**
 - Weniger Zeit für bewusste Selbstreflexion
 - Mehr mentale Belastung, weniger Verfügbarkeit

Moderne Kommunikation verbindet uns – aber sie spiegelt uns selten

VORTEILE DER INTERAKTION MIT KI

ungestörte Reflexion

neutrale, geduldige Analyse

jederzeitige Verfügbarkeit

Perspektivenwechsel

rasche Mustererkennung

keine Emotionen oder Erwartungen

KI ERSETZT KEINE MENSCHEN -
ES ERGÄNZT FÄHIGKEITEN

KI IST EIN SPIEGEL
UNSERES „ICHS“

