Bitkom e.V. | Presseinformation zur Pressekonferenz

# KI kommt in der Liebe an

- **Vom Tool zum Gefühl: Für ein Viertel der Nutzerinnen und Nutzer ist KI bereits wie eine „digitale Bezugsperson“**
- **Fast ein Fünftel nutzt KI für Familie, Freundschaft und Partnerschaft**
- **KI könnte für jeden zehnten Mann reale Liebe ersetzen**
- **Mehrheit glaubt, KI verändert menschliche Beziehungen grundlegend**

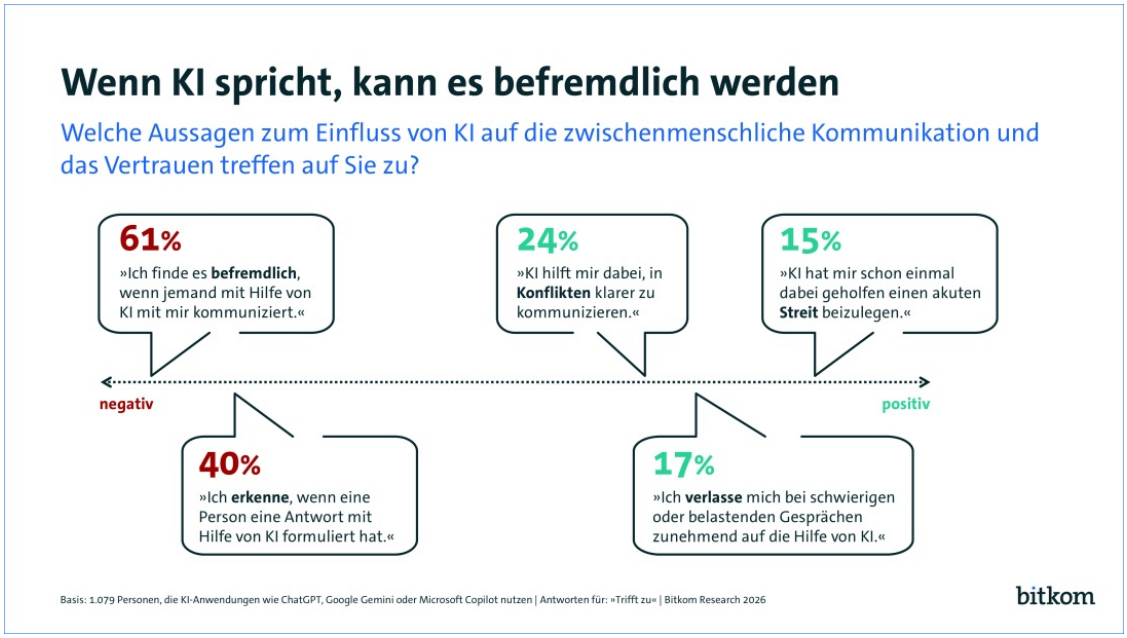
**Berlin, 24. März 2026** – Künstliche Intelligenz ist immer da. Sie hört zu, gibt Rat und sie widerspricht kaum - und rutscht damit zunehmend in eine Rolle, die bisher ausschließlich Menschen vorbehalten war: Familie, Freundschaft, Partnerschaft. Bereits ein Viertel derjenigen, die Chatbots wie ChatGPT, Gemini, Claude und andere nutzen, empfinden die KI manchmal wie eine digitale Bezugsperson (26 Prozent). Unter den unter 30-Jährigen sagt dies sogar ein Drittel (32 Prozent). Ein Zehntel (11 Prozent) fühlt mitunter emotionale Verbundenheit zur KI. Und mehr als jeder zehnte Mann (11 Prozent) kann sich vorstellen, dass die KI reale Liebe für ihn ersetzen könnte. Das sind Ergebnisse einer repräsentativen Befragung unter rund 1.500 Internetnutzerinnen und -nutzern in Deutschland ab 16 Jahren, die der Digitalverband Bitkom erstmals durchgeführt hat, darunter 1.004 Nutzerinnen und Nutzer von KI-Anwendungen. Schwerpunkt ist die Frage, wie digitale Technologien und insbesondere Künstliche Intelligenz die Beziehungen zwischen Menschen derzeit schon prägen und künftig prägen werden. Mehr als die Hälfte der Befragten (54 Prozent) geht demnach davon aus, dass KI menschliche Beziehungen in den nächsten 10 Jahren grundlegend verändern wird. Insgesamt zeigt sich dabei ein deutlicher Generationenunterschied: Je jünger die Menschen, desto stärker ist KI in ihrem Beziehungs- und Liebesleben angekommen. „KI erreicht Bereiche, in denen es um Nähe, Vertrauen und echte Verbindungen geht“, sagt Bitkom-Hauptgeschäftsführer Dr. Bernhard Rohleder. „Es stellen sich Fragen, die wir als Gesellschaft künftig beantworten müssen: Wo bietet KI eine sinnvolle Unterstützung und wo ersetzt sie den wünschenswerten zwischenmenschlichen Austausch? Wie viel Transparenz brauchen wir, damit Kommunikation authentisch und glaubwürdig bleibt? Und welche Folgen hat es für unsere Beziehungen, wenn KI Auswege bietet oder gar zum Maßstab wird?“ Die Ergebnisse der Studie im Überblick:

## 1. KI als Beziehungscoach

KI spielt im Umgang mit Menschen zunehmend eine Rolle. Chatbots werden nicht nur als digitales Gegenüber wahrgenommen, sie werden auch pragmatisch genutzt, wenn es zwischen Menschen schwierig wird. Fast jede und jeder Fünfte, die bzw. der KI nutzt (18 Prozent), hat sie bereits für Fragen rund um Familie, Freundschaft oder Partnerschaft eingesetzt. Dabei geht es etwa darum, eine heikle Nachricht zu formulieren, Streit zu sortieren oder sich Rat zu Themen wie Eifersucht oder Trennung zu holen. Dabei zeigt sich bereits ein großer Generationen-Twist: Von den unter 30-Jährigen nutzen bereits 37 Prozent KI für Beziehungsfragen, von den 30-39-Jährigen sind es 31 Prozent. Danach geht die Kurve steil nach unten: Bei den 40-49-Jährigen sind es noch 17 Prozent und nur 5 Prozent Ü50. Wer KI für Beziehungsthemen nutzt, bewertet die Hilfe überwiegend positiv: Rund drei Viertel sagen, die KI habe ihnen in Beziehungsfragen geholfen.

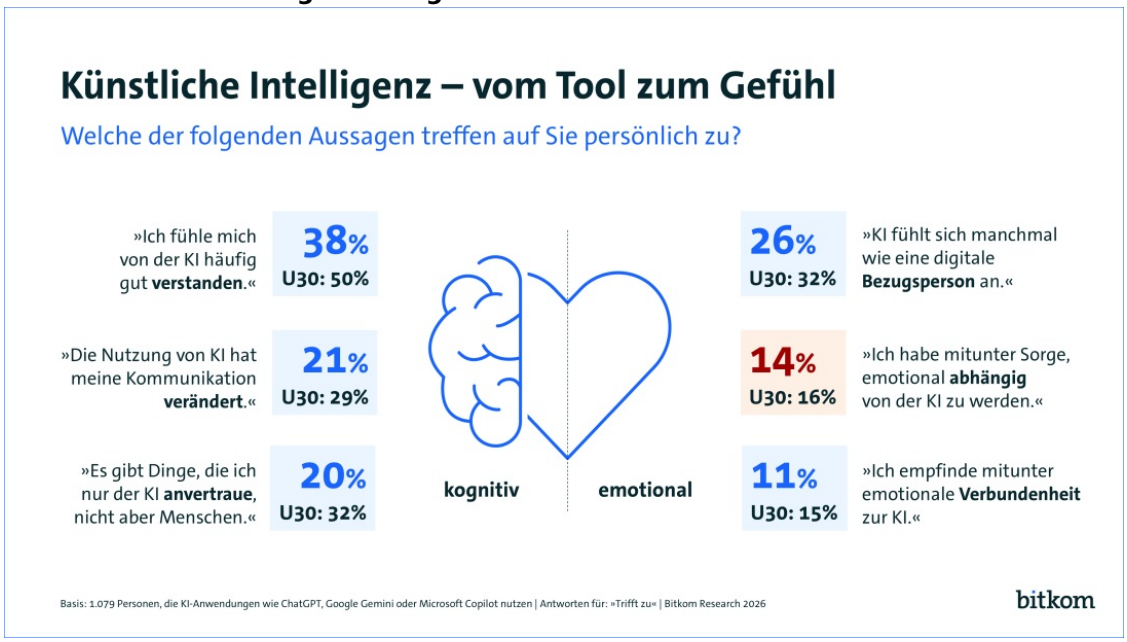
Noch etwas häufiger ist der Einsatz von KI für den Blick auf die eigene Persönlichkeit: 32 Prozent der KI-Nutzerinnen und -Nutzer verwenden sie zum Umgang mit Persönlichkeitsthemen im Job, also den Umgang mit Stress oder der persönlichen Entwicklung. 20 Prozent kümmern sich mithilfe von KI um ihre mentale Gesundheit und tauschen sich mit dem Chatbot zu Themen wie Stress, Ängsten oder Einsamkeit aus. 16 Prozent nutzen die KI zur allgemeinen Selbstreflexion, beispielsweise in der Art eines digitalen Tagebuchs.

## 2. KI-Kommunikation wirkt für viele befremdlich




Bei KI-gestützter Kommunikation im direkten Austausch zeigt sich eine starke Ambivalenz. 61 Prozent finden es befremdlich, wenn jemand mit Hilfe von KI mit ihnen kommuniziert. 40 Prozent meinen zu erkennen, wenn eine Person eine Antwort mit Hilfe von KI formuliert hat. Auf der anderen Seite stehen aber auch einige konkrete Vorteile: Jedem und jeder vierten Nutzerin bzw. Nutzer (24 Prozent) hilft KI dabei, in Konflikten klarer zu kommunizieren. 17 Prozent geben an, sich bei schwierigen oder belastenden Gesprächen zunehmend auf die Hilfe von KI zu verlassen. Und 15 Prozent sagen, KI habe ihnen schon einmal geholfen, einen akuten Streit beizulegen. Rohleder: „KI kann Streit entschärfen. Wenn sie im direkten Austausch mitsprechen soll, wird aber schnell spürbar, wie sensibel das für manche ist und Fragen von Echtheit, Nähe und Vertrauen berührt werden.“

### 3. Künstliche Intelligenz dringt in die Gefühlswelt vor




Gerade bei den Jüngeren dringt KI immer tiefer ins Beziehungsleben vor, und zwar nicht nur als technisches Werkzeug, sondern als emotionaler Bezugspunkt. Unter den KI-Nutzerinnen und -Nutzern insgesamt sagen 26 Prozent, die KI fühle sich manchmal wie eine digitale Bezugsperson an, bei den unter 30-Jährigen sind es 32 Prozent. 11 Prozent empfinden mitunter sogar eine persönliche emotionale Verbundenheit zur KI. Bei den unter 30-Jährigen liegt dieser Anteil bei 15 Prozent. Gleichzeitig ist auch die Kehrseite messbar: 14 Prozent machen sich Sorgen, emotional abhängig von der KI zu werden (U30: 16 Prozent).

Parallel dazu fällt auf, wie stark gerade die jüngere Generation KI auch als „sicheren Gesprächsraum“ nutzt: 20 Prozent sagen, es gebe Dinge, die sie nur der KI anvertrauen, nicht aber Menschen. Bei den unter 30-Jährigen sind es 32 Prozent. Und 38 Prozent geben an, sich von der KI

häufig gut verstanden zu fühlen, von den unter 30-Jährigen sagt das sogar jede und jeder Zweite (50 Prozent). Passend dazu stimmen 26 Prozent der KI-Nutzerinnen und -Nutzer der Aussage zu: „Die KI ist immer für mich da, wenn ich sie brauche, besser als ein Mensch." Rohleder: „In der Kommunikation mit einem KI-Chatbot erwächst für manche eine neue Form digitaler Vertrautheit, besonders bei jungen Menschen. KI wird für sie zu einem Akteur im Privatleben, der weit über Fragen der Nützlichkeit hinausgeht."

### 4. KI-Avatare – Männer sind offener als Frauen

Nach den Chatbots, die beim Formulieren und Sortieren helfen, kommt die nächste Stufe: KI, die nicht nur „mitdenkt", sondern als Gegenüber auftritt. KI-Avatare, auch AI-Companions genannt, sind digitale Begleiter in speziellen Apps. Man erstellt sich dort eine Freundin, einen Freund oder eine Partnerin bzw. einen Partner als Avatar, der einer realen oder Fantasiefigur entsprechen kann, mit dem man chatten und eine Beziehung aufbauen kann. Gut jede und jeder Fünfte (18 Prozent) kann sich vorstellen, einen solchen KI-Avatar zu nutzen, Männer deutlich häufiger (23 Prozent) als Frauen (13 Prozent). 5 Prozent der Männer und 4 Prozent der Frauen geben an, bereits einen KI-Avatar zu haben.

Auch bei den Einstellungen hierzu zeigen sich klare Unterschiede: 77 Prozent der Frauen (Männer: 69 Prozent) finden es problematisch, wenn KI zu sehr in Liebesbeziehungen vordringt, und 76 Prozent der Frauen (Männer: 68 Prozent) empfinden es als befremdlich, wenn Menschen eine emotionale Bindung zu KI-Avataren aufbauen. Gleichzeitig ist bei Männern die Offenheit gegenüber den neuen Möglichkeiten größer: 26 Prozent (Frauen: 17 Prozent) sind neugierig, wie sich romantische Beziehungen mit KI künftig entwickeln, 15 Prozent (Frauen: 10 Prozent) halten romantische Gefühle für eine KI oder einen KI-Avatar für möglich – und 11 Prozent der Männer (Frauen: 4 Prozent) können sich sogar vorstellen, dass KI reale romantische oder sexuelle Beziehungen ersetzen könnte. „KI-Avatare sind kein theoretisches Zukunftsthema mehr: In den USA und besonders in Teilen Asiens werden solche Companion-Apps heute schon in großer Breite genutzt und als eigenes Geschäftsmodell vermarktet", sagt Bitkom-Hauptgeschäftsführer Dr. Bernhard Rohleder. „Hunderte Millionen Menschen nutzen solche Anwendungen bereits. Die Entwicklung kommt langsam auch in Deutschland an, löst aber noch sehr unterschiedliche Reaktionen aus." Es sei jedoch davon auszugehen, dass der Trend auch in Deutschland vom Nischen- zum Massenphänomen werde.

### 5. KI – Chance oder Risiko für Beziehungen und Freundschaften?

Welche Folgen haben all diese Entwicklungen für reale Beziehungen und Freundschaften? Aktuell sehen zwei Drittel (65 Prozent) KI eher als Risiko für Beziehungen und Freundschaften und 22 Prozent als Chance. Viele rechnen überdies damit, dass KI das Miteinander nicht nur ein bisschen, sondern spürbar verändern wird. Eine knappe Mehrheit von 54 Prozent erwartet in den nächsten zehn Jahren einen grundlegenden Umbruch, unter den unter 30-Jährigen sind es 63 Prozent. „KI kommt im Privaten an, und viele ahnen, dass das Folgen haben wird, auch wenn heute noch niemand genau sagen kann, wie diese neue Normalität in Freundschaft und Liebe aussehen wird", so Rohleder. „Gleichzeitig stellen sich neue, gesamtgesellschaftliche Fragen: Was bedeutet Nähe, wenn sie jederzeit auf Knopfdruck verfügbar ist? Inwiefern wird unsere Bereitschaft verändert, für andere da zu sein? Wie viel emotionale Bindung zu Maschinen wollen wir zulassen? Und woran erkennen wir künftig noch, ob ein Gegenüber wirklich ein Mensch ist?"

## Kontakt

**Nina Paulsen**
Pressesprecherin
Telefon: +493027576168
E-Mail: n.paulsen@bitkom.org
Download Pressefoto

**Leah Schrimpf**
Leiterin Digitale Gesellschaft
Download Pressefoto
Nachricht senden

## Hinweis zur Methodik

Grundlage der Angaben ist eine Umfrage, die Bitkom Research im Auftrag des Digitalverbands Bitkom durchgeführt hat. Dabei wurden 1.449 Internetnutzerinnen und -nutzer in Deutschland ab 16 Jahren online befragt, darunter 1.004 Personen, die KI nutzen. Die Befragung fand im Zeitraum KW 3 bis KW 4 2026 statt. Die Umfrage ist repräsentativ.

---

Direktlink: ***https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/KI-kommt-in-Liebe-an***