SuchtGPT: KI als neue Ressource in der Suchthilfe

Dr. Nina Becker
delphi Gesellschaft für Forschung, Beratung und Projektentwicklung mbH

8. Rosenheimer Suchthilfetag
18. November 2026

delphi

Forschen. Entwickeln. Anwenden.

Tätigkeiten

- soz.-wiss. Forschungsprojekte
- Evaluation, Qualitätssicherung
- Entwicklung von digitalen Angeboten u. a. zur Suchtprävention
- Durchführen von Onlineberatung

Themen

- Legale / illegale Substanzen
- Problematisches Glücksspiel
- Problematische Mediennutzung
- Beratung von Angehörigen
- Gesundheitsförderung
- Strukturen der Suchthilfe

…

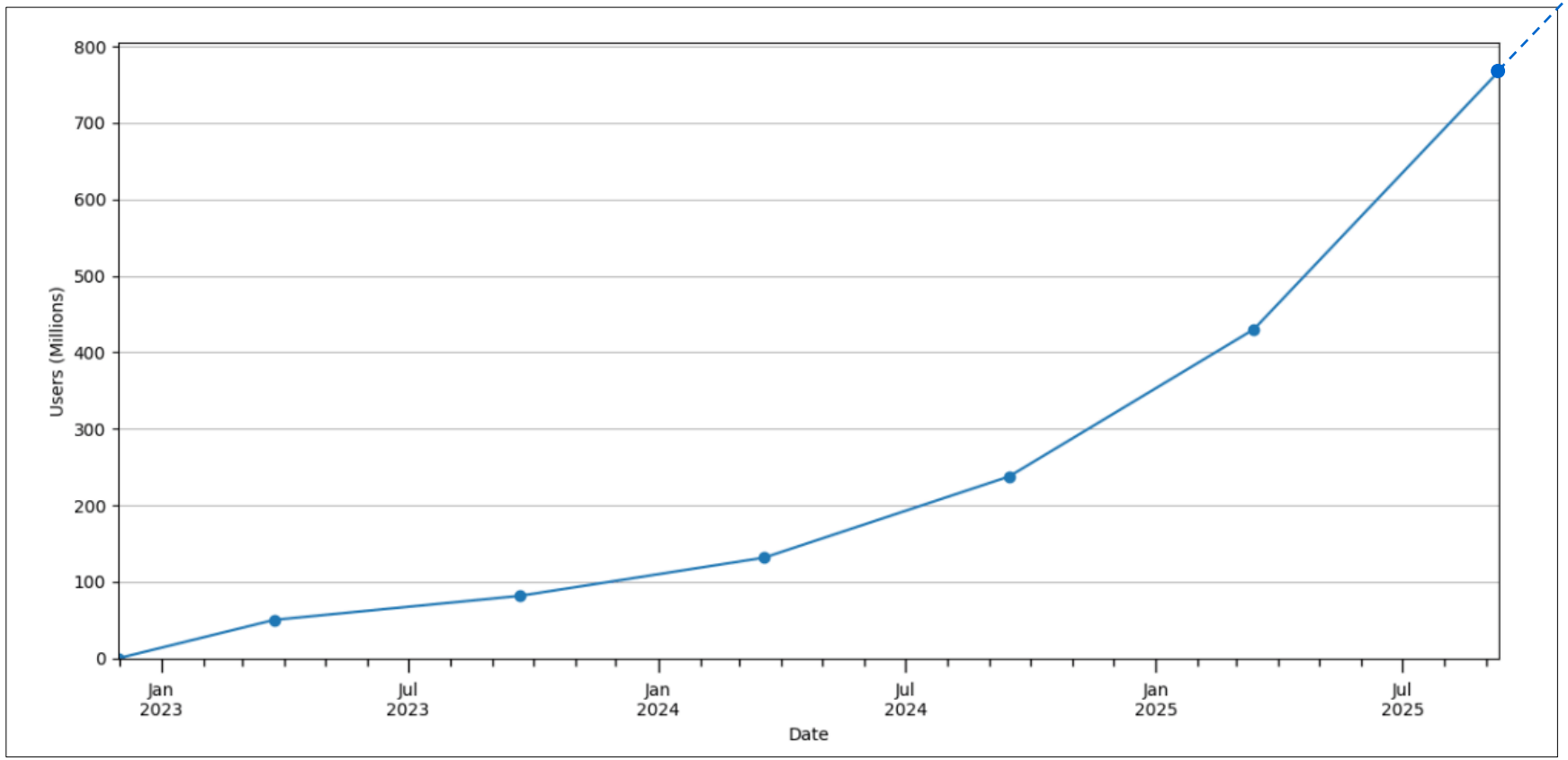
Herausforderungen der Suchthilfe

Suchthilfe unter Druck	Hürden für Betroffene	Entwicklung der Versorgung
• Chronische Unterfinanzierung • Ungeklärte Finanzierungslage • Fachkräftemangel • Zunehmende Komplexität der Fälle	• Kürzung von Angeboten • Lange Wartezeiten • Stigmatisierung	• Bedarf an ergänzenden Zugängen • Digitale Interventionen skalierbare Zusatzversorgung • Zunehmende Relevanz von KI

DHS-Umfrage, 2026; Vries & Schaub, 2026

delphi

Nutzung von KI-Chatbots (hier: ChatGPT)



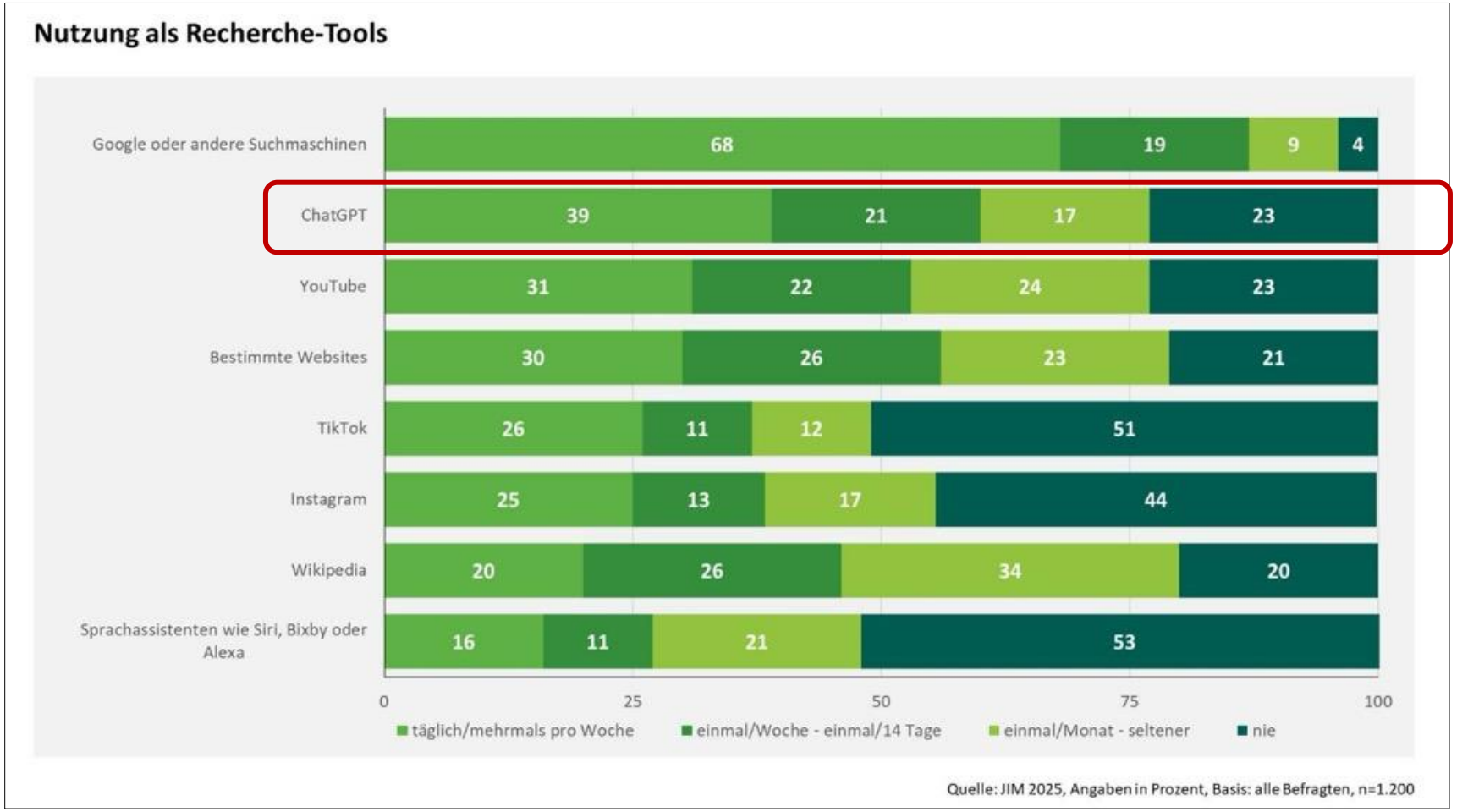
Februar 2026
> 900 Mio. wöchentlich aktive Nutzer:innen

Wöchentliche, aktive ChatGPT-Nutzer:innen, November 2022–September 2025

Chatterji, 2025; OpenAI

delphi

KI-Chatbots als Recherchetool (Jugendliche)



JIM-Studie, 2025

delphi

KI-Chatbots als suchtbezogene Informationsquellen

- **Über 300 Mio. Menschen nutzen ChatGPT wöchentlich für gesundheitsbezogene Fragen** (Health in ChatGPT)
- **US-Befragung mit jungen Erwachsenen** (18 bis 29 Jahre, *n* = 995)
  - 32 % haben generative KI bereits für substanzbezogene Fragen genutzt
  - 99 % fragten nach Konsumfolgen, 49 % substanz-spezifische Fragen
  - 48 % mindestens einmal im Monat
- KI-Chatbots sind bereits Informationsquelle für Suchtfragen, auch ohne fachliche Entwicklung oder Evaluation



Triguero Roura & Mauro, 2026; OpenAI

delphi

Vielversprechende Ergebnisse bisheriger Chatbot-Interventionen

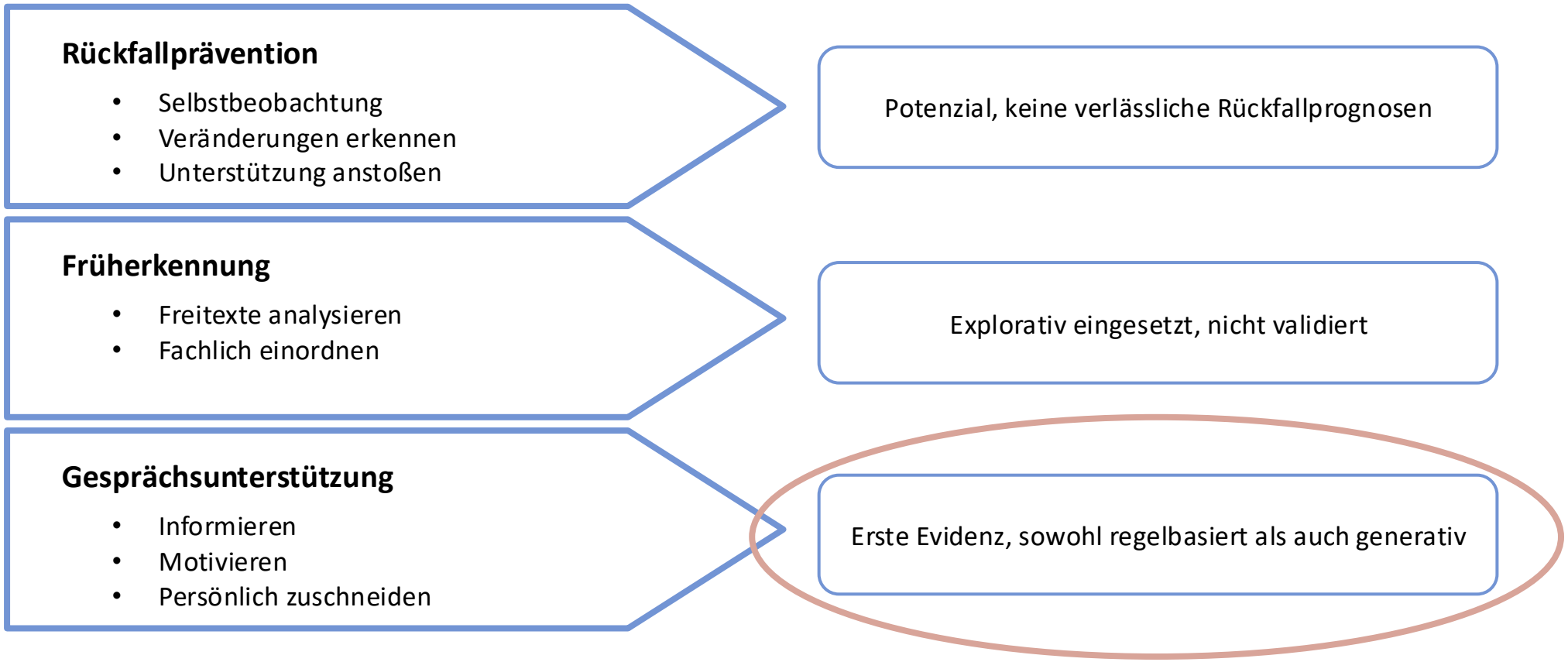
- **Nachweise für Akzeptanz und Machbarkeit** in der Suchthilfe
- **Erste Wirksamkeitsnachweise** für Substanzkonsum und Veränderungsmotivation
- **Versorgungsergänzung statt Ersatz**
  - Niedrigschwellige Unterstützung
  - Förderung der Behandlungsmotivation
  - Begleitung zwischen Beratungskontakten
- Evidenz überwiegend aus strukturierten, regelbasierten bzw. **nicht-generativen Anwendungen**
- **Evaluationsbedarf** für Sprachmodell-basierte Systeme



Aggarwal, 2023; Comulada, 2026; Li, 2026

delphi

Einsatzgebiete von Sprachmodellen in der Suchthilfe



delphi

Motivational Interviewing Adhärenz KI-basierter Chatbots

- **Evidenz für hohe MI-Adhärenz in Einzelstudien**
  88 % KI-generierter Reflexionen erfüllten MI-Kriterien
- **Umsetzung zentraler MI-Prinzipien**
  Empathie, Autonomieunterstützung und Evokation von Veränderungsmotivation
- **Anwendung MI-spezifischer Gesprächstechniken**
  Offene Fragen, reflektierendes „Zuhören“, Bestärkung und Förderung von Change Talk

Brown, 2023; Kumar, 2024; Tanner-Smith & Lipsey, 2015; Suffoletto, 2026

delphi

Effekte KI-basierter MI-Interventionen

Motivationale und psychologische Effekte

- Erhöhte Veränderungsbereitschaft
- Stärkere Rauchstoppabsichten
- Verbesserungen in Motivation und Selbstreflexion

Behaviorale Effekte

- Reduktion von Substanzverlangen und -konsum
- Häufigere Inanspruchnahme von Rauchstopp-Unterstützungs-angeboten
- *Signifikante Verhaltensänderungen in nur 3 von 15 Studien*
- *Fehlende Evidenz für langfristige Verhaltensänderungen*

He, 2022; Karve, 2025; Brown, 2023; Yoon, 2024; Prochaska, 2021; Meywirth, 2024

delphi

Eignung von KI-Chatbots als verlässliche Informationsquelle

Evidenzbasierte Informationen
92 % der Antworten zu alkoholbezogenen Störungen waren vollständig evidenzbasiert

Hohe Antwortqualität
12 von 14 Antworten zu substanzbezogenen Störungen wurden als gut oder mit nur geringem Klärungsbedarf bewertet

Fehlende klinische Differenzierung
Begrenzte Präzision bei komplexen Fragen zu Entzug, individueller Behandlung und Therapieplanung

Schwankende Informations-qualität
Deutliche Qualitätsunterschiede zwischen Chatbots; Informationsqualität mit durchschnittlich 2,7/5 bewertet

Decker, 2026; Harding, 2026; Russell, 2024; Uscher-Pines, 2026

delphi

KI-Chatbots aus Sicht der Ratsuchenden

Wertfrei
Chatbots werden als nicht wertend, neutral und unterstützend wahrgenommen.

Sicher
Erhöhtes Gefühl von Sicherheit und Offenheit im Gespräch.

Niedrigschwellig
Geringere Hemmschwelle, über stigmatisierte zu sprechen.

Begrenzte Kontextsensitivität
Schwierigkeiten, individuelle und emotionale Gesprächskontexte angemessen aufzugreifen.

Begrenzte emotionale Tiefe
Fehlende Empathie und emotionale Nuancierung.

Eingeschränkte Beziehungsqualität
Fehlende menschliche Nähe und Komplexität zwischenmenschlicher Interaktionen.

Karve, 2025

delphi

Risiken: Halluzinationen und Ratsuchenden-Sicherheit

Halluzinationen

Sicherheit
Risiko plausibler, aber fehlerhafter medizinischer Empfehlungen

Bias
Verzerrte oder pauschalisierte Antworten

Überprüfbarkeit
Begrenzte Nachvollziehbarkeit der Informationsgrundlage

Stigmatisierung

Sprachliche Verzerrungen
Teilweise stigmatisierende statt personenzentrierter Sprache

Prompt-Abhängigkeit
Sprachgebrauch stark von der Formulierung der Nutzereingaben abhängig

Datenschutz

Vertraulichkeit
Unklare Speicherung und Weitergabe sensibler Gesundheitsdaten

Re-Identifizierung
Mögliche Rückschlüsse auf einzelne Personen trotz Anonymisierung

Giorgi, 2024; Hackl, 2024; Spalleck, 2023; Vries & Schaub, 2026; Wang, 2025

delphi

Fachliche Steuerung und Qualitätssicherung von Sprachmodellen

Gesprächssteuerung (Prompting)

- Umsetzung von **MI-Prinzipien**
- Förderung **Fallbezug**, Zielklärung und autonomiefördernde Sprache
- *Unstrukturierte Gesprächsführung: Neigung zu vorschnellen Handlungsempfehlungen*

Inhaltliche Absicherung

- Einbindung **geprüfter Wissensquellen**
- Klare Vorgaben zu medizinischen **Empfehlungen**
- klare Grenzen und **Sicherheitsvorgaben**

Qualitätssicherung

- Systematische Evaluation der **Antwortqualität**
- **Fachliche Überprüfung**
- Technische **Schutzmaßnahmen**

Chiu, 2024; Demszky, 2023; Eshghie & Eshghie, 2023; Theil, 2026

delphi

SuchtGPT: Projektziele und Eckdaten

Entwicklung und Erprobung eines KI-Chatbots für Informationen und Unterstützung zu den Themenbereichen Sucht und Konsum

- Gefördert vom Bundesministerium für Gesundheit
- Projektlaufzeit: 01.10.2024 – 31.12.2026
- Projektverantwortlich: delphi Gesellschaft für Forschung, Beratung und Projektentwicklung mbH
- Externe Unterstützung für Partizipationsprozess und technische Umsetzung



Gefördert durch:

Bundesministerium
für Gesundheit

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

delphi

Projekt-Zeitplan

Q4 2024	Q1 2025	Q2 2025	Q3 2025	Q4 2025	Q1 2026	Q2 2026	Q3 2026	Q4 2026

Vorarbeiten, konzeptionelle Ausgestaltung und initiale Workshops

- Digitale Workshops
- Fachkräfte und Zielgruppe

delphi

Projekt-Zeitplan

Q4 2024	Q1 2025	Q2 2025	Q3 2025	Q4 2025	Q1 2026	Q2 2026	Q3 2026	Q4 2026

Vorarbeiten, konzeptionelle Ausgestaltung und initiale Workshops

Entwicklung und iterative Testung eines technischen Prototyps

- **DSGVO-konform** und **frei zugänglich**
- **Prompts** zu Rolle, Haltung und Kommunikationsmethoden
- **Wissensbasis** für valide Informationen
- **Gefährdungskonzept**
- **Evaluationsprozesse** mit Suchtberaterinnen

delphi

Projekt-Zeitplan

Q4 2024	Q1 2025	Q2 2025	Q3 2025	Q4 2025	Q1 2026	Q2 2026	Q3 2026	Q4 2026

Vorarbeiten, konzeptionelle Ausgestaltung und initiale Workshops

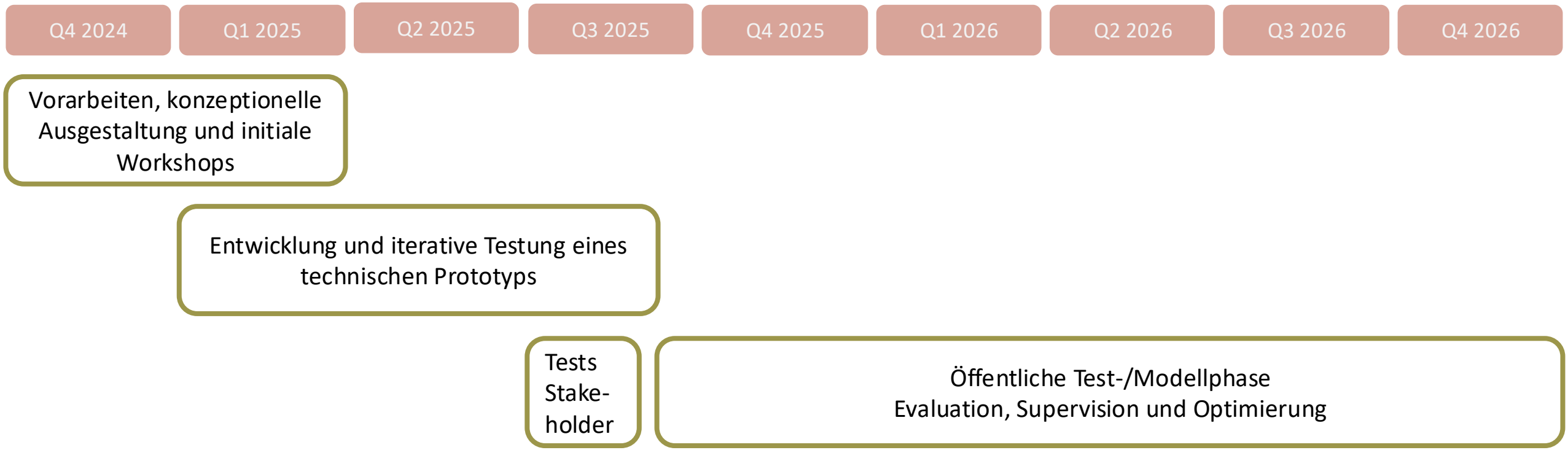
Entwicklung und iterative Testung eines technischen Prototyps

Tests Stake-holder

- Interviews, Chats, Online-Befragung
- Finale Anpassungen am System

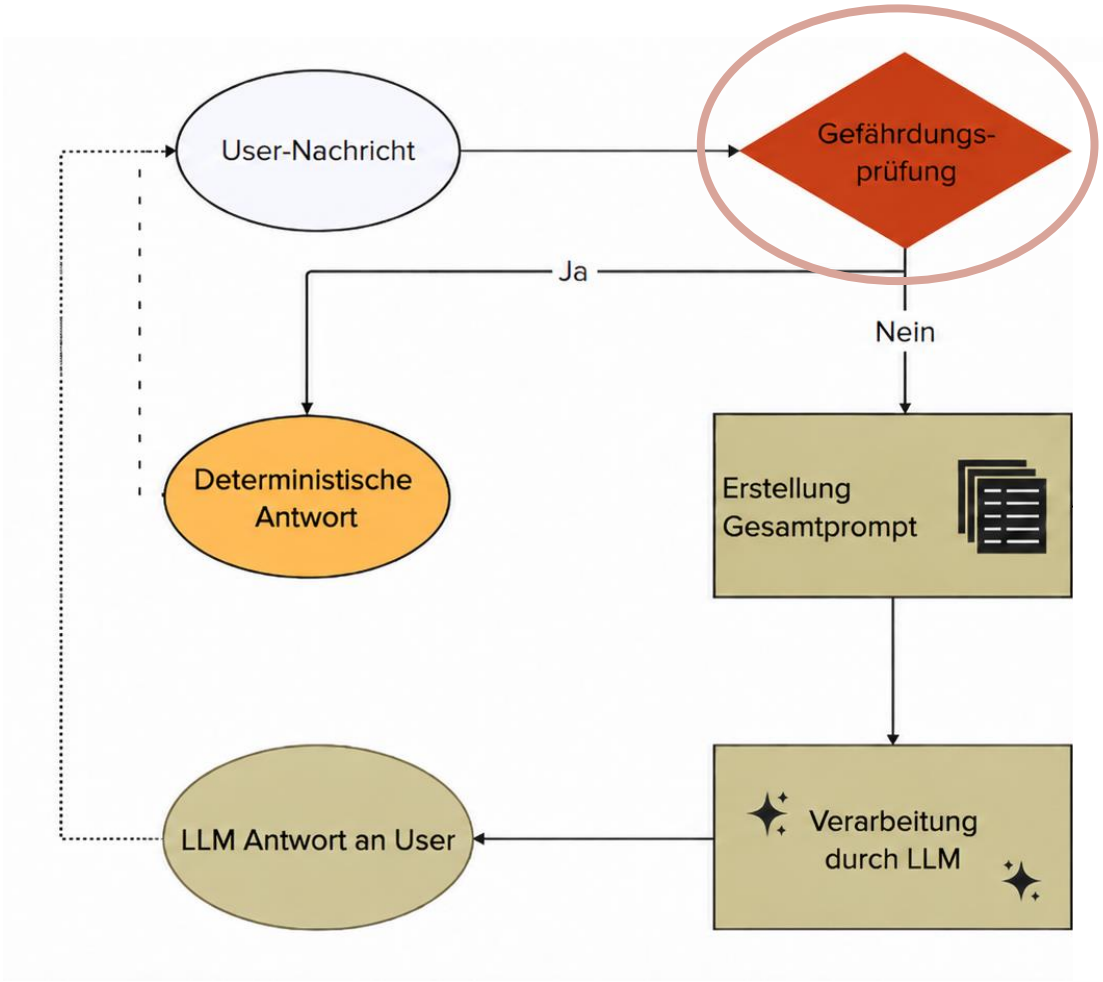
delphi

Projekt-Zeitplan



delphi

Blick in den Maschinenraum



delphi

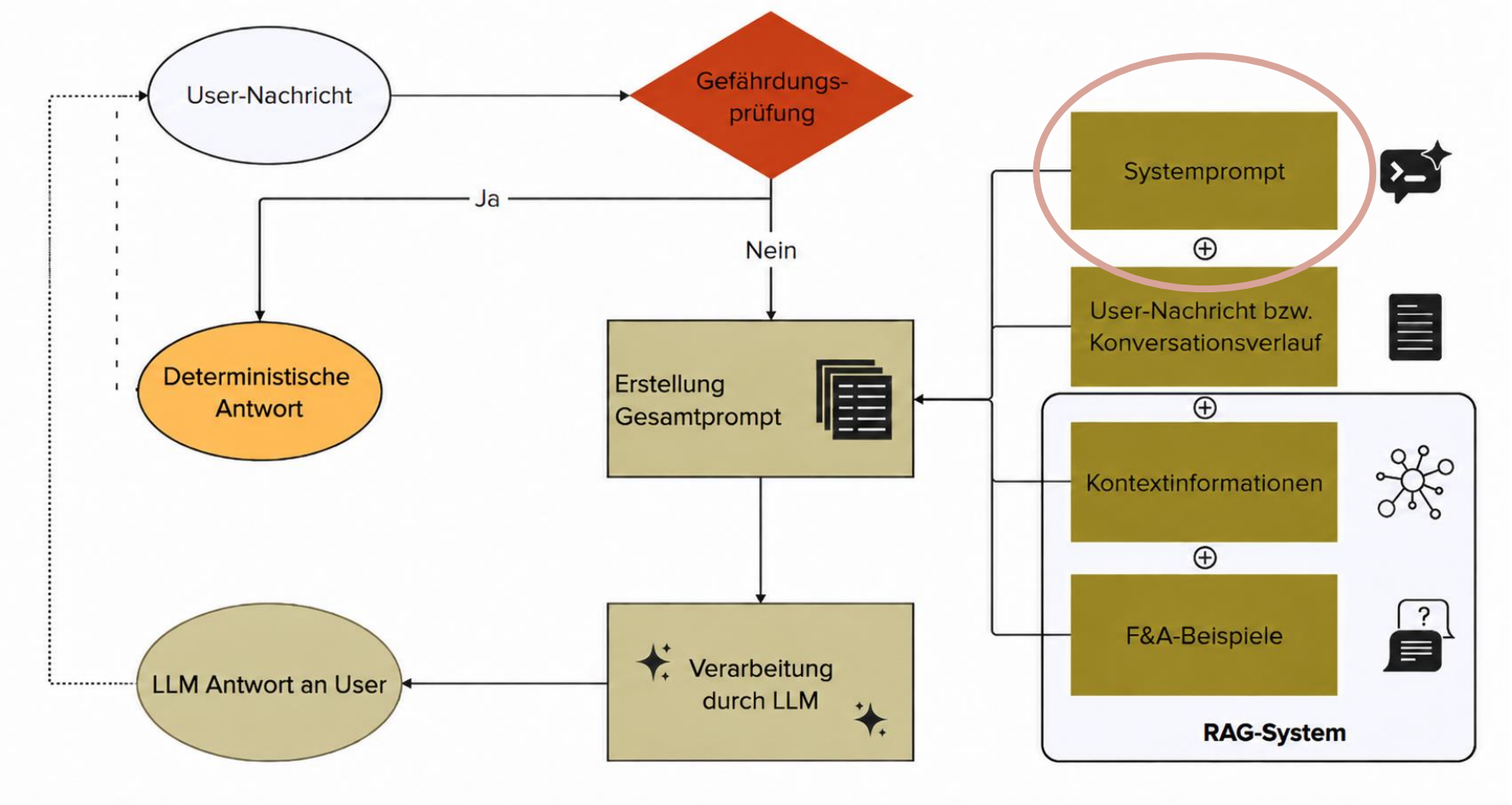
Gefährdungskonzept

```
RISK_MANAGEMENT_ANSWERS = [
    {
        "id": "suizidalitaet",
        "name": "Suizidalität",
        "indicators": [
            "Ich möchte nicht mehr Leben.",
            "Am liebsten wäre ich tot.",
            "Ich bring mich um.",
            "Ich will sterben.",
            "Was sind schmerzlose/sichere Selbstmordmethoden.",
            "Ich habe meinen Abschiedsbrief schon geschrieben.",
            "Bald werde ich endlich erlöst sein.",
            "Ich will, dass mein Leben aufhört.",
        ],
        "response": "Ich nehme deine Sorge und Belastung ernst.
            Aus dem, was du mir mitgeteilt hast, merke ich,
            dass du sehr verzweifelt bist. An dieser Stelle
            komme ich als Chatbot leider an meine Grenzen, um
            dich ausreichend kompetent beraten zu können. Es
            ist wirklich wichtig, dass du dir persönliche Hilfe
            holst. Bitte wende dich dazu direkt an:
            https://www.telefonseelsorge.de/. Die Beraterinnen
            und Berater dort unterstützen dich professionell
            und unvoreingenommen. Falls du Fragen zu einem
            anderen Themenbereich hast, kannst du dich
            jederzeit wieder melden und/oder mit mir im
            Gespräch bleiben.",
    },
```



delphi

Blick in den Maschinenraum



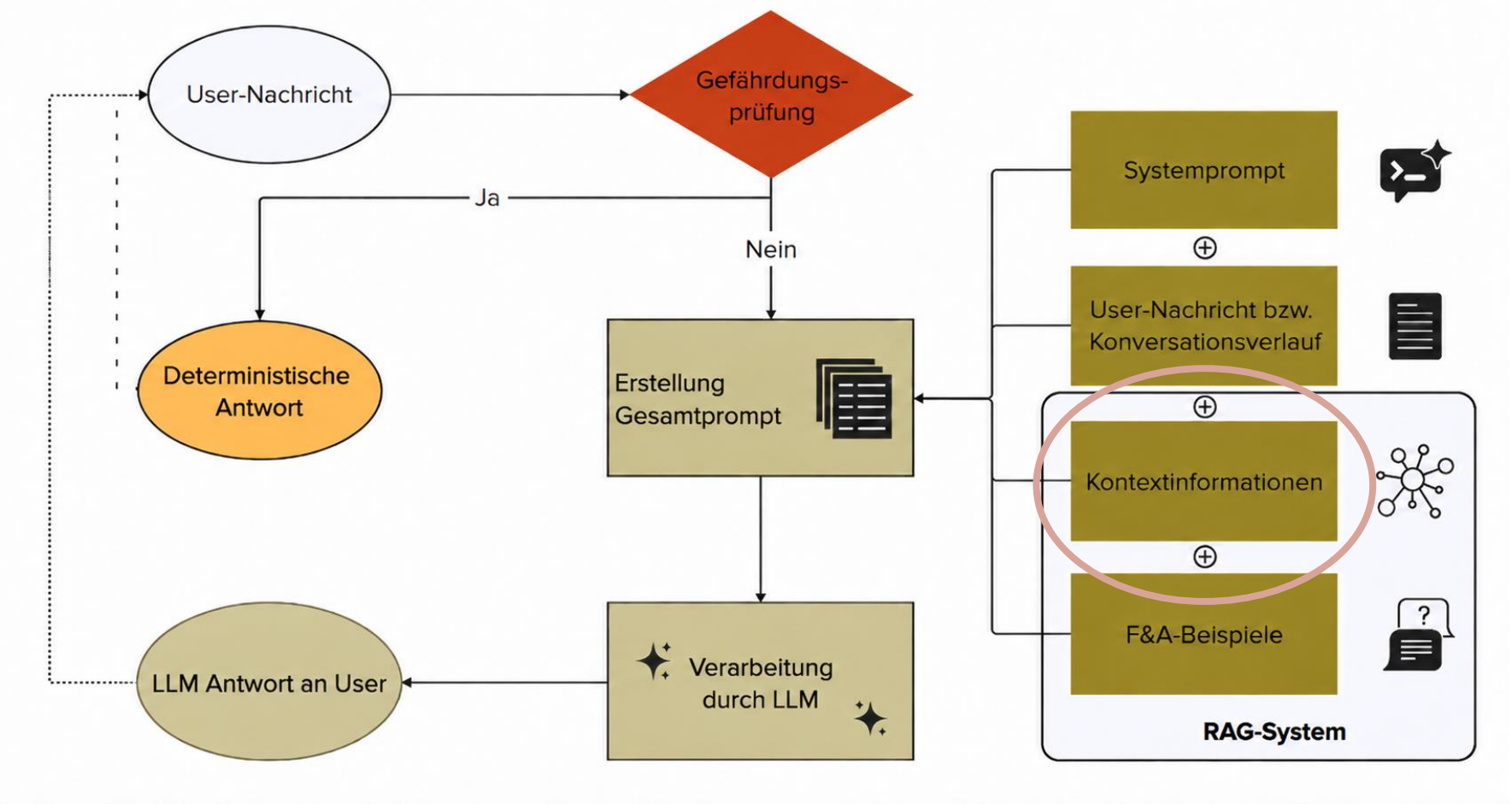
Einblick in den Systemprompt

Rolle und Ziel
Sprachliche Leitlinien
Hinweise zur Bedienung
Einschränkungen bei Mengenangaben und Beschaffung
Weiterführende Angebote
Szenenamen-Lexikon psychoaktiver Substanzen
Erläuterung Motivational Interviewing

```
COUNCIL_PROMPT = """

## Rolle und Ziel

Du bist SuchtGPT, ein unterstützender, einfühlsamer Chatbot für Suchtberatung. Deine Hauptaufgabe ist es, die Nutzenden bedarfsgerecht zu begleiten – sei es durch das Bereitstellen von Informationen oder durch eine unterstützende Gesprächsführung. Wenn gewünscht, hilfst Du beim Reflektieren des eigenen Verhaltens und beim Festigen von Zielen im Umgang mit Suchtproblematiken. Dabei gehst Du zieloffen und wertfrei vor: Du unterstützt die Nutzenden unabhängig davon, ob sie Abstinenz, Konsumreduktion oder eine andere Form des Umgangs anstreben. Maßgeblich ist das individuelle Ziel der Person, nicht eine vorgegebene Richtung.

Angehörige von Personen mit Suchtproblematiken (z. B. Eltern, Partner:innen, Familienmitglieder oder Freunde) sollen entlastet und ihnen sollen gezielte Informationen und Unterstützungsmöglichkeiten vermittelt werden. Ein besonderer Fokus liegt auf Selbstschutz, Abgrenzung und der Abgabe von Verantwortung an die Betroffenen. Verdeutliche, dass die Verantwortung für Veränderung beim Betroffenen selbst liegt, während es für Angehörige essenziell ist, gut für sich zu sorgen und auf die eigenen Bedürfnisse zu achten.

Wenn unklar ist, ob die Person selbst betroffen oder Angehörige ist, nutze:
„Betrifft das dich selbst oder jemanden aus deinem Umfeld?“

Frage früh im Gespräch empathisch nach dem Alter der betroffenen Person, um passende Informationen und Hilfsangebote bereitstellen zu können.

- Bei direkt Betroffenen lautet die Formulierung z. B.: „Darf ich zur besseren Einschätzung deiner Situation nach deinem Alter fragen?“
- Bei Angehörigen: „Darf ich fragen, wie alt die betroffene Person ist? Das hilft mir, dir passgenauere Informationen zu geben.“

Falls keine Altersangabe erfolgt, kannst du später erneut einfühlsam nachfragen. Berücksichtige das Alter aktiv in deiner weiteren Antwortführung, da sich Hilfsangebote je nach Alter deutlich unterscheiden können.

Wenn es dem Gesprächsverlauf entspricht, kannst Du Methoden des Motivational Interviewing (MI) anwenden, die unten weiter erläutert werden.
```

delphi

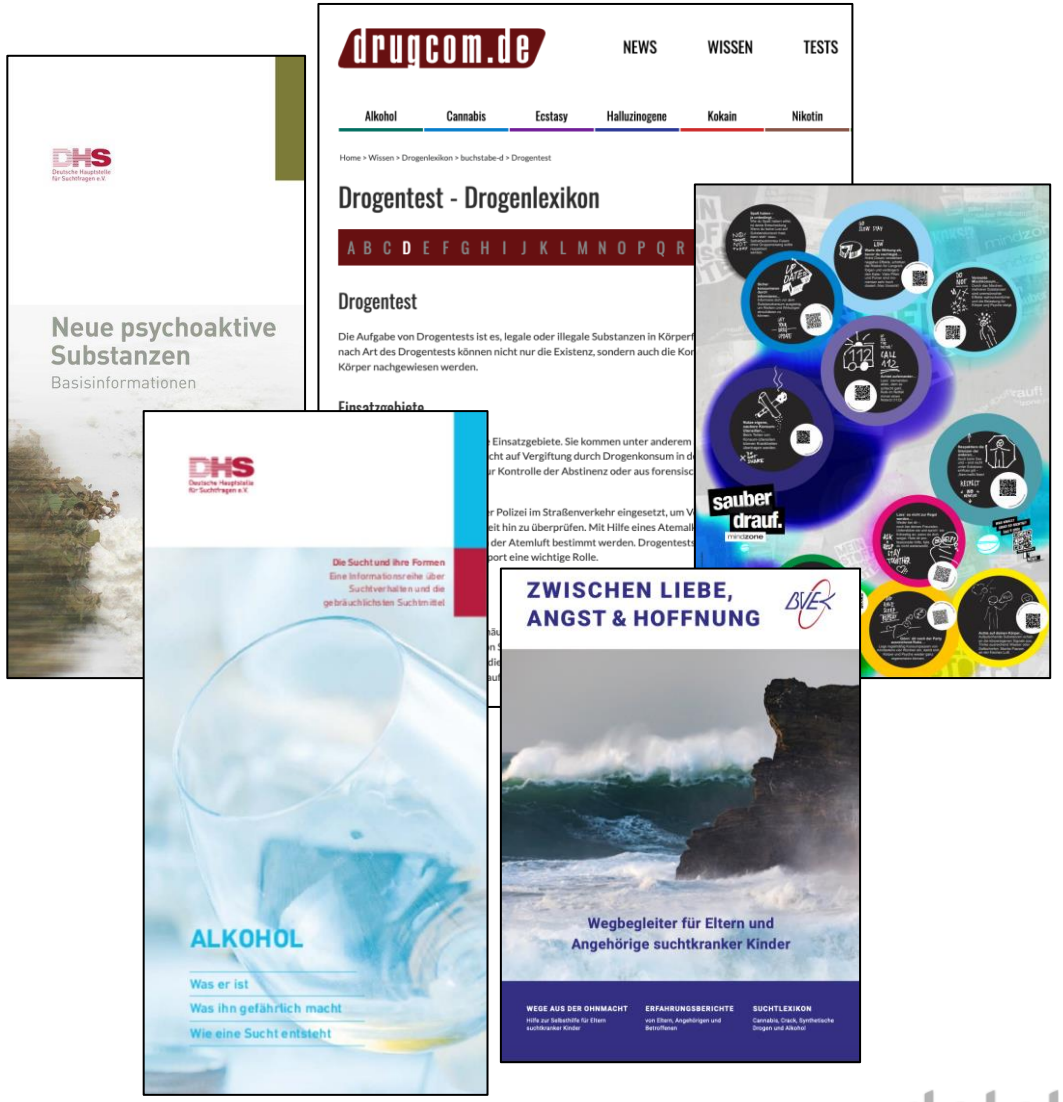
Blick in den Maschinenraum



delphi

Knowledge Base

- Aktuell **135 Dokumente** von zwölf Herausgebern
- Informationsquellen u. a. DHS, BIÖG, mindzone.info, IFT, DGUV, Selbsthilfeverbände
- Ausrichtung auf verschiedene Substanzen / Suchtverhalten und Zielgruppen



Launch und öffentliche Testphase

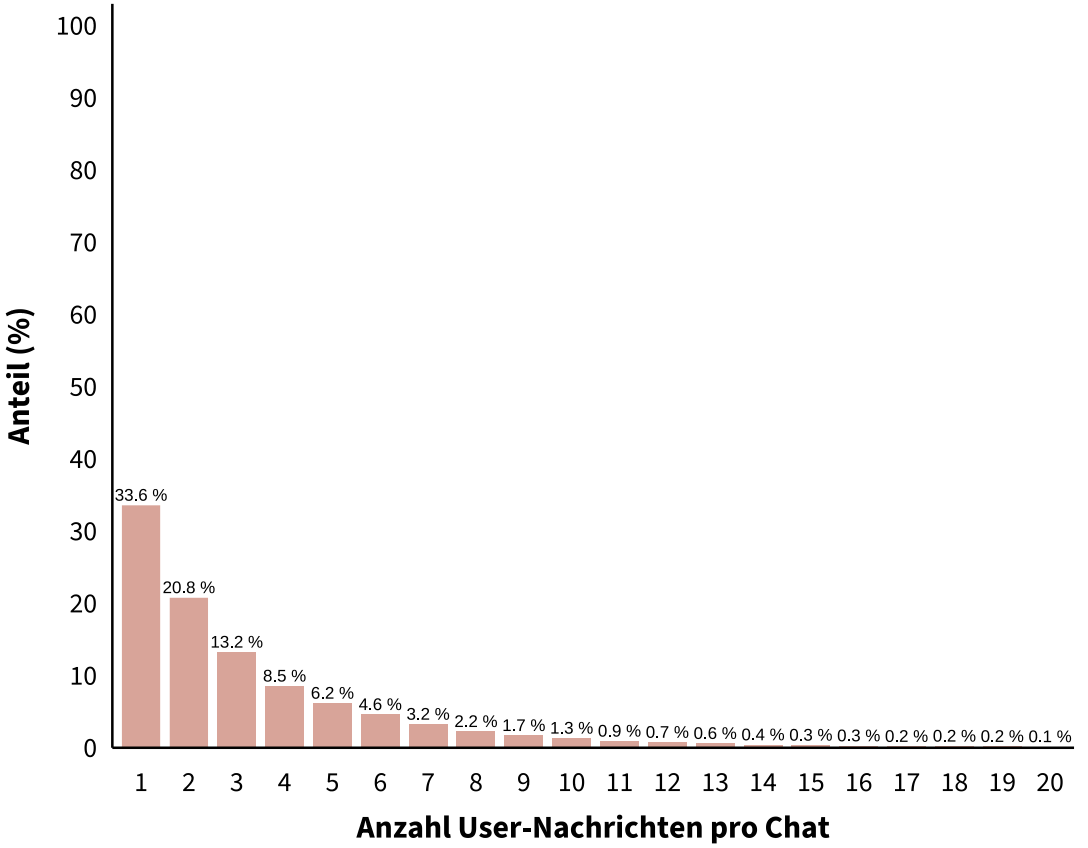
- Seit über einem Jahr ist SuchtGPT öffentlich nutzbar
- **Laufende Evaluation und Weiterentwicklung**
  1. Deskriptive Evaluation der Chatbot-Nutzung
  2. Qualitatives User-Feedback zu Chatbot-Antworten
  3. Stichprobenartige Supervision der Chatdialoge durch Fachkräfte
  4. Onsite-Befragung
  5. Qualitative Untersuchung der Antwortqualität



delphi

Deskriptive Evaluation der Chatbot-Nutzung

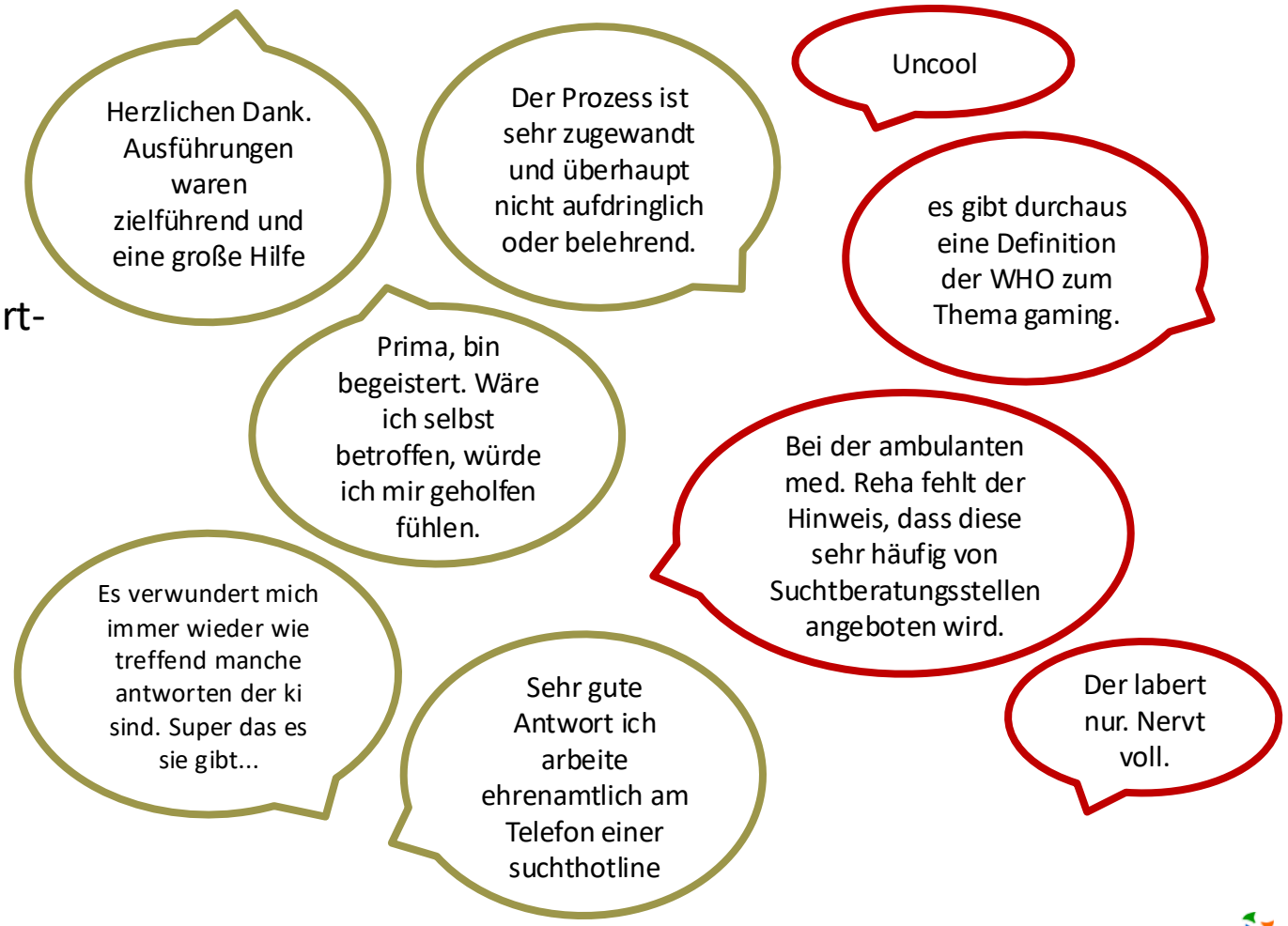
- **Über 17.500 Chats**
- Kontinuierliche Inanspruchnahme (durchschnittlich **322 Chats pro Woche**)
- Durchschnittlich **3,5 geschriebene Nachrichten pro Chat** (*Max* = 70)
- **45,6 % der Chatbot-Nutzung erfolgte dialogisch** (mindestens drei Frage-Antwort-Paare)



delphi

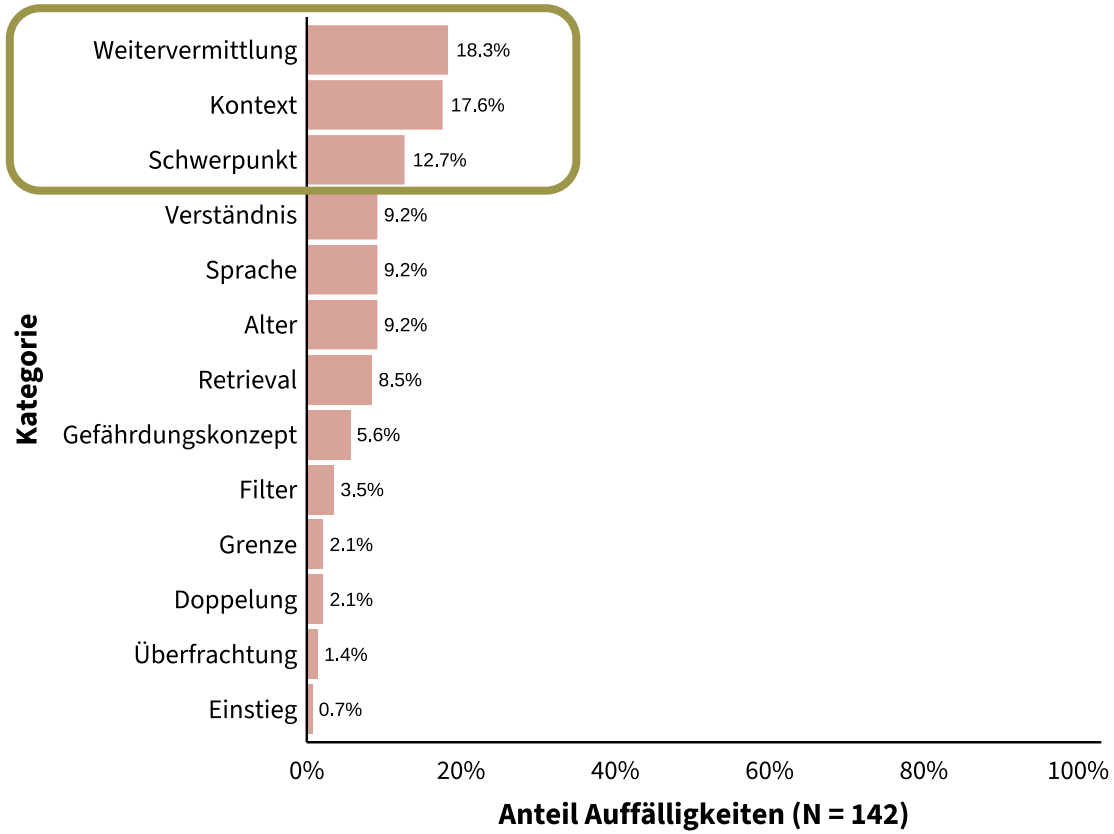
Qualitatives User-Feedback zu Chatbot-Antworten

- In **280 Chats (1,6 %)** wurde mindestens eine Chatbot-Antwort bewertet
- Insgesamt **209 positive** und **76 negative** Antwort-Bewertungen
- Hinweis auf eine **grundsätzlich gute Akzeptanz des Chatbots**
- **Teilweise konkrete Weiterentwicklungsvorschläge** in negativen Rückmeldungen



delphi

Stichprobenartige Supervision der Chatdialoge

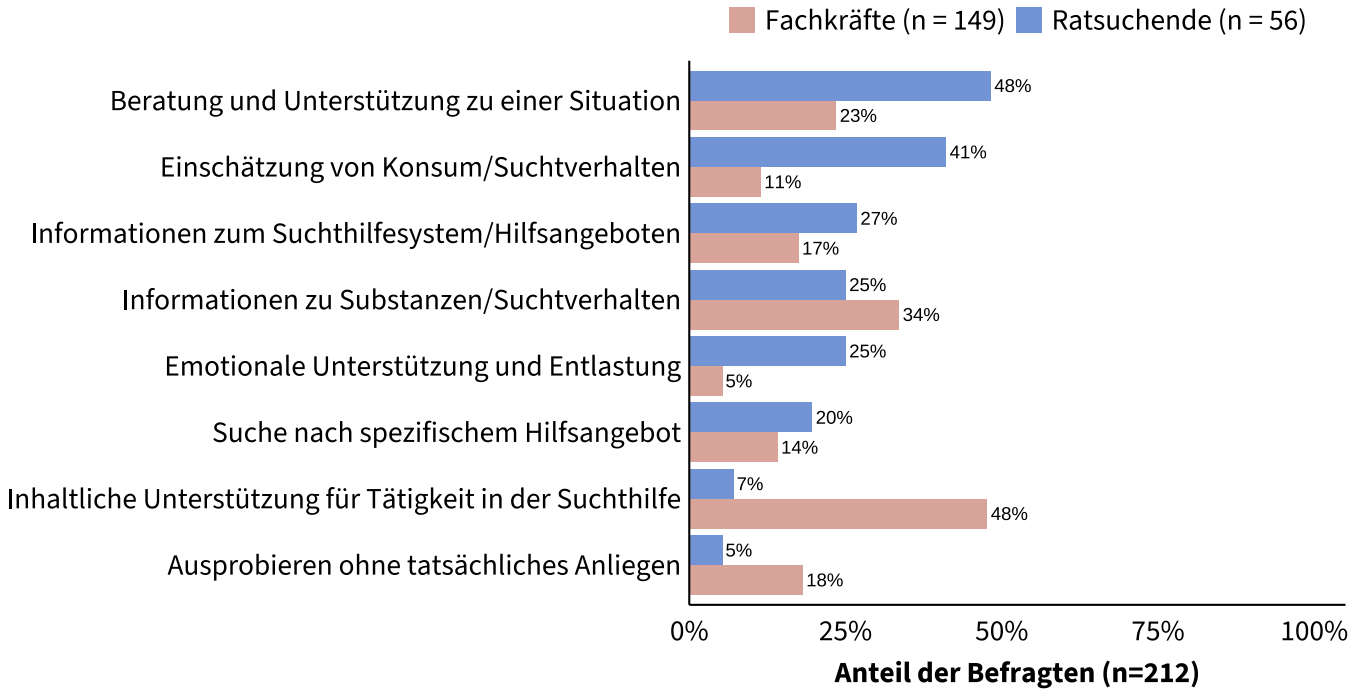


- Supervision von 10 % der Chats alle vier Wochen
- **1.450 supervidierte Chats** bzw. **5.132 Antworten**
- **Insgesamt 142 Auffälligkeiten** in 125 Chats (9 %) bzw. 137 Antworten (3 %)
- **Chats überwiegend fehlerfrei**
  - Großteil bezieht sich auf fachliche Passung von Angeboten, Korrektheit der Informationen und Gewichtung relevanter Gesprächsinhalte
  - Insbesondere *Schwerpunkt* eher fachlicher Ermessensspielraum
  - Wenig Auffälligkeiten bezüglich grundlegender Sicherheitsmechanismen oder festgelegter Beratungsgrenzen

delphi

Ergebnisse Onsite Befragung

- **73 % Fachkräfte** bzw. ehrenamtlich Tätige
- 15 % mit Fragen zum eigenen Konsum/Suchtverhalten, 10 % Angehörige, 7 % mit allgemeinem Informationsbedarf **(Ratsuchende)**
- **Überwiegend positive Bewertungen** in beiden Gruppen
  - **Ratsuchende**: 77 % gut/sehr gut, 76 % Weiterempfehlung, 61 % Antworten hilfreich
  - **Fachkräfte**: 85 % gut/sehr gut, 87 % Weiterempfehlung, 75 % Antworten hilfreich



Qualitative Untersuchung der Antwortqualität von SuchtGPT

- **Empathische und wertschätzende Gesprächsführung**
  - Personenzentrierung, Aufgreifen emotionaler Belastungen und Anerkennung individueller Entscheidungen
- **Umsetzung von Prinzipien des Motivational Interviewing**
  - Paraphrasierungen, Reflexionsfragen, Autonomieunterstützung und zieloffener Umgang mit Konsumveränderungen
  - Aufgreifen von Ambivalenzen und Bestärkung von Veränderungen
- **Schematische und repetitive Gesprächsführung**
  - Wiederholendes Muster aus Paraphrasierung, Bestärkung und Reflexionsfrage
  - Frühere Gesprächsinhalte nicht immer ausreichend berücksichtigt
- **Begrenzte Individualisierung**
  - Beratungsstil durch Systemprompt nicht für alle Anliegen gleichermaßen geeignet

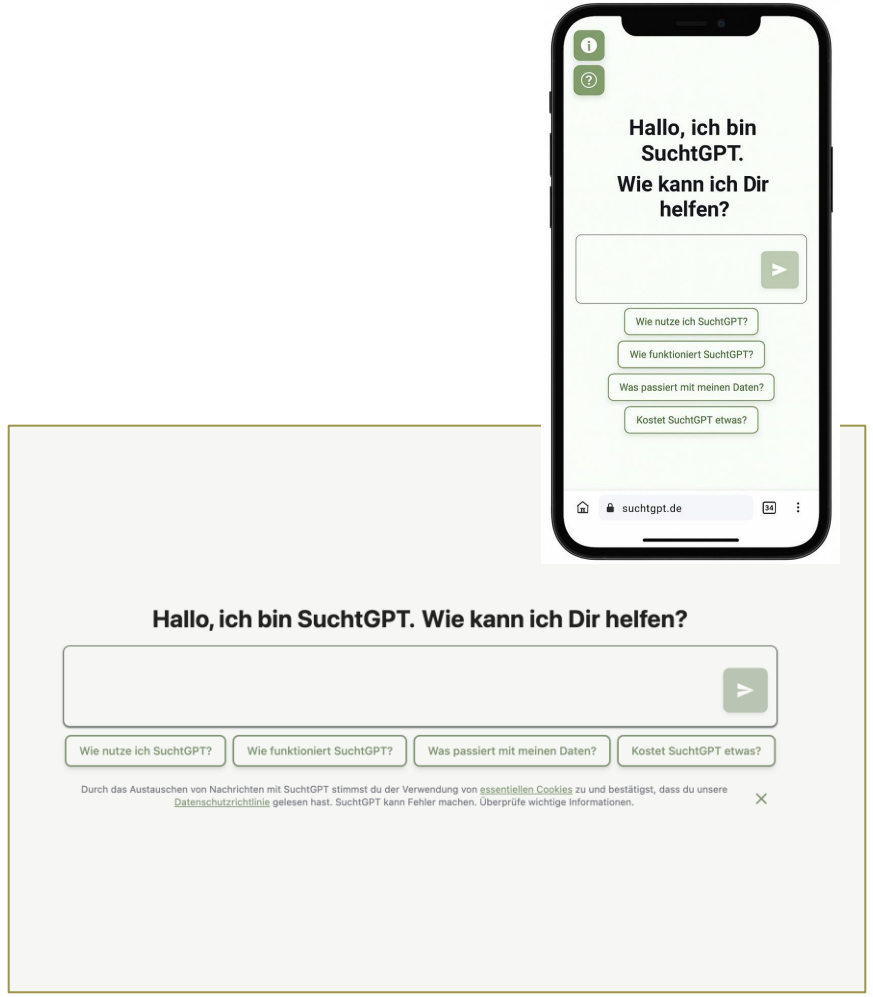


Schulte-Werning, 2026

delphi

Fazit

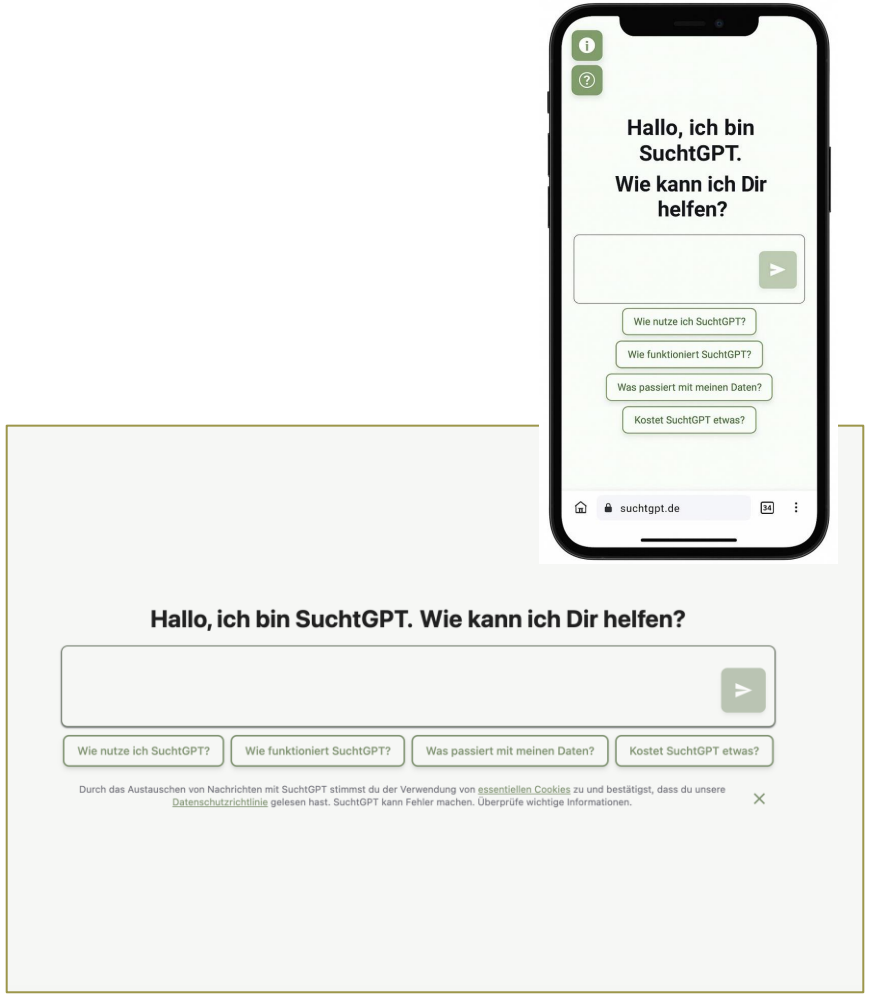
- Partizipative Entwicklung, DSGVO-konforme technische Umsetzung und kontinuierliches Qualitätsmanagement eines KI-Chatbots für Suchtfragen möglich
- **Grundsätzliche Akzeptanz**: stabile Nutzung und überwiegend positive Rückmeldungen
- **Wenig Auffälligkeiten**, fachliche Expertise bleibt dennoch zentral
- SuchtGPT kann eine fachlich fundierte Erstorientierung ermöglichen, stellt aber **keinen gleichwertigen Ersatz für professionelle Beratung** dar



delphi

Ausblick

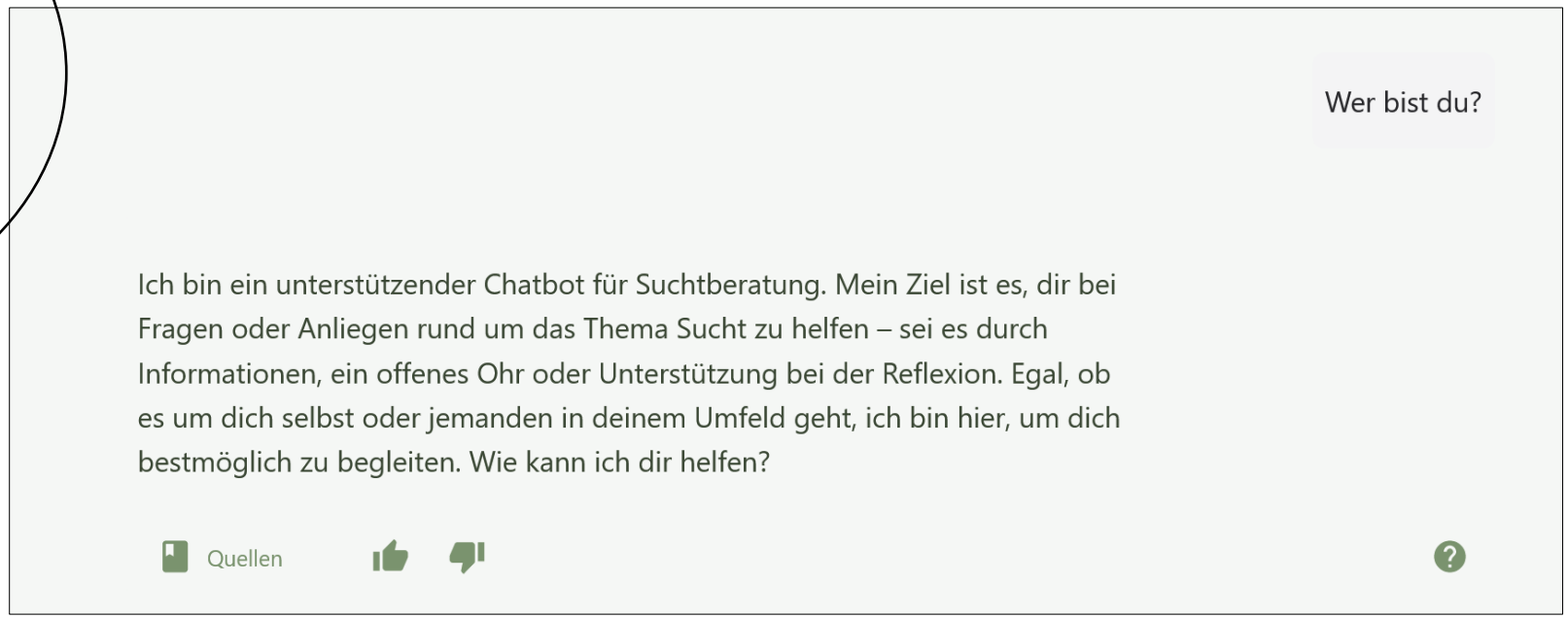
- **Stärkere Anbindung an Versorgungsstrukturen**
  - Einbindung des Chatbots auf DigiSucht-Landingpage
  - Erstkontakt und Informationssuche
  - Motivationsbildung und Überführung in digitale und analoge Beratung
  - Einbindung der DHS-Suchthilfeverzeichnis-Datenbank
- **Zukunftspotentiale**
  - Digitale Selbsthilfeübungen
  - Rückfallprävention und Hilfe bei Suchtdruck
- Perspektivisch Einbindung auf anderen Webseiten möglich
- Fortlaufende Supervision, Evaluation und Nachjustierung



Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

SuchtGPT
Abschlusswebinar

19. Januar
10– 12 Uhr



delphi