

KI-Kompetenz: Ihr Wegweiser in die digitale Zukunft

Ein praxisorientierter Leitfaden, kuratiert aus den
Ressourcen von Franz Jankowski

Warum KI-Grundkompetenz heute zur Bürgerpflicht wird



Eine unaufhaltsame Disruption

KI ist keine Zukunftsvision mehr, sondern operative Realität, die fast alle Lebensbereiche durchdringt – Arbeit, Bildung, Medien, Gesundheit. Anders als frühere Innovationen vollzieht sich diese Umwälzung in Echtzeit.

Ökonomische Teilhabe

Die Arbeitswelt transformiert sich. Nicht KI ersetzt Jobs, sondern Menschen mit KI-Kompetenz ersetzen Menschen ohne.

Epistemische Souveränität

In einer Welt KI-generierter Inhalte wird die Fähigkeit, Informationsquellen zu bewerten, zur Kernkompetenz. Wer die Mechanismen nicht versteht, verliert die Orientierung.

Ethische Gestaltungsmacht

Wer die Diskussionen um Datenschutz, Bias und Autonomie nicht führen kann, überlässt die Gestaltung der Zukunft Tech-Konzernen.

Ignoranz ist keine Position, sondern Kapitulation. Es geht nicht darum, KI zu 'lieben', sondern qualifiziert mitzustalten.

Sieben Gründe, warum KI auch Ihren Alltag betrifft



1. KI ist bereits überall

In Ihrem Handy, Ihrer Suche, Ihren Apps. Die Frage ist nur, ob Sie verstehen, was passiert.



2. Schutz vor Manipulation

Wer KI nicht versteht, kann gefälschte Bilder, Videos und Nachrichten schlechter erkennen.



3. Relevanz im Beruf

Ihre Arbeit verändert sich. Kollegen, die KI nutzen, sind schneller. Wer nicht mitkommt, verliert Chancen.



4. Wertvolle Zeit sparen

KI kann erste Entwürfe formulieren, Recherchen zusammenfassen und Ideen strukturieren.



5. Mitentscheiden statt zusehen

Wer nichts über KI weiß, überlässt Entscheidungen, die das eigene Leben beeinflussen, anderen.



6. Die menschliche Grenze kennen

KI ist ein Werkzeug. Kompetenz heißt zu wissen, wo die Grenze zur echten Empathie und Kreativität verläuft.



7. Informiert Grenzen setzen

Nur wer weiß, was KI kann, kann bewusst entscheiden, wo er sie einsetzt – und wo nicht.

Das Ideen-Buffet: Was KI konkret für Sie tun kann

KI-Chatbots nehmen Ihnen nicht das Denken ab, können aber vieles **strukturieren, erklären und formulieren**, damit Sie schneller vorankommen.

Wählen Sie ein oder zwei Bereiche, die gut zu Ihrem Alltag passen, und probieren Sie dort erste Schritte aus.



Alltag &
Organisation



Lernen &
Wissen



Texte &
Kommunikation



Gesundheit &
Arzttermine

Inspiration für Alltag und Wissensdurst



Alltag & Organisation

Rezepte & Kochtipps

Aus vorhandenen Zutaten passende Gerichte vorschlagen lassen.

„Ich habe Kartoffeln, Karotten, Linsen und Tomatenpassata. Schlage mir 3 einfache, vegetarische Gerichte vor - möglichst mit wenig Abwasch.“

Kurzreisen & Ausflüge

Ideen für Tagesausflüge mit Bahn/ÖPNV, inklusive grobem Ablaufplan.

„Ich wohne bei Köln und habe ein Deutschlandticket. Schlage drei Ziele für einen Tagesausflug vor, inklusive grober Tagesplanung.“



Lernen & Wissen

Verständlich erklären lassen

Begriffe, Nachrichten oder Fachtexte in einfachen Sätzen erklären lassen.

„Erkläre mir in 5 einfachen Sätzen, was ›künstliche neuronale Netze‹ sind - als würdest du es einem Laien erklären.“

Texte zusammenfassen

Lange Artikel auf die wichtigsten Punkte reduzieren lassen.

„Fasse den folgenden Text in maximal 10 Stichpunkten zusammen und markiere die 3 wichtigsten Aussagen.“

Das Fundament: Eine gemeinsame Sprache finden

Um KI-Werkzeuge sicher zu nutzen, hilft es, einige Kernbegriffe zu verstehen. Die Begriffe lassen sich in vier Kategorien einteilen, die Ihnen helfen, den Überblick zu behalten.



Praxis

Konkrete Nutzung und Bedienung.



Technik

Modelle, Training, was "unter der Haube" passiert.



Reflexion

Risiken, Denkfehler, Medienkompetenz.



Alltag

Allgemeiner Digital-Alltag (z.B. Browser, Account).

Auf der nächsten Seite finden Sie die wichtigsten Begriffe für einen bewussten Umgang mit KI.

Kleines KI-Glossar: Die wichtigsten Kernbegriffe



Prompt [Praxis]

Eingabeaufforderung; Text oder Frage, die man einer KI gibt, um eine Antwort oder Aktion auszulösen.

Kontext [Praxis]

Die spezifischen Umstände und vorausgehenden Informationen einer Anfrage, die das Verständnis und die Relevanz der Antwort beeinflussen.

LLM [Technik]

Large Language Model; KI, mit der man in menschlicher Sprache kommunizieren kann.

Thinking Mode [Praxis]

Arbeitsmodus, bei dem Modelle zusätzliche Zeit zum „Nachdenken“ verwenden, was oft zu ausführlicheren, reflektierteren Antworten führt.

Filterblase [Reflexion]

Eingeengte Info-Welt, die durch automatische Empfehlungen oder bewusste Auswahl entsteht. Andere Perspektiven bleiben außen vor.

Cognitive Offloading [Reflexion]

Auslagern geistiger Aufgaben. Hilfreich zur Entlastung, aber riskant bei Gewöhnung, da die eigene Analysefähigkeit verkümmern kann.

Advocatus Diaboli [Reflexion]

Argumentative Rolle, bei der bewusst eine Gegenposition eingenommen wird, um die Gefälligkeitsneigung von KI-Systemen zu kontern.

Appeasement / People Pleasing [Reflexion]

Neigung der KI, zustimmende, gefällige Antworten zu geben und kritische Standpunkte zu vermeiden.

Die Anwendung: Empfohlene Werkzeuge für den Einstieg

Es gibt viele KI-Chatbots mit unterschiedlichen Stärken. Für den Beginn empfiehlt sich, mit einem dieser drei bewährten Tools zu experimentieren.



ChatGPT (OpenAI)

Der Allrounder. Sehr weit verbreitet, mit Voice- und Deep-Research-Funktionen. Guter Startpunkt für allgemeine Aufgaben.



Perplexity (Perplexity)

Der Recherche-Spezialist. Optimiert für Websuche, liefert Antworten mit aktuellen Quellenangaben. Ideal für faktenbasierte Fragen.



Duck.DL (DuckDuckGo)

Der Unkomplizierte. Dauerhaft ohne Anmeldung nutzbar, verspricht hohen Datenschutz durch anonyme Chats.

Die Leistung einer KI hängt nicht nur vom Modell ab, sondern auch vom Portal, über das sie genutzt wird. Probieren Sie aus, welches Werkzeug am besten zu Ihrer Aufgabe passt.

Bessere Antworten erhalten: Tipps für Ihre Prompts

Grundlagen

- 1. Kontext geben:** Thema, Ziel und relevante Hintergründe nennen.
- 2. Rolle definieren:** Sagen Sie der KI, wer sie sein soll. „*Du bist Experte für ...*“
- 3. Im Dialog bleiben:** Fassen Sie nach, präzisieren Sie Ihre Fragen.
- 4. Ergebnisse hinterfragen:** Seien Sie souverän und skeptisch.
- 5. Modus wählen:** Nutzen Sie spezielle Modi wie 'Thinking' oder 'Deep Research', falls verfügbar.

Leicht fortgeschrittene Techniken

- 6. 'Schritt für Schritt' anfordern:** Bitten Sie um eine detaillierte Erklärung des Lösungswegs.
- 7. Format angeben:** Definieren Sie die Ausgabe. „*Gib die Antwort als Tabelle*“, „*Liste 5 Stichpunkte auf*“
- 8. Beispiele geben (Few-Shot):** Zeigen Sie der KI, was Sie erwarten, z.B. durch einen Musterdialog.
- 9. Bedeutung erklären:** Erläutern Sie, warum etwas wichtig ist. „*Es ist entscheidend, weil ...*“
- 10. Rückfragen provozieren:** „*Stell mir 3 Rückfragen, um meine Anfrage zu präzisieren – noch keine Lösung.*“

Zur Meisterschaft: Vertiefen und verantwortungsvoll anwenden

Wahre KI-Kompetenz geht über die reine Anwendung hinaus. Sie bedeutet, die Werkzeuge bewusst zu wählen, ihre Ergebnisse kritisch zu prüfen und den eigenen Lernweg aktiv zu gestalten. Die nächsten Schritte führen Sie von der Anwendung zur echten Souveränität.

- 1. Der Weg zu tieferem Wissen:** Wie Sie gezielt weiterlernen und recherchieren.

- 2. Die Kunst der Quellenkritik:** Wie Sie KI-generierte Informationen professionell verifizieren.

Ihr Wegweiser für Recherche und strukturiertes Lernen



1.

Multi-Quellen-Analyse

Nutzen Sie Tools wie **NotebookLM**, um viele Quellen (PDFs, Videos, Webseiten) zu bündeln und daraus automatisch Zusammenfassungen, Lernmaterial oder sogar Audio-Podcasts zu erstellen.



2.

KI-gestützte wissenschaftliche Recherche

Plattformen wie **Elicit**, **Consensus** und **Semantic Scholar** helfen Ihnen, wissenschaftliche Literatur zu finden, Zusammenhänge zu visualisieren und die Evidenz hinter Behauptungen zu prüfen.

3.

Strukturiertes Online-Lernen (MOOCs)

Vertiefen Sie Ihr Wissen mit Online-Kursen von Top-Universitäten auf Plattformen wie **Coursera**, **edX** oder dem deutschen **KI-Campus**. Viele Angebote sind kostenlos zugänglich.

Die wichtigste Kompetenz: Informationen verifizieren

KI-Antworten können falsch oder lückenhaft sein, auch wenn sie überzeugend klingen. Ziel ist nicht absolute Sicherheit, sondern ein dem Risiko angemessener Prüfaufwand.



1. Risiko bewerten

- **Unkritisch** (Inspiration): Plausibilitätscheck reicht. ●
- **Wichtig** (Entscheidung, Geld): Mindestens 2 unabhängige Quellen prüfen. ○
- **Kritisch** (Medizin, Recht): Nur Primärquellen und Fachexperten vertrauen. ○

2. Kernaussagen extrahieren

Zerlegen Sie die Antwort in ihre 3-7 wichtigsten Behauptungen. Was sind die 'tragenden Balken' der Argumentation?



3. Quellen bewerten (Lateral Reading)

Prüfen Sie die Quelle 'von außen'. Wer ist der **Herausgeber**? Was ist die **Agenda**? Gibt es **Primärbelege** oder nur **Zitatketten**?

4. Belege wirklich öffnen

Steht die Behauptung tatsächlich im verlinkten Dokument? Achten Sie auf den **Kontext** und typische **Fehler** wie **veraltete Daten** oder falsche Kausalität.

Bonus-Prompt zum Mitnehmen

"Liste die 5 wichtigsten Behauptungen dieser Antwort. Gib für jeden Fakt eine überprüfbare Quelle mit Datum."

Ihr nächster Schritt auf dem Weg zur KI-Kompetenz

Es geht nicht darum, KI zu lieben. Es geht darum, **selbstbestimmt zu bleiben** in einer Welt, in der KI sowieso vorkommt. Ein bisschen KI-Grundwissen ist heute so wichtig wie früher Lesen und Schreiben.

Konkrete Handlungsaufforderung

- ✓ **Probieren Sie es aus:** Formulieren Sie heute noch eine Anfrage aus dem Ideen-Buffet zu einem Thema, das Sie wirklich beschäftigt.
- ✓ **Bleiben Sie neugierig:** Stellen Sie Ihrem bevorzugten Chatbot eine Frage zu einem der Kernbegriffe aus dem Glossar.

Kontakt und weitere Ressourcen

Vollständige Ressourcen und Vertiefungen finden Sie unter: fjki-info.github.io

Autor: Franz Jankowski