Prompt-Vorlagen · für ChatGPT, Claude, Gemini und Copilot

Bessere Antworten mit vier Bausteinen.

Die meisten schlechten KI-Antworten kommen von zu kurzen Fragen. Mit vier Bausteinen wird fast jede Antwort brauchbar. Danach findest du zwölf fertige Vorlagen zum Kopieren.

1 · Ziel
Was soll am Ende rauskommen?

2 · Hintergrund
Für wen, wofür, was ist schon klar?

3 · Format
Liste, Tabelle, Mail, wie lang?

4 · Grenzen
Was nicht? Was tun, wenn etwas fehlt?

Vorher

```
Schreib was zu meinem Geburtstag.
```

Die KI weiß nicht, ob Einladung, Rede oder Post, für wen und in welchem Ton.

Nachher

```
Ziel: Einladung zu meinem 30. Geburtstag
für die WhatsApp-Gruppe.
Hintergrund: Samstag, 7. November, 19 Uhr,
bei mir. Bitte Getränke mitbringen.
Format: maximal 5 Zeilen, locker, zwei
Emojis.
Grenzen: keine Reime.
```


Bereich	Vorlagen	Seite
Schreiben	Schwierige Nachricht · Bewerbung verbessern · Beschwerde, die wirkt	2
Verstehen und Lernen	Thema erklärt bekommen · Abfragen lassen · Langen Text zusammenfassen	3
Planen und Entscheiden	Reise planen · Entscheidung abwägen · Ausmisten und Ordnung	3
Am Rechner	Excel-Formel · Präsentation gliedern · Social-Media-Beitrag	4

So nutzt du jede Vorlage: dunklen Kasten kopieren, die grünen Stellen in eckigen Klammern ersetzen, abschicken. Seite 5 hilft, wenn die Antwort nicht passt.

Schreiben

Texte, die nach dir klingen.

1 Die schwierige Nachricht

Absagen, Grenzen setzen, Konflikte klären. Für Familie, Verein, Vermieter oder Kollegen.

```
Ziel: Antwort auf die Nachricht unten. Ich will [absagen / Nein sagen / ein Problem ansprechen].
Hintergrund: Die Person ist [meine Schwester / mein Vermieter / ein Kollege]. Mir ist wichtig: [dass es freundlich bleibt].
Format: drei Varianten, sanft, neutral, bestimmt. Je maximal 70 Wörter.
Grenzen: keine Ausreden erfinden, keine Vorwürfe.
Nachricht: [einfügen]
```

Tipp: Nimm die Variante, die am meisten nach dir klingt, und sag „Mischung aus 1 und 2".

2 Bewerbung verbessern

Dein eigener Text, besser formuliert und passend zur Stelle.

```
Ziel: Mein Anschreiben passt besser zur Stellenanzeige.
Hintergrund: Stellenanzeige und mein Entwurf stehen unten.
Format: Erst eine Liste: Welche Anforderungen der Anzeige deckt mein Text ab, welche fehlen? Dann eine überarbeitete Fassung, maximal eine Seite.
Grenzen: Erfinde keine Erfahrungen oder Zahlen. Wo etwas fehlt, frag mich, statt etwas einzusetzen.
ANZEIGE: [einfügen]
MEIN ENTWURF: [einfügen]
```

Wichtig: Die Grenze „nichts erfinden" schützt dich vor einem Anschreiben, das im Gespräch auffliegt.

3 Beschwerde, die wirkt

Kaputte Lieferung, falsche Rechnung, Handyvertrag. Sachlich und mit klarer Forderung.

```
Ziel: Eine sachliche Beschwerde, die eine klare Lösung fordert.
Hintergrund: Was passiert ist: [Datum, Bestellnummer, Problem]. Ich möchte: [Erstattung / Ersatz / Korrektur].
Format: E-Mail, höflich, maximal 150 Wörter, mit Frist von 14 Tagen.
Grenzen: Keine Paragrafen nennen, bei denen du dir nicht sicher bist. Keine Drohungen.
```

Prüfe: Stimmen Datum, Nummer und Betrag? Die KI kennt nur, was du ihr gibst.

Verstehen, Lernen, Planen

Schneller verstehen. Besser entscheiden.

4 · Thema erklärt bekommen

```
Erkläre mir [Thema], als wäre ich [15 / Einsteiger].
Erst in drei Sätzen, dann mit einem Beispiel aus dem Alltag.
Am Ende: Was verwechseln Anfänger oft?
```

Tipp: „Noch einfacher" funktioniert erstaunlich gut.

5 · Abfragen lassen

```
Frag mich zu [Thema / Text unten] ab.
Eine Frage nach der anderen, warte auf meine Antwort.
Sag mir dann, was richtig war und was fehlt.
Nach 10 Fragen: meine drei Schwachstellen.
```

Ideal für Prüfungen, Führerschein, Sprachen.

6 · Langen Text zusammenfassen

```
Fasse den Text unten zusammen:
1. Die Kernaussage in einem Satz
2. Die fünf wichtigsten Punkte
3. Was ich tun muss, falls etwas
Nur, was im Text steht.
TEXT: [einfügen oder Datei hochladen]
```

Prüfe: Zahlen und Fristen im Original nachlesen.

7 · Reise planen

```
Plane [3] Tage in [Lissabon] für [2 Personen].
Wir mögen [Essen, Altstadt, wenig Museen],
Budget [mittel].
Pro Tag: Vormittag, Nachmittag, Abend, mit
Wegen zu Fuß oder Öffis.
Markiere, was man vorab buchen muss.
```

Prüfe: Öffnungszeiten und Preise auf den echten Seiten.

8 · Entscheidung abwägen

```
Ich muss mich entscheiden: [A] oder [B].
Mir wichtig ist: [Geld, Zeit, Familie, …].
Stell mir erst drei Fragen, die mir helfen.
Dann eine Tabelle: Vorteile, Nachteile,
Risiken.
Keine Empfehlung, bevor ich geantwortet habe.
```

Der Trick: Die Rückfragen sind oft wertvoller als die Tabelle.

9 · Ausmisten und Ordnung

```
Hilf mir, [Keller / Kleiderschrank / Fotos am Handy] aufzuräumen.
Ich habe [2 Stunden pro Woche].
Mach einen Plan für [3] Wochen in kleinen Schritten.
Mit einer Regel, wann etwas weg darf.
```

Weiter: „Mach daraus eine Checkliste zum Abhaken."

Am Rechner

Weniger klicken, mehr fertig.

10 Die Excel-Formel, die du suchst

```
Ich arbeite in [Excel / Google Sheets] auf Deutsch.
In Spalte [A] steht [Datum], in Spalte [B] [Betrag].
Ich will [die Summe pro Monat in Spalte D].
Gib mir die Formel mit deutschen Funktionsnamen und Semikolons und erkläre in zwei Sätzen, was sie tut.
```

Warum „auf Deutsch“? Sonst bekommst du SUMIF statt SUMMEWENN, und die Formel funktioniert nicht.

11 Präsentation gliedern

```
Ich halte einen Vortrag über [Thema], [10] Minuten, für [Kollegen / Klasse / Verein].
Erstelle eine Gliederung mit [8] Folien: pro Folie Überschrift, drei Stichpunkte und was ich dazu sage.
Die erste Folie soll neugierig machen, die letzte eine klare Botschaft haben.
```

Weiter: „Welche Frage aus dem Publikum ist am wahrscheinlichsten, und was antworte ich?“

12 Social-Media-Beitrag

```
Schreib einen Instagram-Beitrag über [unser Vereinsfest / mein Projekt].
Ziel: [Leute einladen / zeigen, was wir gemacht haben].
Erste Zeile muss ohne den Rest neugierig machen. Maximal 100 Wörter, drei passende Hashtags.
Gib mir zwei Varianten. Kein „Entdecke“, „spannend“ oder „Reise“.
```

Tipp: Wörter, die du nicht magst, gleich unter „Grenzen“ verbieten. Das spart Nacharbeit.

Wenn die Antwort nicht passt

Nicht neu anfangen. Nachschärfen.

Die erste Antwort ist ein Entwurf. Mit einem dieser Sätze wird sie meist in einem Schritt gut.

Was nicht passt	Diesen Satz hinterherschicken
Zu lang, zu viel Gerede	„Halb so lang. Ohne Einleitung und ohne Zusammenfassung am Ende.“
Klingt steif oder künstlich	„Schreib so, wie ich es einer Freundin erzählen würde.“
Zu allgemein	„Mach es konkret für meine Situation: [Detail]. Mit einem Beispiel.“
Du verstehst es nicht	„Erklär das noch einfacher, mit einem Vergleich aus dem Alltag.“
Du bist unsicher, ob es stimmt	„Welche Aussagen hier sind unsicher? Woran kann ich sie selbst prüfen?“
Es fehlt dir eine Idee	„Gib mir fünf ganz andere Ansätze, auch ungewöhnliche.“

Faktencheck in 30 Sekunden: Bei Zahlen, Gesetzen, Gesundheit, Geld und Terminen gilt: in einer echten Quelle nachsehen. Die KI kann sich sicher anhören und trotzdem falsch liegen.

Meine Lieblingsvorlage

Welche Vorlage, angepasst wie?

Mein Satz für „Grenzen“, den ich immer mitschicke

Weiter mit Heft 3
Im 7-Tage-KI-Projekt baust du aus deiner Lieblingsvorlage einen eigenen Assistenten, der sie sich merkt. flowsulting.de/materialien.html

Deine Vorlage teilen
Poste deine beste Vorlage in der KI-Werkstatt auf Discord und schau, was andere nutzen.
discord.gg/5Z54WY7Xty