Vortragsreihe:	mit Hilfsmitteln zurück in ein selbstständiges Leben
Vortrag:	KI-Assistenten
Datum:	22.08.2026
Vortragender:	Peter Weidmann, *pejoweid@gmail.com*

Kurzfassung

KI-Assistenten können Alltagsthemen verständlich erklären, Aufgaben in Schritte aufteilen und beim Formulieren helfen. Die passende Anwendung richtet sich nach Aufgabe, vorhandenen Diensten, Datenschutzanforderungen und Kosten. Antworten werden statistisch erzeugt und können trotz plausibler Formulierungen falsch sein; wichtige Angaben sollten geprüft und Entscheidungen eigenständig getroffen werden. KI ersetzt keine menschliche Zuwendung und keinen persönlichen Austausch.

Inhalte

Zum Einstieg kann eine alltägliche, überschaubare Aufgabe mit einem kostenlosen Basiszugang getestet werden. Die folgenden Schritte helfen bei Auswahl, Nutzung und Prüfung.

1. Mit einer konkreten Alltagsfrage beginnen

Fragen können eingetippt oder laut gestellt werden. Eine klare Frage mit Situation und gewünschter Antwortform erleichtert den Einstieg. Beispiel: „Ich möchte morgen einkaufen. Wie bereite ich mich vor? Nenne mir drei Schritte.“ Eine mögliche Antwort lautet: zu Hause nach Fehlendem schauen, eine Einkaufsliste schreiben und Tasche sowie Geld bereitlegen. Bleibt unklar, was zuerst zu tun ist, kann eine Nachfrage wie „Was mache ich zuerst?“ die Antwort weiter eingrenzen. Auch schwierige Briefe lassen sich in einfachen Worten erklären, Aufgaben in überschaubare Schritte aufteilen und Nachrichten gemeinsam formulieren.

2. Den Assistenten nach der Aufgabe auswählen

Für vielseitige Fragen, Dateien, Bilder und Sprache kommt ChatGPT infrage. Gemini ist besonders in Verbindung mit Gmail, Docs und Android vorgesehen. Copilot unterstützt direkt in Word, Excel und PowerPoint; passende Abos können erforderlich sein und Funktionen unterscheiden sich je App. Claude eignet sich zum Erklären langer Texte und Überarbeiten von Formulierungen. Perplexity sucht Informationen mit Quellenlinks; Quellen und Zusammenfassungen können trotzdem fehlerhaft sein. Ollama führt Modelle lokal auf dem eigenen Rechner aus und kann ohne Internet genutzt werden.

3. Kostenlos testen und Kosten vergleichen

Für den Einstieg wird ein kostenloser Basiszugang mit einer eigenen Alltagsaufgabe empfohlen. Die im Vergleich aufgeführten Monatsangebote (Stand 06.10.2026) sind: ChatGPT Free 0 US-Dollar, Plus 20 US-Dollar; Gemini kostenlos, AI Plus 4,99 Euro, AI Pro 21,99 Euro; Copilot Chat kostenlos, Microsoft 365 Single 10 Euro, Premium 22 Euro; Claude Free 0 US-Dollar, Pro 20 US-Dollar, Max ab 100 US-Dollar; Perplexity Free 0 US-Dollar, Pro 20 US-Dollar, Max 200 US-Dollar. Ollama kostet lokal keine Lizenzgebühr, benötigt aber passende Hardware und Strom. Die Preise sind ausgewählte Monatsangebote; US-Listenpreise können zuzüglich Steuern anfallen. Die Europreise beziehen sich auf monatliche Zahlung in Deutschland ohne zeitlich begrenzte Angebote. Modell und Tarif beeinflussen die Ergebnisse; der Vergleich ist eine Orientierung, kein Leistungstest.

4. Antworten und Quellen überprüfen

Plausibel formulierte Antworten sind nicht automatisch richtig. Wichtige Angaben sollten mit verlässlichen Quellen oder einer geeigneten Person geprüft werden. Bei Antworten mit Quellenlinks empfiehlt sich ein Blick in die verlinkten Originalquellen, denn auch Quellen und ihre Zusammenfassungen können irren. Eine Antwort wird nicht automatisch anhand fester Logikregeln geprüft; moderne Modelle können dennoch logisch schlussfolgern.

5. Datenschutz vor der Eingabe berücksichtigen

Für ChatGPT, Gemini und Claude wird auf die Übermittlung von Daten an den jeweiligen Anbieter hingewiesen. Vor der Nutzung sollten Datenschutz- und Dateneinstellungen geprüft werden; für Gemini wird dies ausdrücklich empfohlen. Bei sensiblen Inhalten ist daher besondere Zurückhaltung sinnvoll. Beim lokalen Betrieb von Ollama bleiben Eingaben auf dem Rechner und die Nutzung ist auch ohne Internet möglich. Dafür hängen Leistung und Bildverarbeitung vom Modell und der vorhandenen Hardware ab; beim Einrichten kann technische Unterstützung nötig sein.

6. Eigenständig entscheiden und menschlichen Austausch pflegen

Eigene Gedanken und Entscheidungen sollten erhalten bleiben; Vorschläge der KI sind bewusst abzuwägen. KI kann einfühlsam klingen, empfindet aber keine Empathie. Zwischenmenschliche Beziehungen, Gespräche und gemeinsame Aktivitäten bleiben wichtig.