

Beyond Routine

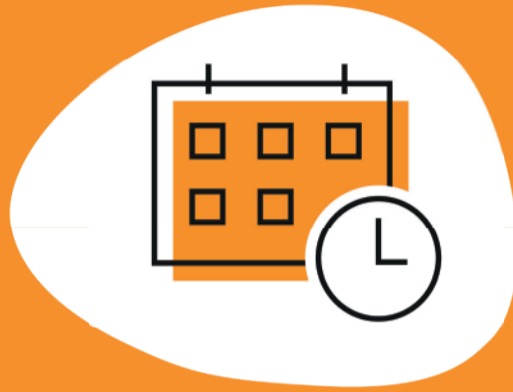
KI im Alltag

Morgens

● Beginne den Tag mit einer Sprachnotiz an ChatGPT, in der du Aufgaben frei assoziiertest. Setze Prioritäten.

● Lasse ChatGPT daraus eine formatierte Liste erstellen.

● Nutze dafür die ChatGPT HandyApp. Das Sprachnotizsymbol findest du im Eingabefeld, rechts. Lass dir bei der Tagesplanung helfen!



Beispiel:

„Ich möchte eine To-do-Liste erstellen. Ich muss heute erst X, dann Y erledigen. Außerdem ...

Ich arbeite von 8-12 Uhr und von 13-17 Uhr. Bitte plane entsprechend und gib mir eine formatierte To-do-Liste aus.“

Mittags

Lasse dir zu einem beliebigen Thema eine kleine Lerneinheit gestalten.

ChatGPT hat ein breites Allgemeinwissen und kann kleine Recherchen durchführen.

Teile den dir zur Verfügung stehenden Zeitrahmen mit und das Thema, über welches du dich weiterbilden möchtest.

Beispiel:

„Ich möchte mich zum Thema X weiterbilden und habe gerade eine halbe Stunde Zeit. Bitte gestalte mir einen einleitenden Text mit allen grundlegenden Informationen. Überprüfe diese Informationen und gib sie nur aus, wenn du sicher bist, dass sie korrekt sind.

Suche mir anschließend 3 weiterführende seriöse/wissenschaftliche Ressourcen raus, die ich mir durchlesen kann.

Lass uns abschließend ein kleines Quiz machen.“



Abends

Reflektiere mit ChatGPT über deinen Tag. Was lief gut, was kann besser laufen und was beschäftigt dich noch.

ChatGPT ist in der Lage emphatische Gespräche zu führen. Sage worüber du reflektieren möchtest und dass du dir eine dynamische Konversation wünschst.

Beispiel:

„Ich möchte mit dir über meinen Tag reflektieren, vorallem was gut lief und woran man noch arbeiten könnte. Außerdem gibt es ein paar Dinge die mich noch beschäftigen.

Lass uns darüber ein dynamisches Gespräch führen, welches von dir gelenkt wird, in dem du gezielt Fragen stellst.

Sobald ich dir „Danke fürs zuhören“ schreibe: Erstelle mir eine Übersicht der Themen und gib Impulse für Lösungsvorschläge oder Handlungen.“

