Christiane Wienecke

Künstliche Intelligenz für Fortgeschrittene

KI in Aktion - dein digitaler Sidekick für Business, Aha-Erlebnisse & kreative Höhenflüge

20+ Prompts inklusive

Willkommen – schön, dass du hier bist!

Vielleicht hast du schon meinen KI-Guide für Einsteiger gelesen – oder du bist direkt hier gelandet, weil du mehr willst als nur Basics.
Auf jeden Fall: **Willkommen im nächsten Level!**

In diesem Guide zeige ich dir, wie du ChatGPT nicht nur als „Antwort-maschine", sondern als echten digitalen Sidekick nutzt – für dein Business, deinen Alltag und deine kreativen Projekte.
Du erfährst,

- wie du die KI strategisch führst,
- wie sie dir hilft, deine Zielgruppe besser zu verstehen,
- und welche kreative Power möglich ist…

… mit jeder Menge Prompts

Also schnapp dir einen Kaffee, öffne ChatGPT – und lass uns eintauchen in dein smarteres, leichteres Arbeiten mit KI.

Christiane

Inhalt

1 Vom Ausprobieren zum strategischen Nutzen - Rollen, Tonalität, Stil

2 Dein persönlicher Persönlichkeits-Prompt

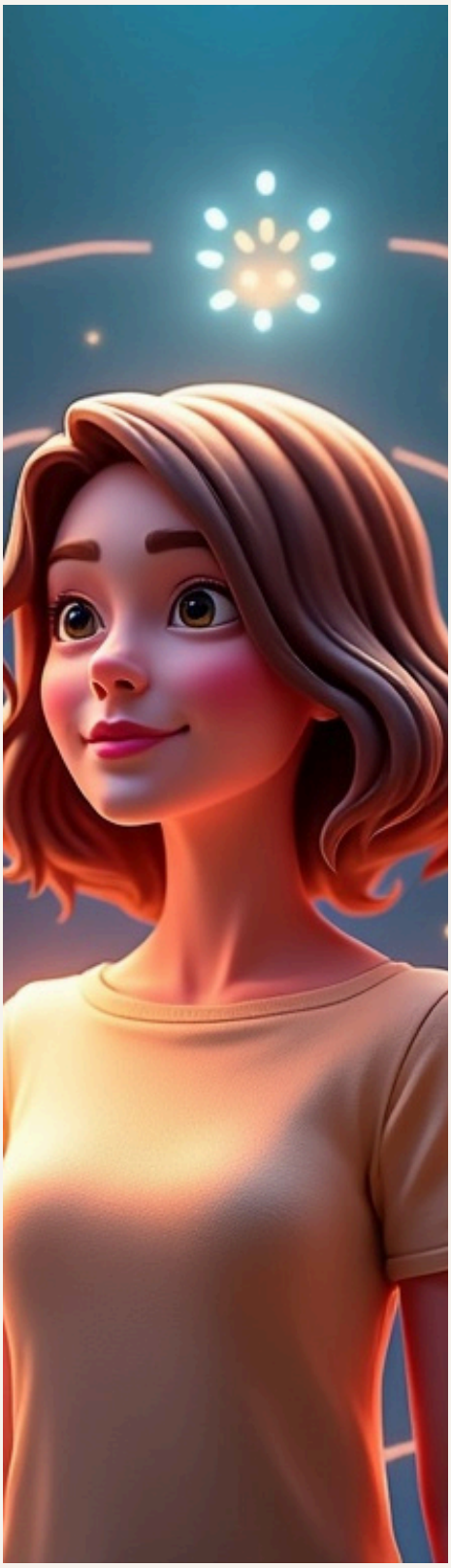
3 Deep Dive - deine Zielgruppe verstehen

4 Dein Kundenavatar

5 Kunden Schmerzpunkte & Wunschpunkte

6 Inspirierende Prompts Business & Spielerein

7 Ausblick



Vom Ausprobieren zum strategischen Nutzen

Wie du mit ChatGPT arbeitest, nicht nur interagierst

Der größte Unterschied zwischen Anfänger und Fortgeschrittenen im Umgang mit KI liegt nicht in der Technik – sondern im Mindset. Es geht nicht darum, perfekte Prompts zu formulieren, sondern darum, zu verstehen:
ChatGPT ist so gut wie die Rolle, die du ihm gibst – und so klar wie deine Anleitung.

Der Trick mit Rollen – und warum du der Regisseur bist

Statt ChatGPT einfach nur eine Frage zu stellen, kannst du es in eine Rolle versetzen – je nachdem, was du brauchst.

Beispiele:

- „Du bist mein Redaktionsleiter. Hilf mir, meinen Contentplan für die nächsten 30 Tage zu strukturieren."
- „Stell dir vor, du bist mein Business-Coach. Stelle mir kluge Fragen, damit ich Klarheit über mein Angebot bekomme."
- „Du bist Marken-Texterin für Coaches. Bitte formuliere diesen Post emotionaler – passend für Frauen 40+."

➡️ Mit solchen Rollenbeschreibungen bekommt die KI einen klaren Rahmen – und liefert automatisch relevantere und passgenauere Ergebnisse.

Vom Ausprobieren zum strategischen Nutzen

Tonalität, Zielgruppe & Stil – die Basics für bessere Antworten

Wenn du willst, dass ChatGPT in deinem Ton schreibt, dann sag es. Je konkreter, desto besser:

- „Schreib bitte locker, aber klar. So, als würdest du mit einer Freundin bei Kaffee und Kuchen sprechen – aber mit Substanz."
- „Nutze einfache Sprache, kurze Absätze und bleib sachlich – ideal für Info-Posts auf LinkedIn."
- „Du sprichst mit selbstständigen Frauen zwischen 35 und 55, die gerade ihr erstes digitales Produkt planen."

Mach ChatGPT zu deinem Partner – nicht zu einem anonymen Wissensautomat. Gib ihm Kontext. Gib ihm deine Welt.

➡️ Dann bekommst du Ergebnisse, die nach dir klingen – nicht nach Wikipedia.

Extra-Tipp:
Dein persönlicher Persönlichkeits-Prompt

Extra-Tipp: Dein persönlicher Persönlichkeits-Prompt

Du kannst dir sogar einen Prompt erstellen, der all das auf einmal beinhaltet: deine Zielgruppe, deine Tonalität, dein Ziel. Dann musst du diesen nicht jedes Mal neu schreiben.

Beispiel:

„Du bist mein persönlicher digitaler Sidekick. Du kennst mein Solo-Business [dein Thema Bsp. Coach für gesunde Routinen], meine Zielgruppe [deine Zielgruppe. Bsp.: Frauen 40+ im Übergang zur Selbstständigkeit], meinen Stil [dein Stil. Bsp.: locker, klar, unterstützend], und du hilfst mir, Ideen zu sortieren, Texte zu formulieren und Entscheidungen zu treffen. Sprich mich direkt an, sei lösungsorientiert und halte dich an meinen Stil."

Diesen Prompt kannst du immer wieder verwenden, erweitern oder anpassen – er ist dein „Startcode" für fokussierte und qualitativ hochwertige KI-Unterstützung.

Wenn du soweit bist, wird's jetzt richtig spannend:

Im nächsten Kapitel tauchen wir tief in deine Zielgruppe ein – und du entwickelst mit Hilfe von ChatGPT ein glasklares Verständnis für die Menschen, die du erreichen willst. Das ist die Grundlage für Angebote, Inhalte und Botschaften, die wirklich wirken.

Deep Dive - Deine Zielgruppe verstehen

Du willst nicht einfach nur irgendwas anbieten – du willst, dass es trifft.
Damit das gelingt, brauchst du echte Klarheit über deine Wunschkunden.

Wie du mit KI/ChatGPT einen Kundenavatar mit seinen Bedürfnissen erstellst – als perfekte Basis für deine Content-Strategie.

In dieser Anleitung zeige ich dir, wie du mithilfe von KI einen detaillierten Kundenavatar erstellst – passgenau für dein Business. Dieser Avatar enthält sowohl die Schmerzpunkte („Hölle") als auch die Wünsche und Träume („Himmel") deiner Zielgruppe.
Gib alles in einen KI-Chatverlauf hintereinander ein.

Schritt 1 - Kundenavatar erstellen lassen

Gib diesen Prompt in ChatGPT ein:

"Du bist Digital Marketer und hast dich auf Nutzerverhalten und Forschung spezialisiert. Ich möchte, dass du einen detaillierten Kundenavatar für mein Business erstellst.
Ich bin/ich habe mich als ___ [Beschreibe nun, was dein Business ist oder was du machen willst. Beispiel:
Ich habe mich als Virtuelle Assistentin und Online Business Managerin, selbständig gemacht und unterstütze Soloselbstständige, Geschäftsführer und Inhaber kleiner Unternehmen beim Businessaufbau und -ausbau. Ich bin Expertin für Facebook, Instagram und Content-Erstellung in Social Media und Copywriting. Ich habe mich erst vor x Monaten selbständig gemacht.]

Stelle mir bitte so viele Fragen wie möglich vorab über meinen Service, meine Kunden und mein Business, damit du den Avatar bestmöglich erstellen kannst. Hast du alles verstanden?"

Dein Kundenavatar

Antwort der KI – Beispiel:

“Ja, ich habe verstanden, dass du eine […] bist, die….
Um den idealen Kundenavatar zu erstellen, sind hier einige Fragen:

1. Wer sind deine typischen Kunden? Sind es hauptsächlich Solopreneure oder arbeitest du auch mit kleinen Unternehmen?
2. In welchen Branchen oder Nischen sind deine Kunden tätig?
   usw.”

In der Regel stellt dir ChatGPT rund 10+/- gezielte Fragen.

Schritt 2: Beantworte die Fragen

- Kopiere die Fragen in ein Textverarbeitungsprogramm (z. B. Word oder Google Docs).
- Schreibe deine Antworten direkt unter die jeweilige Frage.
- Falls eine Frage nicht zutrifft, notiere dies einfach. Wenn du keine Antwort weißt, ist das ebenfalls in Ordnung – vermerke es kurz.

Je mehr Antworten du gibst, desto genauer wird dein Kundenavatar. Wenn du fertig bist, kopiere den gesamten Textblock (Fragen und Antworten) und füge ihn in ChatGPT ein.

➡️ Du erhältst nun deinen ausgearbeiteten Kundenavatar. Den du bei Bedarf ergänzen oder anpassen solltest.

Kunden Schmerzpunkte & Wunschpunkte

Schritt 3: Schmerzpunkte („Hölle“) herausfinden

Gib diesen Prompt ein:

“Agiere wie ein Online-Marketing-Experte, spezialisiert auf die Schmerzpunktanalyse bei Zielgruppen. Jetzt möchte ich, dass du die Schmerzpunkte unseres Avatars ermittelst, um meine Marketingstrategie darauf auszurichten. Bitte erstelle eine Aufzählung mit 10 [oder mehr] Schmerzpunkten, die unser Avatar erleben könnte.”

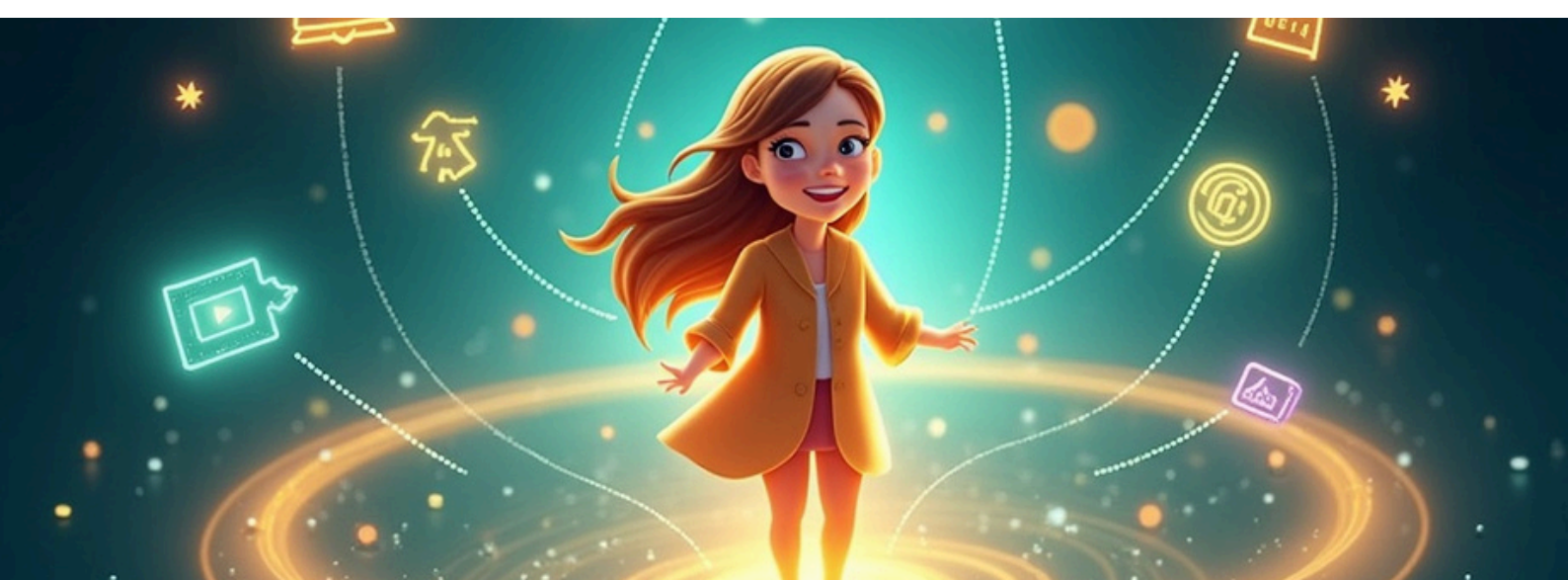
Schritt 4: Wunschpunkte („Himmel“) herausfinden

Gib diesen Prompt ein:

“Agiere wie ein Online-Marketing-Experte, spezialisiert auf die Gainpoint-Analyse bei Zielgruppen. Jetzt möchte ich, dass du die Himmel-Punkte unseres Avatars ermittelst, um meine Marketingstrategie darauf auszurichten. Bitte erstelle eine Auflistung mit 10 [oder mehr] Gainpoints, die unser Avatar erleben könnte.”

➡️ Jetzt hast du eine klare Liste mit den Herausforderungen, Problemen, Wünschen und Zielen deiner Zielgruppe.

Nutze diese Infos, um deinen Content künftig noch zielgerichteter und wirksamer zu gestalten!



Inspirierende Prompts - Business

Content-Ideen & Planung

🔵 Prompt: **„Content für digitales Produkt planen“**

Du bist meine Content-Marketing-Beraterin und kennst meine Zielgruppe: Frauen zwischen 35 und 55, die ein Online-Business aufbauen wollen.
Ich möchte für mein digitales Produkt [Titel] Inhalte auf Instagram posten, die informieren, inspirieren und Vertrauen aufbauen.
Bitte entwickle einen Content-Plan für 1 Woche mit:
– je 1 Post pro Tag
– unterschiedlichen Formaten (Karussell, Reel, Story, Zitat etc.)
– passenden Hook-Ideen, kurzen Captions und Call-to-Actions
Tonalität: empathisch, klar, locker, motivierend.

Struktur & Planung

🟣 Prompt: **„Wochenplanung mit Fokus“**

Du bist meine persönliche Assistenz. Deine Aufgabe ist es, mir eine einfache, realistische Wochenstruktur zu erstellen, die sowohl berufliche als auch persönliche To-Dos berücksichtigt.
Meine wichtigsten Aufgaben diese Woche sind: [hier eintragen].
Ich habe pro Tag maximal [z. B. 3 Stunden] zur Verfügung.
Bitte plane mit festen Fokuszeiten, Pausen und realistischen Tageszielen.
Gib mir außerdem einen motivierenden Satz pro Tag dazu.

Kundenkommunikation vereinfachen

🔴 Prompt: **„Antwortvorlage auf häufige E-Mail-Fragen“**

Du bist meine Kundenservice-Assistentin.
Bitte erstelle mir 3 Antwortvorlagen für häufige Fragen von Interessentinnen zu meinem digitalen Produkt [Titel].
Die Antworten sollen:
– freundlich und professionell sein
– Vertrauen aufbauen
– mögliche Unsicherheiten auflösen
– maximal 150 Wörter lang sein
Bitte achte auf einen klaren, empathischen Ton. Verwende bei Bedarf Platzhalter, die ich später anpassen kann.

Inspirierende Prompts

Alltags-Aha & Selbstreflexion

Frühwarnsystem für die Gesundheit
„Welche kleinen Symptome ignoriere ich gerade, die langfristig ein Risiko darstellen könnten – körperlich, emotional oder durch meinen Lifestyle?“

Selbstheilung aktivieren
„Wie kann ich mit einfachen täglichen Routinen (z. B. Atmung, Bewegung, Mindset) meine Selbstheilungskräfte gezielt aktivieren?“

Der KI-Tagesbegleiter
„Spiele meinen Tagesablauf durch wie ein Gesundheitscoach. Wo sind versteckte Energie-Räuber oder ungesunde Routinen?“

Nützlich & überraschend clever

Gesunde Sonntagsroutine
„Was ist eine gesunde Sonntagsroutine für Körper & Geist – die ich lieben werde UND wirklich durchziehe? Mach sie so cool, dass sogar meine innere Couch-Potato mitmacht.“

Mini-Routine für Fokus
„Gib mir eine 3-Minuten-Morgenroutine für mehr Fokus – ohne Meditation, Kaffee oder To-Do-Listen.“

Inspirierende Prompts - Spielereien

Fun, kreativ & ein bisschen verrückt

Brainfuck-Prompt für Um-die-Ecke-Ideen
„Was sind 5 völlig verrückte Ideen, wie ich mein Business 5x schneller skalieren kann – ohne mehr zu arbeiten, nur durch absurdes Um-die-Ecke-Denken?“

Die Nachts-wach-und-denken-Story
„Schreibe eine Geschichte, in der jemand aus meiner Zielgruppe nachts wach liegt und an sein größtes Problem denkt – emotional und echt.“

Humor trifft KI
„Erstelle einen Facebook-Post im Stil von Loriot über das Chaos, wenn man zum ersten Mal mit ChatGPT ein E-Book schreiben will.“

Sprach-Stil-Test
„Erkläre mir mein Angebot so, als wäre ich 6 Jahre alt – und danach so, als wäre ich CEO einer Großbank.“

Selbstbild-Prompt
„Beschreibe mich in 3 Sätzen aus Sicht eines Films über mein Leben. Genre: Feel-Good-Doku mit Lerneffekt.“

Visualisierung der Zukunft
„Stell dir vor, es ist 2030 und ich habe mit KI mein Leben komplett verändert. Beschreibe einen Tag aus dieser Zukunft – realistisch, inspirierend und persönlich.“

Glückwunsch & Ausblick

Glückwunsch - du bist angekommen im KI-Level 2

Du hast dich nicht nur reingeklickt, du bist drangeblieben – und hast jetzt das Wissen - und die Prompts, um KI wirklich strategisch für dich zu nutzen: für dein Business, deinen Content und deinen Alltag.

Wenn du jetzt das Gefühl hast:
„Ich will noch mehr – einen roten Faden, Anleitung oder direkte Umsetzungsmöglichkeiten für digitale Produkte oder dein Business", dann habe ich etwas für dich:

👉 www.digitalesbiz.de

Dort findest du:

✅ **Einsteigerfreundliche Kurse** für dein digitales Nebeneinkommen
✅ Ein **Kontaktformular für persönliche Fragen,** wenn du loslegen willst - aber nicht weißt, wie genau. Oder schreibe mich direkt per Mail oder WhatsApp an - siehe unten.

Du musst deinen Weg nicht allein gehen. Ich bin gern an deiner Seite, begleite dich in deiner ersten Zeit im Onlinebusiness.

Let's go digital – mit Herz, Hirn & KI!

CHRISTIANE WIENECKE
@chris.digitales.biz - mail@christiane-wienecke.de
WhatsApp +49 174 3384 385