



KI FRUSTRATION FIX

FINDE UND LÖSE DIE 4
HAUPTBLOCKADEN, DIE DEINE KI-
ERGEBNISSE SABOTIEREN

Du bist nicht das Problem. Deine Herangehensweise ist es.

Wenn du dich jemals überfordert, genervt oder sogar frustriert von KI-Tools gefühlt hast – du bist nicht allein. Die meisten Menschen scheitern nicht, weil sie „zu alt“, „zu langsam“ oder „nicht techy genug“ sind.

Sie scheitern, weil ihnen nie jemand gezeigt hat, wie man mit KI denkt, statt sie einfach wie ein weiteres Werkzeug zu benutzen.

Dieses kurze Selbst-Assessment basiert auf einer Methode, die über 95 Coaches, Unternehmer:innen und Kreative in nur 2 Tagen komplett verändert hat.

Wir nennen sie die 4 Frustrations-Trigger – und wenn du deinen kennst, weißt du genau, wie du ihn löst.

Los geht's.

Selbst-Test

Welche KI-Blockade bremst dich aus?

Beantworte jede Gruppe von 4 Aussagen mit
JA / MANCHMAL / NEIN.

Zähle danach die Häufigkeit pro Block.

Du liebst es interaktiv und automatisch? Dann mach das
Assessment hier - online - mit sofortigem Ergebnis

[ZUM Online Quiz - klicke hier
und finde Deinen KI-Frustrations-Trigger!](#)



Selbst-Test

Welche KI-Blockade bremst dich aus?

Block 1 – Klarheits-Blockade (fehlende Zieldefinition):

- Ich gehe oft in ChatGPT ohne eine klare Vorstellung davon, was ich will.
- Ich kann schwer erklären, wie ein gutes Ergebnis eigentlich aussehen soll.
- Meine Prompts sind oft vage oder allgemein.
- Selbst mit guten Tools sind meine Ergebnisse ungenau oder enttäuschend.

Block 2 – Iterations-Blockade (fehlender Verfeinerungsprozess):

- Ich nehme meistens die erste Antwort und arbeite nicht weiter daran.
- Ich stelle selten Rückfragen oder fordere mehr Details.
- Ich habe keine Methode, wie ich Prompts systematisch verbessern kann.
- Wenn KI eine seltsame oder irrelevante Antwort gibt, bin ich raus.

Selbst-Test

Welche KI-Blockade bremst dich aus?

Block 3 – Struktur-Blockade (fehlende Formatvorgabe):

- Ich sage der KI nicht, in welchem Format ich das Ergebnis möchte.
- Ich bekomme oft unübersichtliche oder schwer lesbare Antworten.
- Ich vergesse, nach Listen, Schritten oder Gliederungen zu fragen.
- Ich habe das Gefühl, die KI ist klug, aber die Ausgabe ist chaotisch.

Block 4 – Rollen-Blockade (falsche oder fehlende Perspektive):

- Ich definiere keine Rolle für die KI, bevor ich sie befrage.
- Ich habe nie gesagt: „Sei ein Coach, Experte oder Texter.“
- Ich erwarte generische Antworten und passe den Ton nicht an.
- Meine Prompts klingen, als würde ich mit einer Maschine sprechen – nicht mit einem Partner.

Dein Ergebnis – Hier beginnt deine Frustration

Zähle, bei welchem Block du die meisten JA oder MANCHMAL hast. Das ist deine Haupt-Blockade.

Und hier ist, was sie bedeutet:

- Klarheits-Blockade:

Du brauchst ein System, um Ziele und Ergebnisse zu definieren, bevor du promptest.

Die „KI-Navigation“ funktioniert nicht ohne Zielangabe.

- Iterations-Blockade:

Du erwartest Magie beim ersten Versuch. Die besten Resultate kommen durch neugieriges Nachfragen, Feedback und ein paar Runden Verfeinerung.

- Struktur-Blockade:

Du gibst der KI eine leere Leinwand ohne Rahmen. Sag ihr, wie du es brauchst – und du bekommst Gold statt Chaos.

- Rollen-Blockade:

Du redest mit der KI wie mit einem Bot. Gib ihr eine professionelle Rolle – und sie denkt wie ein Profi.

Für eine tiefere Auswertung und mehr Informationen - mache das [Interaktive Quiz online - klicke hier!](#)

Deine Mikro-Aktion – Verändere deine Ergebnisse heute

Reflexionsfrage:

Denk an eine Situation, in der dich ein KI-Ergebnis frustriert hat.

→ Welche der 4 Blockaden war vermutlich der Auslöser?

Jetzt probier das aus:

Wähle ein Thema oder eine Aufgabe. Verwende diesen Prompt:

„Agiere als [Art von Experte], hilf mir dabei [Ziel oder Aufgabe] für [Zielgruppe oder Zweck]. Bitte antworte im Format: [gewünschte Struktur].“

Beispiel:

Agiere als Copywriting-Coach. Hilf mir, eine Betreffzeile für eine E-Mail zu schreiben, die einen Workshop für überforderte Selbstständige bewirbt. Gib mir 5 Optionen und erkläre, warum jede funktioniert.

Mach das.

Du wirst überrascht sein, wie schnell deine Ergebnisse sich verbessern.

[Sieh dir jetzt das Bonus Video zur idealen Lösung der KI-Blockaden an! Klicke hier!](#)

Auf zu deinem Bonus Video



Der nächste Schritt

Vielleicht fühlst du dich gerade festgefahren.

Zwischen zu vielen Tools, zu vielen Versuchen – und zu wenig echten Ergebnissen.

**Du weißt, dass KI mehr kann.
Du spürst, da steckt Potenzial drin.**

**Aber irgendwie:
Es fließt nicht.**

Genau deshalb gibt es den KI-Masterplan

**Nicht als Produkt.
Sondern als Sprungbrett.**

**Damit du nicht mehr rätst, sondern verstehst.
Damit du nicht mehr testest, sondern triffst.
Damit du nicht mehr kämpfst, sondern krearst.**

Unsere Teilnehmer erzielen herausragende Ergebnisse für sich und andere, während sie beginnen echten Spass mit der KI zu erleben und Zeit zu sparen.

**Kein Blabla. Keine KI-Theorie.
Sondern praktische Hilfe für genau da, wo du gerade stehst.**

👉 Wenn du bereit bist, mit KI endlich sicher durchzustarten, buch dir jetzt deinen Termin und sichere dir deinen Platz im KI-Masterplan.

Der nächste Schritt – „Buch dir jetzt deinen persönlichen Start-Termin – damit du garantiert nicht von KI überholt wirst, sondern ihr voraus bist.“

„Nur wer die Sprache der KI versteht, kann sie auch für sich nutzen. Dein erster Schritt: Sichere dir deinen Platz im KI-Masterplan und starte deine Ausbildung – stressfrei, zukunftsicher und mit echtem Spaß an der Technik.“

**JETZT TERMIN
SICHERN**

**Buch dir jetzt deinen Start-Termin
— und mach endgültig Schluss
mit KI-Frust, Unsicherheit und
Zeitverschwendung.**

Jetzt sichern!