Nahezu alle Social-Media-Plattformen haben mittlerweile KI-Anwendungen integriert. Wie kann man sie bedenkenlos nutzen, was sollte man besser lassen? Foto: Archiv/Bihr

Hinterfragen statt hinnehmen

Digitalexpertin Leonie Lutz gibt Tipps im Umgang mit KI-Tools auf Social Media – Wie intelligent ist die Künstliche Intelligenz eigentlich?

Von unserer Redakteurin Sarah Arweiler

MEDIENBILDUNG Ob Snapchat, Tiktok, Instagram, Whatsapp oder YouTube: In allen gängigen Social-Media-Plattformen ist mittlerweile ein KI-Tool integriert. Social-Media-Expertin Leonie Lutz erzählt im Interview, was es mit diesen Anwendungen auf sich hat, und wo die Tücken liegen.

zisch Medien in der Schule

KI wird allgemein immer als hilfreicher Assistent angepriesen, der einem mit Rat und Tat zur Seite steht. Sollte ich die KI-Anwendungen auf den Social-Media-Plattformen nutzen?

Leonie Lutz: Wir müssen sehen: Wir nutzen die KI einerseits bewusst, und andererseits unbewusst. Unbewusst nutzen wir sie, wenn uns bei Tiktok das nächste Video empfohlen wird oder wenn wir bei Spotify Empfehlungen bekommen, bei Instagram in den Reels oder eben auch bei Youtube in den Shorts. Bewusst können wir sie aber auch nutzen. Damit meine ich, wir können MetaAI in Whatsapp benutzen oder auch MyAI in Snapchat. Aber davon würde ich total abraten.

Und warum?

Lutz: Bei Social-Media-Plattformen müssen wir auf dem Schirm haben, dass die Tech-Anbieter ganz schön viel über uns wissen. Die haben unseren Klarnamen, die haben unsere E-Mail-Adresse, unser Geburtsdatum, sie kennen unsere Standortdaten und mit welchen Freunden wir uns treffen. Überhaupt kennen sie auch unsere Freunde. Wenn wir dann noch die KI in diesen Social-Media-Netzwerken nutzen, dann weiß sie ja noch mehr. Snapchat rät selbst im Unternehmensblog davon ab, der KI private Fragen zu stellen, weil sie sagen, dass alles zu Entwicklungszwecken gespeichert wird.

Welche KI können Sie denn Schülerinnen und Schülern für welche Anwendungen empfehlen?

Lutz: Es kommt darauf an, wie wir KI nutzen wollen. Zum Starten würde ich DuckAI benutzen. Das ist eine datenschutzkonforme Variante, bei der überhaupt nichts gespeichert wird. Wenn man tatsächlich KI häufiger nutzt, empfehle ich ChatGPT. Dieses Tool hat auch als einziges eine Kindersicherung, die man als Elternteil aktivieren kann. Dazu brauchen beide, also Elternteil und Kind, einen Account. Eine gute App fürs Lernen ist Knowunity. Bei Knowunity kann ich als Anwender mein Heft hochladen oder meine ganzen Notizen aus der Schule und sagen: 'Hier sind meine Notizen aus dem Geschichtsunterricht, ich gehe in die sechste Klasse auf einem Gymnasiums, erstelle mir daraus ein Quiz oder erstelle mir daraus Lernkarten'. Dann hat man ein zusätzliches Tool, um sich zu Hause auf Klassenarbeiten vorzubereiten. Ein Tool, das den Schüler oder die Schülerin abfragt, das aber auch weiß, welche Inhalte bei jemandem aus der sechsten Klasse Gymnasium abgefragt werden sollten. Außerdem habe ich zusätzlich noch meine Abschriften vom Schulheft.

Mit ChatGPT kam Ende 2022 künstliche Intelligenz in die breite Öffentlichkeit. Damals klang das wie Science Fiction. Wie intelligent ist die künstliche Intelligenz denn tatsächlich?

Lutz: Die künstliche Intelligenz ist nicht wirklich intelligent, sondern sie rechnet Wahrscheinlichkeiten aus. Sie sagt aber zum Beispiel auch nicht, wenn sie etwas nicht weiß, sondern erfindet dann. Man sagt dazu: sie halluziniert. Es gibt ein tolles Beispiel von einem Lehrer, der bei YouTube einen Test gemacht hat mit ChatGPT. Dieser Lehrer sagt: 'Erstelle mir eine Gedichtanalyse von dem Gedicht 'Das alte Gurkenfass' von Rainer Maria Rilke'. ChatGPT macht eine richtig tolle Gedichtanalyse. Man denkt sich: 'Ja toll, Gedichtanalyse einfach gemacht.' Das Ding ist: Dieses Gedicht hat Rainer Maria Rilke nicht geschrieben. Aber das weiß die KI nicht. Deshalb ist sie nicht intelligent, sie halluziniert und erfindet etwas. Die würde nie schreiben: Das weiß ich nicht, schau in einem Schulbuch nach. Und das ist ein Problem.

Durch KI ist es in den vergangenen Jahren auch erschreckend einfach geworden, Fake-Bilder und falsche Videos zu erzeugen. Es ist mittlerweile kaum noch möglich zu unterscheiden, welche Inhalte echt sind und welche nicht. Kann die KI helfen, Fake News und Deepfakes zu entlarven?

Lutz: Mein Co-Autor und KI-Experte Kai Spriestersbach würde sagen: 'Nein, das geht nicht'. Wir können manchmal noch anhand von Hashtags sehen, dass etwas KI-generiert ist oder über den Hinweis von der Plattform. Tiktok zeigt beispielsweise manchmal einen AI-Button an oder sagt: Achtung, enthält KI-generierte Inhalte. Aber das ist nicht zuverlässig. Wir müssen immer hinterfragen, statt hinnehmen, und richtig recherchieren. Das ist die Kompetenz unserer Zeit. Wenn wir KI nutzen, brauchen wir immer einen Gegencheck, also eine andere Quelle. Das kann zum Beispiel auch das Schulbuch sein.

INFO Zur Person

Leonie Lutz ist Journalistin, Autorin und Digitalexpertin, die sich vor allem mit dem Thema Kinder und digitale Medien beschäftigt. Sie ist bekannt für den Spiegel-Bestseller „Begleiten statt verbieten" (2022) über Medienerziehung. 2025 veröffentlichte Leonie Lutz zusammen mit dem KI-Experten Kai Spriestersbach „Kluge Köpfchen mit KI", einen Ratgeber für Eltern, der erklärt, wie Familien mit Künstlicher Intelligenz umgehen. Ein ausführliches Gespräch mit Leonie Lutz zum Thema Tiktok gibt es im Zisch-Podcast unter www.zisch-stimme.de/podcasts.

Zu schön, um echt zu sein

KI-erzeugte Influencer erobern Social Media, auch für politische Botschaften – Realität und Inszenierung kaum zu unterscheiden

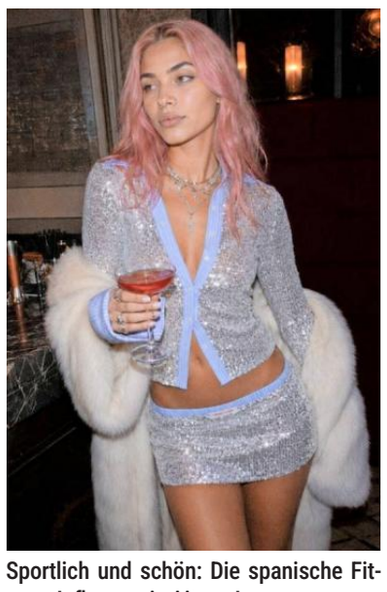
Von unserer Redakteurin Sarah Arweiler

KI Die 19-jährige Influencerin Lil Miquela hat auf Instagram mehr als zwei Millionen Follower. Sie arbeitet zusammen mit anderen Supermodels für Luxusmarken wie Prada oder Calvin Klein und verdient unglaublich viel Geld. Sie postet auch regelmäßig private Dinge von sich, zum Beispiel Selfies über ihr Leben in Los Angeles, über Musik, über Liebe oder ihre Krebserkrankung. Soweit nichts Ungewöhnliches für (erfolgreiche) Influencer auf Instagram.

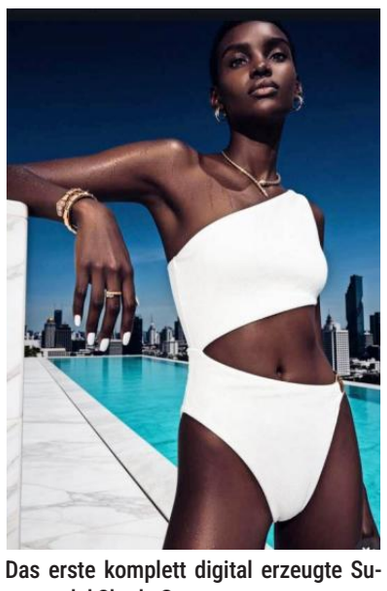
Ungewöhnlich ist allerdings: Die junge Frau gibt es nicht in Wirklichkeit. Sie ist eine rein KI-erzeugte Figur des US-Startups Brud. Da sie wie „normale" Influencer mit ihren Followern interagiert, hielten sie viele für eine echte Person.

Ein weiteres Beispiel ist die spanische Fitness-Influencerin Aitana Lopez mit ihren auffällig pinken Haaren. Ihrem Instagram-Kanal @fit_aitana folgen 390.000 Menschen. Sie wurde von der spanischen Agentur „The Clueless" entwickelt. Fashion-Fotograf Cameron-James Wilson erschafft 2017 Shudu Gram, das erste computeranimierte Supermodel. Das Model zieht schnell viel Aufmerksamkeit auf sich, der Erfolg lässt nicht lange auf sich warten, was kaum verwunderlich ist. Denn Shudu Gram hat eine makellose Haut, ein komplett symmetrisches Gesicht, einen perfekten Körper – vielleicht schon zu perfekt?

Lil Miquela hat auf Instagram über zwei Millionen Follower. Screenshots: Sarah Arweiler



Sportlich und schön: Die spanische Fitness-Influencerin Aitana Lopez.



Das erste komplett digital erzeugte Supermodel Shudu Gram.

Grenzen zwischen echt und fake verschwimmen

Einerseits faszinierend, zeigen diese Beispiele, dass die Grenzen zwischen künstlich und echt verschwimmen. Die Software wird zunehmend besser, eine Unterscheidung damit zunehmend schwieriger – oder kaum noch möglich. Was ist noch echt, was KI? „Junge Menschen müssen lernen, Realität und Inszenierung zu unterscheiden", rät Digitalexpertin Leonie Lutz. Ebenso müsse gelernt werden, Körperbilder einzuordnen. „Wenn perfekte Körper komplett generiert sind, dann entsteht ein Maßstab, den kein Mensch erreichen kann." Speziell bei Tiktok sei es so: Sobald man die App öffne, um ein Video zu machen, werde das Gesicht automatisch gefiltert. „Ich sehe mich selbst also nicht, wie ich wirklich aussehe", gibt Leonie Lutz zu bedenken. Man sehe in den Clips die überwiegend jungen Frauen mit prallen Lippen, längeren Wimpern, schmaleren Nasen und rosigeren Wangen. „Das vermeintliche Schönheitsideal wird reproduziert, was besonders bei jungen Mädchen sehr großen Druck auslösen kann."

Der Einfluss von beliebten, aber unechten Personen auf Social Media wird auch für politische Botschaften genutzt: Recherchen des Medienunternehmens Correctiv haben 190 Fake-Profile von 22 KI-Frauen gefunden mit AfD-nahen Inhalten. Fotos, Videos, sogar Stimmen sind mit KI erstellt. So postet die 20-jährige Zola im April 2026 auf Tiktok ein Selfie mit Friedrich Merz, auf dem sie ein AfD-T-Shirt trägt. Doch: Nichts davon ist echt.

zisch Medien in der Schule

Partner des Medienprojektes sind:
aim INNOVATIVE BILDUNG
Kreissparkasse Heilbronn
EnBW

Kontakt zur Zisch-Redaktion
kontakt@zisch-stimme.de
Telefon 07131 615 575
www.zisch-stimme.de