

KI-Personalisierung bewusst steuern

Warum Einstellungen, Erinnerungen, Chatverlauf und verbundene Dienste regelmäßig kontrolliert werden sollten.

Personalisierung im Überblick

Mehr Komfort entsteht erst dann sicher, wenn Vorgaben, Erinnerungen, Verlauf, verbundene Dienste und Datenschutz getrennt kontrolliert werden.



Abbildung 1: Personalisierung besteht aus mehreren voneinander getrennten Ebenen.

Wichtiger Hinweis: Die Abbildungen sind vereinfachte Erklärbilder und keine direkten Bildschirmfotos aus einem persönlichen Konto. Funktionen, Bezeichnungen und Schalter können je nach Anbieter, Tarif, Land, Alter, Gerät, Kontoart und schrittweiser Freischaltung abweichen. Diese Unterlage ergänzt die produktspezifischen How-tos und ersetzt keine Prüfung der aktuellen Einstellungen im eigenen Konto.

Stand: 6. August 2026 | Deutsch | Zielgruppe: private Endanwender

Inhalt

- 1. Was Personalisierung tatsächlich umfasst
- 2. Warum Kontrolle wichtig ist
- 3. Nutzen und Grenzen
- 4. Risiken und typische Missverständnisse
- 5. Welche Daten dauerhaft gespeichert werden sollten
- 6. Vergleich von ChatGPT, Copilot, Claude und Gemini
- 7. Einrichtung und regelmäßige Kontrolle
- 8. Entscheidungshilfe für typische Situationen
- 9. Prüfliste und Quellen

Fünf Grundregeln

- **Personalisierung ist Kontext, keine Wahrheit.** Eine passende Antwort kann trotzdem falsch, unvollständig oder einseitig sein.
- **Weniger ist oft besser.** Speichere nur Informationen, die stabil, nützlich und wenig sensibel sind.
- **Memory, Verlauf und Training sind getrennte Themen.** Das Ausschalten eines Schalters löscht nicht automatisch Daten in anderen Bereichen.
- **Projektinformationen gehören möglichst ins Projekt.** Globale Erinnerungen sollten nicht mit kurzlebigen Aufgaben überfrachtet werden.
- **Kontrolle ist wiederkehrend.** Prüfe Einstellungen nach größeren Updates und mindestens vierteljährlich.

Ziel dieser Unterlage: Du sollst jederzeit erklären können, welche Informationen ein KI-System über dich nutzt, warum es sie nutzt und wie du sie ändern oder entfernen kannst.

1. Was Personalisierung tatsächlich umfasst

Personalisierung ist kein einzelner Schalter. Moderne KI-Assistenten kombinieren mehrere Ebenen: den gewünschten Antwortstil, ausdrücklich hinterlegte Vorgaben, gespeicherte Erinnerungen, frühere Chats, verbundene Apps sowie getrennte Datenschutz- und Trainingsoptionen. Die Anbieter beschreiben diese Bereiche als eigenständige Funktionen, die separat verwaltet werden können [1-9].

Sechs getrennte Stellschrauben

Ein Schalter ersetzt den anderen nicht. Beispielsweise löscht das Abschalten von Memory nicht automatisch den Chatverlauf oder bereits verbundene Datenquellen.

Antwortstil	Persönlichkeit, Wärme, Länge, Format	wirkt auf Darstellung
Direkte Vorgaben	Sprache, Rolle, bevorzugte Arbeitsweise	explizit und global
Gespeicherte Erinnerungen	dauerhafte Fakten und Präferenzen	muss geprüft und korrigiert werden
Frühere Chats	Kontext aus bisherigen Unterhaltungen	kann alte Annahmen wiederverwenden
Verbundene Dienste	E-Mails, Dateien, Kalender, Browser- oder App-Kontext	erweitert den Datenumfang
Datenschutz & Training	Speicherung, Löschung, Aktivität, Modellverbesserung	separat einstellen

Abbildung 2: Die wichtigsten Personalisierungsebenen und ihre Wirkung.

Besonders wichtig: „Memory aus“ bedeutet nicht automatisch „Chatverlauf gelöscht“. Ebenso ist „nicht zum Modelltraining verwenden“ nicht dasselbe wie „keine Personalisierung“. Prüfe jeden Bereich einzeln.

2. Warum Kontrolle wichtig ist

Richtig eingestellt spart Personalisierung Zeit und macht Antworten konsistenter. Ungeprüft kann sie jedoch alte Annahmen, falsche Erinnerungen oder unnötig viele persönliche Details in neue Gespräche tragen. Deshalb sollte die Bequemlichkeit immer mit Transparenz und Datenminimierung verbunden werden.

Nutzen entsteht durch Balance

Zu wenig Personalisierung erzeugt Wiederholungen. Zu viel oder ungeprüfte Personalisierung kann Antworten verzerren.

Nutzen

- Weniger Wiederholungen
- Konstanter Ton und Aufbau
- Bessere Fortsetzung laufender Themen
- Barriereärmere und passendere Antworten
- Schnelleres Arbeiten mit Projekten

Risiken

- Falsche oder veraltete Erinnerungen
- Bestätigungsfehler und einseitige Antworten
- Ungewollte Wiederverwendung sensibler Angaben
- Konflikte zwischen globalen und projektbezogenen Vorgaben
- Unklare Datenquellen im Hintergrund

Kernregel: Personalisierung verbessert die Passung - nicht automatisch die Wahrheit.

Abbildung 3: Die Vorteile und Risiken müssen bewusst ausbalanciert werden.

Was Kontrolle konkret verbessert

- Nachvollziehbarkeit: Du weißt, warum eine Antwort persönlich wirkt.
- Korrektheit: Veraltete oder falsche Erinnerungen werden früher entdeckt.
- Datenschutz: Es werden weniger unnötige Angaben dauerhaft gespeichert.
- Konsistenz: Globale und projektbezogene Vorgaben widersprechen sich seltener.
- Unabhängigkeit: Du erkennst, wann eine Empfehlung von deinen bisherigen Vorlieben beeinflusst sein könnte.

3. Risiken und typische Missverständnisse

- **Falsche Erinnerungen:** Das System kann aus Gesprächen ungenau ableiten, was dauerhaft wichtig ist. Prüfe gespeicherte Angaben aktiv.
- **Veralteter Kontext:** Wohnort, Rolle, Geräte, Ziele oder Vorlieben können sich ändern, während die Erinnerung bestehen bleibt.
- **Bestätigungsfehler:** Eine stark personalisierte KI kann vorhandene Sichtweisen zu bequem fortschreiben. Bitte ausdrücklich um Gegenargumente und Alternativen.
- **Globale Übersteuerung:** Sehr ausführliche allgemeine Vorgaben können neue Aufgaben unnötig einengen oder mit Projektanweisungen kollidieren.
- **Verbundene Datenquellen:** E-Mails, Dateien, Kalender, Browserkontext oder andere Apps vergrößern den verfügbaren Kontext und damit auch den Prüfbedarf.
- **Löschung missverstanden:** Das Löschen eines Chats, einer Erinnerung oder einer Aktivität kann unterschiedliche Folgen haben. Anbieter dokumentieren diese Bereiche getrennt [1-9].
- **Gemeinsam genutzte Geräte:** Ohne getrennte Konten können sich Vorlieben und private Informationen verschiedener Personen vermischen.

Prüfrage: Würde ich mich wohlfühlen, wenn diese Information in sechs Monaten unerwartet in einer anderen Antwort wieder auftaucht? Wenn nicht, gehört sie nicht in eine dauerhafte Personalisierung.

4. Welche Daten dauerhaft gespeichert werden sollten

Die folgende Ampel ist keine rechtliche Einstufung, sondern eine alltagstaugliche Entscheidungshilfe. Besonders bei Gesundheits-, Finanz-, Familien- und Beschäftigungsdaten ist Zurückhaltung sinnvoll. Fremde personenbezogene Daten sollten grundsätzlich nicht als eigene Erinnerung gespeichert werden.

Welche Angaben gehören in die Personalisierung?

Praktische Einordnung für private Konten. Im Zweifel weniger speichern und die Information nur im aktuellen Chat nennen.

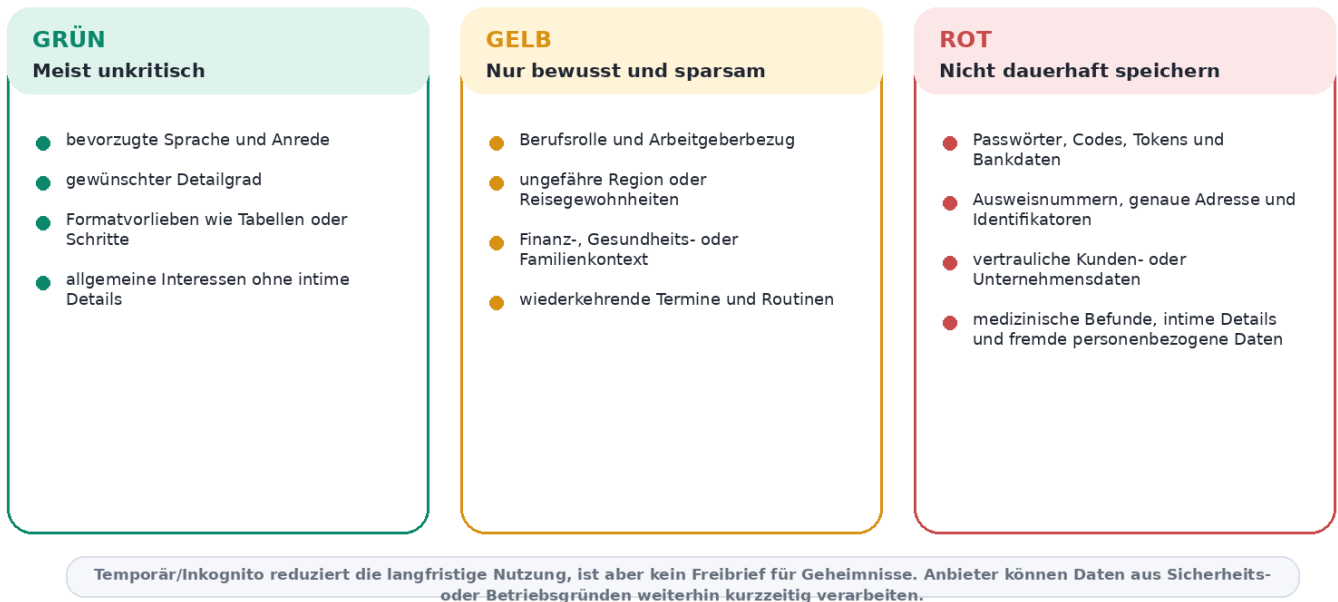


Abbildung 4: Praktische Datenampel für dauerhafte Personalisierung.

Temporäre oder Inkognito-Chats

ChatGPT, Claude und Gemini bieten Varianten für Gespräche ohne dauerhafte Erinnerung; Microsoft trennt je nach Copilot-Oberfläche Personalisierung, Verlauf und Training in eigenen Einstellungen. Solche Modi reduzieren die spätere Wiederverwendung, bedeuten aber nicht automatisch, dass keinerlei technische Verarbeitung oder kurzfristige Aufbewahrung stattfindet [3, 4, 6, 9].

5. Vergleich der vier KI-Systeme

Die Grundlogik ist ähnlich, die Bezeichnungen und Schalter unterscheiden sich. Entscheidend ist daher nicht, einen bestimmten Menübegriff auswendig zu lernen, sondern in jedem System dieselben sechs Kontrollfragen zu stellen.

System	Direkte Vorgaben	Memory / frühere Chats	Temporär / privat	Zusätzlicher Kontext	Besonders prüfen
ChatGPT	Persönlichkeit, Eigenschaften, benutzerdefinierte Anweisungen	Gespeicherte Erinnerungen und Referenz auf frühere Chats	Temporärer Chat	Projekte, Dateien und verbundene Dienste	Memory, Custom Instructions und Modelltraining getrennt
Microsoft Copilot	Personalisierung und je nach Variante benutzerdefinierte Vorgaben	Memory und Gesprächsverlauf	je nach Oberfläche eingeschränkte oder separate Modi	Microsoft-Dienste, Edge-Kontext, Dateien und Apps	Personalisierung, Training, Verlauf und „Context Clues“
Claude	Profil- und Projektanweisungen sowie Styles	Chat-Suche und Memory	Incognito Chat	Projekte, Skills, Dateien und Connectors	globale versus projektbezogene Vorgaben
Gemini	Gespeicherte Informationen / Anweisungen	Memory aus früheren Chats	Temporärer Chat	Google-Apps, Aktivität und verbundene Dienste	Gemini Apps Activity, Memory und verbundene Apps

Die produktbezogenen Detailanleitungen zeigen die aktuellen Menüpfade. Dieses Grundlagenpapier erklärt, warum diese Bereiche einzeln geprüft werden müssen.

Sechs Kontrollfragen für jedes System

- Welche globalen Vorgaben gelten?
- Was wurde dauerhaft über mich gespeichert?
- Darf die KI frühere Chats heranziehen?
- Welche Apps, Dateien oder Kontodaten sind verbunden?
- Werden meine Inhalte zur Modellverbesserung verwendet?
- Wie lösche oder begrenze ich jede dieser Ebenen?

6. Einrichtung und regelmäßige Kontrolle

Für die erste Einrichtung reichen meist zehn bis fünfzehn Minuten. Beginne bewusst mit wenigen stabilen Vorgaben. Ergänze Memory erst dann, wenn du den Nutzen im Alltag wirklich erkennst.

Der Kontrollkreislauf

Personalisierung ist keine einmalige Einrichtung. Sie sollte nach größeren Updates und mindestens vierteljährlich geprüft werden.



Abbildung 5: Personalisierung als wiederkehrender Kontrollkreislauf.

- Sprache, Anrede, gewünschte Länge und Format festlegen.
- Gespeicherte Erinnerungen öffnen und jede Angabe prüfen.
- Nutzung früherer Chats nur aktivieren, wenn Kontinuität gewünscht ist.
- Verbundene Apps und Berechtigungen auf das Nötigste beschränken.
- Datenschutz- und Trainingsoptionen separat prüfen.
- Mit drei Testaufgaben kontrollieren: Faktenfrage, Anleitung und kontroverser Vergleich.
- Datum und wichtigste Schalter notieren oder einen Screenshot für den eigenen Gebrauch erstellen.
- Nach großen Produktupdates und mindestens alle drei Monate erneut prüfen.

7. Entscheidungshilfe für typische Situationen

Welche Betriebsart passt zur Aufgabe?



Abbildung 6: Entscheidung zwischen globaler, projektbezogener und temporärer Nutzung.

- **Alltagsassistent:** Sprache, Ton und Format global einstellen; Memory klein halten und regelmäßig prüfen.
- **Laufendes Projekt:** Projektanweisungen, Projektdokumente und projektspezifische Chats nutzen; Details nicht unnötig global speichern.
- **Gesundheit, Finanzen oder Recht:** Nur notwendige Angaben nennen, möglichst temporär arbeiten, Ergebnisse unabhängig prüfen und keine fachliche Beratung ersetzen.
- **Gemeinsam genutztes Gerät:** Eigene Konten verwenden, abmelden und gespeicherte Erinnerungen kontrollieren.
- **Kreative oder öffentliche Inhalte:** Stilvorgaben können dauerhaft hilfreich sein; private Biografie und sensible Angaben bleiben besser außen vor.

8. Persönliche Prüfliste

✓ Prüfpunkt

- ☐ Ich weiß, welche globalen Anweisungen aktiv sind.
- ☐ Ich habe jede gespeicherte Erinnerung gelesen und falsche Angaben korrigiert.
- ☐ Ich weiß, ob frühere Chats für neue Antworten verwendet werden dürfen.
- ☐ Ich kenne die verbundenen Apps, Dateien und Kontodaten.
- ☐ Ich habe Training/Modellverbesserung getrennt von Personalisierung geprüft.
- ☐ Ich nutze temporäre oder projektbezogene Chats, wenn globale Speicherung unnötig ist.
- ☐ Ich speichere keine Passwörter, Zugangsdaten oder vertraulichen Daten Dritter.
- ☐ Ich prüfe kontroverse oder wichtige Antworten auch außerhalb meiner persönlichen Voreinstellungen.
- ☐ Ich wiederhole die Kontrolle nach größeren Updates und mindestens vierteljährlich.

9. Offizielle Quellen

Die Unterlage basiert auf den folgenden offiziellen Hilfeseiten. Funktionsnamen und Verfügbarkeit können sich ändern; deshalb sollte bei konkreten Einstellungen immer die aktuelle Anbieterhilfe geprüft werden.

- [1] OpenAI - Memory FAQ: <https://help.openai.com/en/articles/8590148-memory-faq>
- [2] OpenAI - Data Controls FAQ: <https://help.openai.com/en/articles/7730893-data-controls-faq>
- [3] OpenAI - Temporary Chat FAQ: <https://help.openai.com/en/articles/8914046-temporary-chat-faq>
- [4] Microsoft - Copilot privacy controls: <https://support.microsoft.com/en-us/microsoft-copilot/microsoft-copilot-privacy-controls>
- [5] Microsoft - Conversation history in Microsoft Copilot: <https://support.microsoft.com/en-us/microsoft-copilot/conversation-history-in-microsoft-copilot>
- [6] Anthropic - Understanding Claude's personalization features: <https://support.anthropic.com/en/articles/10185728-understanding-claude-s-personalization-features>
- [7] Anthropic - Use Claude's chat search and memory: <https://support.anthropic.com/en/articles/11817273-using-claude-s-chat-search-and-memory-to-build-on-previous-context>
- [8] Google - Get personalization in Gemini Apps: <https://support.google.com/gemini/answer/16598623?hl=en>
- [9] Google - Gemini Apps Privacy Hub: <https://support.google.com/gemini/answer/13594961?hl=en-GB>

Kernaussage: Eine gut personalisierte KI ist nicht diejenige, die möglichst viel über dich weiß, sondern diejenige, deren Wissen du verstehst, begrenzt und regelmäßig kontrollierst.