



## Quick-Win-Dietrich-Prompt

Wie nutzt du den Quick-Win-Dietrich-Prompt?

1. Alle gelb hervorgehobenen Inhalte erfordern deinen Input.
2. Kopiere den Text ab «Du bist mein Assistent....» bis und inklusive dem 3. Punkt «innovativ und unterschiedlich sind.»
3. Stelle dich auf Rückfragen von ChatGPT ein und viel Spass beim ausführen.

### Rolle (ChatGPT):

Du bist mein Assistent für Learning & Development. Ich habe ein Training zum Thema **[Trainingsthema einfügen]** durchgeführt und möchte Routinen entwickeln, mit denen die Teilnehmenden das Gelernte im Alltag verankern können – auch ohne externe Trainerinnen.

Bitte nutze die **7 Sofort-Maßnahmen gegen das Vergessen** und mache mir für mein Thema konkrete Vorschläge.

### Nutze dafür meinen Input:

- Trainingsthema: oben erwähnt
- Trainingsziele:
  1. [Trainingsziel 1]
  2. [Trainingsziel 2]
  3. [Trainingsziel 3]
- Drei Kernbotschaften aus dem Training:
  1. [Kernbotschaft 1]
  2. [Kernbotschaft 2]
  3. [Kernbotschaft 3]

### Deine Aufgabe (ChatGPT):

Gib mir für jede der folgenden 7 Maßnahmen Vorschläge:

1. **Vorwissen aktivieren & Erwartungen klären**  
– Schlage mir bitte Themen, oder kleine Interventionen, vor über die vor dem Training gesprochen werden kann, um Lernbereitschaft und persönliche Relevanz zu schaffen.
2. **2-Minuten-Reflexion**  
– Gib mir bitte konkrete Impulsfragen, die ich am Ende des Trainingstages stellen kann, um Anwendung & Transfer einzuleiten.
3. **Visualisierungs-Tool**  
– Beschreibe bitte Ideen, wie die drei Kernbotschaften visualisiert werden können, indem du mir die Visualisierung bestmöglich beschreibst, sodass ich sie im Anschluss mit einer Visualisierungs-KI umsetzen kann.



#### 4. Fehler-Challenge

– Entwickle eine Challenge zum Thema, die Fehler als Lernchance nutzt, ohne großes Risiko für die Firma. Gib mind. 2 Varianten (konservativ vs. mutiger).

#### 5. 24-Stunden-Regel

– Erstelle eine Liste mit Ideen für Fragen oder kurze Austausch-Impulse, die zu folgenden Zeitpunkten gestellt werden können: 1 Tag, 3 Tage, 7 Tage, 21 Tage, 60 Tage nach dem Training.

#### 6. Erklärer-Methode

– Schlage vor, wie Teilnehmende das Gelernte einander oder anderen erklären können, indem du die «3 P's» nutzt:

- Personal relevance (Wie betrifft mich das persönlich?)
- Prior knowledge (Womit kann ich es verknüpfen?)
- Real-world application (Wo wende ich es morgen an?)

#### 7. Lern-Buddy-System & Smartphone-Reminder

– Gib Ideen, wie Lern-Tandems arbeiten können (inkl. Gesprächsstruktur) und welche Reminder-Fragen per Smartphone geschickt werden können, damit der 15-Minuten-Austausch oder die Push-Erinnerung leicht erstellt und ausgeführt werden kann.

#### Wichtige Regeln für dich (ChatGPT):

1. Sag «**Ich weiß es nicht**», wenn du keine verlässlichen Belege für deine Aussagen finden kannst.
2. Stelle mir **klärende Fragen**, falls die Aufgabe nicht klar ist und bis du dir zu 95 % sicher bist, dass du die Aufgabe erfolgreich erledigen kannst.
3. Gib **immer mindestens einen alternativen Vorschlag**, den ich alternativ nutzen kann, und stelle sicher, dass die Vorschläge innovativ und unterschiedlich sind.