Prompt: „Empfehle mir eine Vorgehensweise beim Erstellen einer sozialwissenschaftlichen Hausarbeit, bei der ich KI-Informationen so nutze, dass ich sie nicht als "cognitive outsourcing" eigener Denkprozesse missbrauche.“

Hier ein möglicher Fahrplan, wie du KI *unterstützend* nutzt, ohne dein eigenes Denken auszulagern:

1. **Am Anfang: KI nur zum Ordnen, nicht zum Entscheiden nutzen**
    - Nutze KI, um das Thema einzugrenzen, Begriffe zu klären oder grobe Strukturideen zu sammeln („Welche Unterkapitel wären denkbar?“).
    - Die **endgültige Fragestellung und Gliederung** triffst du bewusst selbst (am besten schriftlich begründen, warum).
2. **Literaturarbeit bleibt „Kernarbeit“**
    - Nutze KI ggf. für erste Literaturhinweise, aber:
        - Recherchiere **immer selbst in Datenbanken/Bibliotheken**.
        - Lies die Originaltexte und markiere zentrale Argumente, Definitionen, Kontroversen.
    - Schreibe dir zu jedem Text kurze Notizen in eigenen Worten – ohne KI.
3. **Denken auf Papier, KI erst danach**
    - Erstelle zunächst eine **eigene Argumentationsskizze**:
        - Was will ich zeigen?
        - Welche Gegenpositionen gibt es?
        - Wie hängen meine Teile logisch zusammen?
    - Erst wenn diese Skizze steht, kannst du KI fragen, ob es noch blinde Flecken oder alternative Argumente gibt.
4. **KI-Text nie direkt übernehmen**
    - Nutze KI-Antworten als **Impuls**, nicht als Textquelle.
    - Schreibe Passagen grundsätzlich **aus deiner Lektüre und deinen Notizen heraus**, ohne KI-Fenster offen.
    - Lies danach deinen Text kritisch und nutze KI höchstens, um Formulierungsalternativen zu prüfen oder Unklarheiten zu klären („Ist dieser Absatz logisch aufgebaut?“).
5. **Kritisch prüfen statt glauben**
    - Alles, was KI an Behauptungen liefert, checkst du gegen **Fachliteratur**:
        - Stimmt das?
        - Welche Autor*innen sehen das anders?
    - Wenn KI und Literatur auseinanderlaufen, gilt: **Literatur zuerst**, KI höchstens als Hinweis auf Diskussionslinien.
6. **Reflexion der eigenen Denkschritte festhalten**
    - Führe ein kurzes Arbeitsjournal (Stichpunkte reichen):
        - Welche Entscheidungen habe *ich* heute getroffen (Fragestellung, Theorieauswahl, Aufbau)?
        - Wo habe ich KI genutzt und warum?
    - Damit kannst du dir selbst zeigen, dass du die zentralen Denkprozesse nicht ausgelagert hast.
7. **Transparenz gegenüber Hochschule**
    - Prüfe die Vorgaben deiner Hochschule/Fakultät (z. B. im Modulhandbuch oder in Richtlinien zu KI-Nutzung).
    - Wenn gefordert oder sinnvoll, beschreibe kurz im **Methoden- oder Vorwortteil**, wofür du KI genutzt hast (z. B. „zur Ideenfindung und zur sprachlichen Glättung, nicht zur Erstellung von Inhalten“).