

KOSTENLOSE CHECKLISTE

So schützt du dich, deine Familie und dein Unternehmen vor KI-Betrügern

Stimme und Video eines Menschen lassen sich heute klonen, und Hacker mit künstlicher Intelligenz brechen um ein Vielfaches schneller in Websites und Dienste ein als früher. Die gute Nachricht: Gegen die meisten dieser Angriffe helfen einfache Absprachen und ein paar Einstellungen. Das solltest du unbedingt tun.

Wie du etwas genau einstellst, fragst du ChatGPT, Claude oder eine andere KI. Fertige Fragen stehen unter den Punkten, du kannst sie einfach kopieren.

Privat

- ☐ **Warne deine Nächsten.** Sag deinen Eltern, Großeltern und allen, die sich mit Technik weniger auskennen, ganz direkt: Eine Stimme und sogar ein Videoanruf lassen sich fälschen.
- ☐ **Ein Familien-Codewort.** Denkt euch ein Wort aus, das nur ihr kennt. Vereinbart es persönlich, nicht im Chat. Der „Sohn“ ruft an und bittet um Geld: Frag nach dem Wort.
- ☐ **Auflegen und zurückrufen.** Zweifel an einem Anruf, selbst mit vertrauter Stimme oder per Video? Ruf selbst zurück, unter der Nummer aus deinem Adressbuch.
- ☐ **Zwei-Faktor-Schutz, aber nicht per SMS.** E-Mail, Bank, soziale Netzwerke, Messenger: Authenticator-App, Passkey oder ein physischer Sicherheitsschlüssel (zum Beispiel YubiKey). Schütze zuerst deine E-Mail: Über sie werden alle anderen Passwörter zurückgesetzt.

FRAG DIE KI Wie aktiviere ich in [Dienst] die Anmeldung per Authenticator-App statt SMS?

- ☐ **Ein Passwortmanager für jedes Konto.** Für jeden Dienst ein eigenes langes Passwort, keine Wiederholungen. Zum Beispiel 1Password, Apple Passwörter oder Google Passwortmanager.

FRAG DIE KI Hilf mir, einen Passwortmanager auszuwählen und alle Passwörter dorthin zu übertragen. Ich habe [iPhone oder Android] und [Windows oder Mac].

- ☐ **Updates.** Handy, Computer, Browser, Apps. Schalte automatische Updates ein.
- ☐ **Keine Links in „dringenden“ Nachrichten antippen.** „Konto gesperrt“, „Paket verzögert“, „sofort bestätigen“: Öffne die Website oder App selbst.
- ☐ **Weniger von deiner Stimme und deinem Gesicht öffentlich.** Stell deine Profile auf privat oder schränke ein, wer deine Videos und Storys sieht.

FRAG DIE KI Wie stelle ich mein Instagram-Konto auf privat und schränke ein, wer meine Storys sieht?

- ☐ **Eine PIN bei deinem Mobilfunkanbieter,** damit niemand deine Nummer auf eine fremde SIM-Karte übertragen kann.

Merkblatt für deine Eltern

AUSDRUCKEN UND NEBEN DAS TELEFON HÄNGEN

- 1 „Verwandte“ rufen an und bitten um Geld? Frag nach unserem Codewort.
- 2 Kein Wort oder unsicher? Leg auf und ruf selbst zurück, unter der Nummer aus dem Adressbuch.
- 3 Stimme und sogar Video lassen sich fälschen.
- 4 Du sollst dich beeilen und niemandem etwas sagen? Das ist ein Betrüger.
- 5 Codes aus SMS, Passwörter und PINs niemandem nennen. Die Bank fragt nie danach.
- 6 Links in Nachrichten nicht antippen. Ruf die Bank unter der Nummer auf deiner Karte an.
- 7 Unsicher? Ruf mich an: _____

Unternehmen

- ☐ Ein eigenes Codewort für alle, die über Geld verfügen. Jede Person mit dem Recht, zu zahlen, Bankverbindungen zu ändern oder Zugänge zu vergeben, bekommt ein eigenes Codewort. Jeder Anruf oder Videoanruf mit der Bitte um Geld, Zugänge oder Daten: zuerst das Codewort. Lass jede Person unterschreiben, dass das Codewort die Kraft ihrer Unterschrift hat und sie für seine Geheimhaltung verantwortlich ist: Gibt sie es weiter, trägt sie die Folgen. Bewahre die Codewörter nicht im Arbeitschat auf.
 - ☐ Rückruf unter bekannter Nummer. „Der Chef“, „ein Lieferant“ oder „die Bank“ ruft an: Leg auf und ruf unter der Nummer aus deinen eigenen Unterlagen zurück, nicht aus der Nachricht.
 - ☐ Neue Bankverbindung erst nach Prüfung. Ein Lieferant oder Mitarbeiter schickt eine neue Bankverbindung: erst Rückruf unter bekannter Nummer, dann zahlen.
 - ☐ Vier-Augen-Prinzip. Zahlungen über einem Limit und Änderungen der Bankverbindung bestätigen zwei Personen. Die zweite ist nicht im selben Anruf.
 - ☐ Zahlungslimits, auch für jede Person mit Zahlungsberechtigung.
 - ☐ Rechte überprüfen. Wer darf zahlen, Bankverbindungen ändern, Zugänge vergeben? Jeder bekommt nur, was er für seine Arbeit braucht. Verlässt jemand das Team: Zugänge noch am selben Tag schließen.
- FRAG DIE KI** Erstelle eine einfache Tabelle der Zugriffsrechte für ein Unternehmen mit [Zahl] Personen: wer zahlt, wer Bankverbindungen ändert, wer Zugänge vergibt.
- ☐ Vertretung vorher regeln. Wer bestätigt eine Zahlung, wenn die verantwortliche Person nicht da ist. Schriftlich festgelegt, nicht am Telefon entschieden.
 - ☐ Keine Ausnahmen wegen Eile oder Geheimhaltung. „Dringend, vertraulich, sag es niemandem“ heißt: prüfen. Sag deinem Team laut, dass es richtig ist, auch „den Chef“ zu überprüfen, und dass niemand dafür bestraft wird.

- ☐ 10-Minuten-Briefing für das Team. Stimme und Video lassen sich fälschen, jeder hat sein eigenes Codewort, das ist die Rückrufregel.

FRAG DIE KI Erstelle ein 10-minütiges Briefing für Mitarbeitende zu Betrug mit gefälschter Stimme und gefälschtem Video, mit Beispielen und Prüfregele.

- ☐ Zwei-Faktor-Schutz und Passwortmanager für alle Arbeitskonten. E-Mail, Bank, Buchhaltung, CRM, Social-Media-Konten des Unternehmens. Gemeinsame Passwörter nur über den Passwortmanager teilen, nie im Chat.

- ☐ Website und Systeme aktualisieren. Läuft deine Website mit WordPress oder einem anderen PHP-System? Frag deinen Entwickler oder Hoster, ob das PHP-Update vom 21. Oktober 2026 installiert ist, und lass es dir bestätigen.

FRAG DIE KI Wie prüfe ich, welche PHP-Version meine Website nutzt und ob sie aktualisiert werden muss?

Ein paar Absprachen heute kosten weniger als ein Anruf vom „Chef“ morgen. Schick diese Checkliste allen, deren Sicherheit dir wichtig ist.

Einige Punkte stammen aus der Checkliste zur digitalen Hygiene von Andrej Karpathy (einer der Mitgründer von OpenAI) und sind für den Alltag vereinfacht.

YANIS LUBINS • KI-AUTOMATISIERUNG FÜR INHABERGEFÜHRTE
BETRIEBE

Finde heraus, wie du mit KI dein Team verdoppelst, ohne zusätzliche Gehälter

KI-Agenten in einem kleinen Betrieb einzurichten ist wie
zusätzliches Personal einzustellen: für die Arbeit, die schon
immer anstand, für die aber nie das Budget da war

SO FUNKTIONIERT ES ►

yanislubins.com