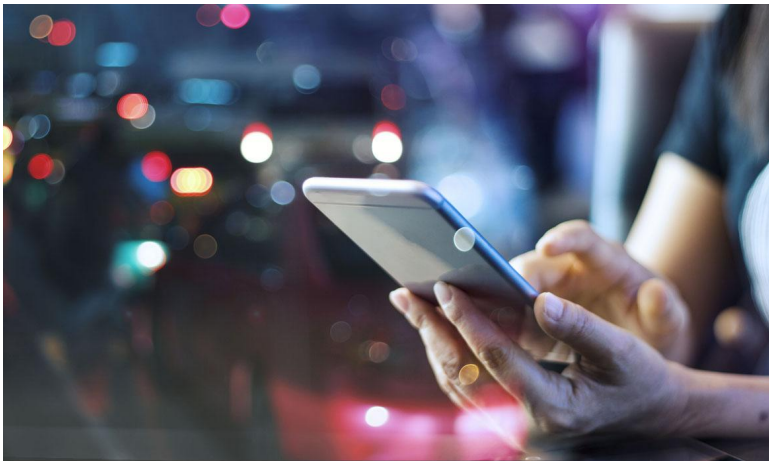


KI-Training bei Meta und Co: So schützen Sie Ihre persönlichen Daten

Meta (Facebook, Instagram, WhatsApp) startet das Training seiner KI-Modelle mit Daten europäischer Nutzerinnen und Nutzer. Wer das nicht will, muss aktiv widersprechen. So geht's.



© iStock.com/ipopba

DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE

1. **Meta startet KI-Training mit Nutzerdaten:** Öffentliche Inhalte von Nutzerinnen und Nutzern ab 18 Jahren sollen verwendet werden – darunter Posts, Fotos und Kommentare.
2. **Widerspruch erforderlich:** Wer das nicht möchte, muss aktiv widersprechen.

3. **Auch andere Plattformen nutzen KI:** TikTok, X, LinkedIn & Co. setzen ebenfalls Künstliche Intelligenz (KI) für personalisierte Inhalte, Moderation und andere Zwecke ein.

Stand: 27.05.2025

Meta hat zum 27. Mai 2025 das KI-Training mit Daten europäischer Nutzerinnen und Nutzer aufgenommen. Dazu zählen alle öffentlichen Inhalte, also Posts, Fotos, Kommentare auf den zum Konzern gehörenden Plattformen. Wir erklären, wie Sie das unterbinden können.

Welche Daten verarbeitet Meta fürs KI-Training?

Die Künstliche Intelligenz (KI) wird mit einer Vielzahl an Informationen trainiert – unter anderem:

- **Profildaten:** Name, Alter, Geschlecht, Beziehungsstatus, Ausbildung und Beruf, Interessen und „Gefällt mir“-Angaben, Profilbild
- **Beiträge:** Texte, Kommentare, Likes, geteilte Inhalte
- **Verhaltensdaten:** Scrollverhalten, Klicks, Verweildauer
- **Fotos & Videos:** einschließlich Metadaten wie Ort, Zeit, Gerät
- **Interaktionen:** Gruppenzugehörigkeiten, Chatbot-Nutzung, Freundeslisten

Meta weist ausdrücklich darauf hin, dass auch personenbezogene **Daten von Dritten** betroffen sein können, die Meta-Dienste selbst nicht nutzen. Das trifft zum Beispiel zu, wenn ein Nutzer ein Foto von einer anderen Person öffentlich gepostet hat.

Was trainiert die KI mit den Daten?

Die Analyse von Texten und Kommentaren hilft der KI, den **Sprachgebrauch** zu lernen. Die Funktion des Sprachmodells wird erweitert. Aber auch Ihre Emotionen und

Stimmungen werden aus den Texten gelesen. Die KI lernt positive wie auch negative Gefühle zu erkennen.

Ihre **Verhaltens- und Interaktionsdaten** trainieren Algorithmen, um personenspezifische passende Inhalte vorzuschlagen. Die Verhaltensanalyse hilft, die Nutzungsgewohnheiten zu trainieren. Ziel ist es, Interessen und Handlungen vorherzusagen.

Ihre **Bilder und Videos** helfen, die Gesichtserkennung zu verbessern. Außerdem lernt die KI, authentischere und weniger fehlerhafte Bilder zu erstellen.

Mit den Daten möchte das Unternehmen in erster Linie KI-basierte Dienste wie den Meta-AI-Chatbot auf WhatsApp oder Sprachmodelle wie Llama trainieren.

Wie kann ich der Datennutzung bei Meta widersprechen?

Sie können der Nutzung Ihrer Daten bei jedem Dienst **einzel**n widersprechen. Wichtig: Der Widerspruch muss **pro Konto** erfolgen – z.B. bei Facebook und Instagram separat.

Facebook

- Gehen Sie auf Ihre Profilseite.
- Öffnen Sie das Menü: In der App über die drei Striche, am PC über das Profilbild oben rechts.
- Wählen Sie „**Einstellungen & Privatsphäre**“ ? „**Einstellungen**“.
- Scrollen Sie zu „**Datenschutzrichtlinie**“ und tippen Sie auf „**widersprechen**“.
- E-Mail eingeben, absenden – fertig.
- Zum Formular in der Desktop-Version:
<https://www.facebook.com/help/contact/712876720715583>

Facebook nutzt KI zum Beispiel für die Feed-Personalisierung, die Content-Moderation und den Meta-AI-Chat-Bot.

Instagram

- Öffnen Sie Ihr Profil, über die drei Striche zu „**Einstellungen**“.
- Weiter zu „**Info**“ ? „**Datenschutzrichtlinie**“.
- Auf den verlinkten Begriff „**widersprechen**“ tippen, E-Mail-Adresse eingeben und absenden.
- Zum Formular in der Desktop-Version:
<https://help.instagram.com/contact/767264225370182>

Übrigens: Nur wer bis 26. Mai 2025 widersprochen hatte, konnte die Datennutzung vollständig unterbinden. Wenn Sie jetzt erst einen Widerspruch einlegen, sind Ihre Daten auch jetzt erst für die KI-Nutzung gesperrt. Hat Meta Ihre Daten schon verarbeitet, lässt sich das nicht mehr rückwirkend rückgängig machen.

Instagram nutzt KI beispielsweise für die Feed-Personalisierung, Filtereffekte, den Botschutz und den Meta-AI-Chat-Bot.

WhatsApp

Zu den KI-Funktionen beim Messenger gehört laut WhatsApp die Möglichkeit, mit der KI sprechend zu kommunizieren, ihr Fragen zu Fotos zu stellen und auch Bilder bearbeiten zu lassen.

Bei WhatsApp lässt sich die KI nicht deaktivieren. Sie können die **Meta-AI-Funktion nur ignorieren**, dann bleiben Ihre privaten Nachrichten privat. Nutzen Sie die KI, verwendet diese alle persönlichen Daten und Inhalte. Etwa, wenn Sie sich eine Zusammenfassung oder eine Übersetzung einer Chat-Nachricht erstellen lassen.

Wie kann ich mich auf anderen Plattformen schützen?

Weitere Dienste setzen ebenfalls KI für Ihre Services ein. Teilweise nutzen Sie die Daten von Nutzerinnen und Nutzern sogar ungefragt.

TikTok

- Gehen Sie auf Ihr Profil.
- Wählen Sie **„Einstellungen und Datenschutz“**, dann **? Datenschutz**.
- Dort können Sie unter **„KI und Datenverwendungen“** die Verwendung ablehnen.

TikTok verwendet KI für die Feed-Personalisierung, die Content-Erkennung und zu Moderationszwecken.

X (ehemals Twitter)

Wollen Sie nicht, dass X die öffentlichen Posts Ihres Profils nutzt, können Sie dieses entweder auf privat stellen oder die Erlaubnis entziehen. Sie müssen sich für jedes Konto einzeln abmelden.

- Klicken Sie in die **„Einstellungen“**.
- Wählen Sie dort den Punkt **„Datenschutz und Sicherheit“**.
- Unter **„Datenfreigabe und Personalisierung“** finden Sie einen Reiter für → **Grok**.
- Dort können Sie die Option deaktivieren.

YouTube

Youtube nutzt KI für Videoempfehlungen, automatische Untertitel und das Erkennen von Urheberrechtsverstößen. Wie man dem widersprechen kann, ist uns nicht bekannt.

LinkedIn

LinkedIn verwendet nach eigenen Angaben so wenig persönlichen Daten von Nutzerinnen und Nutzern. gibt an, dass das Training KI gestützter Funktionen neben LinkedIn möglicherweise auch durch einen anderen Anbieter erfolgt.

- Gehen Sie in Ihr Profil auf **? „Mitgliedereinstellung“**.
- Wählen Sie den Punkt **„Daten zur Verbesserung generativer KI“** und überprüfen Sie, ob LinkedIn Ihre personenbezogenen Daten und die von Ihnen erstellten Inhalte für das Training von KI-Modellen verwendet.

UNSER FAZIT

Aus unserer Sicht ist es inakzeptabel, dass Unternehmen wie Meta ohne aktive Zustimmung der Nutzerinnen und Nutzer deren persönliche Daten für das Training von Künstlicher Intelligenz verwenden wollen – insbesondere bei so sensiblen Inhalten wie Fotos, Beiträgen oder Chat-Interaktionen. Die Verbraucherzentrale NRW geht gegen die Verwendung personenbezogener Nutzerdaten aus Instagram und Facebook für das Training Künstlicher Intelligenz vor (→ zur Pressemitteilung). Um das KI-Training im Eilverfahren zu stoppen, hatten die Verbraucherschützer außerdem eine einstweilige Verfügung gegen Meta beantragt, scheiterten damit jedoch vor Gericht (→ zur Pressemitteilung).

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V.

<https://www.vzhh.de/themen/telefon-internet/datenschutz/ki-training-bei-meta-co-so-schuetzen-sie-ihre-persoentlichen-daten>