Healthy AI First, Folge 9: Praxis 1, Mein Tagesbriefing als Podcast auf Spotify

Quellen und Belege zur Folge

Die erste Praxisfolge zeigt mein KI-Tagesbriefing: Eine lokale Seite sammelt Kalender, Aufgaben und Nachrichten, Claude schreibt ohne Werkzeuge einen Text fürs Ohr, ein kleines Programm macht ihn sprechbar, und Studio by Spotify Labs spricht ihn jeden Morgen um halb sieben als privaten Podcast in meine Spotify-Bibliothek. Dazu: warum ein Morning Briefing zum Hören anders geschrieben sein muss als zum Lesen, was beim Vertonen langer Texte schiefging und wie Whisper das nachmisst.

Alle Links wurden am 30.10.2026 geprüft.

Was wir in dieser Folge erwähnen

Der Morgen davor

- **Aussage:** Schon um sechs Uhr morgens sind viele Menschen online, und etwa vier von zehn von ihnen schauen zuerst ins Postfach, um die Prioritäten des Tages zu finden.
  Quelle: Microsoft WorkLab: Breaking down the infinite workday. Work Trend Index, 17.06.2025.
  Link: https://www.microsoft.com/en-us/worklab/work-trend-index/breaking-down-infinite-workday
  Einordnung: Wortlaut: "40% of people who are online at 6 am are reviewing email for the day's priorities." Grundlage sind aggregierte Telemetriedaten aus Microsoft 365 (bis 15.02.2025, ohne Bildungs- und EU-Mandanten); Herstellerdaten, keine unabhängige Studie. "Zuerst" ist unsere Verkürzung, die Quelle sagt nur, dass sie um diese Zeit E-Mails durchsehen.
- **Aussage:** Mein früherer Morgen: eine halbe Stunde Postfach, Kalender, Aufgaben, Tickets und Chat, bevor die eigentliche Arbeit beginnt.
  Quelle: Eigene Erfahrung.
  Einordnung: Persönliche Schätzung, keine Messung.

Eine Seite statt zehn Tabs

- **Aussage:** Die Seite "Heute" läuft als kleiner Webserver auf meinem Mac mini; Aufgaben werden alle fünf Minuten abgeglichen, Kalender und Postfach alle halbe Stunde; oben stehen genau drei Dinge, die heute zählen.
  Quelle: Eigener Aufbau.
  Einordnung: Beschreibung meiner eigenen Einrichtung, keine Empfehlung für feste Intervalle.

Regeln gegen das Erfinden

- **Aussage:** Vier Regeln: Uhrzeiten nur aus dem Kalender (ein Prüfschritt nach der KI gleicht jede Meeting-Uhrzeit ab), Etiketten Fakt, Vorschlag oder offen, die Aufgabenliste ist die Wahrheit, lieber kein Briefing als ein falsches.
  Quelle: Eigener Aufbau.
  Einordnung: Eigene Gestaltungsregeln, nicht wissenschaftlich geprüft. Sie senken das Risiko erfundener Uhrzeiten, schließen Fehler in anderen Feldern aber nicht aus.

Halb sechs

- **Aussage:** Ein Taktgeber läuft alle fünfzehn Minuten und startet ab halb sechs; Claude bekommt über die Kommandozeile nur die Daten als Text, ohne Werkzeuge und ohne Zugriff, und antwortet in einem festen Format mit festen Feldern; das dauert etwa zehn Minuten; bei Fehlern neuer Versuch nach einer Viertelstunde; spätestens um halb sieben ist alles fertig.
  Quelle: Eigener Aufbau.
  Einordnung: Eigene Angaben; die Laufzeit schwankt je nach Datenmenge.

Schreiben fürs Ohr

- **Aussage:** Radiosender schreiben seit Jahrzehnten fürs Ohr; der Leitfaden der amerikanischen Gesundheitsbehörde für Audioskripte rät zu kurzen Sätzen, Zahlen ausschreiben, Abkürzungen vermeiden und laut vorlesen.
  Quelle: CDC (US Centers for Disease Control and Prevention): Audio/Podcast Script Writing Guide (Charlotte Duggan).
  Link: https://tools.cdc.gov/medialibrary/docs/AudioScriptWritingGuide.pdf
  Einordnung: Praxisleitfaden, keine Studie. Er empfiehlt kurze Sätze (unter 25 Wörtern), einen Gedanken pro Satz, Symbole, Abkürzungen, lange Zahlen und Daten auszuschreiben, Akronyme zu vermeiden, keine Klammern und das Skript laut vorzulesen. Das Runden von Zahlen, das im Audio mitgenannt wird, steht so nicht im Leitfaden; es ist eine übliche Radioregel und unsere Ergänzung.
- **Aussage:** Ein Programm nach der KI schreibt Uhrzeiten, Beträge und Zahlen als Wörter, nutzt ein Aussprache-Wörterbuch und prüft, dass keine Ziffer und kein Sonderzeichen übrig ist; Absätze haben vierzig bis siebzig Wörter und enden am Satzende.
  Quelle: Eigener Aufbau.
  Einordnung: Eigene Festlegung; die Absatzlänge ist ein Erfahrungswert für die Sprachausgabe, kein Standard.

Studio by Spotify Labs

- **Aussage:** Spotify hat Studio by Spotify Labs im Mai 2026 als frühe Vorschau für ausgewählte Nutzer vorgestellt, als eigene Desktop-App; sie wird schrittweise freigegeben.
  Quelle: Spotify Newsroom: Studio by Spotify Labs, 21.05.2026, Update vom 20.07.2026.
  Link: https://newsroom.spotify.com/2026-05-21/studio-by-spotify-labs-launch/
  Einordnung: Herstellerangabe. Research Preview für ausgewählte Nutzer ab 18 in mehr als 20 Märkten, welche Märkte, nennt Spotify nicht.
- **Aussage:** Studio gibt es im Moment nur für den Mac und nur mit Premium.
  Quelle: Spotify Support: How to use Studio by Spotify Labs.
  Link: https://support.spotify.com/us/article/studio/
  Einordnung: Herstellerangabe, Stand 30.10.2026; zusätzlich ab 18 und mit Nutzungsgrenzen, deren Höhe nicht veröffentlicht ist.
- **Aussage:** Studio kann Aufgaben nach einem Zeitplan ausführen; Spotify nennt selbst als Beispiel ein zehnminütiges Briefing über die Termine des Tages und ungelesene Mails; Studio liest nur Dateien und Ordner, die man freigibt.
  Quelle: Spotify Labs: How Studio works.
  Link: https://labs.spotify.com/studio/how-it-works
  Einordnung: Herstellerangabe. Wortlaut: "Runs tasks on a schedule you set" und "Give me a 10-

minute briefing about my daily meetings and unread emails." Ob der Mac dafür wach sein muss, sagt Spotify nicht; deshalb der Hinweis im Audio, die Routine auf einem Rechner laufen zu lassen, der morgens wach ist.

- **Aussage:** Was Studio erstellt, landet privat in der eigenen Spotify-Bibliothek, nicht öffentlich, aber auf allen Geräten.
  Quelle: TechCrunch: Spotify takes on Google's NotebookLM with its new app, 21.05.2026; Spotify Newsroom (s. o.).
  Link: https://techcrunch.com/2026/05/21/spotify-debuts-a-new-desktop-app-for-creating-personal-podcasts/
  Einordnung: Fachpresse: "saved in your Spotify library for personal consumption and are synced across devices" und "not available publicly". Die Spotify-Seite selbst spricht vom Speichern in der Bibliothek und von einem privaten Briefing als Beispiel.

Halb sieben

- **Aussage:** Studio bekommt nur den fertigen Text über einen Ordner; der Server spiegelt ihn alle zwei Sekunden; die Routine startet um halb sieben, prüft die erste Zeile und legt nach der Folge eine Quittungsdatei ab.
  Quelle: Eigener Aufbau; Spotify Labs: How Studio works (Zugriff nur auf freigegebene Ordner).
  Link: https://labs.spotify.com/studio/how-it-works
  Einordnung: Eigene Einrichtung. Die Ordnerfreigabe ist eine Studio-Funktion, die Übergabe per Statuszeile und Quittung ist meine Lösung. Dass Spotify Folgen herunterlädt und offline abspielt, ist eine allgemeine Funktion der App.

Was schiefging

- **Aussage:** Beim Vertonen einer Serie mit über zwei Stunden Text hat der Studio-Assistent lange Texte neu abgetippt, dabei Umlaute verloren und gegen Ende von zwei langen Folgen Text gesprochen, der in keinem Skript stand.
  Quelle: Eigene Messung: jeder Abschnitt mit Whisper zurück in Text verwandelt und mit dem Skript verglichen.
  Einordnung: Eigene Beobachtung an einem Projekt, keine allgemeine Aussage über Studio.
- **Aussage:** Spotify schreibt selbst, dass Studio Fehler machen und sich unerwartet verhalten kann.
  Quelle: Spotify Newsroom: Studio by Spotify Labs, 21.05.2026.
  Link: https://newsroom.spotify.com/2026-05-21/studio-by-spotify-labs-launch/
  Einordnung: Wortlaut: "it can also make mistakes and it may act in unexpected ways."
- **Aussage:** Whisper ist ein Spracherkennungsmodell, das lokal läuft.
  Quelle: Radford, A., Kim, J. W., Xu, T., Brockman, G., McLeavey, C. & Sutskever, I. (2022): Robust Speech Recognition via Large-Scale Weak Supervision. Preprint.
  Link: https://arxiv.org/abs/2212.04356
  Einordnung: Originalarbeit zum Modell; die Gewichte sind frei verfügbar und laufen auf dem eigenen Rechner. Diese Quelle steht nicht im Recherche-Briefing der Folge und wurde für die Shownotes ergänzt.
- **Aussage:** Lange Manuskripte erzeuge ich heute absatzweise mit dem Kommandozeilenwerkzeug in der Studio-App; unter achtzig Prozent Übereinstimmung mit dem Skript wird neu erzeugt; die Umlautfehler gingen von fast der Hälfte auf unter ein Prozent, die Dauer von mehr als fünf Stunden

auf etwa zwanzig Minuten. Beim kurzen Briefing stimmte der gesprochene Text in den Protokollen der ersten Tage mit dem Skript überein.
Quelle: Eigene Messung.
Einordnung: Eigene Werte aus einem Projekt, keine kontrollierte Studie. Das Kommandozeilenwerkzeug ist von Spotify nicht öffentlich dokumentiert. Die Achtzig-Prozent-Schwelle ist meine Festlegung.

Was es bringt

- **Aussage:** Etwa die Hälfte der Deutschen ab sechzehn Jahren hört Podcasts, und von ihnen hört fast die Hälfte im Auto.
  Quelle: Bitkom: Von der Autofahrt bis zum Zubettgehen: Podcasts begleiten den Alltag. Presseinformation, 25.08.2025.
  Link: https://www.bitkom.org/Presse/Presseinformation/Autofahrt-bis-Zubettgehen-Podcasts-begleiten-Alltag
  Einordnung: Telefonische Befragung von 1.209 Personen ab 16 Jahren, davon 595 Podcast-Hörende: 49 Prozent hören zumindest hin und wieder Podcasts, 44 Prozent der Hörenden im Auto. "Fast die Hälfte" ist für 44 Prozent eine großzügige Rundung.
- **Aussage:** Fünf Minuten Zuhören statt einer halben Stunde Suchen.
  Quelle: Eigene Erfahrung.
  Einordnung: Persönliche Schätzung, keine Messung.

Selbst ausprobieren

- **Aussage:** Studio wird schrittweise freigegeben; als zweiter Weg legt Save to Spotify, ein kleines Werkzeug für Coding Agents wie Claude Code oder Codex, fertige Audiodateien privat in die eigene Bibliothek.
  Quelle: Spotify Newsroom: Save Your Personal Podcast to Spotify and Listen Anywhere, 07.05.2026; Spotify Newsroom: Studio by Spotify Labs (Update 20.07.2026).
  Link: https://newsroom.spotify.com/2026-05-07/personal-podcasts-launch/ · https://newsroom.spotify.com/2026-05-21/studio-by-spotify-labs-launch/
  Einordnung: Herstellerangabe: Beta-Werkzeug für berechtigte Free- und Premium-Nutzer weltweit, "private to you", mit Nutzungsgrenzen während der Beta.

Zum Weiterlesen

- TechCrunch (07.05.2026): Spotify wants to become the home for AI-generated personal audio. Einordnung von Save to Spotify. https://techcrunch.com/2026/05/07/spotify-wants-to-become-the-home-for-ai-generated-personal-audio/
- Spotify Newsletter (21.05.2026): Studio by Spotify Labs Turns Listening into Something You Direct. https://spotify.substack.com/p/studio-by-spotify-labs-turns-listening
- heise online (22.05.2026): Spotify: New desktop app creates personalized AI podcasts. https://www.heise.de/en/news/Spotify-New-desktop-app-creates-personalized-AI-podcasts-11303932.html
- ifun.de (16.07.2026): Spotify Studio startet für deutsche Nutzer. Deutsche Oberfläche, zunächst für ausgewählte Konten. https://www.ifun.de/erstellt-hoerinhalte-spotify-studio-startet-fuer-deutsche-nutzer-283915/

Hinweis

Healthy AI First ist KI-recherchiert und KI-generiert, gesprochen von einer KI-Version meiner Stimme und von mir (Björn) geprüft.

Alle Daten im Video (Aufgaben, Termine, Namen) sind erfunden; der Aufbau ist echt.