

LEITFADEN: PROMPTS IN FIREFLY

ADOBE FIREFLY

# Werdet zu Profis für Text-zu-Bild- Prompts

Adobe Firefly



- Treffsichere Prompts schreiben. .... 5
- Elemente eines Prompts ..... 8
- Bilder nach eurer Vorstellung generieren ..... 12
- Dos and Don'ts für realistische Personenbilder. .... 16
- Visuelle Intensität und der „KI-Look“ ..... 20
- Generierte Bilder in Firefly bearbeiten ..... 23
- Tipps und wichtige Takeaways ..... 27



**Habt ihr euch auch schon schwergetan, einen Prompt für einen Text-zu-Bild-Generator zu schreiben?**

**Oder kennt ihr das: Ihr schreibt einen Prompt, der euch glasklar erscheint, und dann liefert euch die KI ein Bild, das ganz und gar nicht eurer Vorstellungen entspricht?**

Das kann frustrierend sein und sich anfühlen, als würdet ihr gegen eine Maschine kämpfen, die einfach nicht kapiert, was ihr von ihr wollt.

Zum Glück gibt es eine einfache Lösung: Adobe Firefly. Mit seiner einzigartigen Kombination an Funktionen generiert Firefly aus wenigen Stichwörtern wunderschöne, inspirierende Bilder. Dazu kommt eine beeindruckende Auswahl an Tools, mit denen ihr Bilder direkt auf der Firefly-Website erstellen, verfeinern und kuratieren könnt – ohne jemals die Plattform zu verlassen.

Doch eines ist bei jedem Bildgenerator gleich: Der erste Schritt besteht immer darin, dem Programm zu erklären, was ihr kreieren möchtet – und das in einer Sprache, die es versteht.



**Prompt**

3D-Cartoon; ein Haufen bunter Fragezeichen; weißer Hintergrund

**„  
Generative KI beseitigt Hürden  
für große Ideen – nur eure eigene  
Kreativität setzt die Grenzen.“**

– Meredith Cooper,  
Senior Director of Product Marketing, Adobe



# Treffsichere Prompts schreiben.

Wenn ihr einen treffsicheren Prompt schreiben möchtet, müsst ihr denken wie ein Künstler. Firefly macht nur das, was ihr sagt – also formuliert präzise und kreativ.

Adobe



# Beginnen wir mit einer kleinen mentalen Übung:

Stellt euch vor, ihr steht vor Leonardo da Vincis berühmter *Mona Lisa*, und versucht, das Porträt einer Freundin oder einem Freund übers Telefon zu beschreiben. Was würdet ihr sagen? Wie würdet ihr das Porträt beschreiben, wenn die andere Person es nicht sehen kann?

Ihr könntet damit anfangen, zu sagen: „Es ist ein Ölgemälde.“ Und dann würdet ihr wahrscheinlich weiter beschreiben, wie die Mona Lisa aussieht, was sie tut, in welche Richtung sie blickt und wie die Umgebung hinter ihr aussieht.

Diese Liste an Beschreibungen kommt der Art und Weise, wie man einen treffsicheren Prompt schreibt, schon sehr nahe. Ein guter Firefly-Prompt sieht zum Beispiel so aus:

[Stil/Medium] + [Motiv] + [Aktion] + [Umgebung] + Szene-Requisiten | = Bild

Beispiel:

Zeichnung einer Katze, die auf einer Couch schläft in einer gemütlichen Blockhütte neben einem Kamin | = Bild

Eure Prompts müssen nicht all diese Elemente in genau dieser Reihenfolge enthalten. Manche Kreative setzen das Element [Stil/Medium] zum Beispiel gerne an das Ende ihrer Prompts, so wie hier:

[Motiv] + [Aktion] + [Umgebung] + [Szene-Requisiten] + [Stil/Medium] | = Bild

Beispiel:

eine Katze, die auf einem Sofa schläft, in einer Blockhütte neben einem Kamin; Schwarz-Weiß-Kohlezeichnung | = Bild

Ob so oder so – beschreibt man das Motiv gleich zu Beginn des Prompts, führt das meist zu klareren, fokussierteren Ergebnissen.



## Prompting-Tipps.

- Vollständige Sätze sind nicht nötig. Firefly funktioniert hervorragend mit einfachen Formulierungen.
- Verwendet Wörter, die **Emotionen und Atmosphäre** transportieren – etwa „gemütlich“ oder „geheimnisvoll“ –, um die gewünschte Stimmung zu erzeugen.
- Länger ist nicht immer besser. Adobe empfiehlt Text-Prompts mit maximal 175 Wörtern.
- **Vermeidet Sätze in Befehlsform** wie „Erstelle ein Bild von ...“ oder „Mache mir ein ...“. Solche Zusatzwörter sind überflüssig und können zu unerwünschten Bildelementen führen.
- **Kommas und Semikolons** sind eine gute Möglichkeit, Text-Prompts strukturiert und gut lesbar zu gestalten.
- Setzt die wichtigsten **Elemente in Sternchen**, damit Firefly sich darauf konzentriert. (Beispiel: eine \*gelbe\* Blume)
- Denkt daran: Die Prompt-Leiste ist keine Chatbox. Firefly merkt sich keinen eurer früheren Prompts.

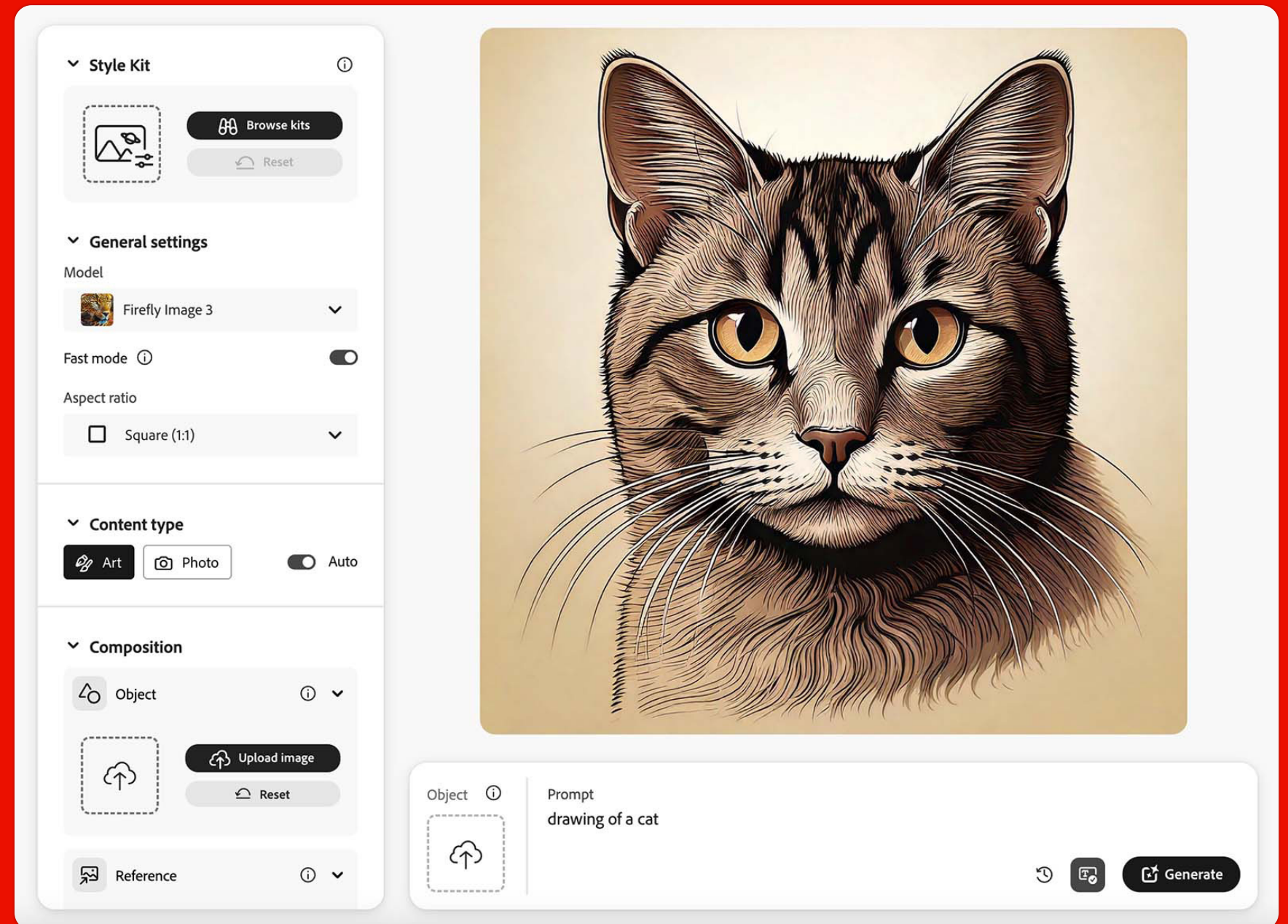
„  
**Manchmal habt ihr eine grobe Idee im Kopf, gebt sie in Firefly ein, und es entstehen neue Impulse, die euch auf kreative Pfade führen können – zu etwas, das euere ursprüngliche Vorstellung übertrifft,**“

– **Brian Eagle**,  
Group Head of Design, Oliver Agency

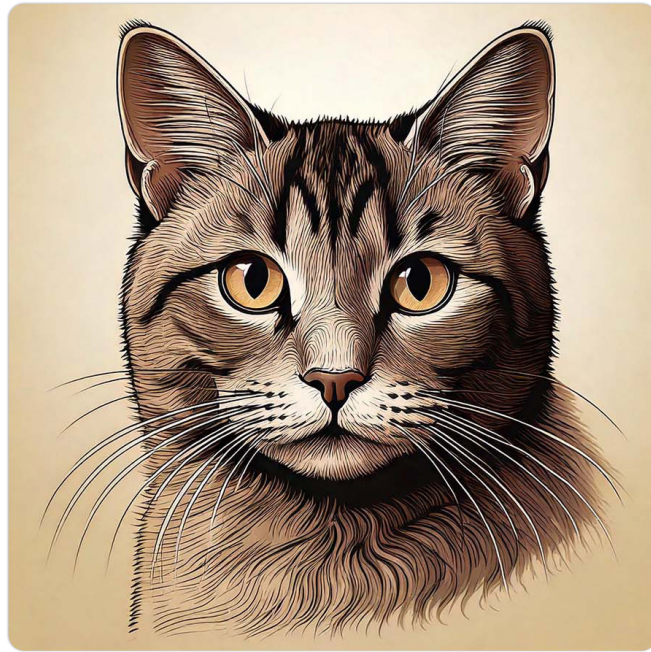


# Elemente eines Prompts.

Sehen wir uns an, was die einzelnen Prompt-Elemente bewirken, wenn wir sie in Firefly eingeben.





**[Stil/Medium] + [Motiv].****Prompt**

Zeichnung einer Katze

Schreiben wir zunächst ein Prompt, das einfach nur lautet: „*Zeichnung einer Katze.*“ Dies kombiniert unsere ersten beiden Prompt-Elemente, **[Stil/Medium]** (eine Zeichnung) und **[Motiv]** (eine Katze).

**Prompt**

Foto einer Katze

Die Beschreibung **[Stil/Medium]** kann jede Art von Bild sein. Wir könnten zum Beispiel „*Foto einer Katze*“ schreiben, und Firefly generiert ein fotorealistisches Bild.

**Prompt**

Weitwinkel-Polaroid-Foto einer Katze

Wir können sogar einen bestimmten Fotostil vorgeben. Versuchen wir es mit „*ein Weitwinkel-Polaroid-Foto einer Katze*“.



## [Aktion] + [Umgebung] + [Szene-Requisiten].



### Prompt

Zeichnung einer Katze, schlafend auf einem Sofa

Fügen wir jetzt etwas mehr Detail hinzu. Wir fügen die [Aktion] „*schlafend auf einem Sofa*“ hinzu.



### Prompt

Zeichnung einer Katze, schlafend auf einem Sofa in einer gemütlichen Blockhütte

Als Nächstes fügen wir eine [Umgebung] hinzu. Versuchen wir es mit „*in einer gemütlichen Blockhütte*.“

Diese Hütte sieht etwas kahl aus. Fügen wir einige [Szenen-Requisiten] hinzu, damit sie weniger leer aussieht.



### Prompt

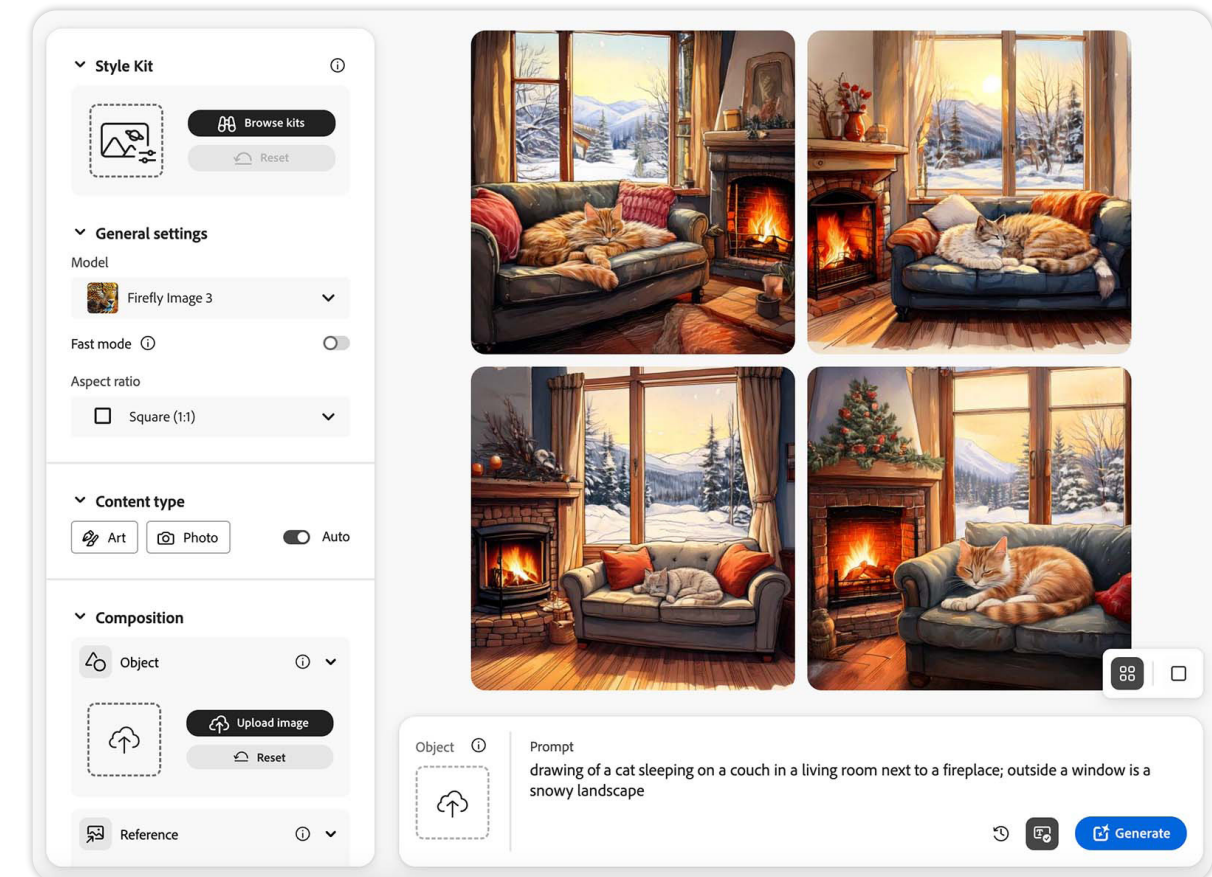
Zeichnung einer Katze, die auf einer Couch in einer gemütlichen Blockhütte neben einem Kamin schläft; durch das Fenster ist eine Schneelandschaft zu sehen

Wir geben ein: „*neben einem Kamin; durch das Fenster ist eine Schneelandschaft zu sehen*.“ Der Semikolon (Strichpunkt) ist nicht obligatorisch, aber routinierte Prompt-Profis verwenden ihn gerne, um den Text zu strukturieren.



”  
In Kombination mit menschlicher Kreativität wird die generative KI bahnbrechende Ideen und neue Ausdrucksformen erschließen und die Art und Weise revolutionieren, wie wir Marken zum Leben erwecken,”

– Heather Freeland,  
Chief Brand Officer, Adobe



Jetzt generiert unser Prompt ein sehr präzises Bild. Den Inhalt unseres Bildes können wir ganz leicht variieren, indem wir Schlüsselwörter ändern – statt immer neue Sätze hinzuzufügen, die den Prompt nur verkomplizieren würden.

Und natürlich müsst ihr nicht jedes einzelne Prompt-Element in jedem Prompt verwenden. Aber wenn ihr versucht, ein bestimmtes Bild zu generieren, liefert diese Formel in Firefly normalerweise die am besten vorhersehbaren Ergebnisse.

# Bilder nach eurer Vorstellung generieren

Manchmal habt ihr eine sehr genaue Vorstellung davon, was ihr erstellen möchtet. Aber wie bringt ihr Firefly dazu, genau das zu generieren, was ihr euch vorstellt?



## Prompt

eine Reihe von leeren Kosmetikbehältern;  
Pastellfarben; Zen-Luxus



# Im Stil der *Mona Lisa*

Versuchen wir zum Spaß, Firefly ein Bild generieren zu lassen, das der *Mona Lisa* ähnelt. Wir wollen da Vincis Meisterwerk natürlich nicht eins zu eins nachbilden – das wäre nicht nur unmöglich, sondern auch aus ethischen Gründen fragwürdig. Stattdessen möchten wir ein Bild erzeugen, das Komposition, Haltung, Kleidungsstil und sogar das geheimnisvolle Lächeln der *Mona Lisa* in etwa widerspiegelt.

Beginnen wir mit einem Prompt, das wohl kaum das gewünschte Ergebnis bringen wird: „Gemälde einer Frau“.

Die Bilder sind schön, aber sie erinnern in keiner Weise an Leonardos Meisterwerk. Sie entsprechen ganz und gar nicht dem, was uns vorschwebte. Also schreiben wir unser Prompt mit unserer Prompt-Formel neu und achten darauf, viele klare, lebendige Details einzubauen.



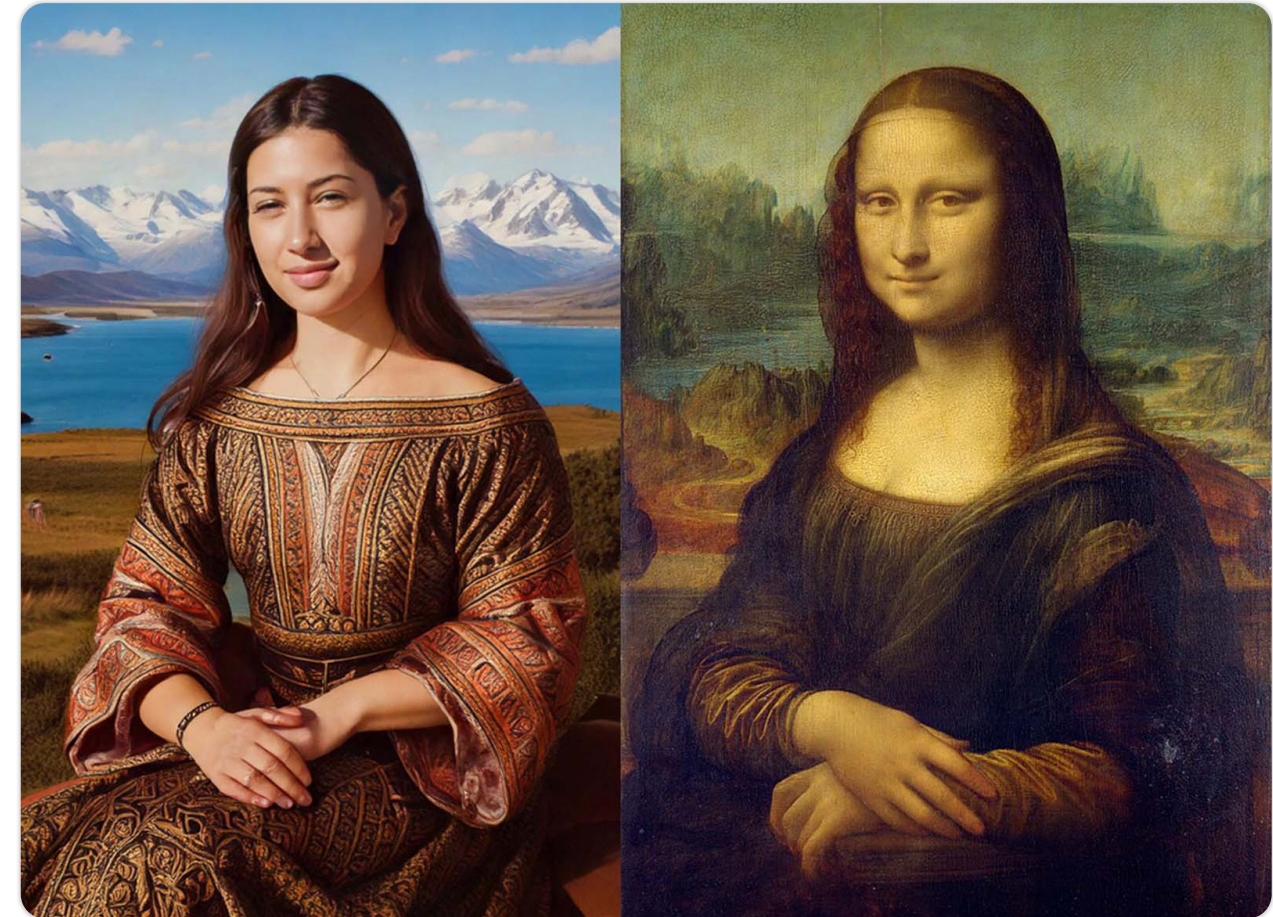
## Prompt

Gemälde einer Frau



**Prompt**

ein Ölporträt aus dem 14. Jahrhundert von einer Frau mit braunen Haaren in einem Renaissance-Kleid, die mit leicht verschränkten Händen sitzt, die Betrachtenden ansieht und geheimnisvoll lächelt; hinter ihr eine weite Landschaft mit gewundenen Feldwegen und einem großen See, hinter dem sich eisbedeckte Berggipfel erheben.



Das ist nicht übel! Mit nur einem Prompt haben wir es geschafft, die Komposition, den Kleidungsstil, die Haltung und viele andere wichtige Elemente der *Mona Lisa* grob zu umreißen.

Aber wie können wir mit Text jedes Mal so spezifische, vorhersagbare Ergebnisse erzielen?



# Auf die Stichwörter kommt es an.

Der Schlüssel sind die richtigen Stichwörter. Mit mindestens drei Keywords pro Prompt funktioniert Firefly am besten – vor allem, wenn sie lebendig und beschreibend sind. Sehen wir uns anhand des Mona-Lisa-Prompts an, was damit gemeint ist.

[Stil/Medium]

[Motiv]

[Aktion]

[Umgebung]

[Szene-Requisiten]

ein Ölporträt aus dem 14. Jahrhundert von einer Frau mit braunen Haaren in einem Renaissance-Kleid, die mit leicht verschränkten Händen sitzt, die Betrachtenden ansieht und geheimnisvoll lächelt; hinter ihr eine weite Landschaft mit gewundenen Feldwegen und einem großen See, hinter dem sich eisbedeckte Berggipfel erheben.

=



Das ist ein wesentlich längerer Prompt, als Firefly es normalerweise benötigt. Aber weil wir ein **sehr** spezifisches Bild erzeugen wollen, setzen wir auf einen Prompt mit vielen detaillierten Stichwörtern. Deshalb verwenden wir beschreibende Wörter wie „Ölporträt“, „braune Haare“ und „Renaissance-Kleid“, um Firefly ganz genau zu sagen, was wir haben wollen. Wir verwenden auch lebendige, anschauliche Formulierungen wie „geheimnisvoll

lächelnd“ und „eisbedeckte Berggipfel“, um Firefly die Stimmung der Szene zu vermitteln. Außerdem sagt die detaillierte Beschreibung der Haltung unseres Motivs Firefly genau, wie es ihren Körper positionieren soll. Firefly benutzt all diese Stichwörter, um genau das Bild zu erstellen, das wir generieren möchten. Ihr könnt jede Art von Stichwort in euren Prompts verwenden. Sensorische Details, anschauliche

Adjektive und bildhafte Sprache funktionieren alle hervorragend in Firefly. Probiert es mit Wörtern wie kalt, harmonisch, bezaubernd oder gefährlich. Ihr könnt sogar Vergleiche verwenden, wie „ihre Augen sind wie Sterne“, oder ihr könntet versuchen, eine romantische Atmosphäre zu beschreiben. Die Möglichkeiten sind grenzenlos – also habt Mut zum Experimentieren.

# Dos and Don'ts für realistische Personenbilder.

Wir alle haben schon diese KI-Bilder gesehen, auf denen Menschen aussehen, als kämen sie aus einem Picasso-Gemälde. Seltsame Körperhaltung, Hände mit zu vielen Fingern oder kantige, zweidimensionale Gesichter sind die auffälligsten Merkmale.

Prompt  
ein Koch in der Küche





# Das Geheimnis liegt im Detail.

Der beste Weg, „Picasso-Menschen“ zu vermeiden, ist Präzision. Sagt Firefly immer genau, **was** eure menschlichen Motive tun. Mit Aktionswörtern wie „*stehend*“, „*gehend*“ oder „*sitzend*“ sagt ihr Firefly, wie es den Körper eures Motivs darstellen soll. Wenn ihr diese Wörter weglasst, könntet ihr versehentlich einen rückwärts gerichteten Arm oder ein wackelig aussehendes Bein generieren.

Wenn ihr außerdem klar angebt, wohin eure Person **blickt**, weiß Firefly, wie es ihr Gesicht rendern soll. Dasselbe gilt für Paare oder Gruppen: Statt nur „*zwei Personen*“ in euer Prompt zu schreiben, versucht es mit „*zwei Personen im Gespräch*“ oder „*drei Personen, die auf einen Computer blicken*“. So weiß Firefly genau, in welche Richtung sie alle blicken sollen.

Text-Prompts in Firefly sollten klar und bildhaft beschreiben, aber nicht unnötig lang sein. Es gibt zwar keine Zeichenbegrenzung, aber Adobe empfiehlt eine maximale Länge von rund 175 Wörtern. Denn mehr Text bedeutet nicht automatisch bessere Ergebnisse – zu viele Wörter können das Bild sogar verschlechtern.



Prompt

zwei Personen im Gespräch



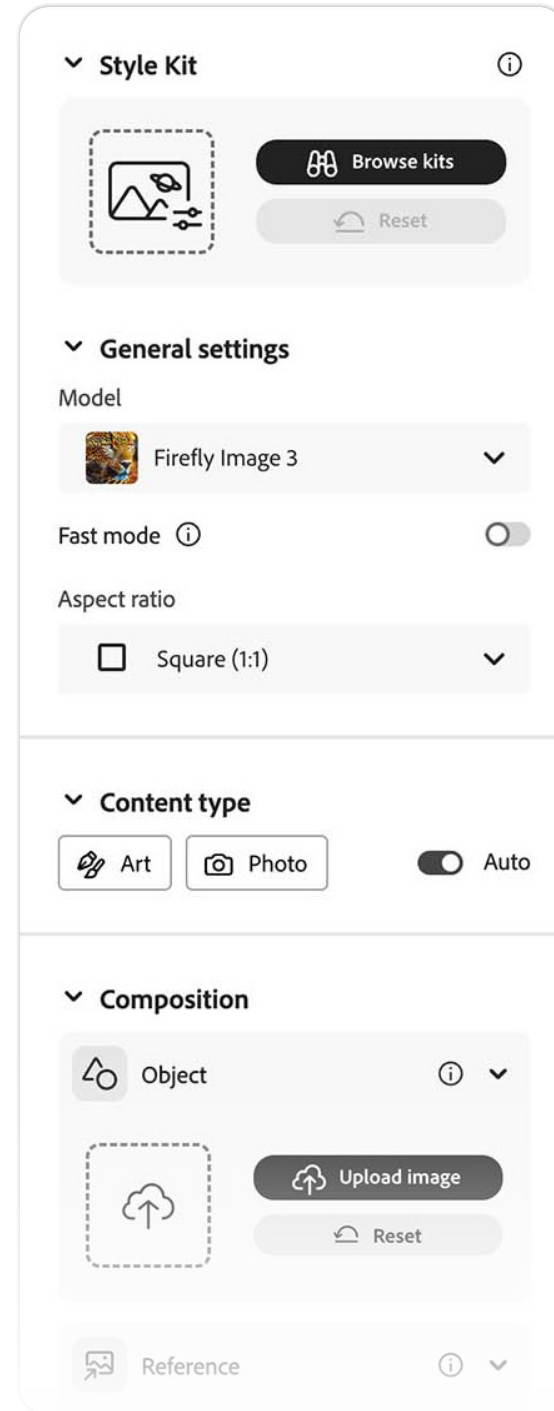
Prompt

drei Personen, die auf einen Computer blicken

# Die Firefly-Seitenleiste.

Aber wie erstellt ihr mit so kurzen Prompts das Bild, das ihr wollt? Am einfachsten geht es mit dem Seitenleisten-System von Firefly. Es ergänzt eure Text-Prompts, verfeinert die Ergebnisse und sorgt dafür, dass die Bilder genau euren Vorstellungen entsprechen. Die Seitenleiste hat einen großen Vorteil: Eure Prompts bleiben kurz und präzise, ohne dass Stil oder Qualität darunter leiden.

Ein Beispiel: Wenn ihr in der Seitenleiste den Inhaltstyp „Foto“ auswählt, generiert Firefly immer ein fotorealistisches Bild – egal, was ihr eingibt. Ihr müsst das Wort „Foto“ also gar nicht tippen. Schreibt einfach „eine Katze“, und Firefly generiert jedes Mal ein fotorealistisches Katzenbild.



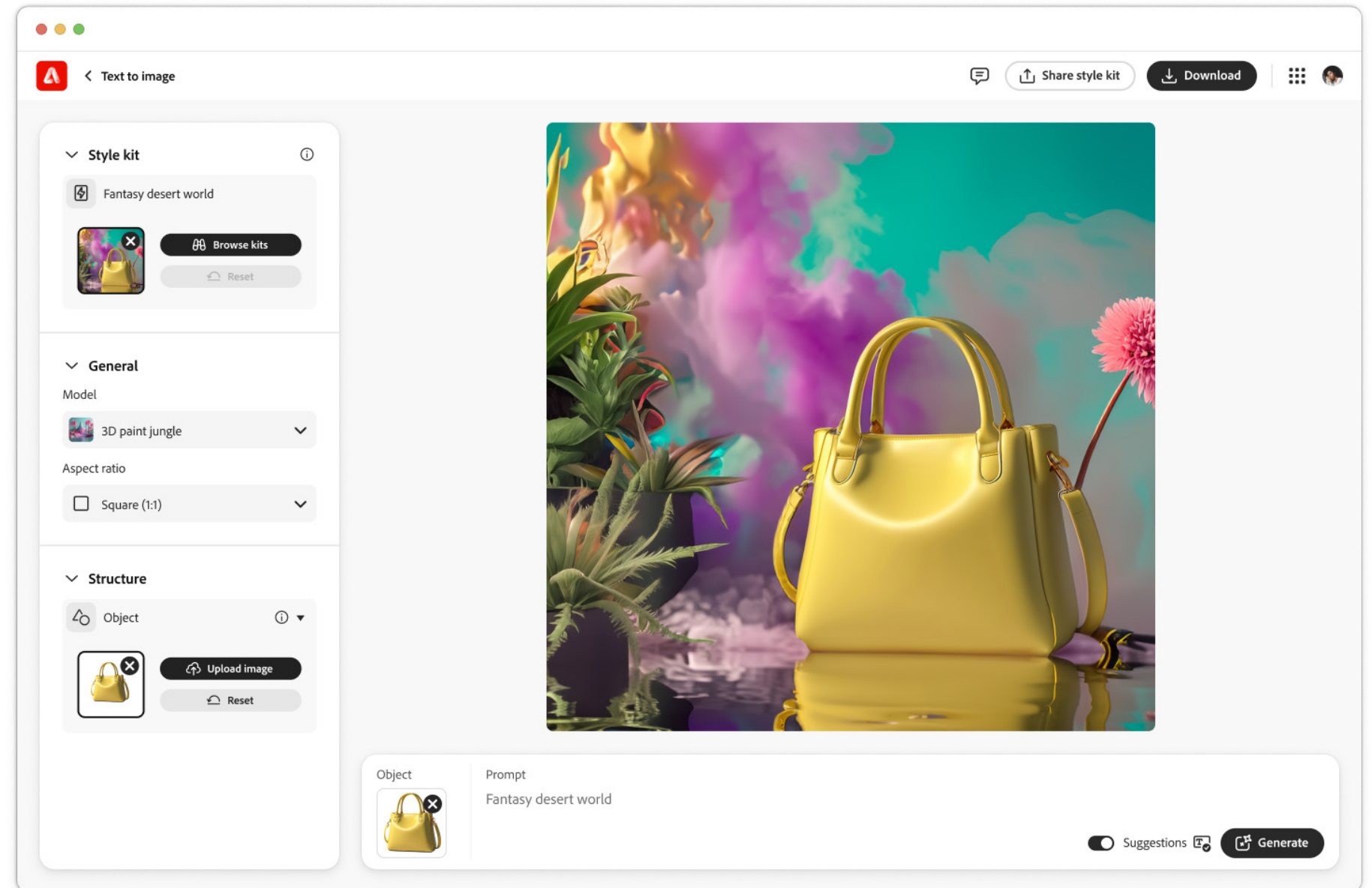
“Generative KI ist ein Werkzeug zur Demokratisierung des Zugangs zu Kreativität. Ich denke, es gibt unglaubliche Vorteile, wenn man in der Lage ist, mehr Verbindungen zwischen Menschen zu schaffen.”

– Ron Friedman,  
Vice President, Mattel Future Lab, Mattel

# Mehr Details für beste Resultate.

Die Seitenleiste hat auch viele weitere Werkzeuge. Ihr könnt das Seitenverhältnis eures Bildes, den visuellen Stil, Effekte und Objekte festlegen und sogar Referenzbilder hochladen, die Firefly vorgeben, wie euer generiertes Bild gestaltet oder zusammengesetzt werden soll.

Klickt auf den Button unten, um alles über die einzelnen Abschnitte der Firefly-Seitenleiste zu erfahren.

[Mehr erfahren](#)



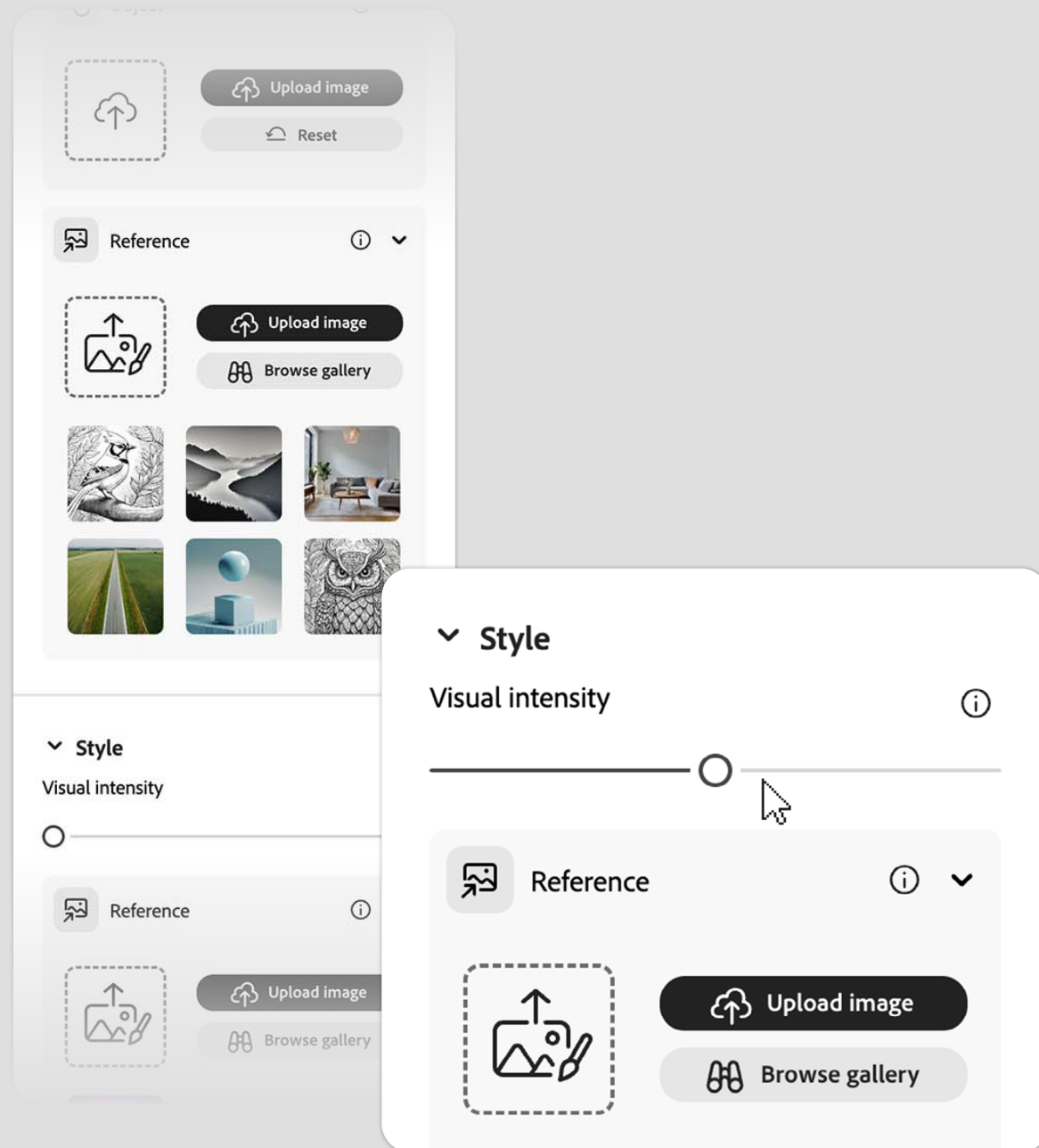
# Visuelle Intensität und der „KI-Look“.

Der „KI-Look“ ist so ähnlich wie ein Instagram-Filter, den man über ein Bild legt. In der Regel erkennt ihr ihn an seiner glatten Oberfläche, der unnatürlichen Ausleuchtung und den übersättigten Farben. All das verleiht ihm diesen typischen „Plastik“-Charakter. Einige Kreative lieben diese Ästhetik – andere empfinden sie als etwas übertrieben.

## Prompt

Laufschuh mit wildem Löwen im Hintergrund





# Den „KI-Look“ vermeiden.

Um den „KI-Look“ zu vermeiden, könnt ihr Stilwörter wie „*realistisch*“ oder „*naturalistisch*“ in eure Prompts aufnehmen. Oder ihr verwendet den Regler **Visuelle Intensität** in der Firefly-Seitenleiste.

Auf den ersten Blick scheint der Regler „Visuelle Intensität“ Teil des Abschnitts „Stilreferenz“ zu sein, der sich direkt darunter befindet – **aber das ist er nicht.**


Visuelle Intensität ist eine separate Stiloption in Firefly, die den Detaillierungsgrad und die Komplexität eures generierten Bildes steuert. Wenn ihr die visuelle Intensität auf Null senkt, erhaltet ihr ein saubereres, einfacheres Bild, und wenn ihr sie maximiert, erhaltet ihr ein extrem detailliertes, lebendiges Bild.



Beispiel für auf Maximum eingestellte visuelle Intensität

▼ Style

Visual intensity




Prompt

lächelnder Mann; farbenfroh; 3/4-Ansicht

Beispiel für auf Minimum eingestellte visuelle Intensität

▼ Style

Visual intensity



Prompt

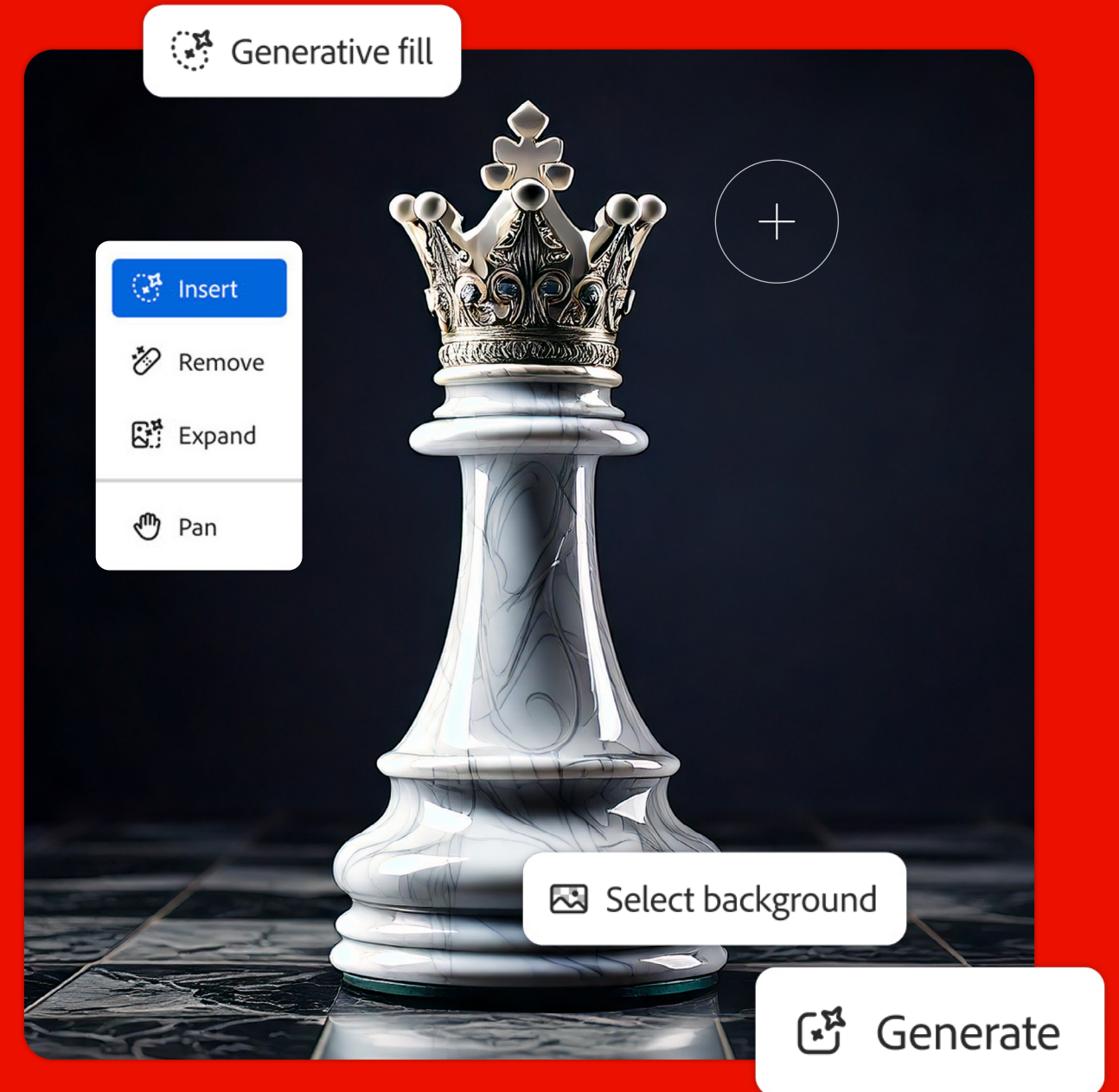
lächelnder Mann; farbenfroh; 3/4-Ansicht

Normalerweise bewirkt eine Reduzierung der visuellen Intensität eine realistischere Darstellung und eine Erhöhung ein intensiveres, stärker stilisiertes Bild.

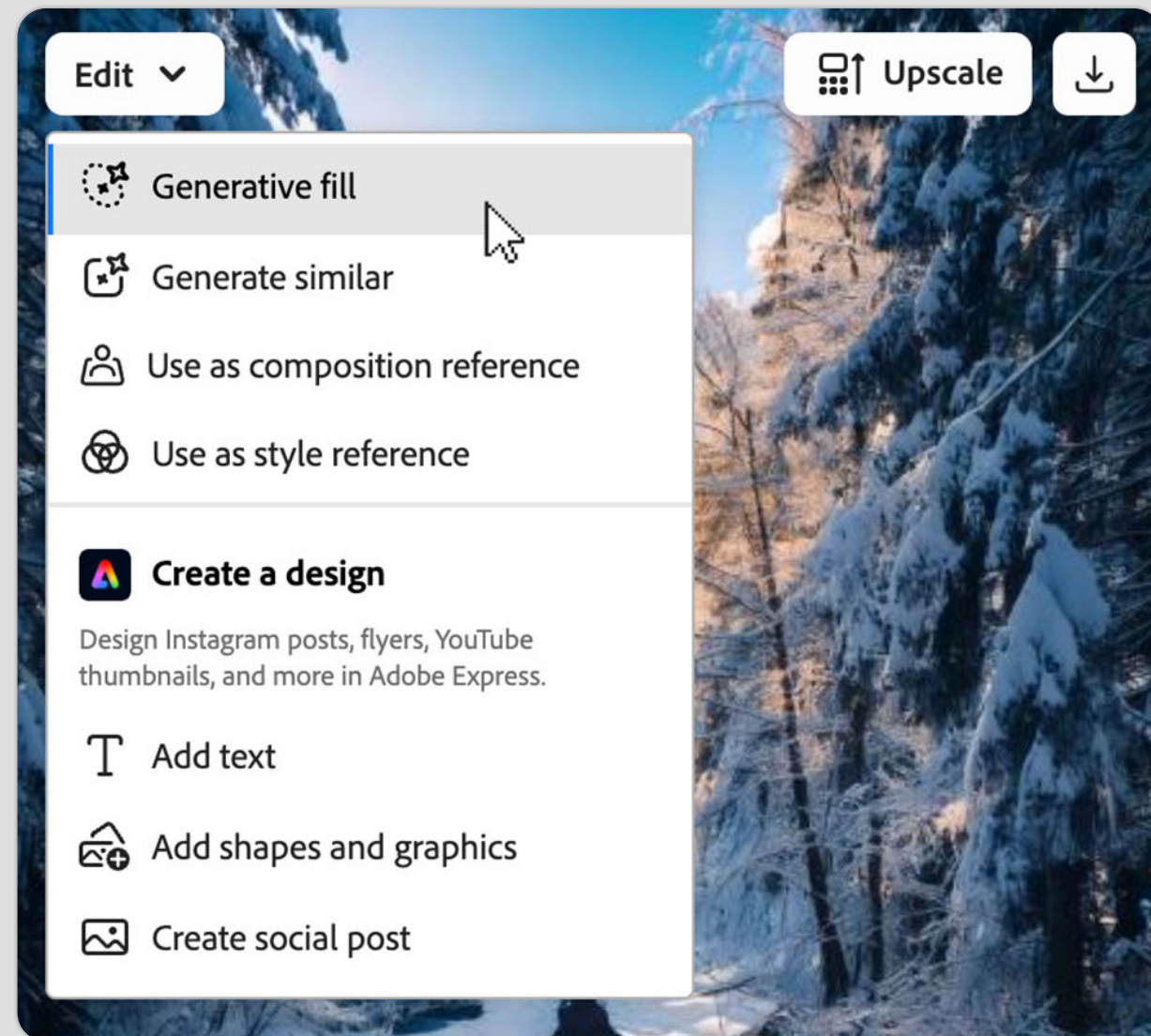
Wenn eure Firefly-Bilder also anfangen, ein wenig zu sehr nach KI auszusehen, versucht, die visuelle Intensität auf Null zu senken und neu zu generieren. Damit solltet ihr ein natürlicheres Bild erhalten.

# Generierte Bilder in Firefly bearbeiten.

Ein weiteres großartiges Firefly-Feature ist die zweite Ebene der Text-zu-Bild-Generierung.







# Generatives Füllen.

Generatives Füllen bietet euch vier verschiedene Optionen:

 Insert

Verwendet das Auswahlwerkzeug, um den Bereich zu markieren, in den ihr neue Inhalte einfügen möchtet. Gebt dann einen Prompt ein, der genau beschreibt, was ihr generieren möchtet, und Firefly fügt es zu eurem Bild hinzu.

 Remove

Verwendet „Generatives Füllen“, um unerwünschte Elemente aus eurem Bild zu entfernen.

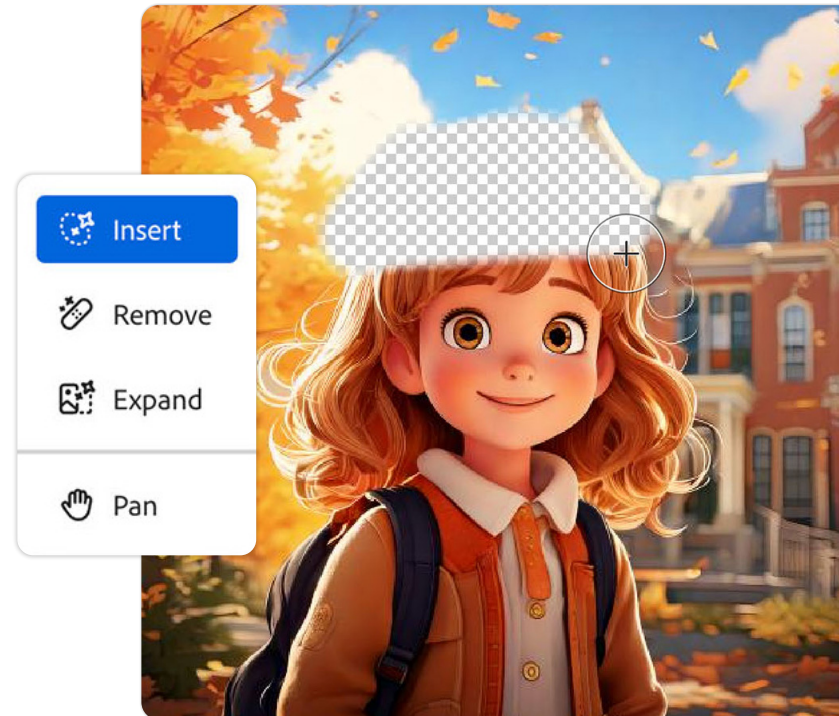
 Expand

Zuschneiden oder Erweitern eures Bildes: Ihr könnt einen Prompt schreiben, um den Inhalt in euren erweiterten Bereichen zu steuern, oder ihn leer lassen, damit Firefly das Bild für euch erweitert.

 Pan

Nützlich zum Anpassen der Position eures Bildes, um den Bereich, den ihr bearbeiten möchtet, präzise anzuvisieren.

# So funktioniert „Generatives Füllen“.



Prompt  
eine Strickmütze

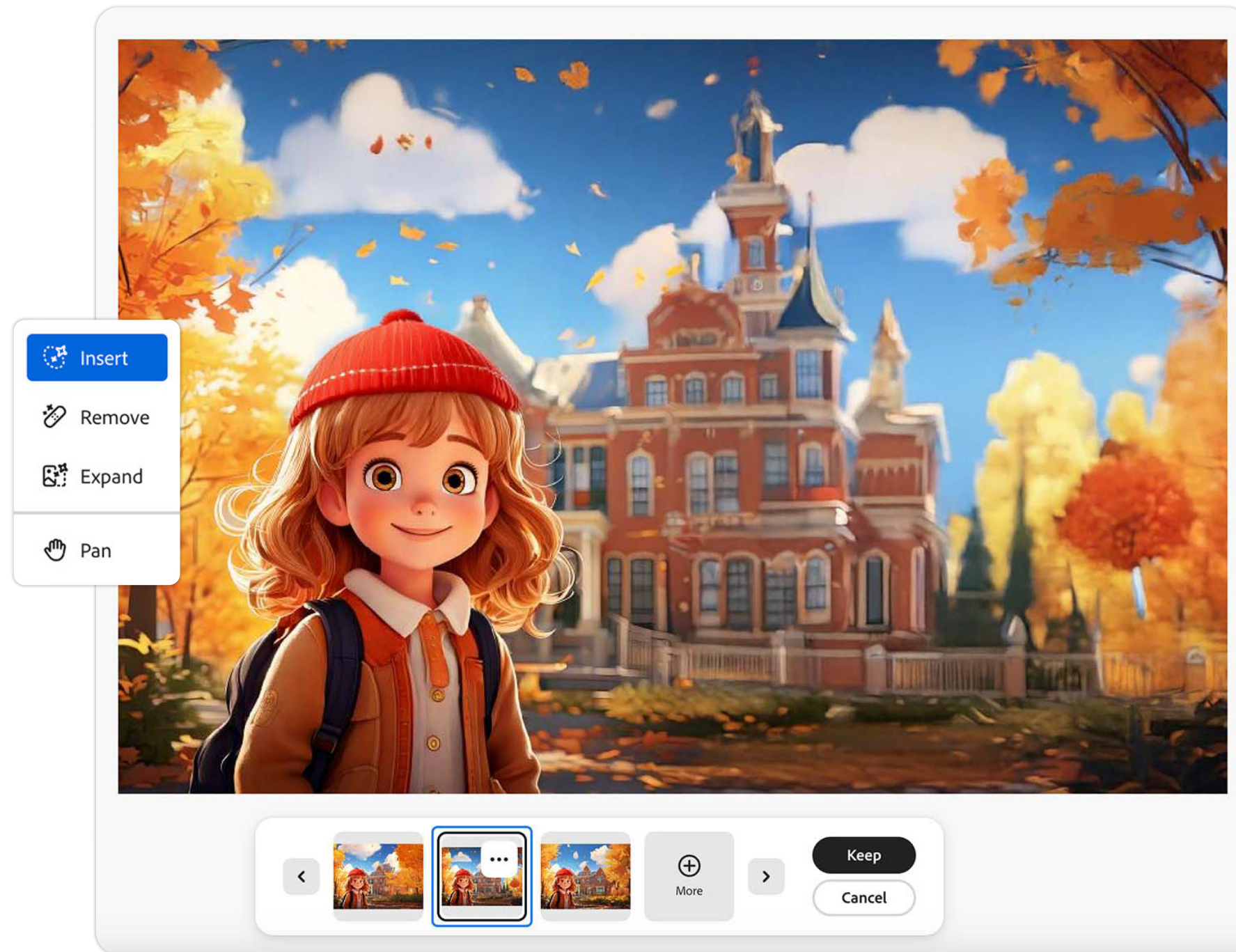
Firefly hat mit diesem Bild großartige Arbeit geleistet, aber jetzt soll das kleine Mädchen eine Mütze aufgesetzt bekommen.

Mit „Generatives Füllen“ kann ich auswählen, wo die Mütze eingeführt werden soll ...



... und Firefly fügt den eingegebenen Inhalt zum Bild hinzu.





# Mehr erkunden.

Ich kann „Generatives Füllen“ sogar verwenden, um das Bild zu erweitern und mehr von der Schule zu zeigen.

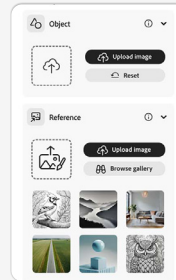
Klickt auf den Button unten, um mehr über „Generatives Füllen“ und die anderen Bearbeitungsfunktionen von Firefly zu erfahren.

Mehr erfahren

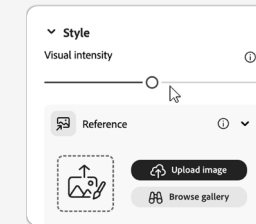
# Tipps und wichtige Takeaways.



Versucht beim Schreiben von Prompts, eine künstlerische oder gestalterische Perspektive einzunehmen.



Über die Firefly-**Seitenleiste** könnt ihr eure Bilder verfeinern, ohne dass ihr weitere Stichwörter zum Text-Prompt hinzufügt.



Ihr könnt den „KI-Look“ mit dem Regler „Visuelle Intensität“ steuern.

 Generate

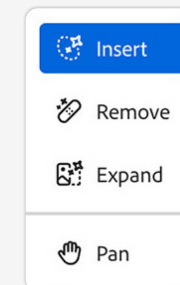
text prompt |

[Motiv] +  
[Aktion] +  
[Umgebung] +  
[Szenen-Requisiten] +  
[Stil/Medium]  
= Bild



junger, schwarzweißer,  
glücklicher Welp

Firefly funktioniert am besten, wenn man mindestens **drei beschreibende Stichwörter** verwendet.



Mit „Generatives Füllen“ könnt ihr Inhalte hinzufügen oder entfernen oder eure Bilder erweitern, ohne ein komplett neues Bild zu generieren.

Stellt eure neuen Skills im Prompten auf die Probe.

[Firefly jetzt ausprobieren](#)



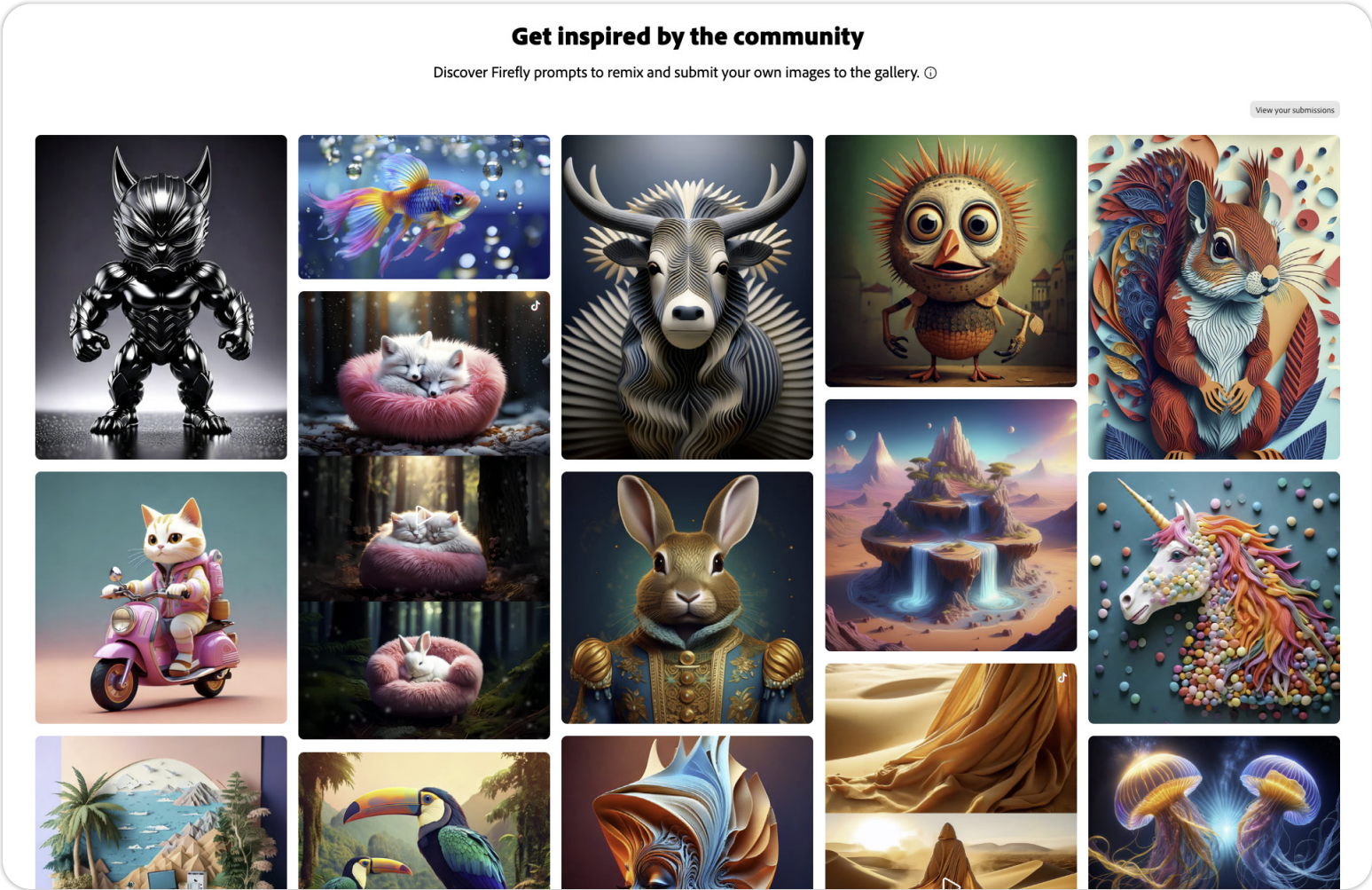
# Inspiration holen.

Die Firefly-Website verfügt über eine umfangreiche, interaktive Galerie mit Bildern, die auf der Plattform generiert wurden. Jedes Bild enthält den Text-Prompt und die Einstellungen der Seitenleiste, mit denen es erstellt wurde. Ihr könnt also sehen, wie Firefly diese Einstellungen und Prompts verwendet hat, um das endgültige Bild zu generieren.

Hier sind weitere hilfreiche Ressourcen, die euch neue Ideen für das Prompting liefern:

[Prompts für KI-Bilder – Tipps & Beispiele für bessere Ergebnisse](#)

[Image generation using text descriptions](#)



Galerie besuchen



# Spielerisch lernen.

Indem ihr lernt, treffsichere Prompts zu schreiben, könnt ihr das Potenzial von Firefly entfesseln und beeindruckende Bilder generieren. Die große Auswahl an Tools und Funktionen hilft euch dabei, eure Ergebnisse zu verfeinern und zu perfektionieren – damit sie genau so aussehen, wie ihr sie euch vorgestellt habt.

Denkt aber daran: Kreatives Arbeiten soll Spaß machen. Habt keine Scheu, zu experimentieren. Fügt eurem nächsten Text-Prompt eine Gedichtzeile hinzu und schaut, was passiert – oder verpasst eurer Figur einen skurrilen Namen. Spannende, bildhafte Sprache führt in Firefly oft zu besonders faszinierenden Ergebnissen.

Also: Legt los, lasst eurer Fantasie freien Lauf und erlebt, wie Firefly eure kreativen Ideen in atemberaubende neue Realität verwandelt. Vergesst nicht, eure Bilder in der Firefly-Galerie zu teilen – damit sie die ganze Adobe-Community inspirieren können.

**Lasst euch von unseren Adobe Firefly-Expertinnen und -Experten inspirieren und entdeckt, wie das Tool euer Unternehmen voranbringen kann.**

**Kontakt**



## Prompt

Ameise; Maskottchen einer Schädlingsbekämpfungsfirma





Adobe, the Adobe logo, and Adobe Firefly are either registered trademarks or trademarks of Adobe in the United States and/or other countries. All other trademarks are the property of their respective owners.

© 2025 Adobe. All rights reserved.