



AI- HÅNDBOG

for gymnasieelever

BRUG AI UDEN
AT SNYDE
(dig selv)

ANJA LEA OLSEN
DIDAKTIK TIL TIDEN

Kolofon

Titel: AI-håndbog for gymnasieelever – Brug AI uden af snyde dig selv

Forfatter: Anja Lea Olsen, cand. scient., lektor, H.C. Ørsted Gymnasiet Lyngby

© 2026 Anja Lea Olsen

Denne e-bog er beskyttet af ophavsretsloven. Kopiering ud over personlig brug må kun ske efter aftale med forfatteren.

Udgiver: Anja Lea Olsen

anjaleaolsen.dk

kontakt@anjaleaolsen.dk

Forsidelayout: Anja Lea Olsen. Foto: Gabriel Sollmann, Libary of Stuttgart, Unsplash.com

Illustrationer: Thenounproject.com og Anja Lea Olsen

Typografi: Courier new og Nunito

E-bogsproduktion: Anja Lea Olsen

1. udgave, 2026

Indhold

Velkommen til fremtiden	4
Kort introduktion til AI	5
Gode AI-redskaber til læring	8
Prompting i praksis	9
Forstå teknologien og brug kritisk	12
1 Opgaver	15
2 Forberedelse	16
3 Inspiration	17
4 Revision	18
5 Feedback	19
6 Forklaring	20
7 Research og informations-søgning	21
Du kan blive virkelig dygtig eller...	24

Velkommen til fremtiden



💬 **“There is no substitute for exercise”**

– citat: alle de lærere du nogensinde vil møde

Der er en god grund til at dine lærere er i panik over ChatGPT og andre chatbotter. Du har nu adgang til en robot, der kan skrive, regne og tænke bedre end de fleste mennesker på Jorden og som kan lave alle dine opgaver på få minutter til topkarakter.

I den her e-bog lærer du

- Hvad AI, ML, DL, LLM og genAI egentlig betyder
- Hvilke AI-redskaber der egner sig godt til studie
- Hvordan man kommunikere godt med chatbotten (prompting)
- At forstå teknologien og bruge den kritisk
- 7 måder du kan bruge chatbotter på, til at blive dygtigere

Velkommen til en spændende ny tid, hvor vi kan tale med robotterne. 🤖

Kort introduktion til AI



Når man taler om kunstig intelligens, er der mange begreber i spil. Du har måske mødt ord som AI, machine learning, deep learning, large language model og generativ AI. Men hvad betyder de og hvordan hænger de sammen? Her kommer en kort forklaring på nogle af dem.

AI - artificial intelligence

Kunstig intelligens (Artificiel Intelligence) er den overordnede samlebetegnelse for teknologier, der efterligner menneskelig tænkning. Det handler om at få maskiner til at løse opgaver, som normalt kræver menneskelig intelligens – f.eks. at forstå sprog, genkende billeder, planlægge, lære eller træffe beslutninger.

AI spænder bredt: Fra en simpel algoritme, der anbefaler film på Netflix, til avancerede systemer, der kan styre en selvkørende bil.

🗨️ Kort sagt: AI er teknologi der udfører opgaver, der normalt udføres af mennesker.

ML - machine leaning

I machine learning lærer maskinen ikke gennem faste regler, men ved at finde mønstre i data. Man viser den tusindvis af eksempler, og den begynder selv at se sammenhænge.

Et klassisk eksempel:

Du viser en algoritme 10.000 billeder af katte og hunde. Den lærer efterhånden, hvilke træk der typisk kendetegner en kat – og kan så selv gætte på nye billeder.

Når du bliver bedt om at udpege lyskryds eller cykler for at verificere at du er et menneske, er du i virkeligheden i gang med at træne en AI via machine learning.

🗨️ ML er, når maskiner, lærer af erfaring, dvs. træning på store datasæt.

DL - Deep Learning

I deep learning bruger man kunstige neurale netværk, inspireret af hjernens måde at bearbejde information på. Netværket består af mange lag ("deep"), der bearbejder data trin for trin – lidt som et filter, der gradvist lærer at genkende alt fra kanter til ansigter til helheder.

Deep Learning gør det muligt for computere at:

genkende tale (Siri, Alexa)

forstå billeder (ansigtsgenkendelse)

oversætte sprog (Google Translate)

… Deep learning er en måde, hvor computere lærer at genkende mønstre, inspireret af den menneskelige hjerne.

LLM – Large Language Model

En LLM er en stor sprogmodel, trænet på enorme mængder tekst. Den lærer statistiske mønstre i sproget: hvordan ord og sætninger typisk hænger sammen. Resultatet er en model, der kan forudsige det næste ord i en sætning – og dermed skrive, oversætte, forklare eller opsummere tekst på et menneskelignende niveau.

ChatGPT, Gemini og Claude er alle eksempler på LLM'er.

… En large language model er en avanceret form for kunstig intelligens, der kan forstå og generere menneskeligt sprog ved at analysere enorme mængder tekstdata.

Generativ AI

Generativ AI er en anvendelse af AI, hvor teknologien ikke kun analyserer data – den skaber nyt indhold. Det kan være tekst, billeder, lyd, video eller kode. Den bygger videre på Deep Learning og LLM'er, men bruger dem kreativt.

Eksempler:

ChatGPT, Perplexity, Gemini, Claude skriver tekst.

DALL-E og Midjourney skaber billeder.

Suno og Udio komponerer musik.

… Generativ AI er en type kunstig intelligens, der kan skabe nyt indhold som tekst, billeder, lyd eller video ud fra det, den har lært af store mængder eksisterende data

I denne bog kaldes ChatGPT, Gemini, Perplexity m.fl. for **chatbotter** eller **AI-assistent**, mens betegnelsen sprogmodel bruges om de underliggende LLM'er som er motoren bag chatbotten.

Chatbotternes (manglende) adgang til danske medier

[Viden.AI](#) har lavet et [værktøj](#) hvor du kan se, hvilke "robotter" på nettet der får lov til at besøge en række større danske medier. Her kan man se at ChatGPT og Google's AI er blokeret af alle de store danske medier.

Når ChatGPT, Google's AI m.fl. ikke må "læse" danske nyheder, kan modellerne heller ikke bruge den viden til at svare på spørgsmål. Så når en elev spørger:

"Hvad står der egentlig i den nye regeringens økonomiaftale?"

"Hvad handler konflikten mellem fagforeningerne og arbejdsgiverne om?"

...så får de enten et overfladisk svar, et uden danske kilder, eller et direkte forkert svar.

Vi står altså med elever, der ikke kan trække på relevante danske nyhedskilder, selvom de bruger AI som læringsværktøj.

⚠ Når de store danske nyhedsmedier blokerer for, at chatbotter som ChatGPT og Google's AI m.fl. må hente indhold fra deres hjemmesider, mister vi et vigtigt redskab i undervisningen.

Det betyder når vi bruger disse værktøjer til at søge efter viden, så får vi ofte overfladiske eller direkte fejlbehæftede forklaringer på aktuelle danske begivenheder, fordi modellerne i stedet trækker på udenlandske kilder, der hverken kender vores kontekst eller vores debatkultur.

Se oversigten [her](#) og vælg den rette sprogmodel til den rette opgave.

Gode AI-redskaber til læring



Nedenstående udsagn er skrevet på baggrund af svar fra Perplexity, ChatGPT og Claude.

Perplexity er en AI-drevet søgemaskine, der fungerer som en “answer engine”: i stedet for kun at vise links, giver den direkte, sammenhængende svar med kildehenvisninger til det, den bygger svaret på. Stærk til live-research og faktasøgning med kildehenvisninger; fungerer nærmest som “AI-browser”; god til hurtige, kildestøttede svar.

NotebookLM er Googles AI-baserede notesbogs- og researchassistent, som arbejder direkte på de kilder, du selv uploader (fx PDF'er, Docs, Slides, websider, YouTube og lydfile) og hjælper dig med at forstå, organisere og anvende indholdet. I en chat kan du stille spørgsmål til stoffet, få forklaringer, opgavespørgsmål, quizzet og forslag til lektionsplaner baseret på netop dine kilder.

ChatGPT er meget alsidig; stærk til skrivning, forklaringer, undervisning, kodning light, stort økosystem og mange integrationer.

Claude er en AI-assistent, der især er stærk på sikkerhed, lange og sammenhængende samtaler og nuancerede forklaringer. Den er designet til at være hjælpsom og etisk, kan håndtere meget lange tekster på én gang og er god til strukturerede, faglige svar til arbejde og skole.

Dansk chatbot

chat.dk (Ordbogen A/S): Danskudviklet AI-assistent baseret på en dansk sprogmodel, trænet og hostet i Danmark med fokus på datasuverænitet og GDPR.

Prompting i praksis



Prompting

En **prompt** er det input, du giver AI-assistenten: en sætning, et spørgsmål eller en kort beskrivelse af, hvad du ønsker svar på. Den fungerer som et startskud, der sætter retningen for chatbotten og hjælper den med at forstå emnet og formålet med din forespørgsel.

At kunne prompte målrettet er vigtigt, fordi det træner dig i at stille præcise spørgsmål og vurdere svar kritisk – to kernekompetencer i gymnasiet. Forestil dig en elev, der arbejder med andengradsligninger. Hun skriver først til AI:

“Hjælp mig med opgaven.”

Svaret bliver generelt og lidt løst: en standardforklaring og et facit, som ser rigtigt ud, men som ikke helt matcher opgaven. Eleven nikker, men er stadig usikker.

Andet forsøg lyder sådan:

“Jeg har løst en andengradsligning ved at bruge diskriminanten. Kan du tjekke, om min metode er korrekt, forklare hvor jeg evt. laver fejl, og pege på ét konkret sted, jeg kan forbedre min forklaring?”

Nu sker der noget. Eleven har været nødt til at tænke over:

- hvad hun selv har gjort
- hvad hun er i tvivl om
- hvad hun vil have feedback på.

Da svaret kommer, vurderer hun det kritisk: Passer forklaringen med det, der står i bogen? Overser AI'en noget? Er begrundelsen god nok?

Hun opdager endda en fejl i AI'ens svar – og retter den.

Her er pointen: Målrettet prompting gør ikke eleven afhængig af AI. Tværtimod tvinger den eleven til at tage ansvar for sin tænkning. Målrettet prompting er derfor ikke snyd, men en metode til at stille skarpere spørgsmål, opnå dybere forståelse og bedre faglig dømmekraft.

Forskellige typer af prompt'er

1. Informations-prompts

Få AI til at levere viden, fakta og forklaringer. Eksempler:

- *Hvad er Big Bang-teorien?*
- *Fortæl mig om fotosyntese.*
- *Forklar mig, hvordan en varmepumpe fungerer.*
- *Giv tre eksempler på bæredygtige energikilder.*
- *Opsummer hovedpunkterne i romanen "1984".*

2. Strukturerende prompts

Få AI til at organisere viden, lave oversigter/sammenligninger, bruge roller eller specifikke synsvinkler. Eksempler:

- *Lav en tabel over verdensdelene og deres største lande målt på befolkningstal.*
- *Forklar den franske revolution med fokus på årsagerne til oprøret.*
- *Her er et eksempel på en metafor: "Livet er en dans" og skriv en tredje metafor.*
- *Forestil dig, du er en biologilærer. Forklar mig, hvorfor biodiversitet er vigtig.*
- *Forklar klimaforandringer set med en landmands øjne.*
- *Forklar trin for trin, hvordan man løser en ligning med én ubekendt.*
- *Sammenlign fordele og ulemper ved fjernundervisning og klasseundervisning.*

3. Refleksions-prompts

Få hjælp til eftertanke, kritik, refleksion og vurdering. Eksempler:

- *Hvilke gode grunde kan der være til at stille spørgsmålstegn ved brugen af AI i skolen?*
- *Argumentér imod påstanden om, at lektier altid er gavnlige.*
- *Analysér digital dannelse ud fra Piagets læringsteori.*
- *Reflektér over vigtige etiske dilemmaer ved brug af overvågningskameraer.*
- *Gennemgå dit eget svar om fotosyntese og peg på mulige mangler eller fejl.*
- *Uddyb forskellen mellem gennemsnit og median.*
- *Stil mig tre spørgsmål, der får mig til at reflektere over mit valg af uddannelse.*

4. Skabende prompts

Brug AI som kreativ medspiller til nytænkning, idéudvikling og simuleringer. Eksempler:

- *Forklar internettet som om det var et bibliotek.*
- *Simulér et interview mellem en klimaforsker og en journalist.*
- *Forestil dig, at biler aldrig var blevet opfundet. Hvordan ville det påvirke samfundet?*
- *Giv tre mulige forklaringer på faldende fødselstal og vurder de vigtigste forskelle mellem dem.*

Systematisk prompting

Chatbotter svarer ud fra det, du beder dem om. Derfor gælder hovedreglen: Jo mere præcis din instruktion er, jo mere relevant og brugbart bliver svaret. Husk at chatbotten ikke kender dig og din situation, hvad du gerne vil have hjælp til og hvordan hjælpen skal gives. Det skal du fortælle den.

Du kan gøre dine prompts skarpe og effektive ved du bruge denne 5-trinsmetode. Den hjælper dig med at strukturere dine instrukser og få AI'en til at levere det, du faktisk har brug for.

5-trinsmetoden til effektiv prompting

1. **Persona:** Angiv hvilken rolle AI'en skal indtage – fx “du er en gymnasielærer,” “en redaktør,” eller “en elev.” Det hjælper modellen med at vælge den rette tone og faglige vinkel.
2. **Opgave:** Hvad skal AI'en gøre? Beskriv selve opgaven klart – fx “skriv et resume,” “forklar et begreb,” eller “give ideer til hvordan jeg kan ...”
3. **Kontekst:** Jo mere baggrund og formål du giver, jo bedre bliver resultatet.
Fx “jeg er en 2.g-elev på STX” eller “opgaven skal bruges til at lære at regne med brøker”
4. **Referencer og eksempler:** Giv gerne et eksempel på det, du ønsker – fx “skriv i samme stil som...” eller “brug en struktur som denne tekst.”
5. **Format:** Fortæl, hvordan du vil have svaret præsenteret – fx liste, tekst, punktopstilling, tabel, en quiz eller andet.

4 tips til at forbedre din prompt undervejs

1. **Tilføj flere detaljer:** Giv ekstra kontekst, flere eksempler eller tydeligere kriterier for succes.
2. **Skriv som en opskrift:** Brug korte, konkrete sætninger i punktform – det gør instruktionen lettere for AI-assistenten at følge.
3. **Omformulér:** Beskriv opgaven på en ny måde, brug en analogi eller et eksempel fra en anden sammenhæng.
4. **Sæt grænser:** Fortæl AI-assistenten, hvad du ikke vil have med – fx “undgå fagjargon”

Tip til prompting

Du behøver ikke følge denne opskrift meget nøje. Prompting handler om at gøre sig erfaringer med chatbotten. Prøv dig frem og bed chatbotten om hjælp, hvis outputtet ikke er som du ønsker. Jo mere du prøver, jo bedre bliver du til at prompte.

Forstå teknologien og brug kritisk



En statistisk papegøje

Når man arbejder med generativ AI, kan teknologien virke både imponerende og pålidelig – men det er vigtigt at huske, at den hverken forstår verden eller tænker som et menneske.

AI-systemer kan derfor både 'opfatte' virkeligheden skævt (bias) og 'opfatte' den forkert (hallucinationer).

Disse fænomener er ikke fejl i traditionel forstand, men følger af den måde modellerne er trænet på. De genkender mønstre i store datamængder og forudsiger sandsynlige svar – uden reel forståelse af indholdet. Derfor skal man som brugere forholde sig kritisk og ansvarligt til de resultater, man får fra f.eks. en chatbot.

En generativ AI kan sammenlignes med en papegøje der gentager de ord og sætninger den har hørt, men ikke forstår meningen og ikke kan føre en samtale der bygger på forståelse.

Bias

AI-systemer som sprogmodeller lærer ved at analysere store mængder tekst, billeder og data, som mennesker har skabt. Men fordi mennesker – bevidst eller ubevidst – afspejler kulturelle og sociale skævheder i deres sprog og handlinger, risikerer AI'en at arve de samme mønstre.

Det betyder, at et system kan komme til at gentage eller forstærke stereotype forestillinger, fx ved at forbinde bestemte erhverv med et bestemt køn, eller ved at vurdere personer forskelligt afhængigt af hudfarve, køn eller alder.

For eksempel kan en billedgenerator, der er trænet på millioner af fotos fra internettet, foreslå "en leder" som en ældre mand i jakkesæt, mens "en sygeplejerske" oftere bliver vist som en kvinde – ikke fordi AI'en er mand, men fordi sådan ser mønstrene ud i de data, den har lært af.

Derfor er det vigtigt at være opmærksom på, at AI ikke er neutral, men afspejler de samfund, den er skabt i.

Hallucinationer og konfabulationer

Hallucinationer opstår når en generativ AI som f.eks. en chatbot, giver svar, der er selvmodsigende, faktisk forkerte eller helt meningsløse. Det kan ske, fordi værktøjet ikke forstår verden som et menneske gør, men blot beregner sandsynlige ordkombinationer ud fra store mængder data.

Hallucinationer er altså ikke et udtryk for fejl i teknologien som sådan, men for at chatbotten skaber sit output uden reel forståelse. Chatbotten kan ikke tænke, den kan ikke resonere og skaber alene sit output ud fra statistisk.

3 gode råd, når du bruger generativ AI

1. Forstå teknologien. AI ved ikke noget - den gætter kvalificeret. AI beregner sandsynlige svar ud fra data. Den kan hurtigt generere omfattende svar, og samtidig tage fejl med stor selvtillid.

👉 Husk derfor:

- AI forstår ikke kontekst som et menneske
- Den kan 'hallucinere' (finde på ting, der lyder rigtige, men ikke passer)
- Den kan videreføre bias
- Du skal altid tjekke og tænke selv.

Hvis svaret lyder for godt til at være sandt, eller for skørt, er det ofte... AI.

2. Brug rigtigt. AI skal gøre dig klogere - ikke dovnere. AI vil så gerne give dig svaret. Du skal derfor instruere den i, ikke at løse opgaven for dig, men hjælpe dig med at løse den.

🧐 Brug AI til at:

- Forklare begreber
- Forklare trin for trin
- Stille modspørgsmål
- Udfordre dine svar
- Pege på fejl og blinde vinkler.

Hvis AI tænker for dig, lærer du mindre. Hvis AI tænker med dig, lærer du mere.

3. Tag ansvar. Du har ansvaret - også når AI hjælper. Kend reglerne for AI-brug. Fortæl, når og hvordan du har brugt AI. Respektér ophavsret. Del aldrig personfølsomme eller fortrolige data.

⚠️ Spørg dig selv:

- Hvad siger **skolens regler** om AI?
- Har jeg gjort min brug tydelig?
- Har jeg **rettighederne** til det, jeg deler?
- Er der **fortrolige data**, jeg ikke burde give videre?

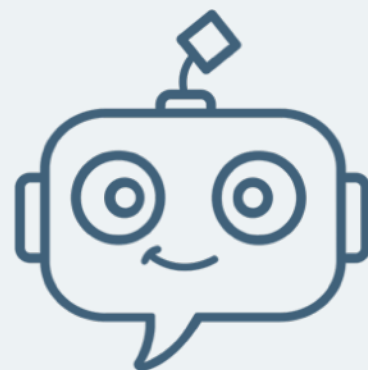
Hvem står på mål for indholdet? (Spoiler: det gør du)

7 måder at bruge AI på, for at lære



1 Opgaver

(Rolle: Hjælpelæreren)



I stedet for at få AI til at skrive din opgave for dig, kan du bruge den som en ekspert, der viser dig hvordan god kvalitet i en opgave ser ud – og hvorfor. Det er som at få lov at kigge en dygtig elev over skulderen, mens de forklarer deres valg.

Du kan f.eks. bede om:

- eksempler på opbygning (indledning, metode, analyse, diskussion)
- “model-afsnit” med tydelige greb (fagbegreber, argumentation, kildebrug)
- skabeloner, du selv fylder ud med dit indhold

Prompt-eksempler

“Jeg skal skrive en litterær analyse. Lav en model-indledning (8–10 linjer) og forklar bagefter i punktform, hvad der gør den god.”

“Giv mig en disposition til en debatartikel om [emne] med tydelig påstand, belæg og appellformer. Skriv også 5 sætninger, der kunne fungere som stærk afslutning.”

“Vis mig to forskellige måder at strukturere en naturfagsrapport på (klassisk vs. mere undersøgelsesbaseret). Forklar hvornår man vælger hvad.”

“Jeg skal skrive en historiefaglig redegørelse. Lav et eksempel på et afsnit, der bruger kildekritiske begreber korrekt.”

“Jeg skal løse en andengradsligning. Vis mig et eksempel på hvordan man gør.”

Faldgruber

- Du kopierer “modelteksten” og ender med en opgave, du ikke kan forklare bagefter.
- **Du lærer formen, men ikke indholdet:** flot struktur, men manglende forståelse.
- **Faglig stil bliver tomt pynt:** fagord uden præcise pointer.

2 Forberedelse

(Rolle: Studiekammeraten)



Her hjælper AI dig med at blive klar til undervisning: forstå begreber, få overblik, lave spørgsmål, og opdage hvad du ikke forstår endnu. Det er guld, hvis du bruger det til at møde forberedt – ikke til at springe arbejdet over.

Du kan bruge AI til at:

- få forklaringer på flere niveauer (let, mellem, avanceret)
- få begreber sat ind i en sammenhæng
- lave quizspørgsmål og mini-tests til dig selv

Prompt-eksempler

“Forklar [begreb] som om jeg er 12 år. Forklar det bagefter som om jeg går i gymnasiet. Til sidst: forklar det med faglige ord, jeg kan bruge i en aflevering.”

“Lav 6 kontrolspørgsmål til teksten om [emne]. Skriv også de rigtige svar, men skjul dem nederst, så jeg kan teste mig selv først.”

“Her er et afsnit fra teksten: [indsæt]. Find de 5 vigtigste fagbegreber og forklar dem med et eksempel fra hverdagen.”

“Lav et kort overblik: Hvad er årsag → virkning → konsekvens i denne tekst? Brug en enkel kæde.”

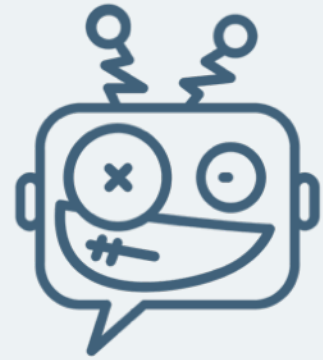
“Jeg skal diskutere dette i morgen. Giv mig 4 gode spørgsmål, jeg kan stille i timen, som viser at jeg har forstået stoffet.”

Faldgruber

- **Resumé-fælden:** du får overblik, men mister træningen i selv at læse og udvælge.
- **Falsk forståelse:** det lyder så klart, men du kan ikke selv forklare det uden AI.
- **Du opdager ikke fejl:** AI kan forsimple for meget eller ramme ved siden af.

3 Inspiration

(Rolle: Sparringspartneren)



Når du er på bar bund, kan AI give dig perspektiver, vinkler og idé-skeletter. Men du skal vurdere: "Hvilke idéer er gode og til at bygge videre på?" Inspiration er ikke et slutprodukt – det er råmateriale.

Brug AI til at:

- få flere mulige vinkler (faglige, etiske, historiske, personlige)
- få ideer til eksempler, cases, analogier og spørgsmål
- få "kontra-perspektiver", der gør din tekst skarpere

Prompt-eksempler

"Jeg skal skrive om [emne]. Giv mig 8 mulige vinkler, og angiv for hver vinkel: 1) et centralt spørgsmål, 2) et eksempel, 3) en mulig modargumentation."

"Her er mine idéer: [indsæt]. Stil mig 10 udfordrende spørgsmål, der kan afsløre huller eller gøre min vinkel mere præcis."

"Foreslå tre kreative måder at starte min tekst på (fortælling, fakta, provokation) – men uden at skrive hele teksten."

"Giv mig en liste over relevante begreber i [fag] til emnet [x] og forklar kort, hvordan hvert begreb kan bruges i analysen."

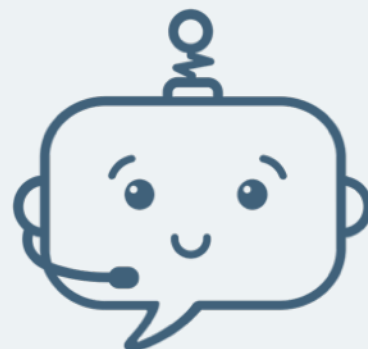
"Find 5 gode hverdagsanalogier til [abstrakt begreb], som kan hjælpe mig med at forklare det i opgaven."

Faldgruber

- **Idé-overload:** for mange muligheder → du mister retning.
- **Generiske vinkler:** AI foreslår det "alle" foreslår, hvis du ikke styrer den.
- **Du bliver passiv:** inspiration bliver en erstatning for din egen undren.

4 Revision

(Rolle: Redaktøren)



Her hjælper AI dig med at gøre din tekst klarere, mere præcis og bedre struktureret. Du er stadig forfatteren – AI er redaktøren, der foreslår ændringer. Den bedste brug er, når du beder om muligheder og begrundelser, så du kan vælge.

Du kan få hjælp til:

- sproglig klarhed (kortere sætninger, skarpere ordvalg)
- faglig tone (mere præcis, mindre “snak”)
- sammenhæng (overgange, rød tråd, tydelige afsnit).

Prompt-eksempler

“Her er min tekst: [indsæt]. Foreslå ændringer, der gør den mere præcis – men bevar min stemme. Marker ændringer med fed og forklar de 5 vigtigste valg.”

“Gør dette afsnit mere akademisk uden at gøre det længere. Giv 2 versioner: én mere formel, én mere levende.”

“Find steder hvor jeg gentager mig selv, og foreslå hvordan jeg kan samle pointerne i færre sætninger.”

“Peg på uklare formuleringer og foreslå mere konkrete alternativer. Skriv kun forslag – ikke en ny hel tekst.”

“Giv mig 5 bedre overgangssætninger mellem afsnit A og B, så argumentet hænger sammen.”

Faldgruber

- **Du accepterer alt:** forbedringer bliver ukritisk autopilot.
- **Du mister din stemme:** teksten bliver glat og “AI-agtig”.
- **Stil over substans:** sproget bliver pænt, men argumentet er tyndt.

5 Feedback

(Rolle: Tutoren)



AI kan være en stærk kritisk læser, hvis du beder om feedback på forståelse, argumentation, struktur og opgavekrav. Her er tricket: Bed om vurdering og spørgsmål – ikke om at den “retter det hele”.

God feedback hjælper dig med at:

- se hvor din argumentation er stærk/svag
- finde manglende forklaringer og antagelser
- sikre at du svarer på opgaveformuleringen.

Prompt-eksempler

“Her er min opgaveformulering: [indsæt]. Her er mit udkast: [indsæt]. Vurder om jeg faktisk besvarer opgaven. Giv 5 konkrete steder, hvor jeg skal uddybe eller præcisere.”

“Læs min tekst som en censor: Giv feedback ud fra kriterierne (faglighed, struktur, dokumentation, sprog). Giv en kort ‘hvad virker / hvad mangler’-liste.”

“Find mine påstande og skriv dem i en liste. For hver påstand: peg på mit belæg – og hvor der mangler belæg.”

“Stil 8 spørgsmål til min tekst, som en kritisk læser ville stille. Spørgsmålene skal hjælpe mig med at forbedre min argumentation.”

“Hvilke 3 afsnit er mest uklare? Forklar hvorfor de er uklare, og foreslå hvad jeg konkret kan tilføje (eksempel, definition, forklaring, kilde).”

Faldgruber

- **AI som dommer:** du tager feedback som facit i stedet for som forslag.
- **Du får “pæne” svar:** hvis du ikke beder om kritik, får du ofte høflighed.
- **Du glemmer læringsmål:** feedback skal matche læringsmål og din lærers krav til opgaven.

6 Forklaring

(Rolle: Eksperten)



Når du sidder fast, kan AI forklare en metode trin-for-trin, give dig en “øv-opgave” og hjælpe dig med at opdage hvor det knækker. Det vigtige er, at du beder om fremgangsmåde – ikke bare facit.

AI kan hjælpe med:

- arbejdsgange i matematik, fysik, kemi, grammatik, programmering
- at vise typiske fejl og hvordan man opdager dem
- at lave gradvist sværere øvelser, så du bygger færdighed op.

Prompt-eksempler

“Forklar hvordan man løser denne type opgave: [indsæt]. Vis først metoden med et simpelt eksempel. Giv mig derefter en ny opgave, jeg selv skal prøve – uden løsning.”

“Jeg er i tvivl om trin 2 her: [beskriv]. Forklar kun det trin på 3 forskellige måder (regel, intuition, eksempel).”

“Lav en fejl-findings-guide: Hvilke 5 typiske fejl laver man i [emne]? Hvordan kan man tjekke sig selv?”

“Giv mig en ‘hint-trappe’: først et lille hint, så et større hint, og til sidst en fuld løsning, hvis jeg stadig sidder fast.”

“Jeg vil lære dette ordentligt. Planlæg 20 minutters træning: 3 mini-opgaver fra let til svær, med kort feedback-kriterie til hver.”

Faldgruber

- **Facit-jagt:** du får svaret, men ikke færdigheden.
- **Du springer refleksionen over:** du bør altid kunne forklare “hvorfors” bagefter.
- **Forkert metode:** AI kan vælge en fremgangsmåde, der ikke passer til jeres niveau eller lærers krav.

7 Research og informations-søgning



Generative AI-systemer præsenterer ofte information på en mere fortolket og struktureret måde end traditionelle søgemaskiner. I stedet for blot at få en liste med links, får du et tematisk overblik eller en kort sammenfatning, som kan hjælpe dig med at organisere din videre søgning og forstå emnefeltets hovedretninger.

Du kan fx bruge AI-assistenten til:

- ▶ **Overblik.** Få et hurtigt overblik over centrale begreber i et nyt emneområde.
- ▶ **Research.** Brug AI-assistenten til at finde materialer, bøger, artikler, film, mm. om et givent emne.
- ▶ **Inspiration.** Få forslag til relevante temaer, spørgsmål eller cases, eller lad dig inspirere til, hvordan temaet kan kobles til andre fag eller aktuelle problemstillinger.
- ▶ **Kilder.** Få idéer til, hvilke typer af kilder, tekster eller materialer der kan være relevante at inddrage i en given problemstilling.
- ▶ **Tværfaglige idéer:** Brug AI til at finde sammenhænge mellem fag (fx matematik og samfundsfag om statistik og ulighed).

AI som redskab til at skabe overblik og skrive resuméer

En af de mest praktisk anvendelige funktioner i AI-systemer er evnen til at opsummere tekst. Når du som lærer skal sætte dig ind i lange artikler, rapporter eller elevtekster, kan AI hjælpe dig med hurtigt at få overblik over indholdet og de centrale pointer.

Det afgørende er, at du selv styrer inputtet: du vælger teksten, du kopierer den ind i værktøjet, og du beder AI'en om at lave fx et kort resumé, en punktlister med hovedpointer eller en oversigt over argumenter for og imod et synspunkt. Dermed bevarer du fuld kontrol over materialet og sikrer, at resuméet bygger på troværdigt indhold.

AI kan fx bruges til at:

- ▶ **Skrive korte resumeer** af artikler, rapporter og andre materialer, så du hurtigt kan vurdere relevansen for din undervisning.
- ▶ **Udtrække hovedpointer**, nøglebegreber eller citater, som kan danne udgangspunkt for spørgsmål og diskussion i klassen.
- ▶ **Sammenligne tekster** og bede AI'en forklare, hvordan de adskiller sig i perspektiv, argumentation eller tone.
- ▶ **Omskrive** en lang tekst til en kortere, der passer bedre til målgruppen.

Kritisk brug af generativ AI til research

Når du beder generativ AI om litteraturforslag, kilder eller navngivne forfattere, skal du være opmærksom på, at nogle af oplysningerne kan være opdigtede. Generativ AI arbejder ikke med viden, men med sandsynligheder — den “forudser”, hvad der statistisk passer ind i konteksten. Det betyder, at en reference kan lyde rigtig, men ikke findes i virkeligheden.

Brug derfor generativ AI som et værktøj til idéer og overblik, ikke som kilde til endelig dokumentation.

1. **Brug AI som idé-generator, ikke som sand viden.** Lad eleverne bruge modellen til at få overblik, begrebsforklaringer og forslag til søgeord og vinkler. Bed dem derefter om at tjekke alle centrale påstande i faglige kilder (bøger, artikler, databaser, anerkendte hjemmesider).
2. **Kildekritik: Hvem siger hvad – og hvorfor?** AI skal behandles som en sekundær kilde, der skal efterprøves, ikke citeres ukritisk. Træn eleverne i altid at spørge:
 1. Om en foreslået artikel, bog eller forfatter kan findes andre steder
 2. Hvilke kilder nævnes – er de seriøse, aktuelle, fagligt relevante?
 3. Er der ting, der virker forenkede, stereotype eller for skråsikre?
3. **Gør fejl synlige og produktive.** Lad eleverne finde fejl, huller eller bias i AI's svar og rette dem med udgangspunkt i faglige kilder. Det styrker både faglighed og kritisk tænkning og viser, at sprogmodeller ikke “forstår” verden, men genererer sandsynlige tekster.
4. **Dokumenter brugen af AI.** Beskriv hvad du har brugt AI til (fx: idéudvikling, struktur, begrebsafklaring). Det gør processen gennemsigtig og modvirker snyd.
5. **Husk at tænke, læse og skrive selv.** Du skal bruge AI som et værktøj i din research – ikke som afløser for kritisk tænkning. Generativ AI må ikke erstatte:
 1. Læsning af fagtekster
 2. Skrivning af opgaver
 3. Faglige diskussioner
 4. Selvstændig vurdering og konklusioner.

4 gode råd

For at få mest muligt ud af AI-resuméer er det en god idé at:

- **Være tydelig i din prompt** – fx: “Lav et kort resumé af denne artikel med fokus på hovedargumentet og de vigtigste begreber.”
- **Brug flere forskellige chatbotter.** Giv promoten til flere forskellige chatbotter. Perplexity er kendt for at være faktabaseret og angive kilder.
- **Efterprøve resuméet** – læs selv den originale tekst igennem for at sikre, at nuancer og faglige pointer ikke er gået tabt.
- **Sammenligne** – prøv at bede AI'en om både et neutralt resumé og et, der fokuserer på fx pædagogiske eller samfunds-faglige perspektiver.

ChatGPT er blokeret af danske medier

I skrivende stund (januar 2026), er ChatGPT er blokeret af en stor del af de danske medier, som DR, TV2, Politiken, Berlingske, Jyllandsposten og Information. Det gælder også for sider som Videnskab.dk, Lex.dk, Altinget.dk, og ingeniøren.dk.

Det betyder at AI-svar fra ChatGPT ikke kan trække på næsten alle danske medier, når den skal generere et svar. Det er vigtigt at være opmærksom på, når man bruger de forskellige AI-systemer. Generativ AI kan altså bruges til at kortlægge et emnefelt overordnet og finde nøgleord og temaer, som du så bagefter kan supplere med søgning i faglige databaser og biblioteksressourcer.

De fleste AI-systemer søger kun i åbent tilgængeligt materiale på internettet. Det betyder, at de ikke har adgang til artikler, e-bøger eller forskning bag betalingsmure, som fx findes i videnskabelige databaser. Som tidligere beskrevet i denne bog, har Viden.AI har lavet et værktøj, der automatisk undersøger om danske medier tillader eller forbyder, at deres hjemmesider bliver læst af søgemaskiner og AI-systemer som Google AI-search eller ChatGPT.

De fleste hjemmesider har en lille fil, der hedder robots.txt, som fortæller, hvem der må kigge på indholdet. Viden.AI viser i en tabel, hvilke medier der siger “ja” eller “nej” til de forskellige typer af robotter.

Se tabellen fra Viden.ai [her](#).

Du kan blive virkelig dygtig eller...



Generativ AI er et af de mest kraftfulde læringsværktøjer, din generation har fået stillet til rådighed. Brugt klogt kan det hjælpe dig med at forstå svære ting, tænke skarpere, skrive bedre og opdage nye sammenhænge. Det kan fungere som ekspert, studiekammerat, sparringspartner, redaktør og hjælpelærer – altid tilgængelig, altid tålmodig.

Men netop derfor rummer AI også en risiko. For det, der gør værktøjet stærkt, kan også gøre dig passiv. Hvis du bruger AI til at springe tænkningen over, til at få svar i stedet for forståelse, eller til at aflevere arbejde, du ikke selv kan forklare, snyder du i virkeligheden ikke systemet – du snyder dig selv for den læring, der skulle have gjort dig dygtigere.

Fremtidens arbejdsliv kommer ikke til at handle om, hvorvidt du bruger AI eller ej - det bliver obligatorisk. At kunne stille gode spørgsmål, give præcise instruktioner, vurdere svar kritisk og omsætte dem til egne beslutninger bliver grundlæggende kompetencer – på linje med at kunne læse, skrive og samarbejde. At kommunikere med AI er ikke snyd; det er et håndværk. Men som alle håndværk kræver det dømmekraft, ansvar og øvelse.

Så brug AI. Brug det nysgerrigt, kritisk og modigt. Brug det til at lære mere, ikke til at lære mindre. For i sidste ende er det ikke AI, der skal blive klogere – det er dig. 🌱

💬 “Wisdom comes from experience”

– citat: Yoda, Star Wars

Tak fordi du læste med. ✨

Anja Lea Olsen

Gymnasielærer

didaktiktiltiden.dk