

# Hjælpeseddel: Sådan kan du prompte

Peter Holmboe, Maj 2026.

Når du bruger Kunstig Intelligens (KI), er det vigtigt at huske, at teknologien ikke automatisk ved, hvad du har brug for. Den kender ikke nødvendigvis din faglige sammenhæng, din opgaveformulering, din undervisers forventninger eller de kriterier, du bliver vurderet ud fra. Den reagerer først og fremmest på det, du skriver. Derfor hænger kvaliteten af svaret tæt sammen med kvaliteten af din prompt.

At skrive en god prompt handler ikke kun om at stille et spørgsmål. Det handler om at gøre dit ærinde tydeligt. Du skal hjælpe KI med at forstå, hvilken rolle den skal indtage, hvad den skal hjælpe dig med, hvilken sammenhæng opgaven indgår i, og hvordan svaret skal se ud. På den måde bliver prompten en form for faglig rammesætning. Du viser, hvad der er vigtigt, hvad der skal tages hensyn til, og hvilken type output du har brug for.

KI kan være en nyttig støtte, når du skal skabe overblik, forklare begreber, udvikle idéer, strukturere en tekst, omskrive et afsnit eller få øje på nye perspektiver. Den kan også hjælpe dig videre, hvis du sidder fast. Men KI kan også svare upræcist, overse vigtige nuancer, opfinde information eller formulere noget, der lyder overbevisende uden at være fagligt holdbart.

Derfor skal KI ikke forstås som en erstatning for din egen tænkning, men som en ressource, du kan arbejde undersøgende og kritisk med!

## Den grundlæggende rytme er: Jeg – KI – jeg

**Først kommer jeg:** Du begynder med at afklare dit eget formål. Hvad vil du forstå, undersøge, udvikle eller producere? Hvad ved du allerede? Hvad er du i tvivl om?

**Derefter kommer KI:** Du bruger teknologien som sparringspartner, idéudvikler, tekststøtte eller analyseværktøj. Her kan den hjælpe dig med at se muligheder, skabe struktur eller formulere alternative måder at forstå et emne på.

**Til sidst kommer jeg igen:** Du vurderer svaret, kontrollerer indholdet, redigerer formuleringerne og beslutter, hvad der faktisk kan bruges. Det er dig, der har ansvaret for det endelige produkt.

En god prompt er derfor ikke bare en teknisk færdighed. Det er en måde at arbejde tydeligt, undersøgende, kritisk og kreativt med viden på.

# Fire enkle promptmodeller

De fire modeller nedenfor kan bruges som skabeloner, når du vil give KI en tydeligere ramme. Vælg den model, der passer til opgaven, og justér den, så den passer til din faglige sammenhæng.

## 1. RTF: Role, Task, Format

**Bruges til:** hurtige og konkrete opgaver, hvor du gerne vil have et klart svar med det samme.

RTF hjælper dig med at fortælle KI, hvilken rolle den skal indtage, hvad den skal gøre, og hvilket format svaret skal have.

### Skabelon:

Role: Du skal være [rolle].  
Task: Din opgave er at [opgave].  
Format: Skriv svaret som [format].

### Eksempel:

Role: Du skal være en studieassistent.  
Task: Din opgave er at forklare begrebet formativ feedback til en studerende på første semester.  
Format: Skriv svaret som fem korte punkter med ét konkret eksempel.

RTF er god, når du skal have en hurtig forklaring, en liste, et udkast, en opsummering eller en enkel struktur. Den er mindre velegnet, hvis opgaven kræver mange trin, en nuanceret kontekst eller løbende justering.

## 2. CO-STAR: Context, Objective, Style, Tone, Audience, Response

**Bruges til:** mere gennemarbejdede tekster, rapporter, mails, oplæg og faglige forklaringer.

CO-STAR hjælper dig med at beskrive situationen omkring opgaven. Det er især nyttigt, når teksten skal passe til en bestemt målgruppe, genre og kommunikationssituation.

### Skabelon:

Context: Jeg arbejder med [situation, emne eller baggrund].  
Objective: Målet med svaret er at [formål].  
Style: Skriv i en [stil].  
Tone: Brug en [tone].  
Audience: Målgruppen er [modtagergruppe].  
Response: Svaret skal have denne form: [ønsket format].

### Eksempel:

Context: Jeg forbereder en kort introduktion til digital dannelse for lærerstuderende.  
Objective: Målet med svaret er at forklare, hvorfor digital dannelse handler om mere end tekniske færdigheder.  
Style: Skriv klart, fagligt og let forståeligt.  
Tone: Brug en venlig og reflekterende tone.  
Audience: Målgruppen er lærerstuderende på første år.  
Response: Skriv en introduktion på cirka 300 ord med ét konkret eksempel fra undervisningspraksis.

CO-STAR er god, når svaret ikke bare skal være korrekt, men også passe til en bestemt modtager, genre og situation. Den er derfor velegnet til akademisk skrivning, formidling, undervisningsmaterialer og professionelle tekster.

### 3. RISEN: Role, Instructions, Steps, End Goal, Narrowing

**Bruges til:** komplekse opgaver med flere trin, hvor du har brug for proces, afgrænsning og et tydeligt mål.

RISEN hjælper dig med at styre en større opgave, så KI ikke springer direkte til et færdigt svar uden at vise struktur.

#### Skabelon:

Role: Du skal være [rolle].  
Instructions: Du skal hjælpe mig med at [hovedopgave].  
Steps: Følg disse trin: [trin 1, trin 2, trin 3].  
End Goal: Det endelige resultat skal [beskrivelse af mål].  
Narrowing: Afgræns svaret til [afgrænsning, kriterier eller fokus].

#### Eksempel:

Role: Du skal være en akademisk skrivevejleder.  
Instructions: Du skal hjælpe mig med at udvikle et argument til en opgave om KI i undervisning.  
Steps: Først skal du identificere en mulig hovedpointe. Derefter skal du foreslå tre understøttende argumenter. Derefter skal du pege på mulige modargumenter. Til sidst skal du foreslå en enkel struktur for opgaven.  
End Goal: Det endelige resultat skal hjælpe mig med at skrive en sammenhængende disposition.  
Narrowing: Afgræns svaret til videregående uddannelse og studerendes læring. Skriv ikke selve opgaven.

RISEN er god, når du arbejder med større opgaver, projekter, analyse, planlægning eller akademisk skrivning. Den hjælper dig med at holde fokus og undgå, at svaret bliver for bredt.

## 4. CRISPE: Capacity, Role, Insight, Statement, Personality, Experiment

**Bruges til:** kreativt arbejde, idéudvikling, stemme, variation og iterative tekster.

CRISPE er nyttig, når du vil eksperimentere med form, udtryk, perspektiv eller stil. Den kan bruges til kreative tekster, kampagner, undervisningsaktiviteter, cases, overskrifter og alternative formuleringer.

### Skabelon:

Capacity: Du kan hjælpe med at [kompetence eller type støtte].  
Role: Du skal være [rolle].  
Insight: Brug denne indsigt som udgangspunkt: [vigtig baggrundsviden eller perspektiv].  
Statement: Lav [det ønskede produkt].  
Personality: Skriv med en [stil, stemme eller karakter].  
Experiment: Giv mig [antal] forskellige versioner eller tilgange.

### Eksempel:

Capacity: Du kan hjælpe med at udvikle engagerende læringsaktiviteter.  
Role: Du skal være en didaktisk designer.  
Insight: De studerende skal bevæge sig fra passiv læsning til aktiv faglig diskussion.  
Statement: Lav en undervisningsaktivitet om ansvarlig brug af KI.  
Personality: Skriv klart, praksisnært og studenterrettet.  
Experiment: Giv mig tre forskellige versioner: én individuel, én gruppebaseret og én dialogbaseret.

CRISPE er god, når du endnu ikke ved præcist, hvilken løsning du leder efter. Den kan hjælpe dig med at udforske muligheder, sammenligne versioner og udvikle idéer. Den kræver dog, at du selv vurderer, hvilke forslag der faktisk passer til opgaven og konteksten.

## Fra prompt til vurdering

De fire promptmodeller kan hjælpe dig med at formulere bedre og mere præcise instruktioner til KI. Men en god prompt er kun første del af arbejdet. Når du bruger KI i studiearbejde, bør du tænke processen som en faglig vekselvirkning mellem din egen intention, teknologiens forslag og din efterfølgende vurdering.

Før du prompter, skal du derfor afklare dit ærinde: Hvad vil du forstå, undersøge, udvikle eller producere? Hvem er svaret rettet mod? Hvilken type hjælp har du brug for? Og hvad ved du allerede selv?

Når du prompter, skal du give KI en tydelig ramme. Det kan være en rolle, en opgave, en kontekst, en målgruppe, en ønsket stil eller et bestemt format. Jo tydeligere du beskriver rammerne, desto lettere bliver det at få et svar, du faktisk kan arbejde videre med.

Når du har fået svaret, begynder den vigtigste del af arbejdet: Du skal vurdere, redigere, kontrollere og eventuelt prompte igen. Måske skal svaret præciseres. Måske mangler der noget. Måske er der noget, der skal faktatjekkes. Måske skal du bede om en anden version eller et mere afgrænset svar. Derfor slutter arbejdet ikke med KI-outputtet. Det slutter med din egen faglige vurdering.

En enkel måde at gøre denne vurdering på er at se svaret gennem en PRISME.

## Vurdér svaret med PRISME

Når du har fået et svar fra KI, skal du se det gennem en PRISME, før du bruger det. Et prisme kan bryde én samlet lysstråle, så regnbuens farver træder frem. Det kan samtidig ændre lysets retning, så det samme lys kan ses fra flere vinkler. Som billede på arbejdet med KI-svar er det nyttigt: Et svar fra KI kan umiddelbart virke samlet, flydende og overbevisende, men det består altid af flere dele, som bør undersøges hver for sig. Indhold, form, relevans, præcision, sammenhæng og målgruppe er ikke det samme, selvom de optræder i ét samlet output. PRISME hjælper dig derfor med både at skille svaret ad og se det fra flere perspektiver, før du beslutter, hvad du kan bruge, hvad der skal ændres, og hvad der skal undersøges nærmere.

Bogstav	Kriterium	Spørgsmål til svaret
<b>P</b>	<b>Passende</b>	Passer svaret til formålet, målgruppen, situationen og den faglige sammenhæng? Er tone, niveau og form hensigtsmæssige?
<b>R</b>	<b>Relevant</b>	Svarer svaret faktisk på det, du bad om? Rammer det dit egentlige ærinde, eller bevæger det sig væk fra opgaven?
<b>I</b>	<b>Indholdskorrekt</b>	Er oplysninger, begreber, forklaringer og eventuelle kilder korrekte? Er der noget, du bør kontrollere, undersøge eller faktatjekke?
<b>S</b>	<b>Sammenhængende</b>	Hænger svaret logisk sammen fra start til slut? Er rækkefølge, struktur og argumentation tydelig?
<b>M</b>	<b>Medtager det væsentlige</b>	Kommer svaret omkring de vigtigste dele af opgaven? Mangler der centrale pointer, eksempler, forbehold eller nuancer?
<b>E</b>	<b>EksPLICIT og klart</b>	Er svaret tydeligt formuleret? Er det forståeligt, præcist og til at arbejde videre med, eller er det for generelt, uklart eller indforstået?

PRISME minder dig om, at et KI-svar ikke er et færdigt resultat, men et forslag, du skal vurdere. Først når du har undersøgt svaret fra flere vinkler, kan du tage kvalificeret stilling til, om det skal bruges, justeres, kontrolleres yderligere eller forkastes.

## Brug KI undersøgende, ikke ukritisk

At bruge KI godt handler ikke om at finde den perfekte prompt én gang for alle. Det handler snarere om at udvikle en undersøgende arbejdsform. Du må gerne prøve dig frem, stille opfølgende spørgsmål, bede om en anden version, ændre perspektiv, afgrænse svaret eller bede KI forklare noget på en ny måde. Ofte bliver resultatet bedre, når du arbejder iterativt: først et udkast, derefter en vurdering, så en justering, og til sidst en faglig bearbejdning.

Din intuition spiller også en vigtig rolle. Hvis et svar virker for generelt, for skråsikkert, for uklart eller for langt væk fra opgaven, er det værd at stoppe op. Den fornemmelse kan være et tegn på, at prompten skal præciseres, at svaret skal kontrolleres, eller at du selv skal genbesøge dit ærinde. Intuition er dog ikke nok i sig selv. Den bør følges op af kritisk vurdering, faglig kontrol og eventuel afprøvning i praksis.

Derfor er det en god idé at teste forskellige prompts og sammenligne resultater. Hvad sker der, hvis du giver KI en tydeligere rolle? Hvad sker der, hvis du beskriver målgruppen mere præcist? Hvad sker der, hvis du beder om tre alternative svar i stedet for ét? Hvad sker der, hvis du beder KI stille dig afklarende spørgsmål, før den svarer? På den måde bliver prompting ikke bare en genvej til et hurtigt svar, men en metode til at undersøge, kvalificere og udvikle dit eget arbejde.

Det afgørende er, at du ikke begynder med KI og heller ikke slutter med KI. Begynd med dit eget formål, brug KI til at udforske, kvalificere og udfordre dit arbejde, og slut med din egen vurdering. Det er i samspillet mellem din faglige dømmekraft og teknologiens muligheder, at KI kan blive en meningsfuld ressource for læring.

God fornøjelse i dit videre arbejde med KI!