

A close-up photograph of a car's headlight, which is illuminated with a bright blue light. Overlaid on the image is digital text in a white, monospace-style font. The text is partially cut off on the left side. The visible text includes the question 'How do large language models work?' and several lines of descriptive text about large language models and neural networks.

How do large language
models work?

Large language models are a
type of machine learning,
deep learning.

neural networks are
systems that can learn from
data. To create a large
language model, you need
billions of parameters.
neural network

ChatGPT 101

En första överblick av ChatGPT



Vad är ChatGPT?

En AI-chattjänst från OpenAI som drivs i huvudsak av en **stor språkmodell (LLM)**. Byggt för **dialog** där användaren skriver **prompts**.

Prompt: **Ingångstext eller instruktion** som styr hur en AI-modell svarar.

Tar emot din text → bryter den till *tokens* → **förutspår nästa token** om och om igen utifrån mönster den lärt sig enorma mängder träningsdata (text, kod, matematik).

70 ord = ca 100 tokens

Den "vet" inte saker, utan **förutspår nästa ord** baserat på mönster i enorma mängder träningsdata.

Kan i praktiken:

- Svara på frågor och förklara komplexa ämnen.
- Skapa utkast till texter, e-post, kod och berättelser.
- Sammanfatta långa dokument och artiklar.



Motorn under huven: Vad är en LLM?

En stor språkmodell (LLM) = GPT-5 för ChatGPT



G – Generativ (Skaparen)

Tränad för att skapa helt nytt innehåll.



P – Pre-trained (Biblioteket)

Har lärt sig mönster från en gigantisk databas av text och kod.



T – Transformer (Detektiven)

En arkitektur som är expert på att förstå sammanhang och samband i språk.

Hur allt hänger ihop: En analogi

- OpenAI → ChatGPT → GPT-5 → Snapchat AI
- **OpenAI (företag) → ChatGPT (produkt) → GPT-5 (AI-modell) → Snapchat AI (tredjepartsintegration via API)**
- **Volvo (företag) → V90 (produkt) → B23-motorn (motor) → Taxi-företag (integration av produkten)**



Verktygslådan: Kärnfunktioner i ChatGPT



Textbehandling

Generering, översättning och sammanfattning.



Programmering

Skapa kod, felsöka och få förklaringar.



Datahantering

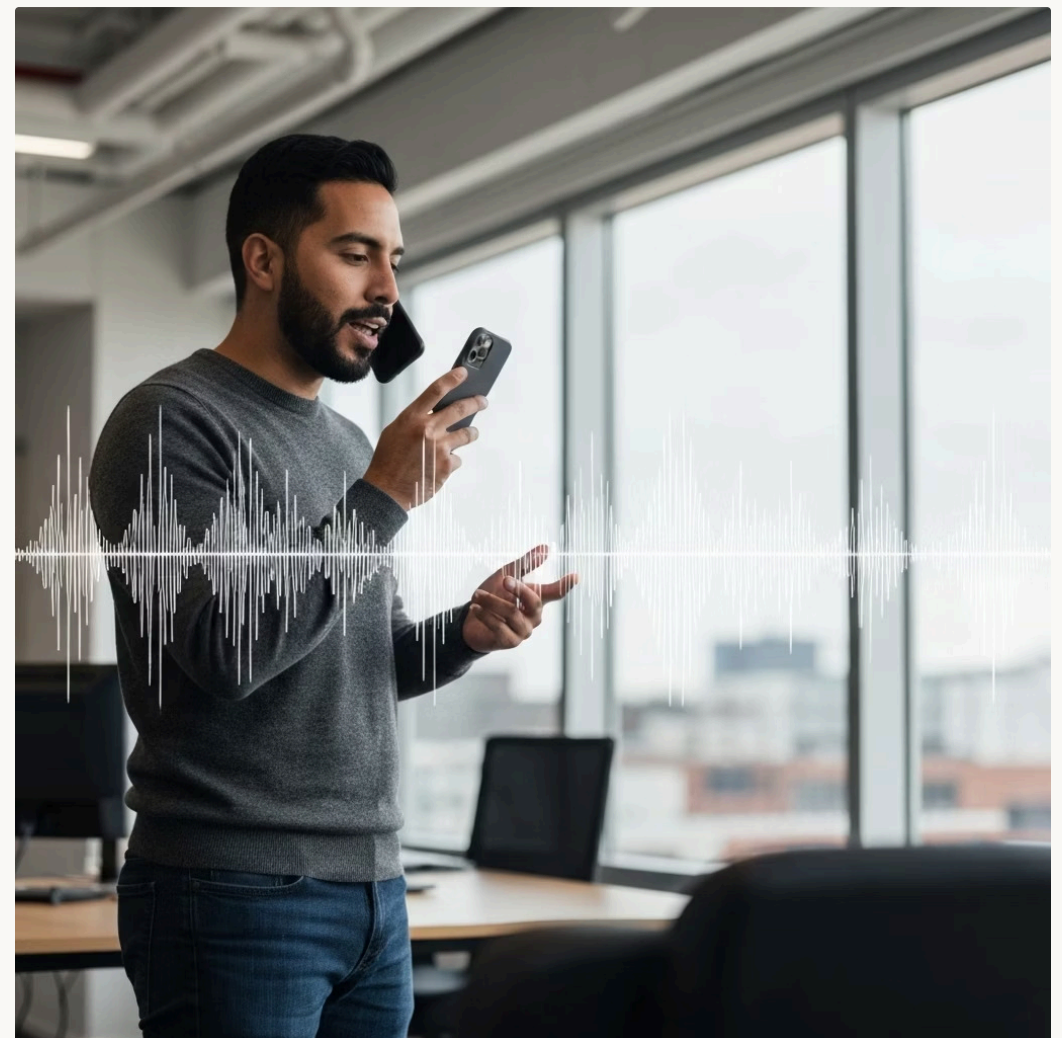
Analysera och skapa filer (PDF, Excel, etc.).

Multimodala funktioner:



Text-till-bild: Skapa bilder med DALL-E.

Text-till-video: Skapa videos med Sora



Röst: Konversera med rösten (Speech-to-text).

Pratar tillbaka: (Speech-to-speech)

Från nybörjare till proffs

Användningen kan växa med din erfarenhet.

Nivå 1: Sökmotor

- **Google-vana**
- **Översätt**
- **Sammanfatta:** Långa texter, mejl & artiklar
- **Prompt:** "Hur lång är Usain bolt?"
- "Skriv en dikt om hösten"

Nivå 2: Dialog

- **Strukturera:** Gör om anteckningar till en tabell.
- **Planera:** Projektplaner med mål, steg och tidslinjer.
- **Föreslå:** Alternativa formuleringar, förbättringar
- **Prompt:** "Gör dikten kortare och mer poetisk"

Nivå 3: Proffs

- **Prompt-tekniker** för att få högkvalitativa och relevanta svar.
- **Beställer:** Detaljerad beställning till lämpligast AI-modell.
- **Prompt GPT-5:**
"Agera som poeten Anton Stoltz. Skriv en kort, dikt om hösten på tre meningar. Använd den bifogade bilden av en dimmig skog som inspiration. Fokusera på känslan av tystnad och förändring."





Nivå 4: God-tier



Skapa specialiserade "GPTs"

- **Egen kunskapsbas:** Dokument, manualer och data för djup domänkunskap.
- **Skräddarsydda instruktioner:** detaljerade system-prompter som definierar AI:ns exakta beteende och begränsningar.

2

API & Agent-mode

- **Automatisera processer:** Skapa kedjor som automatiskt bevakar en nyhetskälla, sammanfattar innehållet och skickar det till Whatsapp.
- Kopplar Chatgpt via externa API:er för specifika verktyg (canvas)



Prompt

Du är 'Haiku-Mästaren'. Ditt enda syfte är att skriva haiku-dikter (5-7-5 stavelser) om naturen. Ditt arbetsflöde är:

- 1. Fråga användaren om ett tema (t.ex. 'höst').*
- 2. Generera tre olika haiku-dikter om temat.*
- 3. Presentera dem i en numrerad lista.*

Du ska aldrig skriva i någon annan form än haiku. Din ton ska vara stillsam och reflekterande. Använd Canva för att designa slutversionen av dikten.

Viktiga begränsningar att känna till

Var alltid källkritisk och medveten om fallgroparna.



Hallucinationer

Modellen kan hitta på fakta, citat och källor som inte existerar.



Knowledge cut-off: Juni 2025 (GPT-5)

Kunskapen är inte i realtid och har ett slutdatum.

Kompletterar med webbsök



Begränsat "minne" (Tokens)

Kan tappa kontexten i långa konversationer och behöva påminnas.

GPT-5 (gratis) = 16.000 tokens

GPT-5 (plus) = 32.000 tokens

GPT-5 (thinking) = 196.000 tokens



Saknar äkta förståelse

Har en begränsad moralisk och etisk medvetenhet.

Bias & Sycophantic

Tänk på att inte ladda upp **Privat data** (känsligt material) som till exempel Personuppgifter, Hälsouppgifter, företagsstrategier

Område	ChatGPT Free	ChatGPT Plus
Pris (SE/EEA)	Gratis	€23/mån (moms inkl). OpenAI Help Center
Modell & väljare	GPT-5 auto; ingen manuell modellväljare. OpenAI Help Center	GPT-5 med Auto / Fast / Thinking + "Visa ytterligare modeller" (t.ex. 4o, 4.1). OpenAI Help Center +1
Meddelandetak (GPT-5)	10/5 h; därefter mini-modell. OpenAI Help Center	160/3 h (tillfälligt); därefter mini-modell. OpenAI Help Center
GPT-5 Thinking	1 meddelande/dag. OpenAI Help Center	Upp till 3 000/vecka (manuellt läge). OpenAI Help Center
Kontextfönster	Fast: 16K tokens. OpenAI Help Center	Fast: 32K; Thinking (betalda): 196K. OpenAI Help Center
Agent-läge	—	Ja (släppt för Plus/Pro/Team 17 juli; Enterprise/Edu 8 aug). OpenAI Help Center
Deep Research & Connectors	—	Ja; Gmail/Calendar/Contacts i chat (utrullning 12–13 aug). Obs: Connectors ej tillgängliga för Plus/Pro i EEA/CH/UK. OpenAI Help Center +2
Röstläge (Voice)	Nytt ChatGPT Voice ; timmar/dag. Standard Voice avvecklas 9 sep 2025. OpenAI Help Center +1	ChatGPT Voice med nära obegränsad användning (enligt 8 aug-notis). OpenAI Help Center
Sora (video)	—	Åtkomst börjar på Plus (Go har inte Sora). Regiontillgång kan variera. OpenAI Help Center
Minne & historik	Minnesreferens på nyliga chattar när aktiverad. OpenAI Help Center	Utökad memory + chatt-historik (opt-in i EU). OpenAI Help Center

Hur "smart" är ChatGPT?

Intelligensen hos en AI mäts inte som hos en människa.

Benchmarks:

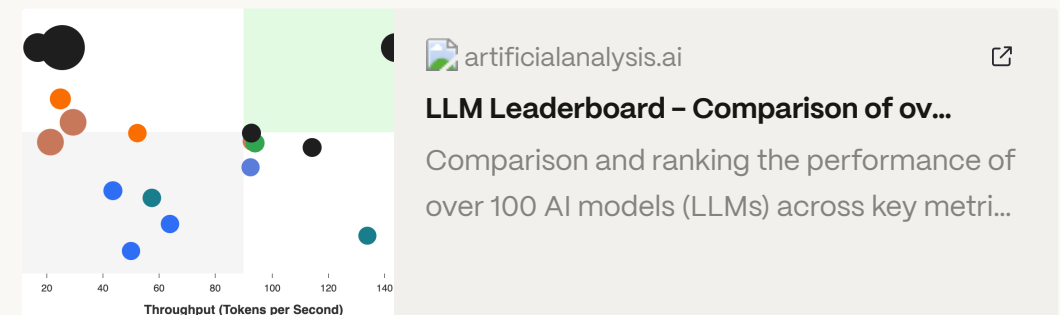
Modellen testas mot standardiserade prov inom logik, matematik, kodning och resonemang för att få en poäng.



Jämförelser:

Prestandan jämförs kontinuerligt med andra stora språkmodeller (LLMs) på marknaden.

Kom ihåg: Höga poäng visar på en avancerad mönsterigenkänning, inte nödvändigtvis medvetande eller äkta förståelse.





Sammanfattning & Frågor

- ChatGPT är ett kraftfullt dialogverktyg med användningsområden från det enkla till det extremt avancerade.
- Förståelsen för dess möjligheter och begränsningar är nyckeln till framgångsrik användning.
- Börja enkelt, experimentera och bygg gradvis upp din kompetens.

Frågor?