



# Minighid Inteligență Artificială (IA)

[Ce este un LLM?](#)

[Tipuri de LLM/IA](#)

[De ce „conversațional”?](#)

[De ce nu îți citește mintea?](#)

[De ce unele răspunsuri sunt proaste?](#)

[Regulile de aur](#)

[The Cheat Sheet](#)

[Ce este o halucinație?](#)

[Exemple clasice](#)

[De ce se întâmplă?](#)

[Convingător...](#)

[Cum reduci halucinațiile?](#)

[Red flags](#)

[Exemplu practic](#)

[Două moduri de a folosi IA](#)

[Utilizator vs operator](#)

[Exemplu practic](#)

[De ce contează diferența](#)

[► Red flags că gândești ca un utilizator](#)

[The Cheat Sheet](#)

[Ce înseamnă orchestrare](#)

[Constelația ta](#)  
[Integrare Sora](#)  
[Integrare Napkin](#)  
[Integrare Canva](#)  
[Tiparul universal](#)  
[Red flags în orchestrare](#)  
[Exemplu concret de orchestrare](#)  
[Hai să alegem un subiect](#)  
[Integrare instrumente de lucru](#)  
[Prompt generare analiză de risc](#)  
[Prompt pentru Napkin AI](#)  
[Integrarea în Canva](#)  
[Livrabilul final](#)

## Ce este un LLM?

Un **LLM (Large Language Model)** este un model IA care a citit mai mult decât toată planeta la un loc. Dar NU are opinii proprii, scopuri secrete sau planuri de dominație mondială. Face un singur lucru genial: **ghicește următorul cuvânt foarte, foarte bine.** Atât de bine încât pare că te înțelege. Nu te înțelege... nimeni nu te înțelege.... Si surpriză: dacă îi scrii prost, îți răspunde prost. (**GIGO: Garbage In, Garbage Out.**)

## Tipuri de LLM/IA

Știu, pare complicat. Nu e. E doar prost explicat pe internet.

- **AI conversațional** adică cel cu care vorbești. Îți explică, rescrie, clarifică, generează text.

(ChatGPT, Claude, Gemini etc.)

- **AI generativ** adică face chestii noi din nimic: imagini, video, muzică, cod.

(Midjourney, Sora etc.)

- **AI tehnic/de analiză** adică nu vorbește prea mult, dar vede tot: clasifică, detectează, prelucrează date.

(Folositor în securitate, sănătate, industrie etc.)

- **AI agentic** adică face acțiuni singur, în secvențe; planifică, execută, verifică.  
("Du-te și fă X până ieșe bine.")

## De ce „conversațional”?

**AI conversațional** este un model care interacționează cu tine prin dialog. Nu dă liste, nu returnează linkuri, nu execută comenzi fixe. Răspunde în limbaj natural și își ajustează mesajele în funcție de ce spui. Pe scurt, **poartă conversații**, nu afișează rezultate.

## De ce nu îți citește mintea?

Pentru că nu poate. Un LLM nu știe ce vrei până nu îi spui. El nu are acces la gânduri, emoții sau intenții. Are acces doar la textul pe care îl scrii. Dacă îl lasi să ghicească, va greși, pentru că nu are de unde să știe. E ca atunci când vrei un cadou anume de Crăciun, dar nu dai nici măcar un hint și apoi te superi că nu l-ai primit.

## De ce unele răspunsuri sunt proaste?

**Prompt prost:**

„Fă-mi un text.”

**Prompt bun:**

„Scrie-mi un text de 150 de cuvinte, ton calm, cu 3 idei și un final clar. Pentru public, pentru LinkedIn.”

## Regulile de aur

- **Fii specific.** IA răspunde la detalii, nu la generalități.
- **Dă-i context.** Publicul, scopul, tonul și lungimea contează.
- **Nu te aștepta** să ghicească. IA nu are acces la gânduri sau intenții.
- **Corectează-I**, nu îl certa. E normal să greșească; mai bine ajustează promptul.
- **Folosește-I** ca pe un colaborator, nu ca pe un oracol. Tu conduci conversația, nu invers.

## The Cheat Sheet

**Prompt de bază** → "Scrie un mesaj de 100 de cuvinte, ton calm, pentru public tehnic."

**Prompt formulă-cadru** → CINE+CE+CUM+PENTRU CINE+LIMITĂ

"Explică unui licean, pe înțeles simplu, ce este un LLM, în max. 5 rânduri."

**Când vrei calitate adaugă** → „Dă-mi 2 variante.” „Explică pașii.” „Arată logica din spate.”

**Când nu îți place răspunsul** → „Reformulează mai scurt/mai tehnic/mai prietenos.” „Păstrează ideile, schimbă tonul.”

**Când ai nevoie de ajutor rapid** → „Dă-mi întrebările pe care ar trebui să le pun.” „Arată-mi ce lipsește din ce am scris.”

## Ce este o halucinație?

IA nu minte. Dar poate inventa cu foarte multă încredere. Pare sigur pe el chiar și când spune prostii. Asta se numește „**halucinație**”. Nu e rea intenție (**nu are intenții**). Nu e „IA mincinos”. E doar matematică. Practic, IA **generează un răspuns plauzibil, dar fals**. Cum făceai și tu la școală când nu învățasei lectia....

## Exemple clasice

- inventează cărți/autori
- inventează citate
- inventează legi
- inventează rezultate „foarte sigure”
- inventează relații (bine, asta fac și oamenii, dar cine să îi judece....)

## De ce se întâmplă?

Pentru că un LLM nu știe adevărul. El doar prezice următorul cuvânt.

Dacă datele lipsesc → inventează.

Dacă e neclar promptul → generează „**ce pare logic**”.

Dacă contextul e prea vag → umple golurile cu ce găsește.

## Convingător...

Pentru că IA este construit să:

- folosească un ton sigur,
- scrie coerent,
- structureze elegant,
- sună „profesional”.

**Coerența NU înseamnă adevăr.**

## Cum reduci halucinațiile?

**Dă-i context clar.**

*Ambiguitate → imaginea.*

**Restrângere tema.**

*„Explică X în max. 5 rânduri.”*

*„Fără exemple inventate.”*

**Cere-i să îți dea clarificări.**

*„Dacă nu știi, întreabă.”*

**Cere surse verificabile.**

*„Dă-mi linkuri oficiale.”*

*„Citează legislație existentă.”*

**Învață-l să recunoască necunoscutul.**

*„Dacă informația nu există, spune «nu știu».”*

**Refă promptul când răspunsul e prea frumos.**

*Ton perfect + zero citare = semnal de alarmă.*

## Red flags

- nume inventate
- date exacte fără surse
- legi sau articole inexistente
- cifre rotunde „prea curate”
- fraze vagi ca „specialiștii spun că...” (aşa-i că sună a politician?)

## Exemplu practic

**Prompt prost:** „Explică-mi legea europeană despre AI.” → inventează.

**Prompt bun:** „Pe baza Regulamentului (UE) 2024/1689, rezumă principalele cerințe pentru modele generale. Citează articolele reale.” → risc minim.

## Două moduri de a folosi IA

**Utilizator:** Consumi ce produce IA. Pui întrebări, primești răspunsuri, le accepți ca atare. Relație pasivă. *IA conduce, tu urmezi. (ca în viață...)*

**Operator:** Orchestrezi ce poate produce IA. Structurezi cereri, ghidezi procesul, iterzi rezultatul. *Relație activă. Tu conduci, IA execută.*

**Diferența nu e de intelligence. E de mindset. Și se învață. Acum. Aici.**

## Utilizator vs operator

### Utilizator

- Prompturi vagi ("explică-mi X", "scrive ceva despre Y")
- Așteaptă răspuns perfect din prima
- Se frustrează când nu funcționează
- Acceptă rezultatul ca final
- Folosește AI ca search engine îmbunătățit

### Operator

- Prompturi structurate cu context și cerințe clare
- Iterează până la rezultat optim
- Testează abordări diferite
- Rafinează și ajustează output-ul
- Folosește IA ca tool orchestrat
- 

**Nu e despre cât de mult știi. E despre cum gândești.**

## Exemplu practic

**Utilizator:** "Scrie-mi un email profesional".

**Operator:** "Scrie un email către client care a ratat deadline-ul de plată cu 15 zile. Ton ferm dar politicos. Mentionează penalitățile contractuale fără să ameninț direct. Include CTA clar pentru plata în următoarele 48h. Max 150 cuvinte".

**Ghici care primește ce vrea.** 😊

## De ce contează diferența

Operatorii obțin rezultate de 10 ori\* mai bune cu același IA pe care utilizatorii îl consideră "inutilizabil".

E skill, nimic magic la mijloc.

**Un operator știe:**

- cum să structureze cereri complexe
- când să împartă taskul în pași
- cum să dea feedback pentru rafinare
- când IA nu e tool-ul potrivit

**Utilizatorul speră. Operatorul controlează.**

**\*manipulare IA, te-ai prins?**

## ► Red flags că gândești ca un utilizator

- Trimiti prompturi de 1 rând și te aștepți la minuni
- Nu faci follow-up, te resemnezi după primul răspuns slab
- Crezi că "IA ar trebui să înțeleagă singur"
- Copiezi+lipești fără să verifici sau să ajustezi
- Când nu merge, dai vina pe IA în loc să reformulezi

**Sună familiar? Welcome to your upgrade.** 😊

## The Cheat Sheet

**Email profesional**

**✗ Utilizator:** "Scrie-mi un email profesional."

 **Operator:** "Scrie email către client care a ratat deadline-ul cu 15 zile. Ton ferm dar politicos. Menționează penalitățile contractuale fără amenințări. CTA pentru plată în 48h. Max 150 cuvinte".

### Cod Python

 **Utilizator:** "Scrie cod Python."

 **Operator:** "Scrie funcție Python care parsează JSON, extrage câmpurile 'name', 'email', 'status', returnează doar intrările cu status='active', include error handling pentru missing keys și invalid JSON. Adaugă docstring și 2 exemple de usage".

### Rezumat document

 **Utilizator:** "Rezumă-mi documentul ăsta".

 **Operator:** "Rezumă-mi acest contract în max 5 bullet points, focusându-te pe: obligații financiare, termene critice, clauze de reziliere, penalități. Evidențiază orice red flags pentru departamentul legal".

### Traducere

 **Utilizator:** "Tradu-mi textul în engleză".

 **Operator:** "Tradu-mi acest text tehnic din română în engleză UK. Păstrează terminologia industry-standard pentru cybersecurity. Audience: non-tehnic (management level). Ton: formal dar nu rigid. Evidențiază unde ai făcut alegeri de traducere non-literală".

### Editare text

 **Utilizator:** ""Corectează textul".

 **Operator:** "Editează acest draft de raport executiv: (1) verifică gramatică/ortografie, (2) scurtează cu 20% fără să pierzi info esențială, (3) reformulează pasivul în activ, (4) marchează ambiguități care necesită clarificare. Arată-mi ce ai schimbat și de ce".

### Explicație tehnică

 **Utilizator:** "Explică-mi blockchain".

 **Operator:** "Explică blockchain pentru audience non-tehnic (board members) în contextul unei propuneri de implementare. Focus pe: beneficii concrete pentru supply chain, costuri estimate, riscuri reale (nu hype), timeline realist. Max 3 paragrafe. Evită jargon sau definește-l când e necesar".

# Ce înseamnă orchestrare

Ai învățat să vorbești cu IA → Să gândești ca operator → Să vezi când minte.

**Nivelul următor?** Nu mai folosești 1 tool, ci mai multe. Fiecare cu rolul lui. Tu ești în centru. IA sunt **constelația**. Cine strălucește și când? Tu decizi. Asta înseamnă că nu mai ai pe cine să dai vina când ieșe prost.

## Constelația ta

În astronomie, o constelație e un sistem. La fel și cu IA. Nu există "cel mai bun IA". Asta e ca și cum ai întreba care e cea mai bună unealtă, ciocanul sau surubelnită.

Există noduri cu roluri diferite:

- ★ ChatGPT → rapid, conversațional, brainstorming
- ★ Claude → profund, analiză, texte complexe
- ★ Perplexity → research, surse, fact-check
- ★ Sora, Napkin, Canva → execuție vizuală

Tu ești în centru. Stelele se mișcă în jurul tău. Tu alegi care strălucește când.

## Integrare Sora

Vrei un video dar nu știi să scrii prompturi pentru Sora. Soluția? **Pui IA conversațional să traducă pentru tine.**

**Tu:** "Vreau un video cu răsărit pe mare, 15 secunde, cinematic".

**IA:** "Cinematic drone shot, sunrise over Mediterranean, golden hour lighting, fishing boat silhouette, gentle waves, shallow depth of field, 4K, 15 seconds".

Tu dai intenția. IA traduce. Sora execută.

## Integrare Napkin

Vrei o diagramă. Dar Napkin vorbește altă limbă decât tine.

**Tu:** "Fă-mi un infografic despre cele 3 tipuri de machine learning".

**IA:** "Infographic, 3 sections: supervised learning (labeled data, prediction), unsupervised learning (clustering, patterns), reinforcement learning (rewards, trial-error). Minimalist style, color-coded, corporate-friendly, icons for each type".

Același tipar: **Intenție → Traducere → Execuție**

## Integrare Canva

Canva are IA integrat. Problema? Lumea îl ignoră sau îl folosește ca utilizator.

**Gresit:** deschizi template, modifici manual, pierzi 2 ore, te întrebi de ce nu ai ales altă carieră.

**Corect:** descrii ce vrei în Magic Write sau Magic Design. Lași IA să genereze prima versiune. Tu doar ajustezi.

Canva nu e doar editor. E asistent vizual. Dacă îi spui ce vrei.

## Tiparul universal

Ai văzut Sora. Ai văzut Napkin. Ai văzut Canva. Acum vezi tiparul:

**Intenție** (tu, în cuvinte simple) ↓

**Traducere** (IA conversațional, în limbaj tehnic) ↓

**Execuție** (tool specializat, rezultat final)

Funcționează pentru orice: video, diagrame, prezentări, imagini, cod, muzică. Tu nu trebuie să înveți fiecare tool. Trebuie să înveți să ceri traducerea. Asta e tot. Serios. Nu e magie, nu e rocket science. **E doar lene strategică.**

## Red flags în orchestrare

- ▶ Automatezi fără să înțelegi ce face fiecare pas
- ▶ Zero verificare: ai încredere oarbă în rezultat
- ▶ 5 tool-uri când 2 rezolvă problema
- ▶ Nu testezi ce se întâmplă când ceva pică
- ▶ Dependență totală de un singur vendor

Orchestrarea smart = putere.

Orchestrarea oarbă = vulnerabilitate.

**Tu rămâi în centrul constelației, nu IA.**

## Exemplu concret de orchestrare

Am ajuns la ultimul pas din mini-ghid. Hai să vedem împreună un exemplu concret și complet, end-to-end, de la prompt → la livrabil real.

## Hai să alegem un subiect

Analiză de risc pentru un proiect intern: Adoptarea IA în cadrul proceselor interne de muncă, într-o companie tech mare.

**Premise:**

- *Companie mare de tech*
- *Caz tipic de decizie de management*
- *Scenariu imaginar*

## Integrare instrumente de lucru

Ce folosim în orchestrare?

- **IA conversațional** - pentru structură și text
- **Napkin AI** - pentru diagrame și vizuale
- **Canva** pentru document final (PDF, spre exemplu)

## Prompt generare analiză de risc

Definim contextul, scopul, specificăm tipul companiei. Cerem:

- structură clară
- riscuri
- impact
- recomandări

**Rezultat:** document coerent

Exemplu:

Ești un consultant în securitate și guvernanță AI.

Vreau să generezi un risk assessment pentru adoptia AI în scop de productivitate, pentru o companie mare de tech.

Context:

- utilizarea AI conversațională de către angajați
- proiect pilot, înainte de rollout la scară largă

Te rog să livrezi:

- o structură clară de document
- principalele categorii de risc (tehnic, operațional, legal, reputațional)
- impactul fiecărui risc
- măsuri de mitigare
- concluzii pentru decizia de management

Răspunsul trebuie să fie structurat, clar și ușor de integrat într-un document.

## Prompt pentru Napkin AI

- Indicăm ce vrem să vizualizăm
- Exemple:
- matrice de risc
- diagramă de proces
- heatmap
- Exportăm imaginile pentru document

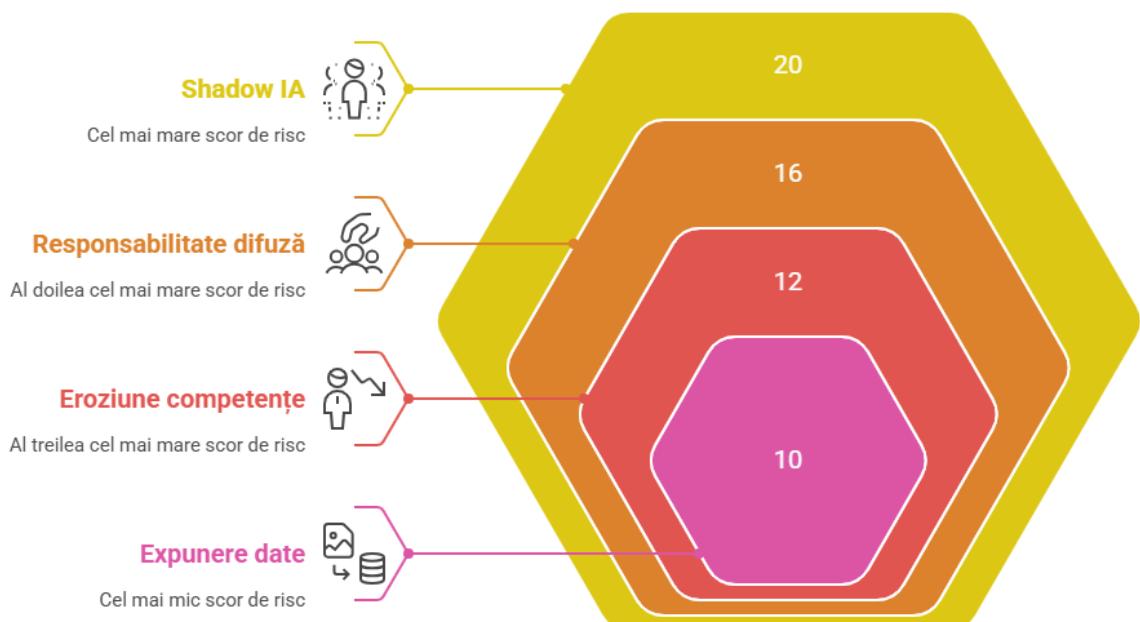
Exemplu:



# Tabelul de evaluare a riscurilor

ID	Risc	Impact (1–5)	Probabilitate (1–5)	Scor
R1	Eroziune competențe	4	3	12
R2	Shadow IA	5	4	20
R3	Expunere date	5	2	10
R4	Responsabilitate difuză	4	4	16

Heatmap



## Evaluarea riscurilor

ID	Risc	Impact (1-5)	Probabilitate (1-5)	Scor
R1	Eroziune competențe	4	3	12
R2	Shadow IA	5	4	20
R3	Expunere date	5	2	10
R4	Responsabilitate difuză	4	4	16

## Integrarea în Canva

Creăm un document nou. Inserăm:

- textul generat
- vizualele Napkin AI
- tabelele de risc

Obținem un PDF utilizabil.

## Livrabilul final

Cum arată? Dă click [aici](#) și vezi. Nu, nu este ușor. Evident că există muncă de formatare dar, în sine, efortul cel mai greu a fost deja făcut.