Facilitatorens spørgsmålsbank

Peter Holmboe, 2025.

# Fra opvarmning til afrunding

Som facilitator er det en stor fordel at have en lille værktøjskasse af spørgsmål ved hånden. Tjek-ind og tjek-ud er enkle, men betydningsfulde greb, der kan være med til at styrke både mødeformen og deltagernes oplevelse af at være en del af en læringscirkel. De bidrager til at skabe rytme og forudsigelighed i forløbet, samtidig med at de åbner rummet for deltagernes stemmer, refleksioner og perspektiver.

Du får her en hurtig guide til tjek-ind og tjek-ud i læringscirkler og temaopdelt inspiration til konkrete spørgsmål.

Et **tjek-ind** fungerer som mødestartens lille opvarmning. Det giver deltagerne mulighed for at lande i rummet – fysisk eller online – og rette fokus mod dagens tema. Et tjek-ind kan være let og uformelt, men bør gerne have en forbindelse til den ramme eller det emne, man arbejder med. På den måde skabes både energi, nysgerrighed og en oplevelse af fællesskab, før man dykker ned i det faglige indhold.

Et **tjek-ud** har en anden funktion. Her afrundes mødet og deltagerne får mulighed for at samle op på deres vigtigste indsigter, refleksioner eller spørgsmål. Et tjek-ud behøver heller ikke være tungt eller formelt – det kan være en kort runde eller en lille refleksionsøvelse – men bør så vidt muligt pege fremad mod næste møde. Dermed bliver det ikke blot en afslutning, men også en overgang, der understøtter kontinuitet og progression i læringsprocessen.

Tilsammen er tjek-ind og tjek-ud små, men effektfulde elementer, der både styrker læringsprocessen, skaber struktur og understøtter gruppens fælles ejerskab til forløbet.

Som ny facilitator kan du med fordel bruge de foreslåede 50 tjek-ind og 50 tjek-ud spørgsmål som en form for “spørgsmålsbank”. Vælg det spørgsmål, der passer bedst til stemningen og dagens fokus – og vær ikke bange for at veksle mellem det lette, det mere personlige og det mere refleksive. Over tid vil du opdage, hvilke typer spørgsmål, der fungerer bedst for netop din gruppe, og hvordan de kan være med til at skabe engagement, refleksion og sammenhæng i hele forløbet.

# Tjek-ind!

## Personlige og uformelle

1. Hvad har du været mest nysgerrig på siden sidst?
2. Hvilken digital vane kunne du ikke undvære i din hverdag?
3. Hvilken app har du brugt mest den seneste uge?
4. Hvis du skulle beskrive din dag i ét ord, hvad ville det være?
5. Hvad var det sidste, du søgte efter på internettet?
6. Hvornår følte du dig sidst rigtig overrasket – og hvorfor?
7. Hvilken emoji beskriver bedst dit humør lige nu?
8. Hvilken podcast eller artikel har sidst inspireret dig?
9. Hvilket teknologisk redskab bruger du oftest uden at tænke over det?
10. Hvad er dit yndlingsværktøj – analogt eller digitalt?

## Teknologi og KI – hverdagsrefleksioner

1. Hvornår brugte du sidst kunstig intelligens uden at være bevidst om det?
2. Hvad er dit første minde om at høre ordet “kunstig intelligens”?
3. Hvilken funktion i dit arbejde kunne du ønske, at KI overtog?
4. Hvad er det mest uventede, KI nogensinde har hjulpet dig med?
5. Hvis din smartphone forsvandt i morgen, hvad ville du savne mest?
6. Hvilket digitalt værktøj ville du helst aldrig skulle bruge igen?
7. Har du prøvet en chatbot, der overraskede dig positivt?
8. Har du prøvet en chatbot, der frustrerede dig?
9. Hvad er din yndlingsfunktion i Microsoft Copilot eller et lignende værktøj?
10. Hvilket KI-output har fået dig til at tænke “det var alligevel smart”?

## Undervisning og læring

1. Hvad er det mest kreative du har set dine studerende gøre med teknologi?
2. Hvis KI kunne hjælpe dine studerende med én ting, hvad skulle det være?
3. Hvornår oplevede du sidst, at teknologi virkelig styrkede din undervisning?
4. Hvad er din største udfordring, når du skal integrere nye værktøjer i undervisningen?
5. Hvis KI skulle give feedback til dine studerende, hvad skulle den så vurdere på?
6. Hvilken undervisningsopgave ville du gerne outsource til KI – og hvorfor?
7. Hvad er det mest tidskrævende i din undervisning, som KI kunne lette?
8. Hvad er den vigtigste kompetence, dine studerende bør udvikle i mødet med KI?
9. Hvordan kunne KI understøtte samarbejde i dine klasser?
10. Hvornår tror du, at dine studerende vil være mere kritiske end dig over for KI?

## Kreative og fantasifulde

1. Hvis KI var et dyr, hvilket ville det så være for dig?
2. Forestil dig, at KI var din kollega – hvilken rolle ville den have?
3. Hvis KI kunne lave kaffe, hvordan tror du, den ville smage?
4. Hvilken titel ville du give en roman skrevet af KI om dit arbejdsliv?
5. Hvis du havde en personlig KI-assistent, hvad skulle den hedde?
6. Hvis KI skulle lave en film om undervisning i 2030, hvad ville titlen være?
7. Hvis du kunne stille KI ét spørgsmål om fremtiden, hvad ville du spørge?
8. Hvis du kunne få KI til at skrive en sang, hvilket tema skulle den handle om?
9. Hvilket eventyr ville du lade KI genskrive til din undervisning?
10. Hvis KI kunne give dig et superkraft, hvilken skulle det være?

## Kritiske og etiske vinkler

1. Hvad bekymrer dig mest ved kunstig intelligens i undervisning?
2. Hvilket område synes du kræver størst etisk opmærksomhed, når vi bruger KI?
3. Hvornår synes du, at det ikke er passende at bruge KI i undervisningen?
4. Hvordan kan vi bedst tale med studerende om bias i KI?
5. Hvilken risiko ved KI tror du underviserne undervurderer?
6. Hvilket samfundsområde tror du, KI vil udfordre mest i de næste fem år?
7. Hvad ville være dit vigtigste råd til en kollega, der starter med KI?
8. Hvis dine studerende brugte KI til alt, hvordan ville du ændre din undervisning?
9. Hvad ser du som den største forskel mellem KI og en menneskelig kollega?
10. Hvad håber du, at fremtidens lovgivning om KI vil beskytte mest?

# Tjek ud!

## Opsummerende spørgsmål

1. Hvad tager du mest med dig fra dagens møde?
2. Hvilken pointe husker du tydeligst?
3. Hvilket spørgsmål står du stadig tilbage med?
4. Hvilket KI-output i dag overraskede dig mest?
5. Hvad er ét ord, der opsummerer din oplevelse af mødet?
6. Hvad blev tydeligere for dig i dag?
7. Hvad blev du mere nysgerrig på?
8. Hvilket råd ville du give en kollega ud fra det, du lærte i dag?
9. Hvilken analogi kunne du bruge til at forklare dagens indhold for andre?
10. Hvilket element fra mødet kunne du allerede bruge i morgen?

## Refleksion over egen praksis

1. Hvordan kunne du forestille dig at bruge noget fra i dag i din undervisning?
2. Hvad vil du gerne afprøve mellem dette og næste møde?
3. Hvilken lille ændring kunne du lave i din praksis inspireret af i dag?
4. Hvad tror du dine studerende ville sige til det, du lærte i dag?
5. Hvordan passer det, du lærte i dag, ind i din nuværende undervisningsform?
6. Hvad er én barriere for at bruge KI i din praksis – og hvordan kunne du overvinde den?
7. Hvilket undervisningsfag ser du størst potentiale for KI i?
8. Hvilket undervisningselement ville du helst “teste” KI på først?
9. Hvis du skulle dele én ting fra i dag på et teammøde, hvad ville det være?
10. Hvilken udfordring i din undervisning tror du KI kan hjælpe med næste gang?

## Kreative og legende vinkler

1. Hvis dagens møde var en film, hvad ville titlen være?
2. Hvilken emoji passer bedst på din oplevelse af mødet?
3. Hvilken overskrift ville du give til din egen refleksionsnote fra i dag?
4. Hvis KI var en gæst i rummet i dag, hvad ville du sige til den?
5. Hvad ville du ønske, at KI havde bidraget med under mødet?
6. Hvilken metafor kunne beskrive din læring i dag (fx en rejse, et værktøj, en nøgle)?
7. Hvilken superkraft gav dagens møde dig?
8. Hvis du skulle forklare i én sætning til en studerende, hvad du fik ud af i dag – hvad ville du sige?
9. Hvis dagens møde var en ret, hvordan smagte det så?
10. Hvilket billede ville du vælge til at symbolisere dagens læring?

## Kritiske og etiske perspektiver

1. Hvad udfordrede dig mest i dag?
2. Hvad er det vigtigste etiske spørgsmål, du tager med videre?
3. Hvilke risici ved KI blev du mere opmærksom på i dag?
4. Hvordan vil du forklare bias i KI til dine studerende?
5. Hvad synes du, vi bør holde ekstra øje med, når vi arbejder videre med KI?
6. Hvad ville være det værste, hvis vi ikke fulgte op på det, vi talte om i dag?
7. Hvilket professionelt ansvar blev tydeligere for dig?
8. Hvordan kan du selv bidrage til at sikre etisk brug af KI i dit fagområde?
9. Hvad håber du, dine kolleger også lærer om KI fremover?
10. Hvilket dilemma fra i dag vil du tænke videre over?

## Fremadrettet og næste skridt

1. Hvad glæder du dig mest til ved næste møde?
2. Hvad vil du gerne have mere viden om, når vi mødes igen?
3. Hvilket eksperiment vil du afprøve inden næste møde?
4. Hvad vil du holde særligt øje med i din praksis den kommende uge?
5. Hvad vil du spørge KI om, inden vi ses igen?
6. Hvilket aspekt af KI vil du dykke dybere ned i næste gang?
7. Hvad håber du, vi tager fat på i næste møde?
8. Hvis du kunne vælge ét tema til næste møde, hvad skulle det være?
9. Hvilken udfordring vil du prøve at bringe ind i læringscirklen næste gang?
10. Hvad er dit næste lille skridt i arbejdet med KI?

Listen med tjek-ind og tjek-ud spørgsmål er tænkt som inspiration – ikke som en færdig opskrift. Som facilitator står du helt frit til at tilpasse, forkorte eller helt finde på nye spørgsmål, der passer bedre til lige præcis din gruppe og situation. Det vigtigste er ikke formen, men at der skabes en ramme, hvor deltagerne får mulighed for at åbne mødet med nysgerrighed og afslutte det med refleksion.

Tjek-ind og tjek-ud kan tage mange former, så brug listen som et udgangspunkt og lad din egen kreativitet og erfaring forme resten.

# Icebreakers som supplement til tjek-ind og tjek-ud

De korte tjek-ind og tjek-ud-spørgsmål er hurtige og enkle greb, der kan gennemføres på få minutter. De giver struktur, hjælper deltagerne med at lande i rummet og sikrer, at møderne både åbnes og afrundes på en fokuseret måde, men tjek-ind og tjek-ud behøver ikke altid kun bestå af et enkelt spørgsmål i en runde. Spørgsmålene er enkle og effektive, men du kan som facilitator også variere formen med små øvelser, der både skaber energi, fællesskab og refleksion. Det kan være korte, uformelle aktiviteter, som giver deltagerne mulighed for at se hinanden på nye måder og samtidig holde fast i temaet om teknologi og kunstig intelligens. På den måde får du som facilitator en fleksibel værktøjskasse, hvor du kan skifte mellem spørgsmål og øvelser alt efter gruppens energi, behov og mødeform (online/fysisk).

Øvelserne tager typisk lidt længere tid og kræver mere energi, og derfor bør du som facilitator være varsom med at sætte dem i gang ved hvert eneste møde. Til gengæld kan de være særligt værdifulde, når der er afsat ekstra tid – for eksempel ved det allerførste møde, hvor deltagerne skal lære hinanden at kende, eller ved længere workshops, hvor det er vigtigt at skabe variation og energi i gruppen.

Her er en række enkle og effektive øvelser, som med små justeringer kan kobles til temaer om teknologi og kunstig intelligens. De kan fungere som et supplement til de korte tjek-ind og tjek-ud og bruges, når der er tid og anledning til at gå lidt mere i dybden med relationer og stemning i gruppen.

## To sandheder og én “KI-løgn”

Hver deltager fortæller tre ting – to er sande, og én er opdigtet. Resten af gruppen skal gætte, hvilken der er løgnen. For at binde det til KI kan man lade en chatbot generere en ekstra “løgnhistorie”, som deltageren læser højt sammen med sine egne sandheder.   
Bed deltagerne om at dele de ting, som de allerede har fundet på og bed KI om at formulere en ekstra løgnehistorie, som er formuleret i samme tone, sprog etc.   
Det giver forhåbentligt både smil og et lille blik på, hvor troværdigt KI kan formulere sig.

## Hurtig præsentationsrunde med teknologivinkel

Lav små, hurtige spørgsmål med en digital eller læringsmæssig drejning, fx:

* Hvis din undervisning var en app, hvilken ville den så være og hvorfor?
* Nævn én ting du har lært af en digital teknologi den seneste uge og forklar hvad du vil bruge det til.
* Hvis du var en algoritme, hvilken funktion ville du så have?”

Svarene tager kun få sekunder, men de åbner for fantasi, humor og kreativitet, samtidig med at de fastholder fokus på teknologi og giver et indblik i både personlighed og erfaringer.

## Fællesnævneren – med teknologi

Del gruppen op i mindre hold. Hvert hold skal på to minutter finde så mange ting som muligt, de har tilfælles – men mindst én af tingene skal være en digital vane, et værktøj eller en teknologi, de alle bruger. Det skaber både samhørighed og bevidsthed om, hvor meget teknologi allerede fylder i hverdagen.

## Tegn din sidemand – som en robot

Giv alle et stykke papir og bed dem om at tegne personen ved siden af sig – men med en “robotisk” eller teknologisk detalje (fx antenner, VR-briller eller robotarme). Tegningerne vises bagefter frem, hvilket næsten altid fremkalder grin, og samtidig åbner det for en let snak om, hvordan vi ser os selv i mødet med teknologi.

## Hurtig netværksrunde med KI-spørgsmål

Lad deltagerne tale to og to i ét minut, hvorefter de roterer. Tilføj et fælles spørgsmål som ramme for samtalen, fx: “Hvis du skulle bruge KI til at spare tid i dit arbejde, hvor ville du starte?” eller “Hvilken opgave ville du aldrig overlade til en maskine?” På kort tid får deltagerne talt med mange og får sat KI i spil som samtaleemne.

## Korte KI-møder

Alle deltagere får et kort med et KI-relateret spørgsmål (fx “Hvilket KI-værktøj ville du ønske fandtes?”, “Hvad overrasker dig mest ved KI?, Jeg sparer tid ved at…” etc.).

Deltagerne nu går rundt og finder en makker, som de stiller deres spørgsmål, hvorefter de bytter kort og finder en ny samtalepartner og gentager.

## Min digitale dag bagfra

Deltagerne placerer sig to og to og har til opgave at fortælle om deres dag i går med teknologi. Udfordringen er at deltagerne skal starte bagfra: fra det sidste de gjorde i går og tilbage til det første.

## Jeg er den eneste her, der…

Deltagerne står i rundkreds og på skift siger deltagerne: “Jeg er garanteret den eneste her, der har… (fx prøvet at få AI til at skrive en sangtekst, slettet 100 mails med ét klik, brugt en VR-brille i undervisning, sat IT-afdelingen på overarbejde ved at…).”

Hvis andre har gjort det samme, markerer de, og personen skal finde på en ny sætning.

## Digitale nøglepunkter

Deltagerne placerer sig to og to og tager deres smartphone frem. Herefter fortæller de hinanden om en app eller funktion, som de bruger rigtigt meget og som de sætter pris på – og hvorfor.

## Tæl til 20 – robot style

Alle deltagere står i rundkreds. Gruppen skal tælle til 20 (hvis der er 20 deltagere) uden at aftale rækkefølge.

Når nogen siger et tal, udtaler de det i “robot-tonefald” eller tilføjer en teknologi-lyd.

Hvis to siger et tal samtidig, starter man forfra.

Afslutningsvis er det værd at huske, at øvelser, tjek-ind og tjek-ud ikke er faste skabeloner, men i højere grad fleksible værktøjer, du kan tilpasse efter gruppen, temaet og energien i rummet (hvad end det er fysisk samvær eller online). De kan være både korte og enkle eller mere legende og kreative. Det afgørende er, at de understøtter læring, refleksion og fællesskab – og giver deltagerne lyst til at vende tilbage til næste møde.