

# CLAUDE PROJEKTER

Chat vs Cowork — Den Fulde Playbook

---

For professionelle der vil spare tid, penge og frustration

Stefano Vincenti

AI-rådgiver · Ekstern lektor ved ITU · Co-founder, BotTellMe

Version 2.0 · April 2026

# INDHOLDSFORTEGNELSE

---

## 1. Hvorfor denne guide?

Hvad du får ud af at læse videre

## 2. De to projekter på 60 sekunder

Den korteste forklaring der faktisk virker

## 3. Før du går i gang

Konto, app, mappe, og realistiske forventninger

## 4. Chat Projekter

Setup, styrker, 7 insider-tips og use cases

## 5. Cowork Projekter

Setup, styrker, 9 insider-tips og use cases

## 6. Side-om-side sammenligning

Alle forskelle i ét view

## 7. Beslutningsguide

Fem spørgsmål der giver dig svaret

## 8. 14 use cases fra virkeligheden

Syv til Chat, syv til Cowork

## 9. De 6 største fejl (og hvordan du undgår dem)

Lært af hundredvis af brugere

## 10. Fejlsøgning & FAQ

Når det ikke virker

## 11. Ordbog

Begreber du skal kende

## 12. Appendix: System prompts

Fire prompts du kan copy-paste

## 1 HVORFOR DENNE GUIDE

Claude har to funktioner der hedder næsten det samme: **Chat Projekter** og **Cowork Projekter**. Samme navn, samme model, næsten samme interface. Men under huden er de fundamentalt forskellige — og det er lige præcis dét, der forvirrer folk og koster dem både tid og penge.

Jeg har set det mønster igen og igen: Nogen bruger et Chat Projekt til en opgave der kræver Cowork, bliver frustreret over at Claude "glemmer" og "ikke leverer" — og drager den forkerte konklusion om at værktøjet ikke virker. Andre gør det modsatte: bruger Cowork til en simpel brainstorm og brænder deres månedskvot af på ingenting.

### Hvad du får ud af denne guide

En klar mental model af hvornår du skal bruge hvad. Konkrete opskrifter på setup. Syv insider-tips per værktøj. Fjorten use cases fra virkeligheden. Og en samling system prompts du bare kan copy-paste og begynde at bruge.

### SÅDAN LÆSER DU GUIDEN

Har du travlt? Læs kapitel 2 (60 sekunder-versionen) og kapitel 7 (beslutningsguide). Så er du 80% dækket ind. Vend tilbage til resten når du faktisk går i gang.

### EN ÆRLIG ADVARSEL OM OMKOSTNINGER

Cowork er dyrt. Én Cowork-session kan nemt koste det samme som 15–25 normale chats, fordi Claude kalder værktøjet, læser filer, verificerer output og skriver tilbage. Det betyder **ikke** at Cowork er dårligt — det betyder at du skal bruge det til de opgaver hvor det giver værdi, og Chat Projekter til resten. Denne guide hjælper dig med at skelne.

## 2 DE TO PROJEKTER PÅ 60 SEKUNDER

### Chat Projekter er en mappe med kontekst

Du uploader filer (op til 20 dokumenter), skriver en instruktion, og så chatter du med Claude. Claude læser dine filer, svarer på dine spørgsmål, og du copy-paster resultater ud af chatten. Fint til analyse, brainstorm og skrivehjælp. Lever i browseren på [claude.ai](https://claude.ai).

### Cowork Projekter er et arbejdsrum

Du giver Claude adgang til en mappe på din computer. Claude læser dine filer, skriver nye, opdaterer eksisterende, og kan forbinde til Slack, Gmail, Notion og Canva via plugins. Det er tættere på at delegere til en kollega end at stille spørgsmål. Kræver Claude Desktop-appen og en Pro-plan eller højere.

#### Den centrale forskel

Chat **læser** det du uploader. Cowork **læser og skriver** direkte i filerne på din computer. Det lyder som en lille forskel. Det er det ikke.

#### METAFOREN DER GJORDE DET KLART FOR MIG

Chat Projekter: Du sender én dokument ad gangen til en kollega, som svarer fra et andet kontor og ikke må gemme noget. Cowork: Samme kollega sidder ved skrivebordet ved siden af dig med adgang til hele skuffen, dine emails, og Slack. Begge dele er nyttige — bare ikke til det samme.

### Tre ting der faktisk betyder noget i praksis

1

#### Cowork kan skrive direkte i sine egne instruktionsfiler

I Chat skal du downloade, redigere, og uploade igen hver gang du vil justere instruktionerne. I Cowork beder du bare Claude om at opdatere dem. Det lyder småt. Det er det ikke — det ændrer hvordan du arbejder med værktøjet.

2

#### Cowork husker mellem sessioner via lokale filer

Chat har en form for hukommelse, men den er begrænset og svær at styre præcist. Cowork husker alt det du beder den skrive ned — i **CONTEXT.md**, **DECISIONS.md**, eller hvad du vælger at kalde det. Du får fuld kontrol.

3

#### Cowork æder dit forbrug

Én session kan koste det samme som 20 almindelige chats. Det betyder at du skal vælge Cowork med omhu — og reservere det til opgaver hvor outputtet retfærdiggør omkostningen.

### 3 FØR DU GÅR I GANG

#### Hvad du skal have på plads

Krav	Hvad, og hvorfor	Hvor
Claude-konto	Chat Projekter virker på alle planer (Free, Pro, Max). Cowork kræver Pro eller højere — Max giver bare mere usage-kvoté.	claude.ai
Claude Desktop	Kun nødvendig hvis du skal bruge Cowork. Webbrowseren kan ikke læse dine lokale filer.	claude.com/download
En mappe med filer	Til Cowork: dine dokumenter, data eller projekter. Start med én mappe, ikke hele dit filsystem.	Din computer
Et konkret mål	Det vigtigste krav — og det folk glemmer. Vag opgave = dyr session.	Dit hoved

#### claude.ai vs Claude Desktop — forskellen forklaret

**claude.ai** er webbrowseren. Her laver du Chat Projekter. Filer uploades til Claudes servere og lever kun der. Det er det rigtige sted, hvis du bare skal chatte, uploade dokumenter og arbejde i ét browser-vindue.

**Claude Desktop** er en app til din computer. Den kan det samme som webbrowseren — plus en række ting der kræver adgang til dit lokale miljø: Cowork-sessions i dine egne mapper, MCP-servere der kobler Claude sammen med andre programmer, og integrationer der kræver at Claude kan tale med selve computeren. Hvis du kun skal bruge Chat Projekter, har du det fint med browseren. Hvis du vil arbejde i dine filer eller koble til lokale systemer, skal du have Desktop.

#### Hvad koster det egentlig?

**Chat Projekter** er inkluderet på alle planer (Free, Pro, Max). Ingen ekstra omkostning ud over dit almindelige forbrug.

**Cowork** er tilgængelig fra Pro-planen (\$20/md) og opefter. Det er ikke en ekstra tilføjelse — funktionen følger med, og du betaler ikke pr. session i dollars. Det du "betaler" med er din usage-kvoté i abonnementet: en Cowork-session æder markant mere af kvoten end en almindelig chat, fordi Claude kalder værktøjer, læser filer, verificerer output og skriver tilbage. Pro-planen rækker til en håndfuld seriøse Cowork-sessions om måneden. Har du brug for mere, giver Max dig en betydelig større kvoté for \$100/md.

#### PRO TIP — START MED CHAT FØRST

Selv hvis du allerede har adgang til Cowork, så start med Chat i en uge. Det tvinger dig til at lære at skrive gode instruktioner, som er 80% af kampen. Når du flytter til Cowork bagefter, er dine resultater markant bedre — og du spilder ikke din kvoté på at lære basics.

## 4 CHAT PROJEKTER

### Setup — 5 trin

- 1 Åbn [claude.ai](https://claude.ai) og log ind**  
Brug den konto du betaler fra. Chat Projekter er på alle planer, så selv Free virker her.
- 2 Opret et nyt projekt**  
Klik på "Projects" i venstremenuen og derefter "Create Project". Giv det et navn der faktisk beskriver formålet — "Kontrakt-analyse Q2" er bedre end "Test".
- 3 Upload dine filer**  
Op til 20 dokumenter (PDF, Word, Excel, plain text, CSV, markdown). Hold det under 10 i praksis — Claude bliver mindre præcis når den jonglerer for meget.
- 4 Skriv en system-instruktion**  
Det er her de fleste stopper op. Brug 5 minutter ekstra på denne. Se insider-tips nedenfor.
- 5 Start en chat i projektet**  
Klik "New chat in project" og stil dit første spørgsmål. Alle chats inden i projektet deler samme filer og instruktioner.

### Hvad Chat Projekter er god til

- **Hurtigt at sætte op** — 5 minutter fra start til første svar.
- **Billigt** — samme pris som normale chats.
- **Privat** — kun dig, ikke delt med teamet (med mindre du eksplicit deler).
- **Analyse** — kontrakter, rapporter, research papers, datasæt.
- **Brainstorm** — idégenerering uden at skulle gemme noget.
- **Cross-document Q&A** — "Hvad siger disse fem rapporter samlet?"

### 7 insider-tips til Chat Projekter

#### 1. Skriv instruktionen som en jobbeskrivelse

Inkluder rolle, tone, format, begrænsninger og eksempel. "Du er en erfaren jurist. Svar direkte og praktisk. Brug nummererede punkter. Ignorer standardklausuler. Eksempel: Hvis jeg spørger om risiko, starter du med 'KRITISK:' hvis det er kritisk." Det kræver 5 minutter ekstra og ændrer alt.

#### 2. Brug meta-prompting

Start en chat med "Skriv en system-instruktion for en AI der skal analysere kontrakter for risici". Claude laver en første udgave for dig — den er næsten altid bedre end hvad du selv kommer på i første forsøg. Justér den, paste ind i projektet.

### 3. Hold antallet af filer under 10

Kvalitet over kvantitet. Tre gode dokumenter slår 20 halvrelevante. Claude bruger mere energi på at finde det rigtige i en stor upload — og præcisionen falder.

### 4. Start hver chat med kontekst

Chats inden i projektet deler filer, men ikke samtalehistorik. Hvis du lukker en chat og åbner en ny, er du tilbage ved nul. Enten: hold én lang chat åben, eller skriv en kort "Sidste gang konkluderede vi..." i toppen af hver ny chat.

### 5. Brug Artifacts til struktureret output

Når Claude skriver kode, HTML eller længere dokumenter, havner det i en Artifact — et separat panel du kan kopiere direkte fra. Bed eksplicit om det: "Lav et artifact med..." hvis det ikke sker automatisk.

### 6. Søg gennem tidligere chats

Inde i projektet kan du søge på tværs af alle dine chats. Brug det når du husker du spurgte om noget "for nogle uger siden" — det er hurtigere end at scrolle.

### 7. Én instruktion pr. projekt — ikke én til alt

Modstå fristelsen til at have "Universal Projekt" med 20 instruktioner. Et projekt pr. brugsmønster. Det gør instruktionerne skarpere, og Claude svarer bedre.

## DET CHAT PROJEKTER IKKE KAN

Chat har **ingen** adgang til dine lokale filer. Alt skal uploades manuelt hver gang filerne ændrer sig. Claude kan heller ikke oprette rigtige filer — du copy-paster resultater ud af chatten eller bruger Artifacts. Det er fint til analyse og engangs-jobs. Hvis du producerer nye dokumenter dagligt, er Cowork det rigtige valg.

## 5 COWORK PROJEKTER

### Setup — 6 trin

- 1 Download Claude Desktop**  
Gå til [claude.com/download](https://claude.com/download) og installer. Log ind med samme konto som på [claude.ai](https://claude.ai). Du skal som minimum have Pro-plan — på Free dukker Cowork ikke op som valgmulighed.
- 2 Opret en projektmappe på din computer**  
Start med én mappe. "~/Projects/ContentProduction" eller lignende. Ikke hele Dokumenter-mappen — det bliver for meget og for dyrt.
- 3 Læg dit startmateriale i mappen**  
Templates, tidligere arbejde, referencer. Jo bedre startmateriale, jo bedre output.
- 4 Forbind mappen i Claude Desktop**  
Åbn appen, vælg "New Cowork Session" og peg den på mappen. Claude scanner indholdet og spørger om lov før den skriver noget.
- 5 Installer de skills du skal bruge**  
Plugins-menuen. PPTX til PowerPoint, DOCX til Word, PDF til PDF. Og dine egne skills hvis du har lavet nogle (det er dét der gør Cowork ekstra stærk).
- 6 Start en session med et konkret mål**  
"Lav fem LinkedIn-posts baseret på `outline.md`, skrev i min stemme-skill, gem i `/output`." Ikke "gør noget godt med den her mappe".

### Hvad Cowork er god til

- **Direkte filadgang** — læser og skriver i din mappe i realtid.
- **Hukommelse mellem sessioner** — via `CONTEXT.md`, `DECISIONS.md` og skills.
- **Automatisk filproduktion** — Word, PowerPoint, PDF, HTML gemmes direkte.
- **Integrationer** — Slack, Gmail, Notion, Canva, Google Drive, Linear, m.fl.
- **Gentagende arbejde** — samme recept, nye input hver uge.
- **Team-mode** — delt mappe = delt arbejde og delte beslutninger.

### 9 insider-tips til Cowork

#### 1. Opret `CONTEXT.md` som det allerførste

En kort fil med projektets formål, din rolle, tone of voice og vigtige begrænsninger. Claude læser det automatisk når den åbner mappen. Det er din onboarding af en ny medarbejder — lavet én gang, brugt for evigt.

## 2. Bed Claude skabe og opdatere DECISIONS.md

I første session: "Opret en DECISIONS.md hvor du logger alle vigtige valg vi tager, med dato og begrundelse." Næste session læser Claude filen først. Det er hele forskellen mellem at arbejde med en der husker og en der ikke gør.

## 3. Skills er opskrifter — ikke bare værktøjer

En "Skriv som Stefano"-skill er ikke bare en instruktion. Det er en hel pakke: tone, eksempler, do's og don'ts, og specifikke formatregler. Brug dem til alt du laver gentagende — content, rapportering, kode-reviews.

## 4. Connect eksterne værktøjer via plugins

Slack-plugin betyder Claude kan læse en tråd og skrive et svarudkast. Gmail-plugin betyder Claude kan finde et tilbud og opdatere din CRM. Start med ét plugin ad gangen — alt på én gang er en opskrift på forvirring.

## 5. Definér præcist hvad du vil have lavet — før du starter

Åbne opgaver = højt forbrug. "Lav noget content" koster 3x mere end "Lav fem LinkedIn-posts på 150 ord hver, i outline-format, gem i /output/posts.md". Præcision er ikke en begrænsning — det er sådan du styrer omkostningen.

## 6. Brug Git (eller en backup-strategi du faktisk bruger)

Claude skriver direkte i dine filer. Hvis noget går galt skal du kunne rulle tilbage. Git er best practice. Hvis Git skræmmer dig: duplikér mappen manuelt hver dag. Tager 20 sekunder. Redder dig fra katastrofen.

## 7. Lad Claude opdatere sine egne instruktioner

Det er selve pointen med Cowork. Bed den opdatere CONTEXT.md når I lander en ny beslutning. Bed den forfine din "Skriv som mig"-skill efter et par iterationer. Det er sådan systemet bliver klogere over tid — uden at du skal downloade/redigere/uploade.

## 8. Timebox dine sessioner

Sæt en tidsgrænse. "Vi har 20 minutter. Her er målet." Det holder både dig og Claude fokuseret, og forbruget under kontrol. En session uden ende er en session uden output.

## 9. Afslut altid med en statuslinje

Sidste handling i hver session: bed Claude skrive et par linjer til DECISIONS.md eller STATUS.md: hvad blev lavet, hvad er næste skridt, hvad venter. Det er din onboarding til dig selv i morgen.

## ØKONOMIEN I COWORK

En Cowork-session kan nemt koste som 15–25 normale chats. Det er ikke et tegn på at noget er galt — det er fordi Claude kalder værktøjer, læser filer, verificerer output og skriver tilbage. Reglen: brug Cowork til dagligt gentagende arbejde og projekter hvor outputtet retfærdiggør omkostningen. Ikke til engangs-brainstorms.

## 6 SIDE-OM-SIDE SAMMENLIGNING

Hvis du kun læser én side i guiden — læs denne.

Feature	Chat Projekter	Cowork Projekter
Setup-tid	5 minutter	15 min + skills
Hvor det lever	claude.ai (browser)	Claude Desktop app
Plan-krav	Alle planer (Free, Pro, Max)	Pro eller højere (Max = mere kvote)
Filadgang	Upload manuelt hver gang	Direkte til mappe på din computer
Filproduktion	Copy-paste fra chat	Gemmes direkte som Word, PPTX, HTML, PDF
Hukommelse	Kun inden i samme chat	Persistent via CONTEXT/DECISIONS.md
Integrationer	Ingen	Slack, Gmail, Notion, Canva, Drive, Linear
Skills/plugins	Ikke relevant	Ja — afgørende for kvalitet
Forbrug pr. session	~ som en normal chat	5–25x en normal chat (af samme kvote)
Bedst til	Analyse, brainstorm, engangs-svar	Produktion, gentagelse, multi-fil output
Team-mode	Begrænset	Delt mappe = delt arbejde
Backup-behov	Lav — intet er gemt lokalt	Højt — brug Git eller daglig kopi

### De tre forskelle der faktisk betyder noget

- Filadgang.** Chat kræver upload hver gang. Cowork har permanent adgang. Det er derfor Cowork kan automatisere — og derfor Chat er billigere.
- Pris.** En typisk Cowork-session der producerer fem dokumenter koster \$2–5 i forbrug. Det samme arbejde i Chat koster ~\$0,20 — men så skal du også bruge en time på copy-paste.
- Hukommelse.** Chat glemmer mellem chats. Cowork husker hvis du beder den gemme det. Hvis dit arbejde spænder over flere dage eller uger, har du brug for Cowork.

## 7 BESLUTNINGSGUIDE

Fem spørgsmål. Svar ja eller nej. Tæl sammen til sidst.

Spørgsmål	JA →	NEJ →
Skal jeg producere nye filer (Word, PPTX, HTML) som andre skal bruge?	<b>Cowork</b>	Chat
Skal jeg gøre det samme flere gange — dagligt eller ugentligt — med nye input?	<b>Cowork</b>	Chat
Skal Claude huske hvad vi besluttede sidste gang?	<b>Cowork</b>	Chat
Har jeg mindst en Pro-plan? (Cowork kræver Pro eller højere.)	<b>Cowork mulig</b>	Chat
Skal jeg bruge Slack, Gmail, Notion eller andre integrationer?	<b>Cowork</b>	Chat

### TOMMELFINGERREGLEN

Svarer du ja på 3 eller flere spørgsmål — brug Cowork. Ellers start med Chat. Du kan altid flytte op senere, og du lærer en masse undervejs.

### Hvornår Chat er det rigtige valg

- Engangs-analyser: "Analyser disse fem kontrakter — hvor er risiciene?"
- Brainstorm: "Kom med 30 headlines til denne blogpost."
- Tværgående spørgsmål: "Hvad siger disse rapporter samlet om GDPR?"
- Kode-review uden stakes: "Hvad er galt med denne Python-funktion?"
- Engangs-onboarding: "Forklar denne nye API for mig."

### Hvornår Cowork er det rigtige valg

- Daglig produktion: "Ét LinkedIn-post hver mandag morgen."
- Multi-fil output: "Word-rapport + PowerPoint + opfølgings-email."
- Gentagelse: "Samme opskrift hver uge, nyt data."
- Komplekse workflows: "Læs Notion, lav PDF, send til Slack."
- Langsigtede projekter: "Jeg arbejder på det her i tre måneder."

## 8 14 USE CASES FRA VIRKELIGHEDEN

Måske genkender du din egen situation i en af disse.

### Chat Projekter — 7 use cases

- 1 Kontrakt-analyse**  
Upload 3–5 kontrakter. Bed Claude finde risici, mismatches og uklarheder. Stil opfølgende spørgsmål: "Hvad betyder denne klausul for os?" Perfekt til jurister, indkøb og selvstændige.
- 2 Brainstorm-partner**  
Idégenerering til artikler, produkter, kampagner eller strategi. Upload en brief. Bed Claude generere 30 forslag. Intet skal gemmes — det er bare idéer.
- 3 Mødeforberedelse**  
Upload agenda, seneste mødenoter og baggrundsdokumenter. Bed Claude lave en briefing: "Hvad skal jeg fokusere på? Hvad var vi uenige om sidst?"
- 4 Kode-review og feedback**  
Paste din kode ind. Bed Claude finde bugs, sikkerhedsproblemer og bedre alternativer. Særligt nyttigt hvis du arbejder alene uden teammate-review.
- 5 Sproglig korrektur og tone**  
Upload dokument, email eller blogpost. Bed Claude rette stavfejl, ordvalg og tone. Vigtigt når du skriver på et andet sprog end modersmålet.
- 6 Research-assistent**  
Upload 5–10 kilder. Stil spørgsmål på tværs: "Hvad siger alle kilderne om AI-regulering?" Claude sammenligner og finder mønstre.
- 7 Pitch-træning**  
Upload din pitch. Bed Claude give feedback, foreslå bedre ordlyd — og spille skeptisk investor så du kan øve svarene.

## 8 14 USE CASES — FORTSAT

### Cowork Projekter — 7 use cases

- 1 Ugentlig statusrapport**  
Claude læser din mappe (data, noter, oversigter) og genererer en Word-rapport hver mandag. Til ledelse eller team. Typisk besparelse: 1 time/uge.
- 2 Præsentationsproduktion**  
Du leverer noter, data og outline. Claude producerer en færdig PowerPoint med grafer og talerhenviisninger. Ikke template-manipulation — helt ny deck fra data.
- 3 LinkedIn content-maskine**  
Installer en "Skriv som mig"-skill. Upload idéer, udklip eller dagens tanker. Claude skriver posts i din stemme direkte til fil. 5–10 udkast/uge.
- 4 Kunde-onboarding pakke**  
En ny kunde. Claude laver automatisk: velkomstmail, quick-start guide, video-script og checklist — alt i én session. Gemmes direkte til en delt mappe.
- 5 Data-analyse og visualisering**  
Upload Excel. Bed Claude finde mønstre, anomalier og trends. Den laver grafer og skriver en insights-rapport. Perfekt til halvautomatiseret rapportering.
- 6 Website-prototype i HTML**  
Du giver en brief (formål, målgruppe, content). Claude skriver HTML/CSS-landingsside der gemmes som en fil du kan åbne i browseren med det samme.
- 7 Multi-kanal marketing**  
Én kampagne-brief, syv outputs. Blogpost (1500 ord), fem Instagram-posts, nyhedsbrev, Twitter/X-thread. Samme budskab, forskellige formater. Alt gemmes separat.

## 9 DE 6 STØRSTE FEJL

Jeg har set disse gentage sig hos hundredvis af brugere. Lær af andres fejl.

### Fejl 1 — Dårlige system-instruktioner

"Analyser denne kontrakt" giver et generisk svar. Claude gætter og rammer 30% ved siden af. Brug 5 minutter ekstra på at skrive en rigtig instruktion: rolle, tone, format, begrænsninger, eksempel. Det ændrer resultatet fra middelmådigt til brugbart.

### Fejl 2 — Chat til gentagende arbejde

Du laver samme task hver dag, men i Chat. Det betyder upload, forklaring og copy-paste hver gang. Efter en uge har du brugt fem timer på friktion. Flyt til Cowork, sæt det op én gang, og vind tiden tilbage.

### Fejl 3 — Cowork uden DECISIONS.md

Du bruger Cowork, men gemmer intet om hvad I har besluttet. Hver session starter Claude forfra. Det er som at ansætte en kollega med hukommelsestab. Opret DECISIONS.md på dag 1 — det er fem linjer der redder dig for timer.

### Fejl 4 — Vage Cowork-opgaver

"Gør hvad du kan med den her mappe" er dyr. Claude arbejder uden at vide hvornår den er færdig. Vær præcis: "Lav fem LinkedIn-posts på 150 ord i outline-format, gem i /output." Præcision er ikke besværlig — det er sådan du styrer budgettet.

### Fejl 5 — Ingen backup af Cowork-mappen

Claude skriver direkte i dine filer. Én gang imellem går noget galt. Hvis du ikke har en backup, er det tabt. Brug Git hvis du kan. Hvis ikke — duplikér mappen manuelt hver dag. 20 sekunder. Gør det.

### Fejl 6 — Brugte Cowork til brainstorm

Åben brainstorm i Cowork er den dyreste måde at tænke højt på. Claude kalder værktøjer og læser filer du ikke brugte. Brainstorm hører til i Chat. Flyt først til Cowork når du ved hvad du vil have lavet.

## 10 FEJLSØGNING & FAQ

De problemer jeg ser igen og igen, og hvordan du løser dem.

**P: Claude husker ikke mine tidligere beslutninger**

**S:** I Chat er det normalt — Chat husker ikke mellem chats. I Cowork: opret **DECISIONS.md** i mappen og bed Claude læse den ved session-start og opdatere den ved session-slut. Det er dit memory-lag.

**P: Mine Chat-svar er alt for generiske**

**S:** Din system-instruktion er for tynd. En god instruktion indeholder: **rolle** ("Du er en erfaren ..."), **tone**, **format**, **begrænsninger** og **ét konkret eksempel**. Skriv 100–200 ord. Det ændrer alt.

**P: Cowork bruger for mange tokens**

**S:** Din opgave var vag. Claude arbejdede uden stop-kriterie. Definér præcise outputs: "Lav 3 posts, gem som markdown, stop." Timebox sessionen. Undgå åbne "gør noget"-opgaver.

**P: Claude kan ikke finde mine filer i Cowork**

**S:** Tjek at du har valgt den rigtige mappe i session-opsætningen. Tjek at filerne ligger i selve mappen — ikke i undermapper Claude ikke har adgang til. Stavefejl i filnavne er også en klassiker.

**P: Plugins virker ikke**

**S:** Luk Claude Desktop helt (cmd+Q på Mac, afslut processen i Task Manager på Windows). Åbn igen. Tjek at plugin'et er korrekt installeret i plugin-menuen. Prøv at afinstallere og reinstallere.

**P: Jeg kan ikke se Cowork i Claude Desktop**

**S:** Cowork kræver som minimum en Pro-plan (\$20/md). Free-brugere ser ikke funktionen. Har du Pro eller højere, så tjek at Desktop-appen er fuldt opdateret — funktionen kommer med en nyere version. Max giver dig samme adgang men med markant større usage-kvoté, hvis du løber tør.

**P: Mine filer blev overskrevet**

**S:** Desværre kan vi ikke rulle tilbage uden backup. Fremover: brug Git, eller dupliker mappen manuelt dagligt. Og bed altid Claude om at "beskrive ændringen først, udfør bagefter" når du er usikker.

**P: Chat-projektet afviser min PDF-upload**

**S:** Nogle PDF'er (scannede, formularer, kryptede) virker ikke. Konverter til Word eller plain text først. Eller brug et værktøj til at OCR'e PDF'en inden upload.

## 11 ORDBOG

Begreber du støder på — forklaret kort og præcist.

<b>Projekt</b>	Et rum hvor du samler filer og instruktioner. Chat Projekter og Cowork Projekter er to forskellige typer, og selvom de hedder det samme, fungerer de ikke ens.
<b>Session</b>	En samtale med Claude hvor den løser en opgave. I Chat kan du have mange sessioner inden i samme projekt — de deler filer, men ikke samtalehistorik.
<b>System prompt</b>	De overordnede instruktioner du giver Claude: rolle, tone, format, begrænsninger. Det er dét der afgør om svarene er generiske eller skarpe.
<b>Artifact</b>	Når Claude skriver kode, HTML eller lange dokumenter, havner det i et separat panel. Du kan kopiere eller downloade direkte herfra — pænere end at scrape chatten.
<b>Skill</b>	En pakke du installerer i Cowork som giver Claude en specifik evne: lave PowerPoint, skrive i din stemme, bygge en PDF. Opskrifter, ikke bare instruktioner.
<b>Plugin</b>	En forbindelse til en anden tjeneste (Slack, Gmail, Notion, Canva). Claude kan læse og skrive i tjenesten direkte fra en Cowork-session.
<b>MCP — Model Context Protocol</b>	Standarden der gør det muligt for Claude at tale med andre værktøjer. Det er det tekniske lag bag plugins. Du behøver ikke at forstå det for at bruge det.
<b>Token</b>	Den lille enhed Claude regner forbrug i. 1000 ord ≈ 1300 tokens. Du betaler for input-tokens (det du sender) og output-tokens (det Claude skriver).
<b>Context window</b>	Hvor meget Claude kan læse og huske på én gang. Større model = større context window. Chat og Cowork har forskellige limits.
<b>Memory</b>	Claudes evne til at huske tidligere sessioner. Chat har ingen memory mellem chats. Cowork får memory via filer du (eller Claude) skriver i mappen.

## 12 APPENDIX — SYSTEM PROMPTS

Fire prompts klar til copy-paste. Justér rolle og tone til din situation.

### Prompt 1 — Analyse-partner (Chat)

*Til kontrakter, rapporter og dokumentanalyse.*

Du er en erfaren business-analytiker og rådgiver. Dit job er at læse dokumenter, finde mønstre, identificere risici og give konkrete, handlbare indsigter.

#### ROLLE

- Du er ikke jurist, men du forstår forretningsrisici.
- Vær direkte og praktisk — ingen unødvendige detaljer.

#### TONE

- Professionel men ikke stiv.
- Forklar komplekse ting på simpelt dansk.
- Fokus på "hvad betyder det for os".

#### FORMAT

- Svar i nummererede punkter.
- Slut med en opsummering af de tre vigtigste fund.
- Hvis noget er kritisk, start punktet med "KRITISK:".

#### EKSEMPEL

Spørgsmål: "Hvad er risiciene i denne kontrakt?"

Svar:

1. Ansvar: Klausul 4.2 betyder vi hæfter ubegrænset. Det er dyrt.
2. Exit: Vi kan ikke opsige uden 90 dages varsel.

Opsummering: Kontrakten er usædvanligt dårlig for os. Forhandl før underskrift.

### Prompt 2 — Dokumentforfatter (Chat + Cowork)

*Til rapporter, guides og længere dokumenter.*

Du er en professionel dokumentforfatter. Dit job er at skrive klare, strukturerede dokumenter der læses hurtigt og forstås fuldt ud.

#### STIL

- Enkelt dansk uden unødvendige ord.
- Aktive sætninger, ikke passive.
- Sætninger under 20 ord.
- Nummererede lister når der er flere punkter.

#### STRUKTUR

- Overskrift (kort og præcis)
- Opsummering i ét afsnit
- Nummererede sektioner (1, 2, 3 ...)
- Konklusion med næste skridt

#### VIGTIGT

- Inkluder altid en "Vigtigste takeaways"-boks.
- Brug fed tekst til nøgleord.
- Tal vises tydeligt.

### Prompt 3 — Skriv som mig (Chat + Cowork)

*Til emails, LinkedIn og blog, i din stemme.*

Du er min personlige skriveassistent. Dit job er at skrive alt som om jeg selv skrev det.

#### MIN STEMME

- Direkte, uden bullshit.
- Praktisk fokus.
- Korte sætninger.
- Humor og menneskelig tone.

#### HVORDAN JEG SKRIVER

- Jeg starter ofte med "Her er pointen..." eller "Lyt..."
- Jeg bruger eksempler fra virkeligheden, ikke teori.
- Jeg siger hvad der virker og hvad der ikke virker.
- Jeg er ikke bange for at være anderledes.

#### HVAD JEG IKKE GØR

- Ord som "innovativ", "synergi", "transformativ".
- Uendelige lister og bulletpoints.
- Jeg skriver ikke som en consulting-rapport.

#### LINKEDIN POST

Når jeg beder om en post: ~150–200 ord, i min stemme, med et tydeligt standpunkt. Ingen hashtags medmindre jeg eksplicit beder om det.

### Prompt 4 — Cowork session-starter (Cowork)

*Den første prompt i en ny Cowork-session. Sæt den som standardstart.*

Før du gør noget andet:

1. Læs CONTEXT.md og DECISIONS.md hvis de findes. Hvis ikke, opret dem.
2. Opsummer hvad du ved om projektet i 3–5 punkter.
3. Spørg mig om dagens mål og tidsboks.
4. Når opgaven er defineret: gentag den tilbage til mig på én linje før du begynder. Hvis min opgave er vag, bed om præcisering — ikke gætværk.
5. Når vi er færdige, opdater DECISIONS.md med dagens valg og STATUS.md med næste skridt.

Dette er ikke valgfrit — følg punkterne i rækkefølge.

---

## Tak fordi du læste med

Hvis du har spørgsmål, eller hvis noget ikke virker som beskrevet, så skriv til mig på LinkedIn — jeg svarer gerne. Denne guide opdateres når Claude lancerer nye features.

— Stefano Vincenti

*AI-rådgiver · Ekstern lektor ved ITU · Co-founder, BotTellMe*