



**FRÅN 'AI-SÖRJA'  
TILL VERKLIGT  
VÄRDE**

**SÅ STÄRKER AI  
KOMMUNIKATÖRENS  
ROLL**

hej



**Paulina Modlitba**

Ingenjör, investerare, föreläsare, "AI-expert" i TV, författare

[@pauspling](#)



PAULINA MODLITBA

# Vad fan ska vi med AI till?

AFFÄRSUTVECKLING &  
INNOVATION MED AI





**VILKA ÄR NI?**

**OCH PÅ VILKET SÄTT  
ANVÄNDER NI AI IDAG?**



# 'We didn't vote for ChatGPT': Swedish PM under fire for using AI in role

Tech experts criticise Ulf Kristersson as newspaper accuses him of falling for 'the oligarchs' AI psychosis'

Miranda Bryant *Nordic correspondent*

Tue 5 Aug 2025 16.54 CEST

Share



Sweden's prime minister, Ulf Kristersson, said he used AI quite often, 'if nothing else than for a second opinion'. Photograph: Nicolas Economou/NurPhoto/Rex/Shutterstock

The Swedish prime minister, Ulf Kristersson, has come under fire after admitting that he regularly consults AI tools for a second opinion in his role running the country.

A.I. TURNS THIS SINGLE BULLET POINT INTO A LONG EMAIL I CAN PRETEND I WROTE.



A.I. MAKES A SINGLE BULLET POINT OUT OF THIS LONG EMAIL I CAN PRETEND I READ.



TOM  
FISH  
BURNE

Generative AI

# AI-Generated “Workslop” Is Destroying Productivity

by Kate Niederhoffer, Gabriella Rosen Kellerman, Angela Lee, Alex Liebscher, Kristina Rapuano and Jeffrey T. Hancock

September 22, 2025, Updated September 25, 2025



HBR Staff/AI

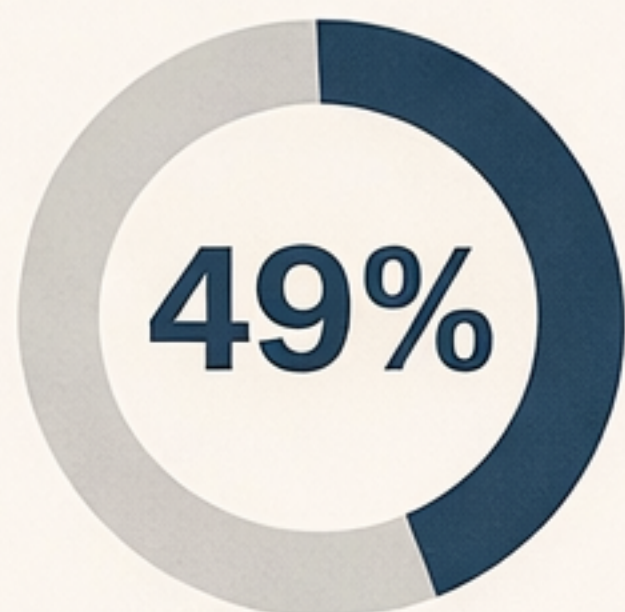
**Summary.** Despite a surge in generative AI use across workplaces, most companies are seeing little measurable ROI. One possible reason is because AI tools are being used to produce “workslop”—content that appears polished but lacks real substance,... [more](#)

- Anställda uppger att de i genomsnitt lägger **en timme och 56 minuter** på att hantera varje enskilt fall av workslop.
- När deltagarna i studien fick frågan hur det känns att ta emot workslop **svarade 53% att de blir irriterade, 38% att de blir förvirrade och 22% att de blir kränkta.**
- Ungefär hälften av de tillfrågade såg kollegor som skickade workslop **som mindre kreativa, kapabla och pålitliga än tidigare.**



**“WORKSLOP UPPSTÅR NÄR AI ANVÄNDS FÖR ATT  
SLIPPA TÄNKA ISTÄLLET FÖR ATT TÄNKA BÄTTRE”**

**LÅG ANVÄNDNING  
JÄMFÖRT MED  
MÅNGA ANDRA LÄNDER**



**49 %**

49 % av svenskarna använder AI-verktyg regelbundet eller semi-regelbundet (Indien och Nigeria ligger på 92 %)

**BRIST PÅ  
AI-KUNSKAP  
OCH UTBILDNING**



**24 %**

Endast 24 % av svenskarna har fått någon form av **utbildning** inom AI

**LÅGT FÖRTROENDE  
OCH LÅG  
ACCEPTANS**



**36 %**

av svenskarna säger att de är villiga att lita på **AI-system**

(jämfört med 46 % Jobalt)

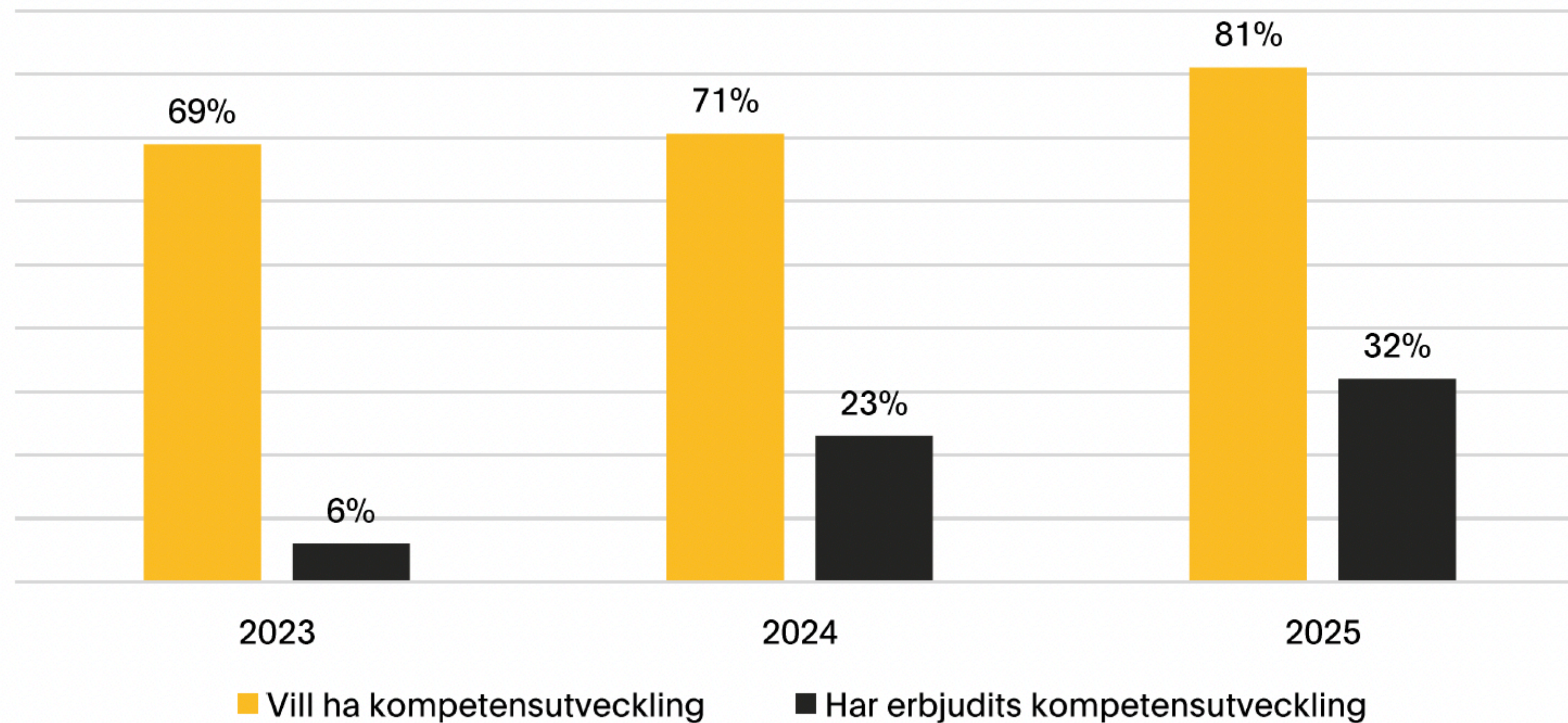
**Endast 20 %** har en hög acceptans för användning av AI

**SVAGT  
ORGANISATORISKT  
STÖD**



Sverige rankar också lågt: Endast omkring **50-55 %** av anställda i organisationer som använder AI upplever att det finns tillräckliga **policyer, utbildning och styrning** för ansvarsfull AI (jämfört med **70 %+ i tillväxtekonomier**)

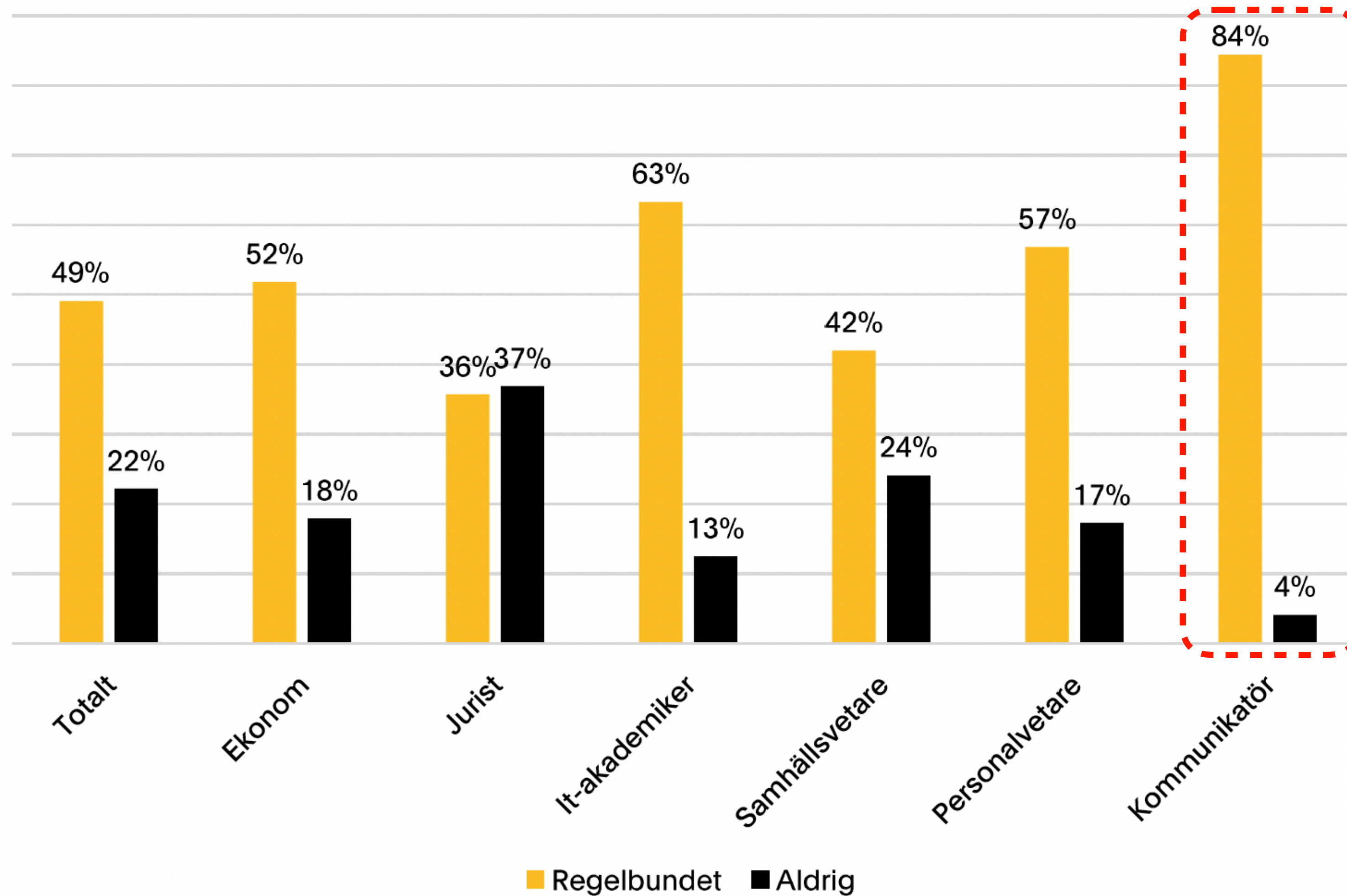
## VILL HA RESPEKTIVE HAR ERBJUDITS KOMPETENSUTVECKLING 2023-2025



Källa: Akavias AI-paneler 2023-2025

Akavia, AI-rapport: Från potential till praktik 2026

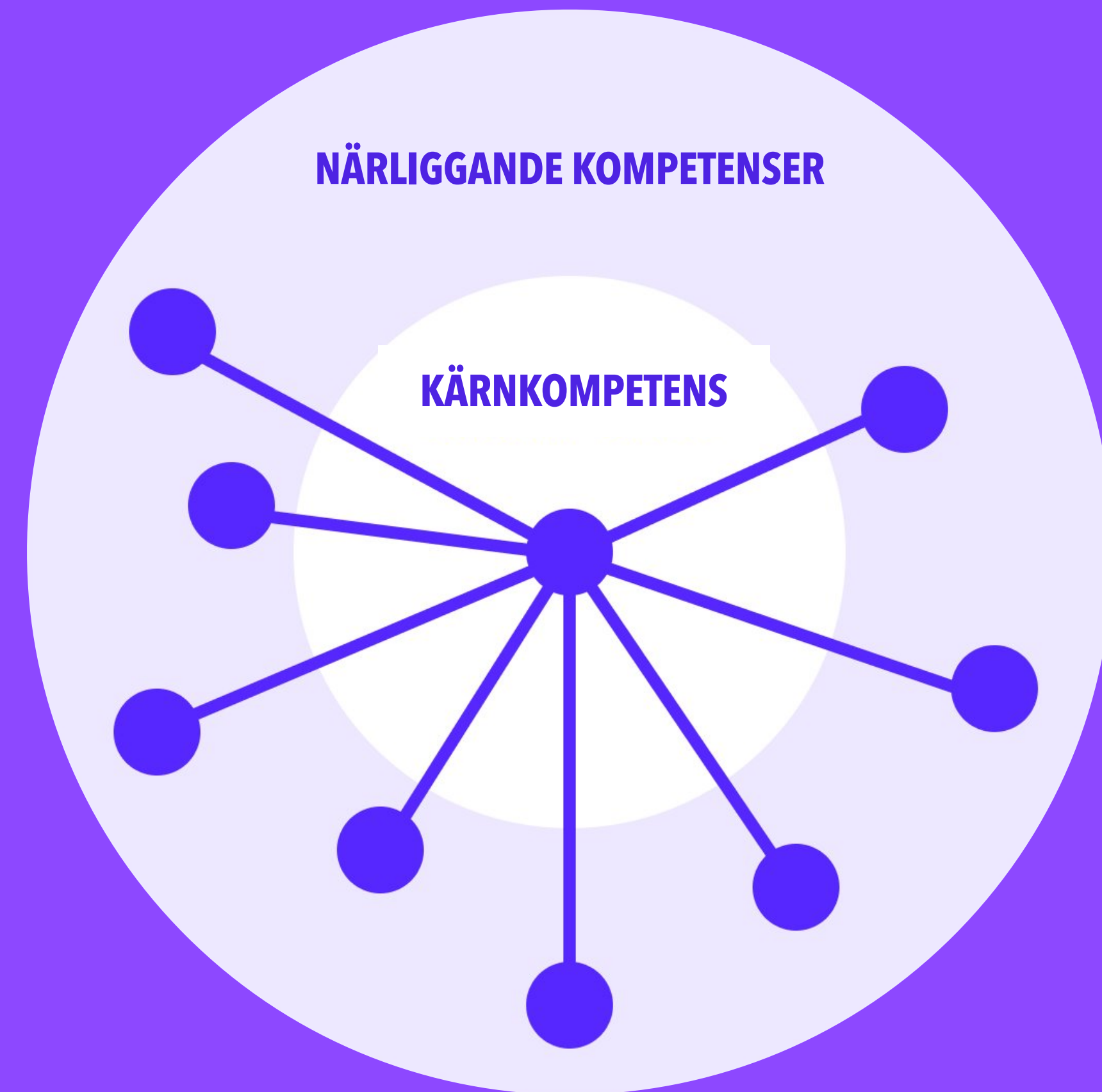
## ANDEL SOM ANVÄNDER AI REGELBUNDET OCH ALDRIG FÖRDELAT PÅ PROFESSION



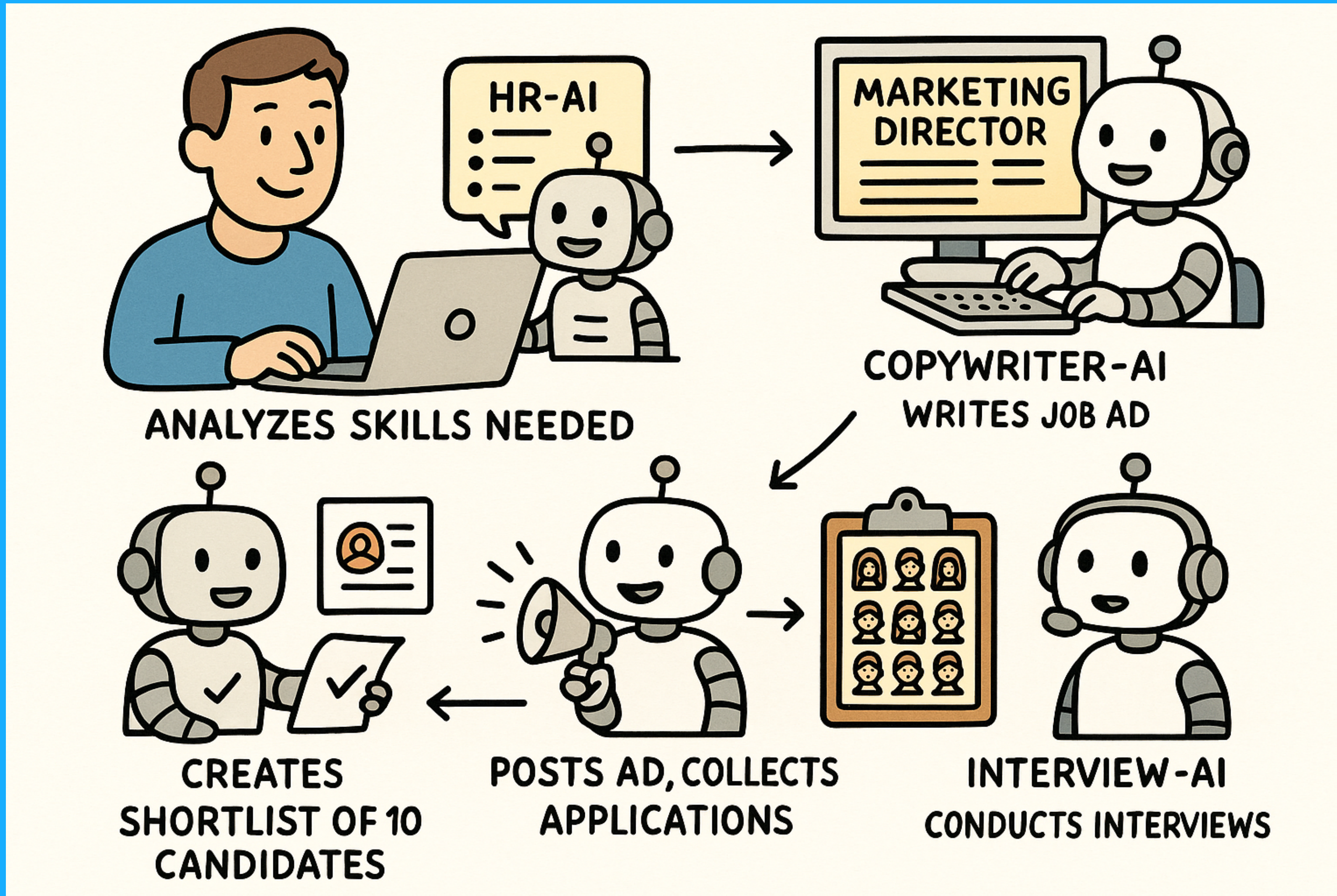
Akavia, AI-rapport: Från potential till praktik 2026

**FRÅN OCH MED NU KOMMER AI ALLTID  
ASSISTERA OSS OCH DET FÖRÄNDRAR ALLT**

# Välkommen till den kreativa generalistens era



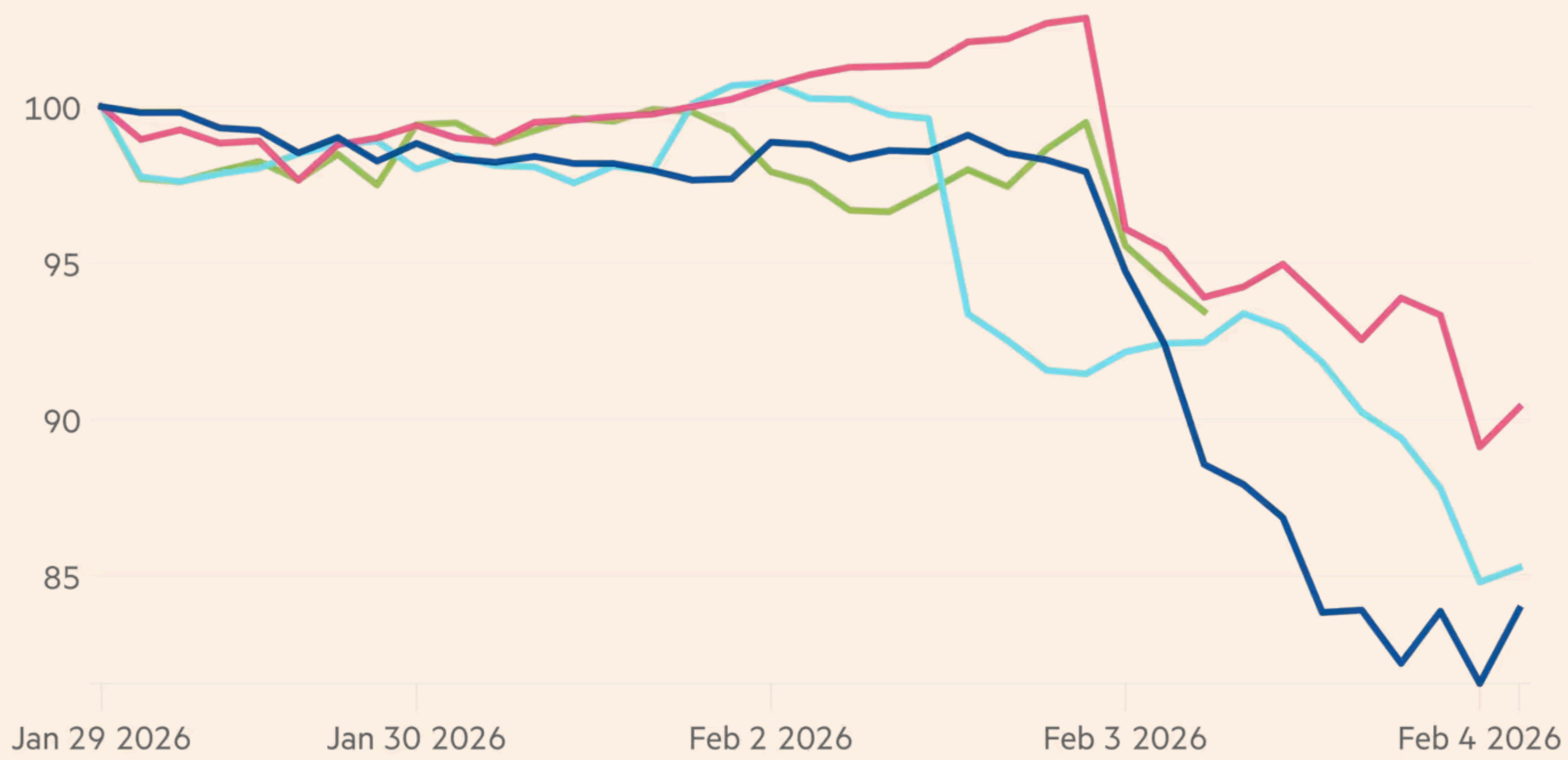
**“Hjälp mig att hitta en ny marknadschef till mitt team.”**



# Data, software and advertising stocks under pressure this week

Share prices rebased in pence terms

RELX   Publicis Groupe   Infosys   WPP



Source: LSEG via markets.ft.com

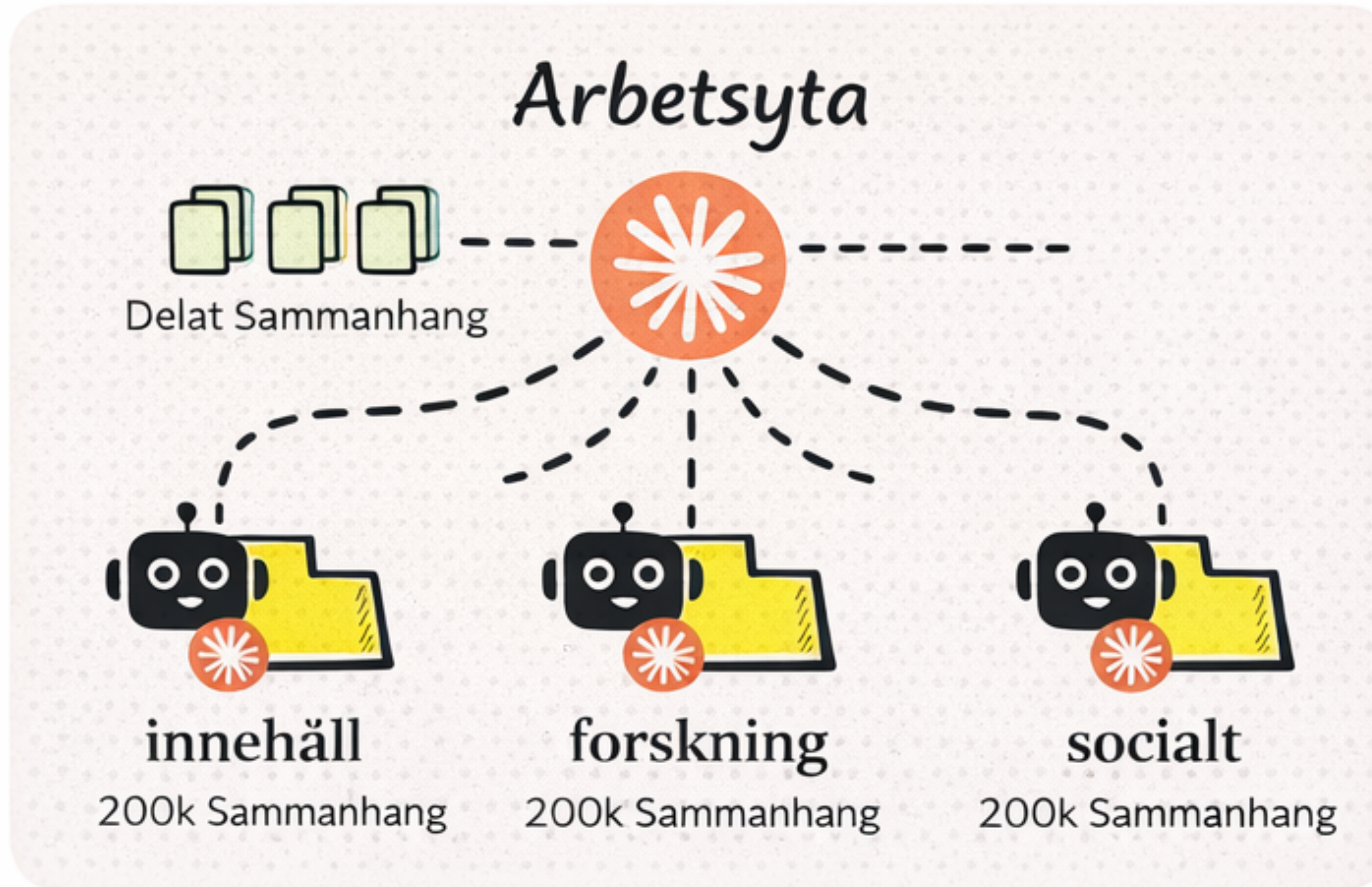
\* Welcome to Claude Code

CLAUDE  
CODE

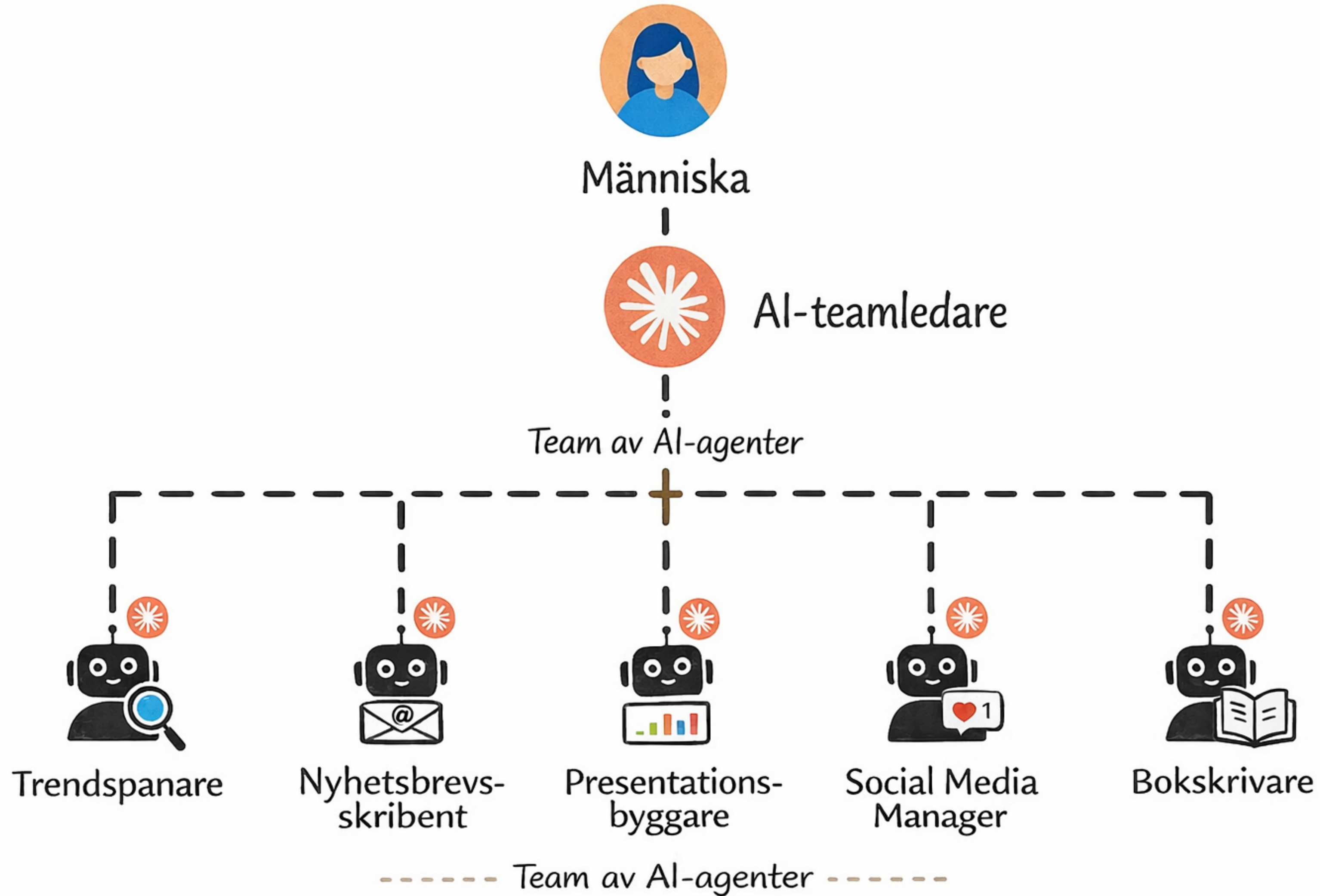
Press Enter to continue



# NU KAN DU JOBBA MED AI INTEGRERAT I ALLA ARBETSFLÖDEN



# BYGG UPP ETT HELT AI-AGENT-TEAM UTIFRÅN ALLA DINA UPPGIFTER OCH ANSVARSOMRÅDEN

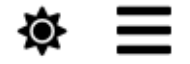


**MEN! VAD HÄNDER NU MED OSS  
MÄNNISKOR?**



Search

HOME LATEST TECH REVIEWS SCIENCE 109 AI VIDEO DEALS



# Microsoft Study Finds Relying on AI Kills Your Critical Thinking Skills

Researchers from Microsoft and Carnegie Mellon University warn that the more you use AI, the more your cognitive abilities deteriorate.

By **AJ Dellinger** Published February 10, 2025 | Comments (46)



ChatGPT app icon appears on an iPhone screen © Tada Images / Getty Images

[+ AI](#) [+ NEWS](#) [+ SCIENCE](#)

# Some doctors got worse at detecting cancer after relying on AI



Image: Cath Virginia / The Verge; Getty Images

/ It's the latest in worrying medical AI headlines.

by [+ Hayden Field](#)

Aug 13, 2025, 4:48 PM GMT+2



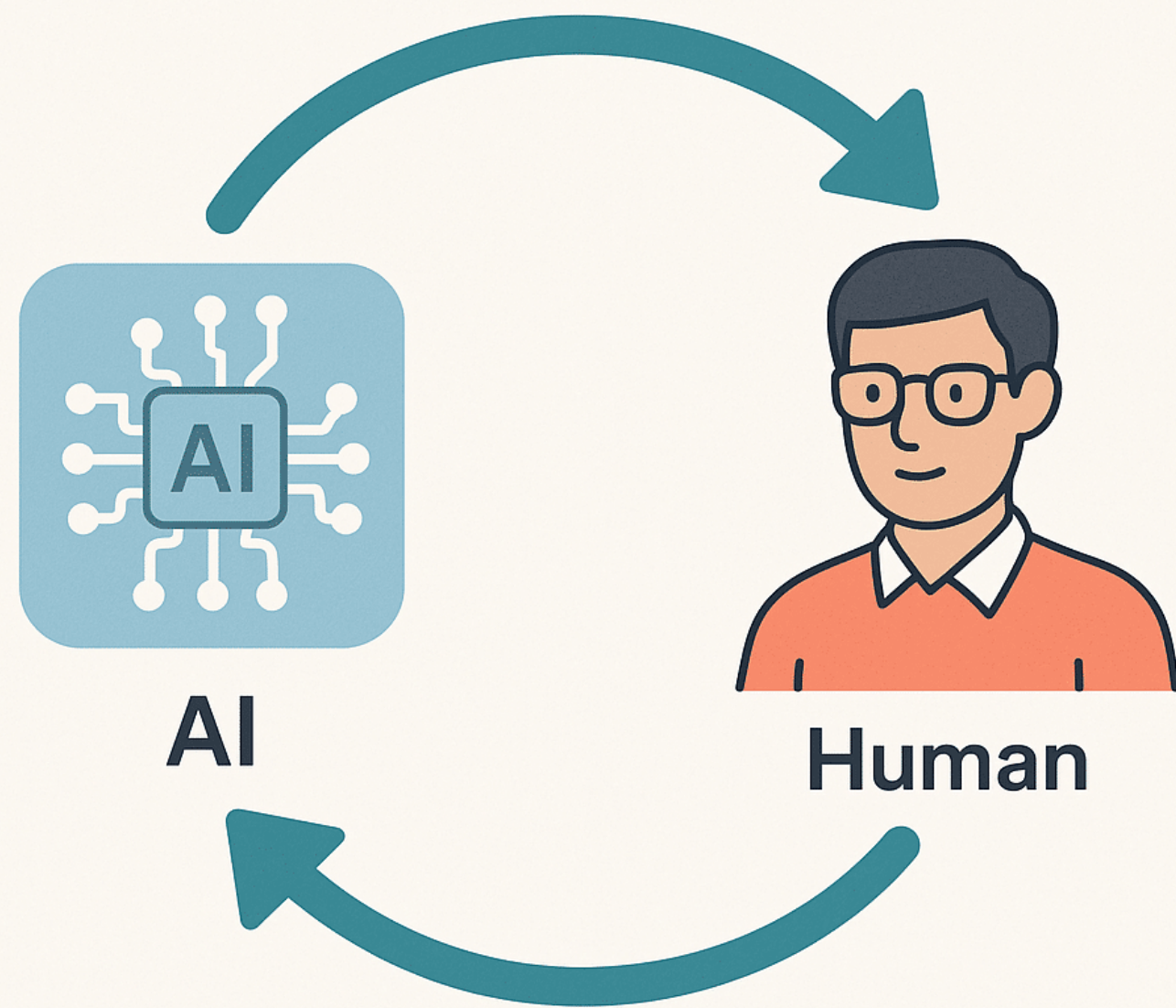
22

Comments (22 New)



[+ Hayden Field](#) is The Verge's senior AI reporter. An AI beat reporter for more than five years, her work has also appeared in CNBC, MIT Technology Review, Wired UK, and other outlets.

## Human-in-the-Loop



Weightlifting



Forklifting

# Människans roll

Beställare: bestämmer vad AI:n ska göra och inte

Tillhandahålla kontext

Data- och cybersäkerhet

Efterlevnad av lagar och regler

Utvärdera resultat

Fatta slutgiltiga beslut

Ta ansvar

Kompensera för AI:s svagheter (t.ex. partiskhet, hallucinationer)

Tue 6 Jan 2026 18.21 CET

[Share](#)

## Friction-maxxing: could less convenience lead to much more happiness?

The conveniences of modern life such as Uber Eats and ChatGPT are robbing us of satisfaction - and worse still, infantilising us. But should we really go back to the basics?



📷 Could less convenience lead to much more happiness? Photograph: MoMo Productions/Getty Images

**Name:** Friction-maxxing.

**Age:** Brand new.

**Appearance:** A lifetime of happy inconvenience.

**Is this another example of something that already exists, but people think is new because someone rebranded it?** Yes, obviously it is that.

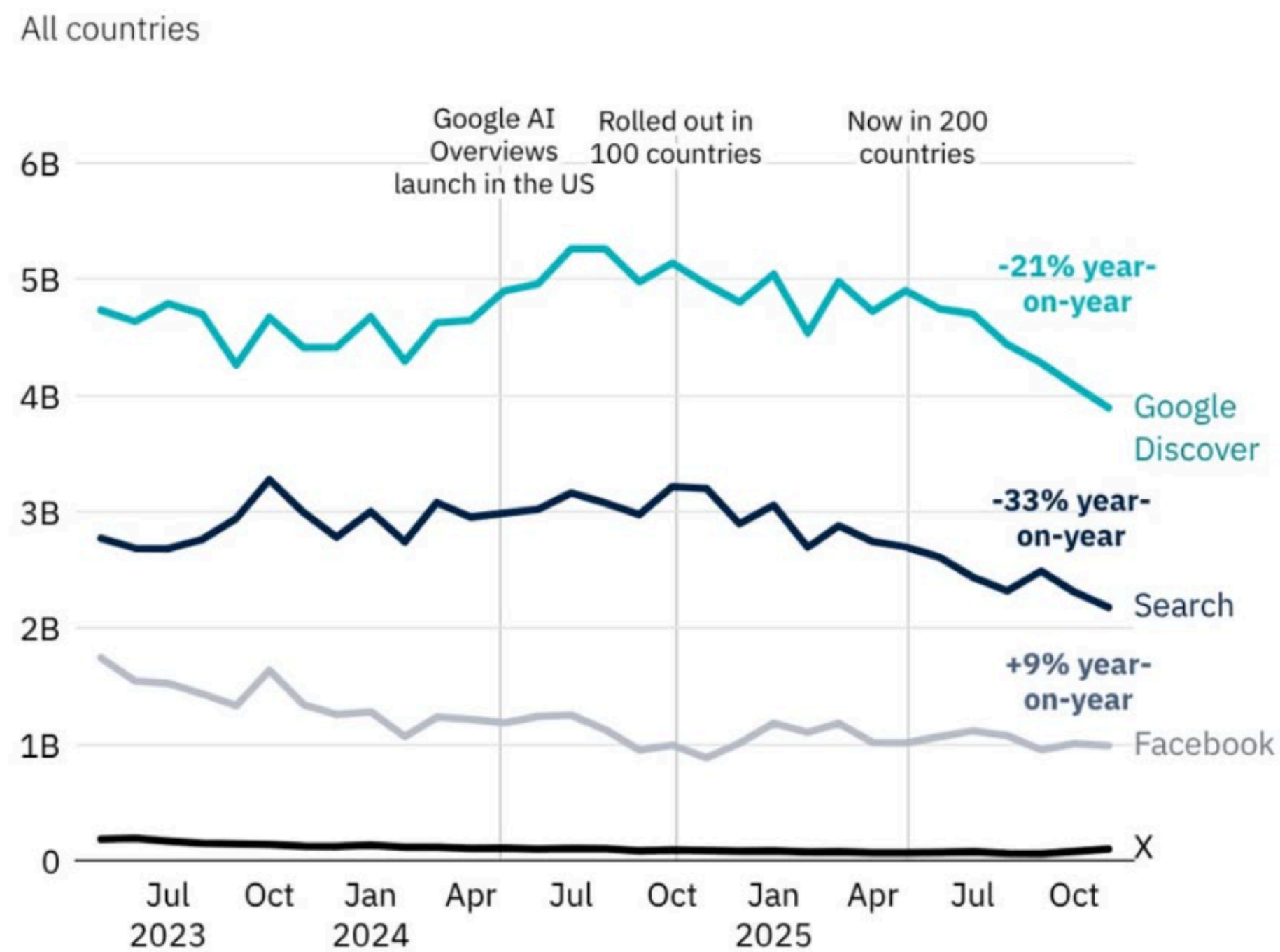
**Great! Let's all save time by you telling me what it used to be called.** Happy to oblige. It used to be called "character-building".

**Got it. So friction-maxxing means doing hard things that will ultimately make you a better person?** That's exactly it, although "friction-maxxing" is cooler because it sounds vaguely futuristic.

# **KOMMUNIKATION SKIFTAR FORM OCH ROLL**

1

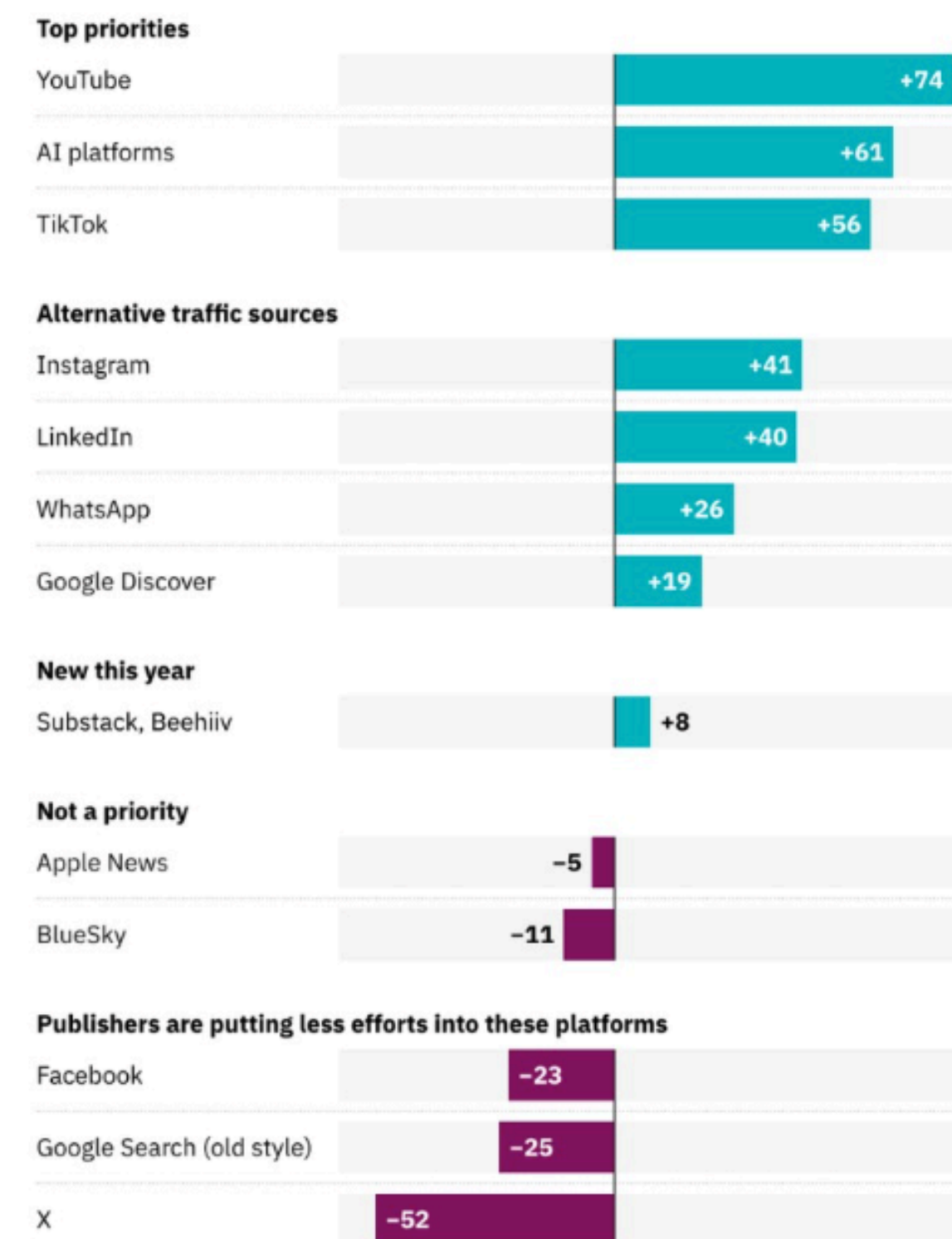
# Search traffic is plummeting, and publishers fear it will be cut in half in the next three years



Source of the data: Data analytics company Chartbeat using aggregated data from 797 US sites. Note: Google Search category does not include referrals from Google News

3

# YouTube will be the top priority for publishers, with old-style SEO, X and Facebook out of fashion



# SVT skrotar SEO – satsar allt på AI-sök

Publicerad: 14 januari 2026, 14:55



# THIS IS HOW CHATGPT IS KILLING OUR SMALL LOCAL BUSINESS

· WHEN AI TAKES OVER ·

GUIDE TO  
LOFOTEN

This year, we've seen **up to 50% fewer**  
**visitors on our website.**  
(and that's half our income)

Why?

Because **Google AI and ChatGPT now take**  
**our content**, rephrase it, and serve it  
straight to users — so people never visit  
our site.

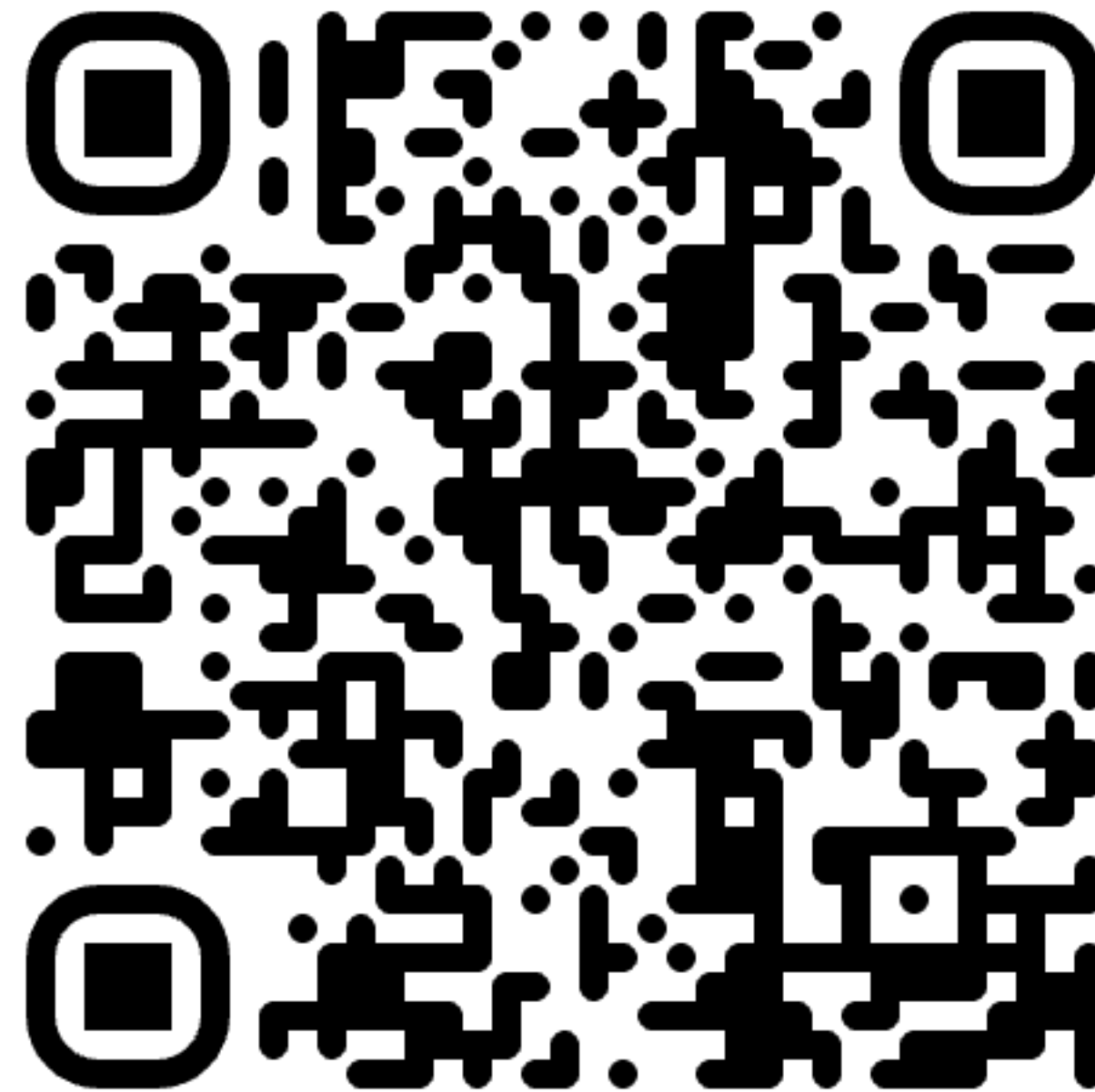
GUIDE TO  
LOFOTEN



Uppgift	Traditionell SEO	AI-SEO (motsvarande)
<b>Research</b>	Identifiera vilka sökfrågor din målgrupp skriver in i Google	Identifiera vilka konversationsbaserade prompts din målgrupp använder i AI-verktyg
<b>On-page-optimering</b>	Optimera titlar, rubriker och interna länkar för utvalda nyckelord	Skriv innehåll som AI lätt kan extrahera – med tydliga svar och självständiga avsnitt
<b>Teknisk SEO</b>	Optimera för crawlbarhet, laddhastighet, mobilanpassning och indexering	Gör samma grundläggande optimering men säkerställ också att AI-crawlers kan hitta och tolka innehållet
<b>Länkbygge</b>	Bygg backlinks från relevanta och auktoritativa webbplatser	Arbeta med digital PR för varumärkesomnämningen (även utan länkar) i recensioner, kataloger, branschmedier och forum
<b>Mätning</b>	Följ ranking, organisk trafik, klickfrekvens (CTR) och konverteringar	Följ AI-omnämningen, AI-citeringar, volym i varumärkessökningar, share of voice i AI-svar och sentimentanalys

Källa: Semrush

# **JAG HAR SKAPAR EN SIDA MED INFO OCH PROMPTS FÖR GENERATIVE ENGINE OPTIMIZATION (GEO)**





# GEO-guide: Synas i AI-sök

Praktiska tips och prompter för att göra din folkhögskola synlig i ChatGPT, Perplexity, Google AI Overviews och andra AI-drivna sökmotorer

## Vad är GEO?

**Generative Engine Optimization (GEO)** handlar om att optimera ert innehåll så att AI-drivna sökverktyg citerar, rekommenderar och hänvisar till er när någon ställer en fråga som "Vilka folkhögskolor i Dalarna har musikutbildning?"

Till skillnad från traditionell SEO – där målet är att hamna högt i Googles träfflista – handlar GEO om att bli **den källa som AI:n väljer att använda** när den svarar på användarens fråga.

Allt fler potentiella kursdeltagare använder AI-verktyg istället för (eller utöver) traditionell Google-sökning. Om er folkhögskola inte syns där – så finns ni inte för dem.

**AI MED KLIMATGLASÖGON**

Global data centers in areas  
with high water-stress



# AI IS DRAINING WATER FROM AREAS THAT NEED IT MOST

By [Leonardo Nicoletti](#), [Michelle Ma](#) and [Dina Bass](#)  
for **Bloomberg Technology + Green**  
May 8, 2025

TECH

## I live near 14 data centers. The noise and smell are terrible, but I refuse to leave my dream home.

As told to [Tess Martinelli](#) [+ Follow](#)



AD



CLIMATE CHANGE AND ENERGY

# We did the math on AI's energy footprint. Here's the story you haven't heard.

The emissions from individual AI text, image, and video queries seem small—until you add up what the industry isn't tracking and consider where it's heading next.

---

by **James O'Donnell** and  
**Casey Crownhart**  
May 20, 2025

AI's integration into our lives is the most significant shift in online life in more than a decade. Hundreds of millions of people now regularly turn to chatbots for help with homework, research, coding, or to create images and videos. But what's powering all of that?

# Energiförbrukning per aktivitet

AI-aktivitet	Energiåtgång	Källa/Osäkerhet	Jämförelse
Textgenerering (liten modell)	~114 joule	Llama 3.1 8B, uppmätt	Mikrovågsugn 0,1 sek
Textgenerering (stor modell)	~6 700 joule	Llama 3.1 405B, uppmätt	Mikrovågsugn 8 sek
Textgenerering (ChatGPT)	~1 080 joule (uppskattning)	Epoch AI-estimat, <b>overifierat</b>	Ladda mobil delvis
Bildgenerering (standardkvalitet)	~2 300 joule	Stable Diffusion 3, uppmätt	Mikrovågsugn 3 sek
Bildgenerering (hög kvalitet)	~4 400 joule	Stable Diffusion 3 (50 steg), uppmätt	Mikrovågsugn 5,5 sek
Videogenerering (5 sek, låg kvalitet)	~3 400 000 joule	CogVideoX, uppmätt	Mikrovågsugn 1 timme
Videogenerering (hög kvalitet)	Betydligt högre	<b>Okänt</b> - stängda modeller	Sannolikt flera timmar

---

## Dagsanvändning - exempel

**Scenario:** 15 textfrågor + 10 bilder + 3 videoklipp (5 sek varje)

- **Total energi:** ~2,9 kWh (10,4 MJ)
- **Jämförelse:** Elbil 1 mil, eller mikrovågsugn 3,5 timmar
- **Källa:** Kombinerar uppmätta värden från öppna modeller

[Submission Portal](#)

[Label Generator](#)

[FAQ](#)

[Documentation](#)

[Download Data](#)

[Community](#)

# AI Energy Score

💡 There's a **61,848.0x** difference between the highest and lowest energy use in this leaderboard.

[Text Generation](#)

[Image Generation](#)

[Text Classification](#)

[Image Classification](#)

[Image Captioning](#)

[Summarization](#)

⋮

Select Model Class

A (Single Consumer GPU) <20B parameters ▾

Sort

Low to High ▾

💡 There's a **21.9x** difference between the highest and lowest energy use in this class.

Model	Provider	GPU Energy (Wh)	Score
<a href="#">distilgpt2</a>	distilbert	1.31 	★★★★★
<a href="#">opt-125m</a>	facebook	1.94 	★★★★★
<a href="#">gpt2</a>	openai-community	2.15 	★★★★★
<a href="#">openai-gpt</a>	openai-community	2.70 	★★★★★
<a href="#">gpt2-medium</a>	openai-community	3.96 	★★★★★
<a href="#">OLMo-1B-hf</a>	allenai	5.59 	★★★★★
<a href="#">gpt2-large</a>	openai-community	6.12 	★★★★★

## **EFFEKTIVITET:**

- Vilken modell använder ni? (Mindre modeller = mindre energi)
- Behöver ni verkligen den största modellen?
- Kör ni inference lokalt eller i molnet?
- Har ni optimerat för energieffektivitet?

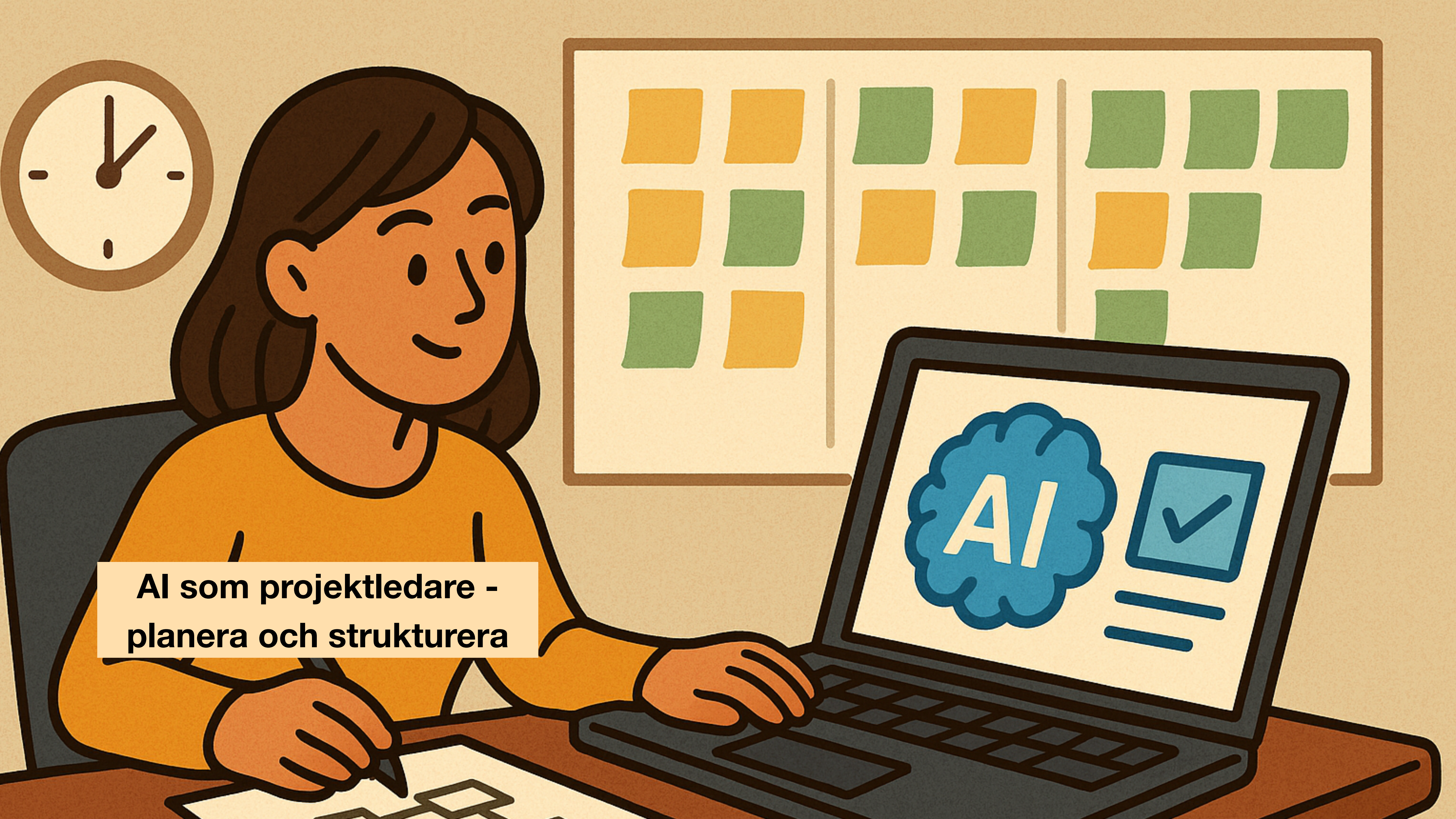
## **TRADE-OFF:**

- Vad är nyttan av er produkt?
- Är klimatkostnaden motiverad av nyttan?
- Kan samma nytta uppnås med mindre energikrävande metoder?

## **MÄTNING:**

- Mäter ni er faktiska energiförbrukning?
- Vet ni ert carbon footprint?
- Har ni en plan för att minska det?
- Kompenserar ni på något sätt?

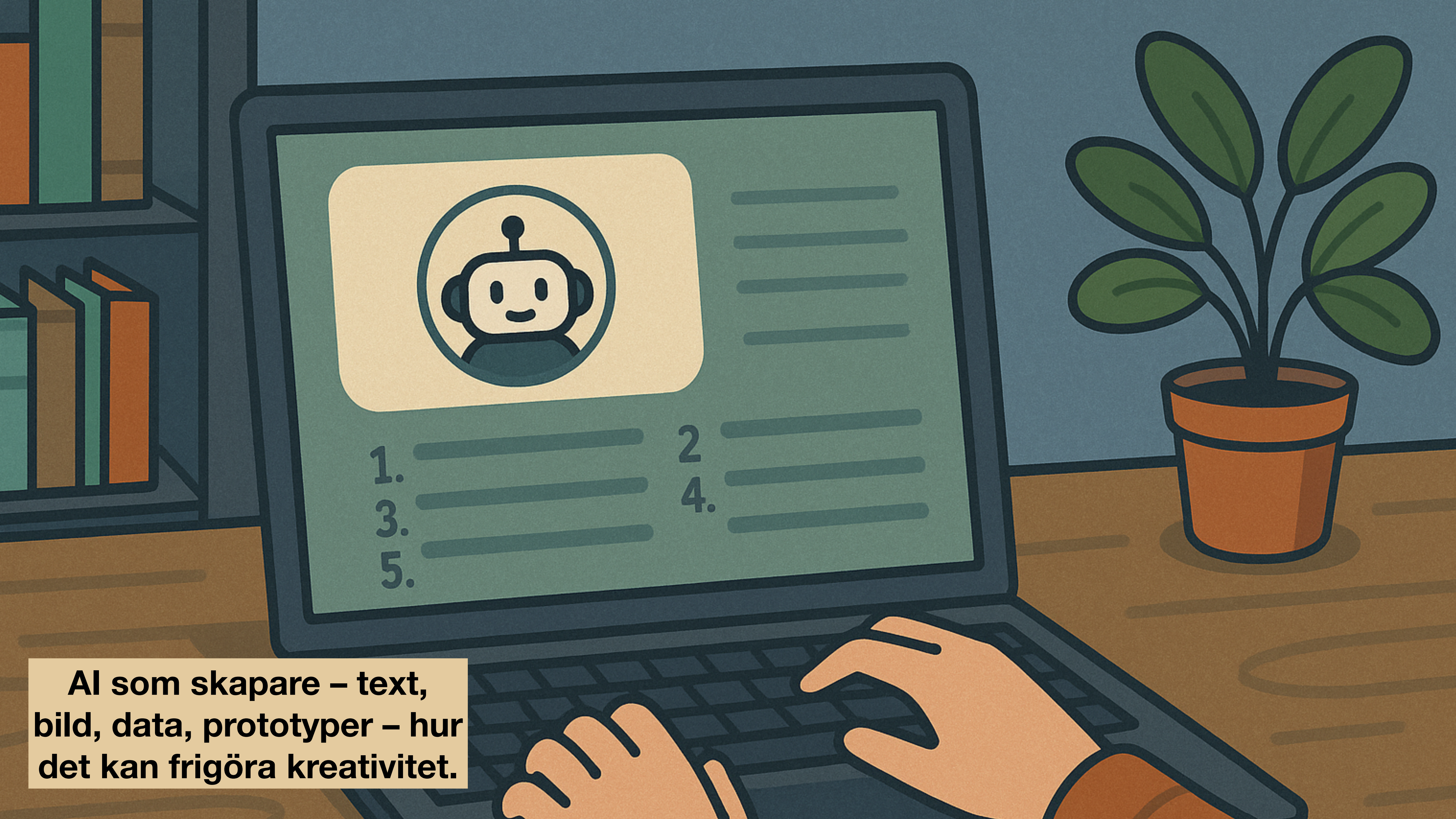
# **MINA VANLIGASTE ANVÄNDNINGSSOMRÅDEN**



**AI som projektledare -  
planera och strukturera**



**AI som bollplank,  
coach och  
idégenerator –  
hjälper oss tänka  
nytt, simulera olika  
perspektiv,  
samverka mer.**



**AI som skapare – text, bild, data, prototyper – hur det kan frigöra kreativitet.**

# KOMBINERA KÄLLOR

## Resumé

### Replik: Kvinnors röst i AI-debatten – inte frånvarande, bara ojämnt representerad

"Kvinnorna inom AI skriver böcker, publicerar rapporter, föreläser och pratar med stora bokstäver om riskerna med AI. Om något är det dags att vi släpper sargen och börjar lyssna på dem.", skriver Paulina Modlitba i ett svar till Katrin Ludvigsson.

Publicerad: 1 december 2023, 15:24

Det här är opinionsmaterial

Åsikterna som uttrycks här står skribenten/skribenterna för.



Tidigare texter för tonalitet + manus som jag skrev till brandtal på Forum Jämställdhet + länk till LinkedIn-inlägg + länkar till artiklar med statistik.

Sedan prompten: "Jag vill skriva en replik till denna krönika. Använd bifogade dokument och länkar för tonalitet och fakta. Min viktigaste poäng är att kvinnor inte är ointresserade av AI, men mer försiktiga och skeptiska eftersom de har skäl att vara det. Max 3000 tecken..."

# JOBBA MULTIMODALT - PRATA, SPELA IN LJUD M.M.

The screenshot displays a multimodal AI interface titled "Alla föreläsningar samlade SXSW 2025". The interface is divided into three main sections: "Källor" (Sources), "Chatt" (Chat), and "Studio".

**Källor (Sources):** This section on the left allows users to manage and search for sources. It includes a search bar with the text "Sök efter nya källor på webben" and a "Snabb research" button. A list of sources is shown, each with a checkmark indicating it is selected:

- ✓ Amy Webb Launches 2025 Emer...
- ✓ Baratunde.m4a
- ✓ Disabling AI.m4a
- ✓ Don Allen.m4a
- ✓ Holly Herndon.m4a
- ✓ Ian Beacraft.m4a







**Chatt (Chat):** The central chat area features a purple crystal ball icon and the title "Alla föreläsningar samlade SXSW 2025". Below the title, it indicates "18 källor" and provides a summary of the collected sources, mentioning "artificial intelligence and technological innovation", "surveillance and data collection", "lateral thinking", "human resilience", and "mental health". At the bottom, there is a text input field "Börja skriva ..." and two example prompts:

- How can governing regulation control emerging AI technologies before significant societal harm occurs?
- How do human creativity and vitality alongside advancing g...

**Studio:** The right-hand section contains various interactive tools for content creation and analysis, such as "Ljudöversikt", "Videoöversikt", "Tankekarta", "Rapporter", "Frågekort", "Quiz", "Informationsgrafik", and "Presentation". Below these tools, a list of presentation titles is visible, including "Octavia Butler om vikten av...", "Mänsklighetens Övergång och...", "Framåtblick: Insikter om framti...", and "SXSW AI-trend och AI-utveckling". A "Lägg till anteckning" button is highlighted at the bottom.

# SKAPA PROJEKT ELLER GPT:S FÖR KONTEXT OCH KONTINUITET

Projekt ▾

-  Nytt projekt
-  Paulinas sparringpartner
-  Skrivande
-  Ai-kurs
-  Mitt nyhetsbrev
-  Min bok
- ... Se fler

## Projects

[+ New project](#)

Sort by [Activity ▾](#)

How to use Claude [Example project](#)

An example project that also doubles as a how-to guide for using Claude. Chat with it to learn more about how to get the most out of chatting with Claude!

Updated 1 year ago

# ANVÄND CLAUDE ARTIFACTS FÖR ATT BYGGA SMÅ APPAR

Untitled ▾

Perfekt! Jag har läst ditt nyhetsbrev och förstår nu din stil mycket bättre. Här är planen för hur vi bygger din ton-omvandlare:

## Översikt: Paulinas Ton-Omvandlare

En app där du kan klistra in vilken text som helst och få den omskriven i din personliga stil.

**Dina stilmarkörer (från nyhetsbrevet):**

**Tone & Röst:**

- Varm och personlig, pratar direkt till läsaren ("Vänner!", "Vi hörs igen om två veckor!")
- Blandning av svensk och engelska naturligt integrerat
- Emojis sparsamt men effektivt (❤️, 🎉, 🤖, ⚡)
- Konversationell men intelligent - aldrig nedlåtande
- Delar egna åsikter och reflektioner öppet

**Struktur:**

- Tydliga rubriker och avsnitt

Reply...


+ ⚙️ 🕒

Sonnet 4.5 ▾ ⬆️

👁️ </> 🔁 Copy ▾ Published ✕

## 🌟 Paulinas Ton-Omvandlare 🌟

Klistra in vilken text som helst så skriver jag om den i min stil! ❤️

 **Originaltexten**

Klistra in texten du vill att jag ska skriva om här...

🌟 Skriv om i min stil!

# ANVÄND CLAUDE ELLER LIKNANDE FÖR ATT "VIBE-KODA" EN ROLLSPELSTJÄNST

Starting from scratch ▾

PM make the interface all in swedish

Retail Employee Persona Feedback Simulator  
Interactive artifact · Version 15

Perfekt! Jag har nu översatt hela gränssnittet till svenska. Här är vad som har ändrats:

**Översatta delar:**

- **Titel och rubriker:** "Simulera personalreaktioner med generativ AI"
- **Alla personaroller:**
  - Butiksanställd & facklig representant
  - Lagerassistent & student
  - Kundservicechef
  - Erfaren kassör
  - Lagerteamledare
- **Gränssnittstext:** Alla instruktioner, knappar och platshållartext
- **Personabeskrivningar:** Fullständiga biografier och personligheter på svenska
- **Alla simulerade svar:** Realistiska svenska svar som speglar varje persons perspektiv
- **Nyckelord för sökning:** Lagt till svenska nyckelord som "artificiell intelligens", "automatisering", "flexib", "arbetstid"

Reply to Claude...


PM + Research Claude Sonnet 4 ▾


v13


Copy ▾ Publish ✕


## Simulera personalreaktioner med generativ AI

Välj en persona och se hur de kan reagera på förändringar på arbetsplatsen

  
**Malin**  
Butiksanställd & facklig representant

  
**Mohammed**  
Lagerassistent & student

  
**Ines**  
Kundservicechef

  
**Välj en persona för att komma igång**  
Klicka på vilket medarbetarkort som helst för att se deras profil och simulera deras reaktion på förändringar på arbetsplatsen.



## Mohammed, 22

**Role:** Lagerassistent & student

Mohammed arbetar deltid på lagret samtidigt som han studerar ekonomi på universitetet. Han är teknikvan, ivrig att lära sig, men balanserar alltid arbete med sina akademiska åtaganden.

**Personality:** Öppen för teknik, tidsmässigt pressad på grund av studier, ambitiös men praktisk om nuvarande begränsningar.

Beskriv en förändring på arbetsplatsen:

Vi funderar på att ge medarbetarna mer frihet att byta skift mellan varandra via en app, utan att gå genom schemaläggaren.

Få reaktion



Mohammed

*Flexibla arbetstider skulle vara fantastiskt för mig! Med kurser och tentor skulle det verkligen hjälpa att ha mer kontroll över mitt schema. Så länge jag fortfarande kan få tillräckligt med timmar för att betala för skolan, kan detta vara perfekt.*

Starting over ▾

unionen\_kommunikatorer\_ai.csv

CSV

**PM** Kan du hitta intressanta och oväntade mönster och insikter i denna data?

Jag ska analysera denna data om kommunikatörers AI-användning och se vilka intressanta mönster som finns!

- Analyzed data View analysis ▾
- Analyzed data View analysis ▾
- Analyzed data View analysis ▾

Reply to Claude...

+ ⚙️ Research Sonnet 4.5 ▾ ↗

v2 • Latest

Copy ▾ Publish ✕

# AI i arbetslivet

Insikter från 10 svenska kommunikatörer

📊 Översikt ⚡ Paradoxer 🚧 Barriärer

**AI-ADOPTION**

# 70%

7 av 10 har testat AI-verktyg

**CHATGPT-DOMINANS**

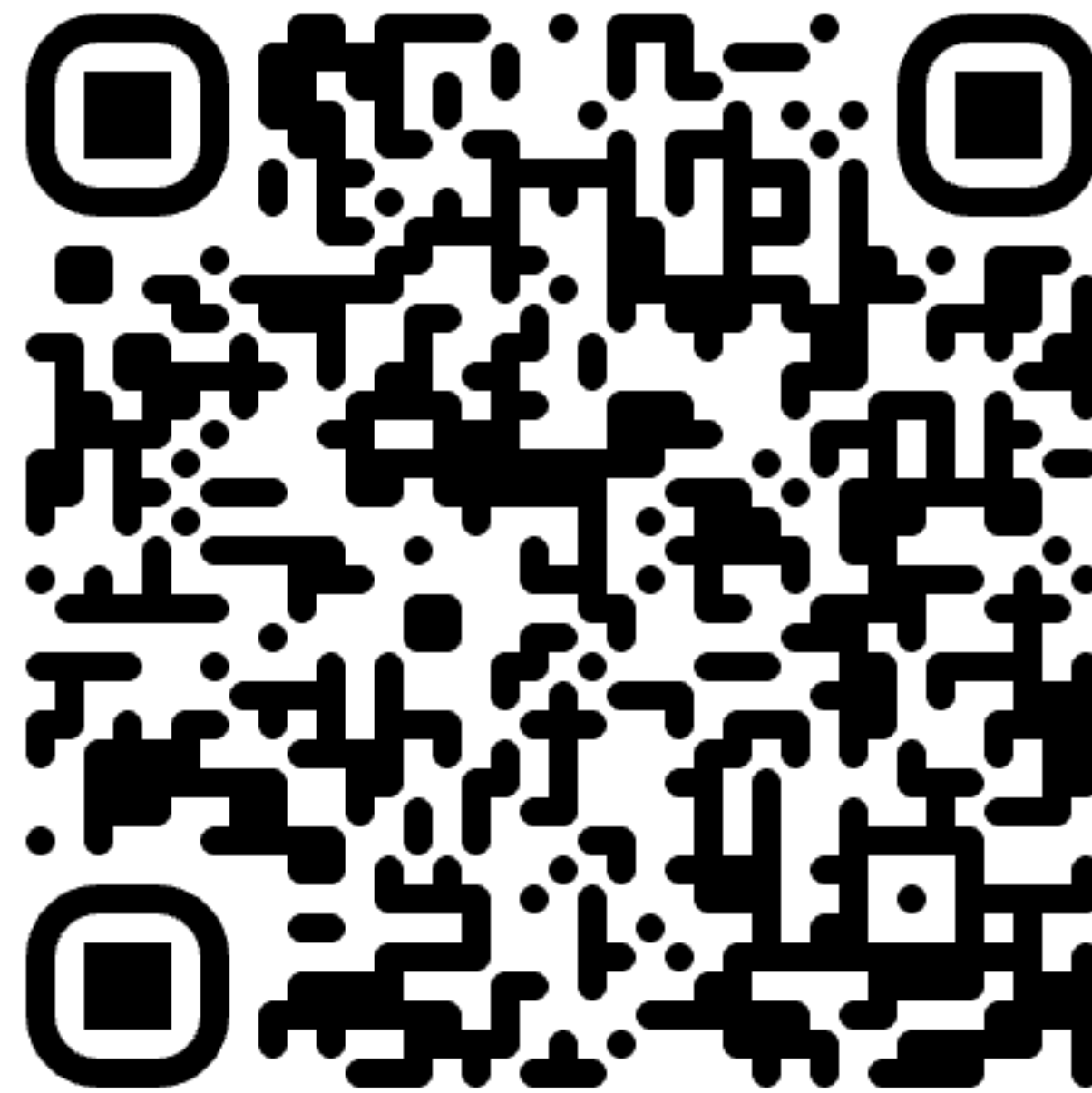
# 86%

# Sociala berättelser för min bror med Downs syndrom



**DAGS ATT LEKA LITE**

# FIKTIV DATA OCH PROMPTAR ATT TESTA!



**RESURSER**

ChatGPT - lite av allt



Slides och annat innehåll



Redigera podd och transkribera ljud



Sifferanalys och små appar



Midjourney - generera bilder



AI-avatarer



Generera podd och sammanfatta innehåll



Generera bild och video



# ✦ Internetdagarna 2025 - promptbibliotek ✦

Upptäck kraftfulla AI-prompter för alla roller. Sök, anpassa och kopiera prompter som passar just ditt arbete! 🚀

🎓 Starta Prompt Genomgång

🔍 Sök efter nyckelord, taggar eller kategori...

✦ Alla

💬 Kommunikation

📊 Planering

💡 Reflektion

🎨 Kreativitet

🔧 Problemlösning

28 prompter



## Kom igång med AI

💬 Kommunikation

Börja samtalet genom att berätta om din roll

Jag jobbar som [DIN ROLL], hur kan jag använda dig?

📄 Kopiera prompt

⌵ Visa mer

introduktion

komma igång

roll

börja



## Veckobrev

💬 Kommunikation

Skapa ett engagerande veckobrev för din målgrupp

Agera som en erfaren kommunikatör. Skriv ett kort, tydligt och engagerande veckobrev för [MÅLGRUPP] som sammanfattar veckans viktigaste händelser, beslut och...


📄 Kopiera prompt

⌵ Visa mer

Edit with Lovable ✕

Förbättra ditt ledarskap med AI. Använd dessa promptar för att få stöd i coaching, kommunikation och teamutveckling.

🔍 Sök efter nyckelord (t.ex. medarbetarsamtal, feedback, rekrytering)...

 **Coach för medarbetarsamtal**




Agera som coach. Hjälp mig planera ett samtal med en medarbetare som handlar om [ämne]. Ge mig ett manus med: öppning, huvuddel och avslut, samt exempel på formuleringar som är empatiska men tydliga.

 **Produktivitetscoach**



Agera som produktivitetscoach. Hjälp mig rangordna mina nuvarande prioriteringar: [lista]. Bedöm vad som ger störst effekt på kort och lång sikt.

 **Teamcoach**



Agera som teamcoach. Analysera styrkor och utvecklingsområden för mitt team baserat på: [beskriv kort teamet]. Ge mig tre konkreta aktiviteter för att öka samarbete och psykologisk trygghet.

**TACK!**

**MITT  
NYHETSBREV:**

