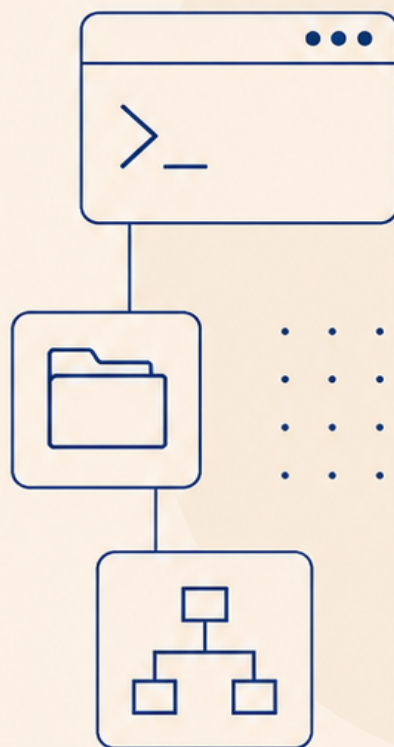


KARISE LEARNING SYSTEM

Codex

Trin-for-trin-guide

Fra første opgave til
sikker brug af Codex



Bent Karise

Praktisk guide til kontorbrugere

OPDATERET TRIN-FOR-TRIN-GUIDE

Kom sikkert i gang med Codex

En praktisk begynderguide til Windows

CODEX · SIKKER BEGYNDERARBEJDSGANG

Fra lokal testmappe til første kontrollerede tekniske opgave

Fra lokal testmappe til første kontrollerede tekniske opgave

Guideprofil

Guiden er skrevet til kontorbrugere og fagpersoner, som vil forstå Codex uden først at være udviklere. Den første øvelse er lille, lokal og reversibel.

Bent Karise • AI på kontoret 2.0 • Karise Learning System

Læs mig først

Codex er OpenAI's arbejdsagent til softwareudvikling og teknisk arbejde. I den nye ChatGPT-desktopapp er Chat, Work og Codex adskilte arbejdsformer. Chat er til hurtig dialog, Work til længere flertrinsarbejde og færdige leverancer, mens Codex er til kode, repositories, terminaler, tests og tekniske filopgaver.

Work eller Codex?

Hvis din opgave primært er at researchere, analysere eller skabe et dokument, regneark, præsentation eller rapport, er Work normalt det naturlige valg. Brug Codex, når opgaven kræver teknisk arbejde med kode, repositories, kommandoer, tests eller kontrollerede filændringer. Denne guide bruger en lille tekstfil for at lære Codex' adgangs- og kontrolmodel i et ufarligt miljø.

Det lærer du

- åbne Codex i desktopappen
- vælge et afgrænset arbejdsområde
- give en præcis og kontrollerbar opgave
- læse plan, godkendelser og ændringsvisning
- kontrollere resultatet uden for Codex

Det gør du ikke i første øvelse

- åbner virksomhedens fællesdrev
- bruger personoplysninger eller fortrolige data
- giver adgang til produktionssystemer
- accepterer ukendte kommandoer
- lader Codex sende eller publicere noget

Hvad du skal have klar

- En Windows-pc med den aktuelle ChatGPT-desktopapp.
- En ChatGPT-konto med adgang til Codex. Codex er inkluderet på tværs af ChatGPT-planer, men brugsgrænser og workspace-politikker kan variere.
- En ny lokal testmappe med kopier eller ufarlige eksempeldata.
- 10-20 minutter til en uafbrudt første test.

Guidens sikre grundregel

Arbejd på en kopi. Begræns skriveområdet. Læs planen. Vurder godkendelser. Kontrollér ændringerne.

Del 1 – Åbn Codex og vælg arbejdsområde

1. Åbn ChatGPT-desktopappen

Start den aktuelle ChatGPT-app på Windows og log ind.

2. Vælg Codex

Åbn menuen øverst til venstre og vælg Codex. Codex er en særskilt visning i desktopappen.

3. Opret en sikker testmappe

Opret C:\Codex-test og filen moedenoter.txt med denne tekst: Møde om ny kundeserviceprocedure. Beslutning: Lav et kort udkast til procedure. Mangler: Navn på ansvarlig og dato for opfølgning. Næste møde: fredag.

Vigtigt om testmappen

En lille testmappe reducerer risikoen og afgrænser, hvor du forventer ændringer. Men den valgte workspace-mappe er ikke nødvendigvis den eneste placering, Codex teknisk kan læse fra. Sandbox, godkendelsespolitik, beskyttede paths og netværksadgang er separate sikkerhedslag. Brug derfor aldrig en testmappe som eneste sikkerhedsgaranti.

Del 2 – Forbind mappen og forstå adgangen

1. Åbn den lokale mappe

Vælg muligheden for at åbne eller tilføje en lokal mappe og vælg C:\Codex-test.

2. Kontrollér arbejdsområdet

Se efter, at arbejdsområdet er den planlagte testmappe. Stop, hvis du ved en fejl har åbnet en bred mappe som Dokumenter, Skrivebord, OneDrive-roden eller et fællesdrev.

3. Forstå sandbox og godkendelser

Sandboxen sætter tekniske grænser for bl.a. skriveadgang, netværk og beskyttede paths. Godkendelsespolitikken bestemmer, hvornår Codex skal spørge, før den krydser en grænse. Læs enhver godkendelsesdialog som en sikkerhedsbeslutning, ikke som en formalitet.

Lavere risiko	Højere risiko
læse en aftalt testfil	slette eller overskrive originaler
foreslå eller oprette én ny testfil	installere software eller pakker
forklare et lille scriptsæt	åbne netværksadgang
kontrollere en aftalt ændring	køre ukendte scripts eller arbejde direkte i drift

Stopregel

Hvis du ikke kan forklare, hvilke filer, paths, kommandoer eller netværksforbindelser en handling kræver, så stop og afklar før du godkender.

Del 3 – Giv Codex den første opgave

Kopier denne prompt

Læs filen moedenoter.txt. Lav et forslag til en ny fil med navnet opfoelgning.md. Filen skal indeholde fire overskrifter: Beslutning, Åbne spørgsmål, Ansvarlig og Næste skridt. Du må ikke ændre eller slette den oprindelige fil. Hvis en ansvarlig eller dato mangler, skal du skrive [SKAL AFKLARES]. Vis først din plan. Udfør kun den beskrevne ændring i testmappen.

Læs planen før du fortsætter. Codex bør forklare, hvilken fil der læses, hvilken fil der oprettes, og hvordan manglende oplysninger håndteres. Bed om en rettelse, hvis planen går videre end opgaven.

God kontrolformulering

Hold dig til den valgte testmappe for ændringer. Opret kun den nye fil. Kør ingen installationer og brug ikke netværket. Hvis du mener, at opgaven kræver adgang uden for det aftalte område, skal du forklare hvorfor og vente på min godkendelse.

Del 4 – Gennemgå ændringen

1. Læs ændringsvisningen

Kontrollér filnavnet og den konkrete diff eller ændringsoversigt.

2. Åbn filen i Stifinder

Åbn C:\Codex-test\opfoelgning.md i Notesblok eller en anden editor og kontrollér, at resultatet kan læses uden Codex.

3. Bed Codex kontrollere sit eget arbejde

Bed om en kort liste over oplysninger direkte fra kilden, felter markeret til afklaring og eventuelle antagelser. Foretag ingen nye ændringer i denne kontrol.

Kontrolpunkt	Ja/nej
Er kun opfoelgning.md oprettet?	☐
Er moedenoter.txt uændret?	☐
Er manglende ansvarlig/dato markeret [SKAL AFKLARES]?	☐
Er teksten baseret på kilden?	☐
Er der ingen opdigtede personer, datoer eller beslutninger?	☐

Del 5 – Godkendelser, kommandoer og sikkerhed

Codex kan foreslå at køre kommandoer, redigere flere filer eller bruge netværk. Sandbox og approvals arbejder sammen: sandboxen definerer den tekniske grænse, mens approval policy bestemmer, hvornår der kræves menneskelig godkendelse.

Niveau	Arbejde	Kontrol
1. Læs	Undersøg og forklar. Ingen planlagte filændringer.	Laveste praktiske risiko.
2. Foreslå	Lav plan eller diff, som du gennemgår.	Menneskelig vurdering før ændring.

Niveau	Arbejde	Kontrol
3. Udfør	Redigér filer eller kør kommandoer.	Skærpet kontrol af scope, sandbox, approvals og output.

- Stop ved installationer, administratorrettigheder, masseændringer eller ukendte scripts.
- Vurder enhver anmodning om netværksadgang særskilt.
- Arbejd med kopier, syntetiske data eller ufarlige eksempler.
- Følg virksomhedens godkendte konto-, værktøjs- og datapraksis.

Del 6 – Fra test til en rigtig arbejdsopgave

Når testen fungerer, kan du vælge en lille tilbagevendende teknisk opgave, som du selv kan kontrollere og tilbageføre.

Gode første anvendelser	Opgaver der bør vente
Kontrollere filnavne og mappestruktur i en kopi.	Direkte ændringer i produktionssystemer eller fællesdrev.
Sammenligne to ikke-fortrolige tekst- eller kodeversioner.	Automatisk udsendelse, publicering eller deployment.
Oprette en enkel lokal skabelon eller konfigurationsfil.	Persondata, kontrakter eller følsomme økonomidata.
Forklare et lille scriptsæt og foreslå tests.	Administratoradgang eller løsninger, du ikke kan teste og tilbageføre.
Opgavekort	Spørgsmål
Formål	Hvad skal blive lettere eller hurtigere?
Arbejdsområde	Hvilken afgrænset mappe eller repository arbejder du i?
Input	Hvilke filer er godkendte kilder?
Output	Hvilken fil, diff eller test skal leveres?
Stopregler	Hvornår skal Codex stoppe og spørge?
Kontrol	Hvordan dokumenterer du, at resultatet er korrekt?

Fejlfinding

Problem	Handling
Codex kan ikke se filen	Kontrollér arbejdsområdet og at filen faktisk findes.

Problem	Handling
Codex vil ændre for meget	Stop. Begræns prompten til én fil, ét output og konkrete forbudsregler.
Der foreslås en ukendt kommando	Afvis eller bed om en forklaring i almindeligt sprog. Godkend først, når formål og konsekvens er tydelig.
Codex beder om netværksadgang	Kontrollér hvorfor adgang kræves, destinationen og om opgaven kan løses uden.
En ændring ser rigtig ud, men er svær at forklare	Kør tests eller sammenlign med originalen. Gem ikke ændringen, før du forstår den.

Begynderprompt – generel skabelon

Skabelon

Arbejd i [MAPPE/REPOSITORY]. Læs [KILDEFIL]. Opret et forslag til [OUTPUT] med [STRUKTUR]. Du må ikke ændre eller slette originalfiler. Markér manglende oplysninger med [SKAL AFKLARES]. Brug ikke netværk eller installationer uden særskilt forklaring og godkendelse. Vis først din plan, og udfør kun den beskrevne ændring.

Version, afgrænsning og kilder

Version 1.1 er kontrolleret 23. august 2026. Væsentlige ændringer fra version 1.0: tydeligt valg mellem Work og Codex, korrigeret forklaring af workspace/sandbox og opdateret sikkerhedsmodel for approvals og netværk.

- OpenAI Help Center: ChatGPT Work and Codex – help.openai.com/en/articles/20001275-chatgpt-work-and-codex
- OpenAI Help Center: Using Codex with your ChatGPT plan – help.openai.com/en/articles/11369540-using-codex-with-your-chatgpt-plan
- OpenAI: Running Codex safely at OpenAI – openai.com/index/running-codex-safely/
- OpenAI Developers: Codex documentation – developers.openai.com/codex/