

M.O.D.E.L.

Framework-ul profesional
pentru rezultate WOW cu AI

Metoda replicabilă pentru a obține calitate
maximă din interacțiunile cu AI.
Pentru că prompturile bune nu sunt magie, ci
design.



ÎN PESTE 500 ORE PETRECUTE FACILITÂND WORKSHOPS CU ȘI DESPRE AI AM VĂZUT CĂ...

Mulți oameni cred că promptingul înseamnă să ai răbdare până ai noroc și primești un răspuns ok. Sau să găsești pe internet promptul perfect.

Adevărul e altul: AI răspunde în funcție de structura de gândire pe care o primește.

Prompturile bune nu vin dintr-o muză a inspirației, din creativitate spontană sau dintr-o formulă magică.

Prompturile bune sunt extrem de lucide, au un obiectiv clar și includ elemente de gândire sistemică.

De aceea am creat **M.O.D.E.L.**, un framework care îți arată cum să gândești înainte să ajungi în discuție cu AI-ul, astfel încât **rezultatul să devină predictibil.**

CE PROBLEMĂ REZOLVĂ **M.O.D.E.L.**

Cei mai mulți oameni vor rezultate avansate de la AI, dar pun întrebări superficiale.

Asta generează răspunsuri mediocre, frustrare și timp pierdut în corecturi.

Însă, motivul pentru care ajungem în această zonă nu e faptul că modelele AI sunt slabe. Problema, de fapt, e că prompturile sunt incomplete.

M.O.D.E.L. exact asta rezolvă. Te ajută să depășești acel moment și să formulezi prompturi structurate.

Te ajută să treci de la experimentare fără învățare la învățare prin colaborare și experimentare.

FRAMEWORK-UL M.O.D.E.L.

M. Multipli experți

Definește 2 - 3 roluri care colaborează pentru realizarea task-ului și pe care modelul AI să și le asume în mod activ.

O. Obiective

Stabilește scopul și criterii măsurabile de evaluare a rezultatului. Clarifică ce vrei să obții concret.

D. Date de context

Oferă informațiile contextuale care susțin realizarea task-ului, precum audiență, problemele lor, ton, constrângeri (limbaj, lungime, buget), ce ai încercat deja și n-a mers.

E. Etape de lucru

Describe pașii concreți pe care AI-ul trebuie să îi urmeze pentru a îndeplini obiectivul, în ordine logică și completă.

L. Loop de verificare

Scrie un mecanism de auto-evaluare pentru AI, de exemplu o scară 1 - 10 pentru originalitate și relevanță, cu indicația de a revizui rezultatul dacă scorul este sub 8 sau de a marca elementele clișeice.

TASK. Cererea concretă.

Spune-i exact ce să livreze.

ȘABLON DE UTILIZARE M.O.D.E.L.

Tu ești o echipă formată din (**M**): [rol 1], [rol 2], [rol 3].
Succesul înseamnă (**O**): [metrice clare]. [max X cuvinte].
[ton Y]. [evită Z]. [include 1 insight contraintuitiv].

Date contextuale (**D**): [audiență]. [constrângeri din realitate]. [obiecții]. [stil de brand]. [format]. [buget].

Etapele procesului (**E**) pe care le vei urma în ordine sunt:

- 1.[pas].
- 2.[pas].
- 3.[pas].
- 4.[pas].

Loop de validare (**L**): Notează outputul cu o notă de la 1 la 10 pe criterii de originalitate și onestitate. Marchează frazele generice și rescrie-le. Dacă scorul e sub 8, revizuieste.

TASK: [spune clar ce să livreze].

EASY MODE: EXEMPLU CU M.O.D.E.L.

Ce îmi propun: să scriu o postare de promovare a serviciilor de AI literacy.

Tu ești o echipă (**M**) de succes formată dintr-un strateg de produs, un psiholog comportamental și un copywriter B2B.

Succesul (**O**) înseamnă: max 200 de cuvinte, într-un ton conversațional, cu includerea unui insight contraintuitiv. Evită expresiile clișeice ca *fast-paced world* sau *unlock potential*.

Date contextuale (**D**): audiență formată din middle manageri de 30-45 ani, epuizați de schimbări și sceptici față de AI.

Etapele de proces (**E**):

1. identifică mitul principal din mintea audienței.
2. arată de ce e fals cu un exemplu din activitatea lor.
3. oferă alternativa aplicabilă pe activitatea lor.
4. încheie cu CTA despre workshopul CTRL+ALT+THINK.

Loop de validare (**L**): oferă-ți un scor de la 1 la 10 pe criterii de onestitate și utilitate. Rescrie dacă rezultatul e sub 9.

TASK: scrie o postare de LinkedIn în română care să-i facă pe middle manageri să realizeze că le oferi un spațiu practic și safe pentru a învăța cum să-și ducă munca la următorul nivel și să recâștige controlul cu ajutorul AI.

HARD MODE: EXEMPLU CU M.O.D.E.L.

Ce îmi propun: dezvoltarea unei campanii educaționale naționale despre consum responsabil de energie

Tu ești o echipă formată din (M):

1. Un strateg de comunicare publică specializat în campanii educaționale și
2. Un sociolog care înțelege comportamentele de consum la nivel urban și rural și
3. Un expert în politici energetice care traduce complexitatea tehnică într-un limbaj accesibil.

Obiectiv (O): Campania trebuie să fie scalabilă la nivel național. Durata: 6-12 luni.

Obiectiv măsurabil prin chestionare administrate înainte și după campanie pe un eșantion reprezentativ: creșterea cu 15% a gradului de conștientizare privind economisirea energiei.

Obiectiv măsurabil: generarea a 1.500.000 descărcări ale materialelor educaționale

Include o componentă digitală + una offline (comunitară).

Final: livrabil = plan complet de campanie (strategie + 3 tactici + instrumente de măsurare).

Ton: informativ și inspirational, dar relatable. Buget maxim 12.000 Euro.

Fără clișee de tipul *salvează planeta sau fii erou verde*.

Context (D):

- Public: familii din mediul urban și rural, 25–55 ani.
- Problema: deși știu că trebuie să economisească, nu își schimbă comportamentele.
- Cauză: lipsă de claritate asupra impactului personal și neîncredere în campaniile publice, lipsa înțelegerii impactului măsurii de eliminare a subvențiilor.
- Ton recomandat: simplu, concret, bazat pe câștig personal și nu pe aspecte morale.
- Constrângeri: buget public redus, parteneriate media locale.

Proces (E):

1. Definește insightul comportamental central care va ghida campania.
2. Propune un slogan și un concept vizual unificator.
3. Construiește planul de acțiune: 3 canale media, 3 activări comunitare online și 5 offline.
4. Include un sistem simplu de măsurare a impactului (ex. chestionare).
5. Încheie cu o recomandare pentru faza de scalare.

Validare (L):

Auto-scor 1 - 10 pe originalitate, fezabilitate și relevanță socială.

Verifică dacă mesajul poate fi înțeles de o persoană cu studii de maxim clasa a 8a.

Elimină clișeele și limbajul tehnic.

Dacă scorul e sub 8.5, revizuieste conceptul central.

TASK: Creează planul complet al campaniei *Energia începe cu tine*.

Include insightul comportamental, sloganul, structura pe canale, acțiunile offline și online, durata, bugetul estimativ și indicatorii de impact. Scrie totul ca un pitch către Ministerul Mediului.

FRAMEWORK-UL M.O.D.E.L.

INSTRUCȚIUNI DE APLICARE

Înainte să scrii promptul, răspunde la aceste întrebări:

Ce 3 roluri vreau ca AI-ul să joace? Cum contribuie fiecare la succesul task-ului?

.....

.....

Care sunt criteriile care definesc succesul rezultatului?

.....

.....

Pentru cine este rezultatul și ce risc vreau să evit?

.....

.....

Care sunt cei 3–4 pași pe care AI trebuie să îi urmeze?

.....

.....

Ce mecanism de verificare vreau să folosească înainte să livreze?

.....

.....

Abia după ce răspunzi la acestea, scrii solicitarea.

FOLOSESC **M.O.D.E.L.** CU SUCCES DACĂ...

- ☐ încep cu M.O.D.E.L. înainte să scriu promptul
- ☐ definesc task-ul propriu-zis doar la final
- ☐ evaluez output-ul înainte să îl accept
- ☐ îmi păstrez propriul stil
- ☐ folosesc AI ca partener
- ☐ V1 iese bine în 8 din 10 cazuri



CE URMEAZĂ?

1. Acționează

Data viitoare când deschizi AI, nu începe cu întrebarea. Începe cu **M.O.D.E.L.**

2. Cere ajutor

Dacă încă nu îți este clar obiectivul, invită AI-ul să-ți adreseze întrebări în scopul de a-l clarifica. La fel și dacă nu ești sigur pe pași sau pe orice altceva.

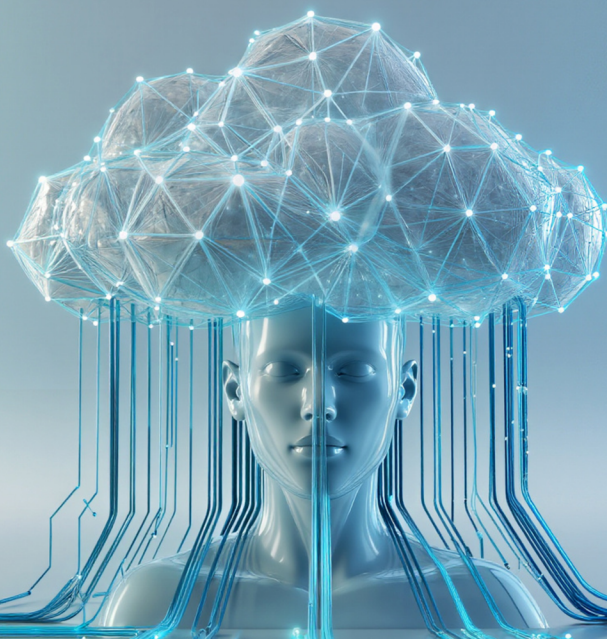
3. Iterează constant

Cere 3 alternative cu beneficii/ dezavantaje înainte de a decide.

Spune-i AI-ului că a livrat un rezultat de nota 7. Întreabă-l cum ar arăta unul de 10?

Atribuie-i roluri diferite pentru a parcurge același task din perspective diferite.

Nu te teme să respingi un rezultat și să ceri îmbunătățiri succesive.



DESPRE AUTOARE



Raluca Păduraru este consultant în AI literacy, facilitator de învățare și autor de programe dedicate leadershipului augmentat de inteligența artificială.

Cu 2 decenii de experiență în formarea adulților și dezvoltarea echipelor, Raluca lucrează la intersecția dintre științele educației, foresight și tehnologie, explorând cum pot oamenii și organizațiile să învețe mai repede decât se schimbă lumea din jur.

În ultimii ani, ea a construit o **arhitectură educațională unică**, un ecosistem de programe, instrumente și cercetări menite să aducă inteligența artificială mai aproape de oameni. Printre acestea se numără:

- Programele **AI literacy pentru acțiune**
- Programele de **strategie pentru implementarea AI**
- Programele pentru un **leadership AI-ready**

Prin toate aceste inițiative, Raluca urmărește același scop: **să transforme alfabetizarea AI într-o formă de putere personală și colectivă** izvorâtă din capacitatea de a gândi critic, etic și creativ alături de noile tehnologii.

ECOSISTEMUL UPVANCE

upvance.global este platforma de învățare și cercetare pentru profesioniști, antreprenori și organizații care vor să își construiască viitorul în colaborare cu AI.

Ecosistemul include:

- **Workshopuri** practice și **programe de dezvoltare** AI-ready, dedicate **integrării inteligenței artificiale în muncă, leadership și educație**;
- **Programe și ateliere pentru competențele viitorului**, care dezvoltă abilități non-tehnice precum gândirea critică, adaptabilitatea, colaborarea uman-AI și reziliența;
- **Sesiuni de mentorat** pentru leadership sustenabil;
- Resurse deschise de **alfabetizare digitală** și ghiduri aplicate pentru **învățare continuă**;
- **Cercetări originale** despre percepția și integrarea AI în organizațiile românești;
- O **comunitate de practică pentru lideri, facilitatori și profesioniști** care vor să învețe să lucreze alături de AI.

Misiunea **upvance.global** este aceea de a susține oamenii să devină mai conștienți, mai competenți și mai curajoși într-o lume augmentată de AI.



MULTUMESC!

NU UITA!
AI-UL NU-ȚI SCHIMBĂ
CALITATEA GÂNDIRII.
O AMPLIFICĂ.



+40 766 441 476



raluca@upvance.global

