


Gedragscode Generatieve AI – Fontys Mens en Gezondheid

In dit document vind je de richtlijnen over het gebruiken en inzetten van generatieve AI die gelden binnen Fontys Mens en Gezondheid. Deze richtlijnen zijn ontwikkeld door experts binnen Fontys Sport en Bewegen. Voor Fontys-brede richtlijnen, zie [Artificial Intelligence \(AI\) en Fontys](#). Wij raden aan om [Copilot](#) te gebruiken. Als Fontys-student of -medewerker kun je hier gratis gebruikmaken van moderne taalmodellen en GPT-technologie. Je logt eenvoudig in met je PCN (dus niet je e-mailadres) en je gebruikelijke wachtwoord.

Deze gedragscode biedt richtlijnen voor het verantwoord gebruik van generatieve AI. Door deze te volgen, leer je hoe je generatieve AI op een effectieve, ethische en veilige manier kunt inzetten. Alles wat je gedurende je opleiding aanlevert voor formatieve en/of summatieve feedback, moet je begrijpen en kunnen toelichten als daarom gevraagd wordt, bijvoorbeeld in een gesprek, presentatie of feedbackmoment. Ben eerlijk over hoe je te werk bent gegaan.

Hieronder volgt een omgekeerd stoplichtmodel, waarin door middel van de kleuren **groen**, **oranje** en **rood** wordt beschreven op welke manieren en onder welke voorwaarden je generatieve AI wel/niet mag gebruiken.

In het laatste deel van dit document staan **bouwstenen** voor sterke prompts, tips hoe je **effectief met AI kunt samenwerken** en **vijf kerntips** hoe je goed aan de slag kunt gaan met AI.

-  **Groen:** Je mag generatieve AI op deze manier gebruiken zonder dat je het hoeft te melden of toe te lichten. Het is echter altijd goed om transparant te zijn over je gebruik van AI, zoals beschreven in de tabel met voorwaarden onder **oranje**.


Doel	Hoe je de AI inzet	Voorbeelden
Data ordenen	Je gebruikt AI om gegevens of informatie overzichtelijk te maken. Bijvoorbeeld door een tabel te laten maken, een samenvatting te laten schrijven, of een lijst te laten structureren. De AI trekt géén conclusies voor jou, maar helpt alleen met het ordenen.	<ul style="list-style-type: none">• Maak van deze tekst een overzichtelijke tabel.• Vat deze interviewdata samen in 5 punten.• Zet deze punten op volgorde van belangrijkheid.
Feedback krijgen	Je vraagt AI om feedback op je eigen werk, bijvoorbeeld een verslag, presentatie of reflectie. De AI helpt je kritisch te kijken naar wat je al hebt gemaakt of naar je	<ul style="list-style-type: none">• Geef me tips om dit verslag te verbeteren.• Wat zijn sterke en zwakke punten van deze inleiding?

Doel	Hoe je de AI inzet	Voorbeelden
	begrip van de stof. Jij blijft altijd zelf verantwoordelijk voor het aanpassen en verbeteren van je werk.	<ul style="list-style-type: none"> • Welke onderdelen zijn nog onduidelijk in mijn uitleg?
Inspiratie	Je gebruikt AI om op ideeën te komen, bijvoorbeeld als je even vastloopt met een opdracht. De AI helpt je met brainstormen, alternatieve invalshoeken, of nieuwe inzichten, maar doet nooit al het denkwerk voor jou.	<ul style="list-style-type: none"> • Bedenk drie creatieve invalshoeken voor deze opdracht. • Geef voorbeelden van manieren om dit probleem aan te pakken. • Noem originele ideeën voor mijn project.
Taalhulp	Je vraagt AI om je tekst te controleren op spelling en grammatica, en aan te passen. De inhoud van de tekst verandert niet.	<ul style="list-style-type: none"> • Controleer deze tekst op taal- en spelfouten. • Verbeter de grammatica in deze paragraaf. • Geef suggesties voor duidelijkere zinnen.
Vragen stellen	Je stelt vragen over onderwerpen die je niet goed begrijpt of waar je extra uitleg over wilt. De AI geeft toelichting, voorbeelden of verwijst je naar handige bronnen.	<ul style="list-style-type: none"> • Leg uit wat formatief handelen is. • Wat betekent de term 'stakeholder'? • Kun je voorbeelden geven van een wicked problem?
Zoeken	Je gebruikt AI om informatie, bronnen of literatuur te vinden over een bepaald onderwerp. Je kunt de AI vragen om bijvoorbeeld artikelen, boeken of betrouwbare websites op te zoeken.	<ul style="list-style-type: none"> • Zoek recente artikelen over duurzaamheid in de zorg. • Welke bronnen zijn er over design thinking? • Vind Nederlandse literatuur over multidisciplinair samenwerken.

Oranje: Je mag generatieve AI op onderstaande manieren gebruiken, maar **alleen als je voldoet aan onderstaande voorwaarden en duidelijk uitlegt hoe je AI hebt gebruikt**. Het is essentieel dat je kunt aantonen welk deel van het werk van jou is en welk deel door de AI is gegenereerd. Transparantie en navolgbaarheid zijn hierbij belangrijk, want als je dat niet goed doet, loop je het risico op fraude of plagiaat. Bij een vermoeden van het onjuist gebruik van AI, zal de docent / examinator een vraaggesprek met jou plannen. Indien na dat gesprek twijfels blijven bestaan over de authenticiteit van het werk en of generatieve AI op de juiste manier is toegepast, zal hiervan melding worden gemaakt bij de examencommissie van Fontys Mens en Gezondheid.

Voorwaarde	Wat moet je doen om aan deze voorwaarde te voldoen?
Authenticiteit	Je kunt uitleggen wat je hebt gedaan, wat jouw eigen bijdrage is, en waarom je bepaalde keuzes hebt gemaakt. Alles wat je inlevert, moet je begrijpen en kunnen toelichten als daarom gevraagd wordt, bijvoorbeeld in een gesprek, presentatie of feedbackmoment.
Betekenisvol	Je kunt uitleggen waarom je AI hebt ingezet en wat het voor jou heeft opgeleverd. Je kunt uitleggen welk nut of welke meerwaarde het gebruik van AI had voor jouw opdracht, project of leerproces, bijvoorbeeld als iemand je daar naar vraagt.
Kritische houding	Je kunt aantonen dat je AI-output niet klakkeloos overneemt. Je beoordeelt of het klopt en relevant is, en je past het aan waar nodig. Je laat zien dat je zelfstandig denkt, door bijvoorbeeld uit te leggen welke AI-suggesties je hebt aangepast of genegeerd.
Navolgbaarheid	Je legt schriftelijk en/of visueel vast hoe je AI hebt ingezet. Dit kan met prompts, screenshots, links naar gesprekken, een logboek of een korte uitleg als bijlage. Docenten moeten kunnen zien welke stappen je hebt genomen en welke rol AI heeft gespeeld in jouw proces.
Transparantie	Je maakt in je verslag, presentatie of product duidelijk wanneer en waarvoor je AI hebt gebruikt, bijvoorbeeld in een logboek of bijlage. Zo is voor iedereen inzichtelijk hoe je te werk bent gegaan en voorkom je onduidelijkheid of verwarring.
Zoek de bron	Je moet altijd de oorspronkelijke, controleerbare bron van feiten, quotes of modellen kunnen noemen of aanwijzen. AI is geen geldige primaire bron: je zoekt zelf naar betrouwbare bronnen die voldoen aan de eisen van je opleiding.

Doel	Wat doet AI?	Wat doe jij?
Argumenten checken	AI controleert of je argumenten logisch en duidelijk zijn, en helpt ze te verbeteren.	Je onderbouwt elk argument zelf en kunt uitleggen waarom je het gebruikt.
Data-analyse	AI zoekt patronen, verbanden of inzichten in (volledig anonieme en veilige) data.	Je gebruikt alleen anonieme en veilige data, zorgt voor transparantie, en legt uit hoe de analyse tot stand kwam in samenwerking met AI.
Denkondersteuning	AI helpt je opties, voor- en nadelen en argumenten op een rij te zetten.	Jij neemt de uiteindelijke beslissing en kunt uitleggen waarom je die keuze hebt gemaakt.
Media	AI maakt ondersteunende media (zoals afbeeldingen, video's of geluid).	Je vermeldt altijd hoe en waarvoor AI-media is gebruikt, en refereert volgens APA.
Opzet	AI helpt bij het opzetten van bijvoorbeeld een onderzoek, interviewvragen of methodes.	Je houdt zelf de regie: je kiest, beoordeelt en licht toe welke suggesties je wel of niet gebruikt.
Schrijfhulp	AI helpt je op gang met schrijven of maakt alternatieve versies/voorstellen.	Je laat zien hoe je met AI hebt samengewerkt en welke keuzes je zelf hebt gemaakt.

 **Rood:** Het is **niet** toegestaan om generatieve AI op manieren te gebruiken die kunnen leiden tot fraude, schending van privacy of oneerlijke resultaten. Dergelijk gebruik is niet alleen onethisch, maar ook in strijd met de principes van integriteit en zelfs wetgeving. Wanneer je AI op deze manier inzet, is de kans groot dat je plagiaat of fraude pleegt en zal hiervan melding worden gemaakt bij de examencommissie van Fontys Mens en Gezondheid.










Actie	Wat mag je niet doen?	Toelichting
Auteursrecht schenden	Je mag geen auteursrechtelijk beschermd materiaal uploaden of laten verwerken door AI.	Ook niet als het online staat, zoals boeken, rapporten, PDF's of documenten waar auteursrecht op rust. Bij twijfel: niet doen.
Beslissingen maken	AI mag geen beslissingen voor jou nemen.	Jij bent altijd degene die kiest: AI mag alleen ondersteunen in je denkproces, maar niet de keuze maken. Jij blijft eindverantwoordelijke.
Brongebruik	AI mag niet als bron gebruikt worden.	AI verzint soms dingen en is niet 100% controleerbaar: check info altijd bij boeken, artikelen of experts.
Copyright schenden	Je mag geen copyright beschermd materiaal uploaden of laten verwerken door AI.	Ook niet als het online staat, zoals boeken, rapporten, PDF's of documenten waar copyright op rust. Bij twijfel: niet doen.
Data veiligheid	Je mag geen gevoelige data invoeren bij AI.	Data zoals bedrijfsgeheimen mogen nooit geüpload worden, ook niet gedeeltelijk en ook niet als je namen aanpast of weglaat.
Liegen	Je mag AI nooit vragen iets te maken dat niet waar is, niet is gebeurd of wat niet van jou is.	Geen verzonnen bronnen, geen nep-reflecties, geen ervaringen laten genereren die je niet zelf hebt gehad of gedaan, geen producten of verslagen genereren die niet van jou zijn.
Misleiden	Je mag niet verzwijgen dat je AI hebt gebruikt.	Wees altijd open over AI-gebruik, zeker bij reflecties of teksten die je inlevert.
Privacy	Je mag geen persoonsgegevens invoeren bij AI.	Dus geen namen, adressen, telefoonnummers, medische info of andere privacygevoelige informatie invoeren.
Verantwoordelijkheid	Je mag AI niet verantwoordelijk maken voor jouw werk of eindproduct.	Jij blijft altijd zelf verantwoordelijk voor hoe jij AI inzet en voor wat je inlevert: controleer de output en neem geen AI-tekst over zonder zelf te checken of het klopt.

Prompt handleiding

Wanneer je een generatieve AI een opdracht geeft, noem je die opdracht een *prompt*. De kwaliteit van de prompt bepaalt in grote mate hoe goed het antwoord van de AI is. Een vage of onduidelijke prompt levert vaak ook een slecht resultaat op. Voor verschillende soorten taken heb je vaak ook verschillende prompts nodig. Soms kun je een bestaande prompt aanpassen, maar het kan ook zijn dat je helemaal opnieuw moet beginnen. Daarom is het belangrijk dat je leert hoe je duidelijke en effectieve prompts schrijft. Het is belangrijk om te beseffen dat er niet één perfecte manier is om een prompt te schrijven. Wat goed werkt in de ene situatie, is misschien minder geschikt in een andere. Je zult dus steeds moeten inschatten wat je op dat moment nodig hebt, en daarop je prompt aanpassen.

Hieronder vind je **bouwstenen** voor sterke prompts, hoe je **effectief met AI kunt samenwerken** en **vijf kerntips** hoe je goed aan de slag kunt gaan met AI.

Bouwstenen voor prompts

 Bouwsteen	 Vraag	 Omschrijving	 Voorbeeld
 Rol / expertise	<i>Wie moet de AI zijn?</i>	Laat de AI een rol of expertise aannemen die past bij de opdracht. Zo krijg je een antwoord vanuit de juiste invalshoek.	<i>“Je bent een sportdiëtist gespecialiseerd in krachtsport.”</i>
 Opdracht	<i>Wat moet de AI voor mij doen?</i>	Formuleer een duidelijke opdracht. Vermijd vage vragen en wees specifiek.	<i>“Stel een voedingsschema op voor een student die spiermassa wil opbouwen.”</i>
 Extra informatie	<i>Wat moet de AI allemaal weten om deze opdracht goed uit te voeren?</i>	Geef achtergrondinformatie die het resultaat persoonlijk en bruikbaar maakt.	<i>“De student is 19 jaar, traint drie keer per week in de sportschool, en eet geen vlees.”</i>
 Stappenplan	<i>Welke denkstappen moet de AI nemen om tot een goed resultaat te komen?</i>	Geef aan hoe je wilt dat de AI redeneert, de opdracht uitvoert of een probleem oplost.	<i>“Analyseer eerst de voedingsbehoeften van iemand die spiermassa wil opbouwen. Geef daarna richtlijnen voor eiwitten, koolhydraten en vetten. Werk vervolgens een dagschema uit met maaltijden en tussendoortjes.”</i>
 Resultaat	<i>Hoe moet dat resultaat eruitzien?</i>	Geef aan hoe je het antwoord wilt ontvangen: kort/lang, bullet points, taal, toon, enz. Voeg eventueel voorbeelden toe.	<i>“Gebruik maximaal 300 woorden, in duidelijke bullet points. Volg het format van een standaard dagschema zoals het Voedingscentrum gebruikt: ontbijt, lunch, diner, en twee tussendoortjes, met bij elke maaltijd een korte toelichting.”</i>

Effectief samenwerken met AI

Een sterke prompt is het halve werk: samenwerken met AI doe je door er mee in gesprek te gaan. Hiervoor kun je onderstaande strategieën gebruiken. Experimenteer en kijk wat werkt.

"Stel mij verdiepende vragen zodat jouw antwoord aan mij beter wordt"
"Leg mij eerst uit wat je gaat doen, vraag mij om feedback of dat klopt"
"Ik wil dat je kritisch bent en mij ook vragen durft te stellen"
"Laten we samenwerken als echte teamplayers"

Strategie	Uitleg	Voorbeeld
Ben kritisch en stel vragen	Vraag jezelf af: Is dit logisch? Past dit bij mijn opdracht? Stel die vragen ook aan AI.	<i>"Is deze formulering duidelijk genoeg? Of moet ik het anders opschrijven?"</i>
Combineer theorie met de praktijk	Gebruik kennis uit boeken/artikelen én wat je ziet of hoort in de praktijk (bijvoorbeeld je stageplek).	<i>"Ik heb dit gelezen en dat meegemaakt. Hoe kan ik die combineren in mijn analyse?"</i>
Gebruik beoordelingscriteria	Kijk waarop je wordt beoordeeld en vraag hoe je op het hoogste niveau scoort.	<i>"Leg me uit hoe ik op dit onderdeel zo goed mogelijk kan scoren volgens de criteria?"</i>
Laat AI kritisch zijn	Vraag om eerlijk en streng advies. Je leert meer van kritische feedback dan van een compliment.	<i>"Beoordeel dit alsof jij mijn beoordelaar bent. Wat zou je teruggeven?"</i>
Specifieke voorbeelden afdwingen	Vraag altijd om voorbeelden die passen bij jouw soort opdracht of situatie.	<i>"Geef een paar voorbeelden die passen bij dit type opdracht of doelgroep."</i>
Stap voor stap werken	Werk in stappen en ga pas verder naar de volgende stap als de vorige helemaal duidelijk is.	<i>"Ik ben tevreden over deze stap, ga door naar de volgende"</i>

Strategie	Uitleg	Voorbeeld
Sturen op kwaliteit	Laat duidelijk weten dat je het beste resultaat wilt en vraag hoe het nog beter kan.	<i>“Hoe zou ik dit kunnen verbeteren om echt het maximale eruit te halen?”</i>
Werk iteratief	Werk in kleine stappen en verbeter samen met AI. Geef aan wanneer je door wil of iets nog niet goed is.	<i>“Deze versie is beter. Kun je het concreter of korter maken?”</i>
Zet structuur centraal	Stuur actief op structuur in je onderzoek, ontwerp of tekst. Vraag AI om de opbouw te verbeteren of bewaken.	<i>“Kun je dit herschrijven met een duidelijke structuur en logische volgorde?”</i>

Vijf kerntips

1. Vraag de AI om hulp bij opdrachten en taken of laat het jou stap voor stap zien hoe je die kunt uitvoeren.
2. Overleg met de AI alsof je met een studiegenoot of collega praat: gebruik heldere, concrete taal voor het beste resultaat.
3. Geef je doel en context en blijf doorvragen tot het antwoord precies past bij wat jij nodig hebt: hoe meer relevante details, hoe beter de output.
4. Vraag de AI om jou te interviewen: laat het verdiepende vragen stellen, zodat het precies snapt wat je zoekt en je een sterker resultaat krijgt.
5. Factcheck zelf: controleer altijd je bronnen. AI helpt je vooruit, maar jij bepaalt of het klopt: vooral bij onderwerpen die je nog niet (goed) kent.