

Veilig gebruik van ChatGPT



*White paper voor iedereen die op een veilige manier
gebruik wil maken van ChatGPT!*

Opgesteld in samenwerking met ChatGPT

Inhoudsopgave

1. Waarom deze whitepaper?	3
2. Wat gebeurt er met je data?	3
3. Verschillen tussen ChatGPT Free, Plus en Teams	3
4. Instelling 'Model verbeteren voor iedereen'	4
5. Werken met eigen GPT's	4
6. Wat kun je beter wel en niet doen met ChatGPT?	5
7. Geheugenfunctie in ChatGPT	6
8. Aanbevolen werkwijze	7
9. Vijf belangrijkste tips!	7
10. Veelgestelde vragen (FAQ).....	8

1. Waarom deze whitepaper?

ChatGPT verovert razendsnel een plek in het dagelijks werk van steeds meer organisaties. Misschien gebruik je het al, of ben je benieuwd wat je ermee kunt. Deze gids helpt je op weg.

Hierin leggen we je uit wat er met je gegevens gebeurt, hoe je veilig werkt met verschillende versies van ChatGPT en waar je op moet letten als je zelf een GPT bouwt. Zo kun je ChatGPT met vertrouwen inzetten, zonder zorgen over privacy of datadeling.

Deze whitepaper is opgesteld in samenwerking met ChatGPT zelf en biedt praktische inzichten, met oog voor veiligheid en gebruiksgemak.

2. Wat gebeurt er met je data?

Zodra je een vraag stelt, een bestand uploadt of een tekst invoert, wordt die informatie verwerkt op de servers van OpenAI. Wat er daarna gebeurt, hangt af van de instellingen die je gebruikt en het type abonnement dat je hebt.

- **Gratis of Plus-account (standaardinstellingen):** je data wordt opgeslagen en kan worden gebruikt om het model verder te trainen.
- **Plus-account met 'chatgeschiedenis en training' uitgeschakeld:** je data wordt maximaal 30 dagen tijdelijk bewaard, maar niet gebruikt voor training.
- **ChatGPT Teams of Enterprise:** je data wordt niet gebruikt voor training en valt onder strengere privacyvoorwaarden.

Je hebt dus zelf invloed op wat er met je input gebeurt!

3. Verschillen tussen ChatGPT Free, Plus en Teams

De versie van ChatGPT die je gebruikt, bepaalt hoe er met je gegevens wordt omgegaan.

Onderstaand overzicht laat je in één oogopslag de verschillen zien:

Functie	Free (gratis) versie	Plus versie	Teams versie
Toegang tot GPT-4	Nee	Ja	Ja
Data gebruikt voor training	Ja	Ja (tenzij uit)	Nee
Training uit te zetten	Nee	Ja	Niet nodig (staat standaard uit)
Teambeheer en rechten	Nee	Nee	Ja
Privacybescherming	Beperkt	Redelijk	Hoog

Tip: werk je met klantinformatie of andere gevoelige data? Dan is ChatGPT Teams de meest veilige keuze. Voor de Chat GPT Teams versie is een GDPR-verklaring beschikbaar!

Deze gids is opgesteld op basis van de kennis en functionaliteit van ChatGPT tot en met april 2025. Het kan zijn dat instellingen of de werkwijze van ChatGPT na die datum veranderen. Tot die tijd: blij nieuwsgierig, denk kritisch en gebruik AI met vertrouwen.

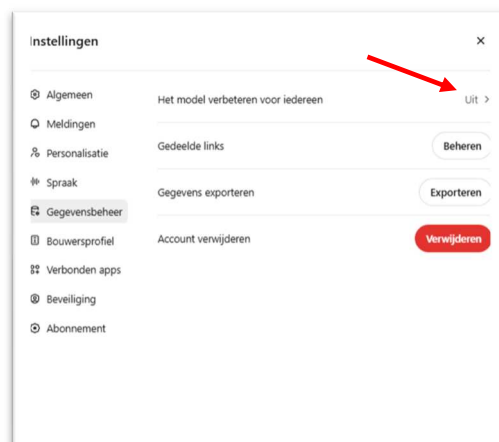
4. Instelling ‘Model verbeteren voor iedereen’

Een van de belangrijkste instellingen binnen ChatGPT is de keuze of jouw input mag worden gebruikt om het model te verbeteren. Deze optie heet ‘het model verbeteren voor iedereen’.

Door hier bewust mee om te gaan, bepaal je zelf in hoeverre jouw data wordt bewaard en mogelijk hergebruikt.

Zet je deze instelling uit, dan:

- Worden je gesprekken niet opgeslagen in je chatgeschiedenis
- Draagt je input niet bij aan modeltraining
- Wordt je data nog wel 30 dagen tijdelijk opgeslagen voor veiligheidsdoeleinden



Je schakelt dit uit via Instellingen > Gegevensbeheer

Let op: deze instelling is niet beschikbaar bij het Free-account.

5. Werken met eigen GPT's

Als je zelf een GPT bouwt, geldt jouw eigen accountinstelling voor alles wat jij invoert. Maar zodra anderen jouw GPT gebruiken, zijn hun instellingen bepalend. Als zij 'chatgeschiedenis en training' aan hebben staan, dan kunnen hun gesprekken met jouw GPT alsnog worden gebruikt om het model te verbeteren.

Daarom is het extra belangrijk om bij het toevoegen van een kennisdocument goed te letten op de optie 'gespreksgegevens gebruiken om onze modellen te verbeteren'. Zet dit vinkje **uit** als je werkt met vertrouwelijke informatie, zodat gesprekken met jouw GPT niet bijdragen aan modeltraining – ongeacht wie hem gebruikt.

Je schakelt dit uit door te kiezen voor ‘GPT bewerken’ en scroll helemaal naar onderen. Klik vervolgens op ‘Additionele instellingen’ en haal dan het vinkje weg.



6. Wat kun je beter wel en niet doen met ChatGPT?

ChatGPT is een krachtige en veelzijdige tool die je op allerlei manieren kunt inzetten. Toch is het goed om vooraf even stil te staan bij wat je ermee doet. Niet alles wat handig lijkt, is ook verstandig.

Maak daarom bewuste keuzes in wat je wel en beter niet deelt via ChatGPT. Gebruik het dus met gezond verstand!

Wat kan prima?

- Brainstormen, herschrijven of structureren van openbare of generieke teksten
- Samenvattingen van niet-vertrouwelijke bronnen
- Sparren over ideeën of concepten

Wat liever niet:

- Uploaden van klantgegevens, offertes of concurrentiegevoelige documenten
- Invoeren van persoonsgegevens zoals BSN, adres of telefoonnummers
- Gebruiken voor beleidsstukken die nog niet openbaar zijn

ChatGPT is als een goede sparringpartner, slim, maar geen kluis!

7. Geheugenfunctie in ChatGPT

Naast de 'gewone chatgeschiedenis' beschikken sommige accounts van ChatGPT ook over een geheugenfunctie. Hiermee kan de AI informatie over jouw voorkeuren of werkwijze onthouden, zodat je gesprekken consistenten worden.

Dat klinkt handig – en dat is het ook – maar er kleven ook aandachtspunten aan. Hoe werkt het en waar moet je op letten?

Wat houdt de geheugenfunctie in?

- Geheugenitems (gegevens over jezelf, je stijl en voorkeuren) blijven bewaard, tenzij je ze zelf wist
- Deze zijn gekoppeld aan jouw account en niet zichtbaar voor anderen

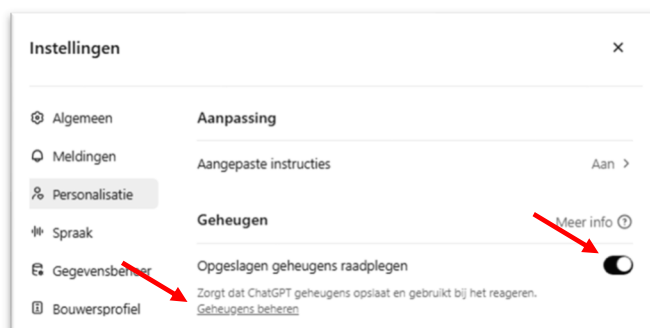
Let op: De geheugenfunctie zorgt ervoor dat ChatGPT informatie uit eerdere gesprekken kan blijven gebruiken, zolang jij dat toestaat.

Maar of deze geheugenitems ook worden gebruikt om het AI-model verder te trainen, hangt af van de instelling 'chatgeschiedenis en training':

- **Staat deze uit?** Dan worden geheugenitems alleen gebruikt voor jouw eigen interacties, en niet om het model te verbeteren.
- **Staat deze aan?** Dan kunnen ook geheugenitems bijdragen aan de training van toekomstige versies van ChatGPT.

Je beheert het geheugen via
Instellingen > Personalisatie.

Met het schuifje kun je deze functie volledig uitzetten. Klik je op 'Geheugens beheren' dan krijg je een overzicht van wat ChatGPT over jou heeft opgeslagen.



Gebruik je het geheugen?

Bedenk dan vooraf wat je wel en niet wilt laten onthouden!

8. Aanbevolen werkwijze

Als je ChatGPT op een veilige en verantwoorde manier wilt gebruiken, is het goed om enkele basisregels te hanteren. Deze aanbevelingen helpen je om risico's te beperken en het maximale uit de tool te halen, zonder in te leveren op privacy of controle over je eigen data.

Werk je met ChatGPT in een professionele omgeving? Hanteer dan deze richtlijnen:

1. Zet 'chatgeschiedenis en training' uit (bij Plus)
2. Gebruik Teams als je werkt met gevoelige informatie
3. Deel nooit klantgegevens of vertrouwelijke documenten
4. Zet data-delen bij custom GPT's standaard uit

Zo werk je veilig, efficiënt en verantwoord met AI.

9. Vijf belangrijkste tips!

ChatGPT is een krachtige tool, mits je er bewust mee omgaat. Je bepaalt zélf hoeveel je deelt en op welke manier. Slim gebruik begint met heldere keuzes.

Vijf tips om veilig te werken met ChatGPT

1. Zet 'chatgeschiedenis en training' uit als je een Plus-account hebt
2. Deel geen vertrouwelijke klant- of bedrijfsinformatie
3. Kies voor ChatGPT Teams als je structureel met privacygevoelige info werkt
4. Schakel datadeling uit bij het bouwen van GPT's
5. Twijfel je? Vraag het ChatGPT zelf. Je krijgt een eerlijk antwoord!

10. Veelgestelde vragen (FAQ)

1. Is ChatGPT veilig?

Ja, mits je de juiste instellingen gebruikt en je bewust bent van wat je invoert.

2. Wordt mijn input gedeeld met anderen?

Nee, zolang je 'training' uitschakelt of met Teams werkt.

3. Mag ik klantgegevens of offertes uploaden?

Alleen als je in een Teams-omgeving werkt met duidelijke afspraken. In andere gevallen liever niet.

4. Wat gebeurt er als ik een GPT maak?

De GPT volgt jouw instellingen. Anderen die hem gebruiken vallen onder hun eigen instellingen.

5. Hoe controleer ik mijn instellingen?

Ga naar *Instellingen* > *Data controls* en zet 'chatgeschiedenis en training' uit.

6. Herinnert ChatGPT zich dingen over mij?

Ja, als het geheugen aanstaat. Je kunt dit beheren of uitschakelen.

7. Wat is het verschil tussen tijdelijke opslag en geheugen?

Tijdelijke opslag gebeurt automatisch voor veiligheidscontrole, geheugen is bewust geactiveerd en blijft langer actief.

8. Kan ik al mijn gegevens verwijderen uit het geheugen?

Ja, via *Instellingen* > *Gegevensbeheer* en *Geheugeninstellingen*.

9. Wat als iemand anders mijn GPT gebruikt?

Dan geldt diens instelling. Bij training 'aan' wordt diens input gebruikt voor modelverbetering.

10. Is het verstandig om andere mensen mijn account te laten gebruiken?

Nee, dat is sterk af te raden. Elk account is gekoppeld aan een individuele gebruiker en diens instellingen. Als iemand anders jouw account gebruikt, deelt die persoon in feite namens jou informatie met ChatGPT. Daardoor loop je risico dat data onbedoeld wordt opgeslagen of gebruikt voor training. Gebruik liever een eigen account per gebruiker, zodat iedereen veilig en transparant kan werken.