Debatt | Kunstig intelligens

Kunstig intelligens får skylden for et enormt strømforbruk den ikke har

Morten Goodwin *Professor, Universitetet i Agder*
Karl Audun Borgersen *Stipendiat, Universitetet i Agder*
Rebekka Olsson Omslandseter *Førsteamanuensis, Universitetet i Agder*

▶Lytt til artikkelen • 4 min



Noen hevder at hvert spørsmål til ChatGPT krever like mye energi som å lade mobilen 40 ganger, skriver innleggsforfatterne, som mener påstanden ikke henger på greip. *Illustrasjonsfoto: Junge, Mia Oshiro / NTB*

Spørsmålet bør ikke bare være hvor mye energi KI krever, men hvilken verdi

Aftenposten

Bli abonnent

Nyhetsbrev:Morgenbrief

Daglig | Gratis
Få en kjapp oversikt over de største nyhetene, rett i innboksen, hver morgen.
Meld deg på

Debatten om kunstig intelligens (KI), særlig språkmodeller som ChatGPT og Copilot, oversvømmes av stadig mer oppblåste påstander om hvor mye strøm teknologien sluker.

Noen hevder at hvert spørsmål til ChatGPT krever like mye energi som å lade mobilen 40 ganger. Andre maler et bilde av KI-modeller som om de «sluker store mengder vann». Selv statsminister Jonas Gahr Støre (Ap) har uttalt at KI «sprenger alle grenser for strømforbruk».

Resultatet er blitt en overdreven karikatur av KI som vår tids digitale miljøversting. Når slike forestillinger får fotfeste samtidig som KI bygges ut i Norge, ser mange for seg både klimamål og strømregninger på avveie.

Kunstig intelligens krever strøm

Kunstig intelligens krever strøm – slik alle andre digitale tjenester også gjør, som å svare på e-poster, skrolle på Instagram eller lese en nettavis.

Språkmodellene forbruker mer strøm enn disse, for her skjer energiforbruket i to faser: først under treningen og deretter når vi tar den i bruk. Når vi ber ChatGPT skrive en konfirmasjonstale eller lage en illustrasjon til en presentasjon, skjer alle beregningene på en stor datamaskin et sted som må kjøles ned. Det er nettopp her mesteparten av forbruket finner sted.

KI bruker energi og må utvikles med lavt klimafotavtrykk som en prioritet, men debatten må være faktabasert.

Vi kan undersøke strømforbruket

OpenAI-sjef Sam Altman sier at en gjennomsnittlig instruksjon til ChatGPT krever 0,34 wattimer.

Som leder for et kommersielt selskap har han interesse av å tone ned energiforbruket. Derfor har vi valgt å undersøke dette selv.

Aftenposten Bli abonnent

energibruken til flere av de mest kjente modellene, blant annet OpenAIs GPT-OSS og kinesiske Deepseek. Vi har tilgjengeliggjort en utdypende folkelig forklaring av metoden samt en sammenligning med andre hverdagsprodukter.

Når en språkmodell kjøres direkte på mobilen, uten kobling til nettet, blir det tydelig at påstanden om å måtte lade telefonen 40 ganger for hvert spørsmål ikke henger på greip.

> Du kan altså stille ChatGPT nesten 7500 spørsmål før du har brukt like mye energi som en runde klestørking

Strømforbruket til ChatGPT og Microsoft Copilot kan ikke måles siden begge tjenestene er helt lukket for innsyn. Men modellene vi har testet, er ganske like og scorer blant de beste, i enkelte tilfeller bedre, enn de kommersielle språkmodellene.

Det faktiske strømforbruket

Det totale strømforbruket avhenger både av hvilken språkmodell som brukes, og hvor lang tid modellen bruker for å svare.

Når vi for eksempel gir instruksjoner til GPT-OSS (som ligner veldig ChatGPT), ligger strømforbruket i snitt på rundt 60 watt. Hvis forespørselen tar ett minutt, noe som ikke er helt uvanlig i testen vår, havner det totale strømforbruket på én sekstidel, altså omtrent 1 wattime. Det er omtrent like mye som en klassisk lyspære som får lyse i seks minutter, og merkbart mer enn OpenAI selv rapporter.

Begge tall kan allikevel stemme, for OpenAI har sannsynligvis effektivisert forespørslene bedre enn vi har. Uansett er det omtrent en førtiendel av en mobillading, eller nesten en 7500-del av tørketrommelens forbruk.

Du kan altså stille ChatGPT nesten 7500 spørsmål før du har brukt like mye energi som en runde klestørking.

Aftenposten

Bli abonnent

energimengden brukt av en språkmodell kan hjelpe en dyslektiker med skoleoppgaver, kvalitetssikre en rapport fra offentlig sektor eller oversette lærebøker til språk barn forstår.

Spørsmålet bør derfor ikke bare være hvor mye energi KI krever, men hvilken verdi den skaper pr. kilowattime.

Diskusjonen om energibruk trenger ikke flere skremsler, men forskningsbaserte tall. Når vi overdriver forbruket, mister vi evnen til å se nyansene og risikerer å bremse en teknologi som kan gjøre samfunnet mer effektivt og bedre.

Vis kommentarer

Kopier lenke

Tips oss

Les videre



Debatt | 10. november 2025

Kunstig intelligens er faktisk «vår tids digitale klimaversting»



Debatt | 20. november 2025

Googles KI fordreier kunnskap

Aftenposten

Bli abonnent



Debatt | 5. november 2025

Vi må slutte å bruke KI i kunnskapsarbeid

Kunstig intelligens | Språkmodeller | Strømforsyning

Tilbake til forsiden

Tips oss
Send inn debattinnlegg
Endringslogg
Slik jobber vi i Aftenposten

Sjefredaktør og adm. direktør: **Trine Eilertsen**
Nyhetsredaktør: **Tone Tveøy Strøm-Gundersen**
Politisk redaktør: **Kjetil B. Alstadheim**
Kulturredaktør: **Cecilie Asker**
Debattredaktør: **Erik Tornes**

Aftenposten

Bli abonnent

Personvernpolicy

Informasjonskapsler

Tilsynsorgan: **Medietilsynet**

Alt innhold er opphavsrettslig beskyttet. © Aftenposten. Aftenposten arbeider etter Vær Varsom-plakatens regler for god presseskikk. Aftenposten har ikke ansvar for innhold på eksterne nettsider som det lenkes til. Kopiering av materiale fra Aftenposten for bruk annet sted, crawling, skraping, indeksering (for eksempel tekst og datamining) er ikke tillatt uten avtale.

Aftenposten sentralbord: **Tlf. 22 86 30 00** – Adresse: **Akersgata 55, 0180 Oslo**

Schibsted

Aftenposten er en del av Schibsted Media. Schibsted Media AS er ansvarlig for dine data på dette nettstedet. Les mer