

AI LITERACY

Οδηγός για γονείς

Η δημιουργική τεχνητή νοημοσύνη (GenAI) γίνεται μέρος της καθημερινής μας ζωής. Και τα παιδιά σας πιθανότατα τη χρησιμοποιούν ήδη για το σπίτι ή για ψυχαγωγία, αν και μπορεί να μην το συνειδητοποιείτε. Η συζήτηση για την ΤΝ ως οικογένεια βοηθά τα παιδιά να τη χρησιμοποιούν υπεύθυνα και θετικά. Αυτός ο οδηγός είναι εδώ για να σας βοηθήσει να ξεκινήσετε αυτές τις συζητήσεις, ακόμη και αν δεν είστε ειδικός. Μείνετε περίεργοι, διατηρήστε έναν ανοιχτό διάλογο και εξερευνήστε το GenAI μαζί με το παιδί σας. Είναι ένα ταξίδι ανακάλυψης και για τους δυο σας.

1. ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

✳️ **Ακούστε τα παιδιά σας και μάθετε μαζί τους.** Αφιερώστε χρόνο για να κατανοήσετε την οπτική τους για την ΤΝ, η οποία μπορεί να είναι πολύ διαφορετική από τη δική σας άποψη της τεχνολογίας.

✳️ **Να είστε θετικοί απέναντι στην ΤΝ...** Δείξτε στα παιδιά τις ευκαιρίες της ΤΝ, ώστε να μπορούν να την αξιοποιήσουν με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

✳️ **... αλλά ισορροπημένα.** Επισημάνετε τα οφέλη, αλλά αναγνωρίστε επίσης τους εξελισσόμενους κινδύνους που συνοδεύουν την τεχνολογική πρόοδο.

✳️ **Κάντε το παιδί σας να νιώθει άνετα να σας μιλήσει για οποιοδήποτε ανησυχία ή ζήτημα...** Είναι σημαντικό να λέτε στο παιδί σας ότι μπορούν να απευθύνονται σε εσάς αν αντιμετωπίσουν δυσκολίες στο διαδίκτυο. Μάθετε μερικές συμβουλές από τη [UNICEF](#) και την [Bodhini](#).

✳️ **... και να προσέχετε τον τρόπο με τον οποίο απαντάτε όταν τα παιδιά σας απευθύνονται σε εσάς για οποιοδήποτε θέμα.** Ως γονέας, μπορεί να είναι εκπληκτικό, ακόμη και τρομακτικό όταν τα παιδιά μας μοιράζονται κάτι που αντιμετωπίσαν στο διαδίκτυο. Μάθετε πώς να αντιδράσετε στη [UNICEF](#).

✳️ **Μην απαγορεύετε ...** Για τα παιδιά ηλικίας 13 ετών και άνω, οι άμεσες απαγορεύσεις είναι συχνά ακατάλληλες για να είναι

αποτελεσματικές και μπορεί να γυρίσουν μπουμερανγκ, κάνοντας τις πλατφόρμες πιο δελεαστικές ή ωθώντας τα παιδιά να τις χρησιμοποιούν κρυφά.

✳️ **... αλλά θέστε όρια για τις ανθυγιεινές χρήσεις.** Εξηγήστε και αναπτύξτε μαζί με τα παιδιά σας κανόνες για το τι δεν πρέπει ποτέ να κάνουν με το GenAI, όπως το να αντιγράφουν στις ασκήσεις στο σπίτι, τη δημιουργία επιβλαβών, βίαιων ή περιεχόμενο ενήλικων, ή τη χρήση του για να παρενοχλήσουν ή να προσβάλουν άλλους.

✳️ **Να είστε περίεργοι...** Ρωτήστε τα παιδιά σας γιατί χρησιμοποιούν αυτές τις πλατφόρμες, τι τους αρέσει ή δεν τους αρέσει σε αυτές και ποιες ανάγκες ή κίνητρα μπορεί να είναι πίσω από τη χρήση τους.

✳️ **... αλλά μην γίνεστε παρανοϊκοί.** Εμπιστευτείτε και σεβαστείτε την ιδιωτική ζωή των παιδιών, ώστε να μη διαβρωθεί η σχέση σας μαζί τους. Μάθετε να διαχειρίζεστε την ψηφιακή γονική μέριμνα και το άγχος στο [Common Sense Media](#).

✳️ **Επικοινωνήστε έγκαιρα και συχνά σχετικά με το ρόλο της τεχνολογίας στη ζωή της οικογένειάς σας.** Μιλήστε για ευαίσθητα θέματα, όπως το περιεχόμενο για ενήλικες, ο σεξουαλικός εκβιασμός (sexortion, κ.λπ.), συχνά και σε νεαρή ηλικία. Πρέπει να είναι μια κανονική και συνεχής συζήτηση.



ΑΝΤΙΛΗΨΗ ΤΩΝ ΓΟΝΕΩΝ

Επικοινωνία



37%*

των γονέων των οποίων οι έφηβοι χρησιμοποιούν GenAI, ήταν πραγματικά ενήμεροι γι' αυτό

49%*

των γονέων δηλώνουν ότι δεν έχουν μιλήσει για το GenAI με το παιδί τους



Ανησυχώ ότι η συχνή χρήση της τεχνητής νοημοσύνης μπορεί να μειώσει την ικανότητα του παιδιού να σκέφτεται, να αναλύει, να δημιουργεί, καθώς τα πάντα μπορεί να παράγονται από την τεχνητή νοημοσύνη.



Μακάρι να ήξερα περισσότερα για τις ικανότητες και τις δυνατότητες των εφήβων μου όσον αφορά τη χρήση της ΤΝ.



* Πηγή: Δρ. [Common Sense Media](#). Η αυγή της εποχής της τεχνητής νοημοσύνης: Οι έφηβοι, οι γονείς και η υιοθέτηση της δημιουργικής ΤΝ στο σπίτι και στο σχολείο. 2024.

Όλα τα υπόλοιπα στοιχεία προέρχονται από: [UNICRI](#). [Ανιχνεύοντας τα γονέων σχετικά με τη χρήση συστημάτων γεννητικής τεχνητής νοημοσύνης από τους εφήβους](#). 2023.

2. ΜΑΘΗΣΗ

- ✳ **Μάθετε τα βασικά της τεχνητής νοημοσύνης** και αναζητήστε στο διαδίκτυο οτιδήποτε δεν καταλαβαίνετε. Εξερευνήστε τα μαθήματα AI literacy στο [ITU](#) ή τα [Elements of AI](#).
- ✳ **Δοκιμάστε τα εργαλεία για τον εαυτό σας** και δοκιμάστε τα σαν να ήσασταν παιδί (για παράδειγμα, αλλάζοντας την ημερομηνία γέννησης).
- ✳ **Ενημερωθείτε για τους τρέχοντες κινδύνους και τα οφέλη** της Τεχνητής Νοημοσύνης που είναι σχετικά στη χρήση των παιδιών σας.

✳ **Εξερευνήστε τις θετικές και δημιουργικές χρήσεις** της ΤΝ για τα παιδιά, όπως για τη δημιουργία τέχνης και μουσικής, την εξάσκηση γλωσσικών δεξιοτήτων, τη συγγραφή ιστοριών ή την εξατομικευμένη μάθηση. συμμετοχή σε

- ✳ **Μάθετε για την ανάπτυξη των παιδιών** και τον αντίκτυπο που μπορεί να έχει το GenAI στη γνωστική, συναισθηματική και κοινωνική τους ανάπτυξη. Βρείτε πληροφορίες στη διεύθυνση [Everyone.AI](#).

3. ΕΞΗΓΗΣΗ

- ✳ **Τονίστε ότι τα AI chatbots δεν είναι πραγματικοί άνθρωποι.** Δεν σκέφτονται και δεν μπορούν να αντικαταστήσουν τους ανθρώπους - είναι εργαλεία λογισμικού που προβλέπουν λέξεις με βάση μοτίβα.
- ✳ **Μιλήστε τόσο για τους κινδύνους όσο και για τα οφέλη της χρήσης της ΤΝ.**
- ✳ **Ενθαρρύνετε την κριτική σκέψη σχετικά με το πότε και πώς** θα χρησιμοποιήσετε τη GenAI.
- ✳ **Δείξτε πώς να σχεδιάζετε καλές προτροπές και να ελέγχετε τις απαντήσεις της τεχνητής νοημοσύνης** για να έχετε καλά αποτελέσματα από το GenAI.

- ✳ **Μάθετε στα παιδιά σας να αυτορυθμίζονται**

και να αναγνωρίζουν πότε επηρεάζονται αρνητικά από την τεχνολογία...

- ✳ **... και να προσέχετε τη δική σας χρήση της τεχνητής νοημοσύνης.** Εμπλέξτε τα παιδιά σας στο σεβασμό για κοινά όρια και υγιείς συνήθειες.

- ✳ **Κάντε το διασκεδαστικό!** Η εξερεύνηση της τεχνητής νοημοσύνης με παιγνιώδη τρόπο βοηθά τα παιδιά να τη δουν ως ένα εργαλείο για ανακάλυψη και δημιουργικότητα και όχι μόνο για να παίρνουν εύκολες απαντήσεις.

4. ΕΠΟΠΤΕΙΑ

- ✳ **Υποστηρίξτε τα παιδιά σας στην επιλογή του κατάλληλου εργαλείου** για το σκοπό και την ηλικία τους. Μάθετε περισσότερα στο [Common Sense Media](#).
- ✳ **Χρησιμοποιήστε ένα εργαλείο ΤΝ μαζί με το παιδί σας** για κοινές δραστηριότητες, όπως μια σχολική εργασία ή μια διασκεδαστική δημιουργική εργασία. Αυτό σας βοηθά και τους δύο να δείτε τους διαφορετικούς τρόπους με τους οποίους η ΤΝ μπορεί να είναι χρήσιμη στη σχολική και οικογενειακή ζωή...
- ✳ **... και έλεγχος των γεγονότων μαζί.** Βάλτε το παιδί σας να ρωτήσει το εργαλείο AI για ένα θέμα που γνωρίζει πολύ καλά. Στη συνέχεια, συγκρίνετε την απάντηση της ΤΝ με όσα γνωρίζουν ότι ισχύουν και να συζητήσουν τυχόν λάθη ή κενά.
- ✳ **Ελέγξτε αν το παιδί σας βασίζεται στους κοινωνικούς συντρόφους της ΤΝ** για σύνδεση και υποστήριξη. Αυτά τα εργαλεία μπορεί να είναι ακατάλληλα για τα παιδιά, καθώς μπορούν να να δημιουργήσουν ανθυγιεινή συναισθηματική εξάρτηση

ή ακόμη και να προσφέρουν ακατάλληλες ή επιβλαβείς συμβουλές. Μάθετε περισσότερα στο [Common Sense Media](#).

- ✳ **Παρακολουθήστε την ευημερία του παιδιού σας και τη χρήση της τεχνολογίας,** αναζητήστε σημάδια μοναξιάς, συναισθηματικών δυσκολιών ή αλλαγών στη συμπεριφορά. Ο χρόνος που περνούν τα παιδιά στις συσκευές τους και ο τρόπος χρήσης μπορεί να αντανακλούν άλλες βαθύτερες προκλήσεις.

- ✳ **Ενημερωθείτε για τις επιλογές γονικού ελέγχου,** όπως όρια χρόνου οθόνης, φίλτρα περιεχομένου και περιορισμοί στις αγορές εντός εφαρμογών.

- ✳ **... αλλά να ξέρετε πότε να κάνετε ένα βήμα πίσω.** Καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν, ο έλεγχος πρέπει να παραχωρείται στην εμπιστοσύνη για να αποφύγετε την αντιδραστικότητα.

- ✳ **Μιλήστε με τους δασκάλους των παιδιών σας** για το αν και πώς χρησιμοποιούν τεχνολογίες τεχνητής νοημοσύνης στο σχολείο.



Μάθηση

87%

των γονέων που χρησιμοποιούν τακτικά το GenAI πιστεύουν ότι η τεχνολογία μπορεί να έχει θετικό αντίκτυπο στα παιδιά τους.

Από τους γονείς που δεν είναι εξοικειωμένοι με το GenAI, μόνο

το 23% μπορεί να δει θετικό αντίκτυπο

44%

των γονέων αισθάνονται ότι

των γονέων δεν έχουν χρησιμοποιήσει ποτέ GenAI στο παρελθόν!

δεν έχουν επαρκείς γνώσεις σχετικά με το πώς να χρησιμοποιούν υπεύθυνα τα εργαλεία τεχνητής νοημοσύνης για να καθοδηγήσουν τα παιδιά τους.



Εξηγώντας την ΤΝ

93%

των γονέων πιστεύουν ότι οι έφηβοι πρέπει να έχουν βασικές πληροφορίες για την ΤΝ πριν τη χρησιμοποιήσουν

20%

των γονέων πιστεύουν ότι το έφηβο παιδί τους έχει προχωρημένο επίπεδο γνώσεων για την ΤΝ

41%

76%

των γονέων πιστεύουν ότι ο αλφαριθμητισμός σε θέματα τεχνητής νοημοσύνης θα πρέπει να εισαχθεί στα σχολικά προγράμματα σπουδών

των γονέων πιστεύουν ότι το έφηβο παιδί τους γνωρίζει πώς να χρησιμοποιεί την ΤΝ με υπευθυνότητα

Διακριτική εποπτεία



40%

των γονέων δεν παρακολουθούν τον τρόπο με τον οποίο το έφηβο παιδί τους χρησιμοποιεί το GenAI

35%

των γονέων δήλωσαν ότι δεν γνωρίζουν αν τα παιδιά τους χρησιμοποιούν εργαλεία GenAI για προσωπικούς σκοπούς

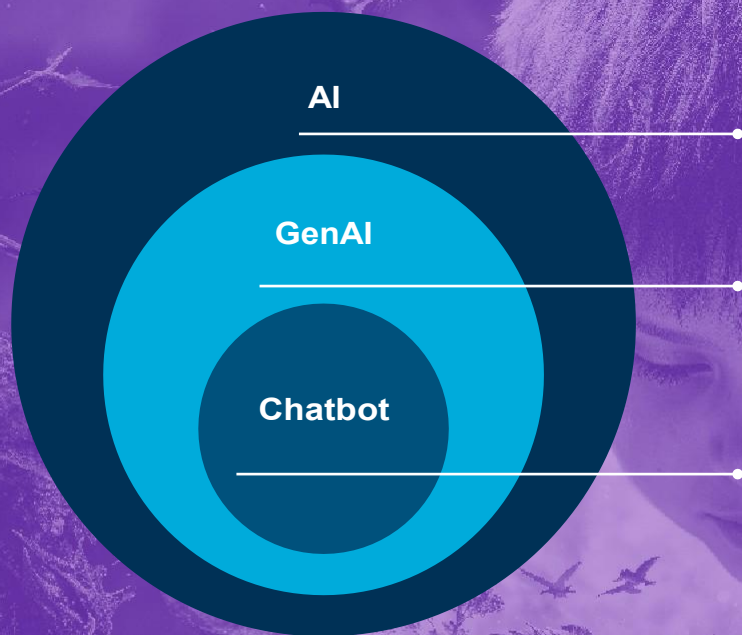
46%

των γονέων συμφωνούν ότι τα AI chatbots θα πρέπει να περιορίζονται για τους εφήβους μέχρι να υπάρξει κατάλληλη ρύθμιση σε ισχύ

82%

των γονέων δεν πιστεύουν ότι τα παιδιά τους περνούν πολύ χρόνο συνομιλώντας με AI chatbots

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ GEN AI;



Ο ευρύς, γενικός τομέας που επικεντρώνεται στη δημιουργία μηχανών ικανών να εκτελούν εργασίες που συνήθως απαιτούν ανθρώπινη νοημοσύνη.

Ένα υποσύνολο της AI που έχει σχεδιαστεί για να μιμείται την ανθρώπινη δημιουργικότητα και να παράγει νέο περιεχόμενο σε διάφορα μέσα.

Ένα εργαλείο συνομιλίας που μπορεί να χρησιμοποιήσει το GenAI για τη δημιουργία κειμένου, εικόνων ή άλλων εκρών με βάση οδηγίες.

Το GenAI είναι ένας τύπος τεχνητής νοημοσύνης που μπορεί να δημιουργήσει νέο περιεχόμενο, όπως κείμενο, εικόνες, μουσική ή κώδικα, μαθαίνοντας πρότυπα από τα δεδομένα εκπαίδευσης, συμπεριλαμβανομένων τεράστιων ποσοτήτων κειμένου από διαδικτυακά βιβλία, ιστότοπους και άρθρα. Το GenAI χρησιμοποιείται συνήθως με τη μορφή "ρομπότ συνομιλίας", όπως το ChatGPT ή το Gemini, τα οποία δημιουργούν απαντήσεις συνομιλίας με βάση το τι πληκτρολογούν οι χρήστες. Είναι ενδιαφέρον ότι αυτά τα μοντέλα δεν κατανοούν στην πραγματικότητα τη γλώσσα όπως οι άνθρωποι. Απλώς μαντεύουν ποιες λέξεις είναι πιθανό να ακολουθήσουν με βάση παραδείγματα από τα δεδομένα εκπαίδευσής τους.

Σχετικοί όροι που πρέπει να γνωρίζετε

- ✳ **Chatbots:** εργαλεία που μπορούν να συνομιλούν μαζί σας, να απαντούν σε ερωτήσεις και να σας βοηθούν να βρείτε πληροφορίες.
- ✳ **Μεγάλα γλωσσικά μοντέλα (LLM):** Συστήματα τεχνητής νοημοσύνης που μπορούν να αναλύσουν και να δημιουργήσουν κείμενο που μοιάζει με ανθρώπινο κείμενο με βάση πρότυπα που μαθαίνονται από τεράστιες ποσότητες δεδομένων.
- ✳ **Προτροπή:** η οδηγία ή η ερώτηση που δίνετε σε ένα εργαλείο TN για να λάβετε μια απάντηση.
- ✳ **Μεροληψία TN:** Η TN μπορεί να εκπαιδευτεί σε δεδομένα των οποίων τα πρότυπα ευνοούν ορισμένες ομάδες ή απόψεις. Αυτό μπορεί να οδηγήσει στη δημιουργία φτωχού ή ακόμη και περιεχομένου βασισμένο σε διακρίσεις.
- ✳ **Ψευδαισθήσεις:** όταν ένα σύστημα TN επινοεί κάτι που δεν είναι αληθινό, αλλά το παρουσιάζει ως γεγονός, όπως π.χ. λάθος ημερομηνίες για γεγονότα.
- ✳ **Deepfake:** ένα βίντεο ή μια εικόνα που μοιάζει αληθινή αλλά έχει τροποποιηθεί ψηφιακά από την TN για να παραπλανήσει τους θεατές.
- ✳ **Κακή πληροφόρηση έναντι παραπληροφόρησης:** αναληθείς πληροφορίες που μπορούν να δημιουργηθούν τυχαία (κακή πληροφόρηση) ή σκόπιμα (παραπληροφόρηση).

Οφέλη του GenAI για τα παιδιά

- ✳ **Παραγωγικότητα:** Το GenAI μπορεί να βοηθήσει τα παιδιά να είναι πιο οργανωμένα και αποτελεσματικά, αφήνοντας περισσότερο χρόνο για μάθηση και δημιουργικότητα.
- ✳ **Μάθηση:** Με την προσαρμογή στις συγκεκριμένες ανάγκες των παιδιών, όπως η παροχή μεταφράσεων ή γρήγορων εξηγήσεων για δύσκολα θέματα σε μορφή που προτιμούν (ήχος, εικόνα, κείμενο), το GenAI μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως προσωπικός οδηγός μάθησης.
- ✳ **Δημιουργικότητα:** Τα εργαλεία GenAI μπορούν να εμπνεύσουν τη δημιουργικότητα των παιδιών, ειδικά για να ξεκινήσουν τη δημιουργική διαδικασία.

Κοινές ανησυχίες και λύσεις

✧ Γνωστική ανάπτυξη

- **Δημιουργικότητα:** Ενθαρρύνετε τα παιδιά σας να μην βασίζονται στο GenAI για ιδέες ή περιεχόμενο, καθώς αυτό μπορεί να αμβλύνει τη φαντασία και να μειώσει την πρωτότυπη σκέψη.
- **Λογική & επίλυση προβλημάτων:** αντί να αφήνετε τον GenAI να λύνει τις προκλήσεις για αυτά, βοηθήστε τα παιδιά να αναπτύξουν δεξιότητες ουσιαστικής συλλογιστικής χρησιμοποιώντας τον GenAI ως εργαλείο για να εξερευνήσουν ιδέες, να δοκιμάσουν λύσεις και να υποστηρίξουν τη διαδικασία σκέψης τους ως δάσκαλος.
- **Κριτική σκέψη:** εκπαιδεύστε τα παιδιά να μην αποδέχονται τα αποτελέσματα του GenAI χωρίς αμφισβήτηση. Ενθαρρύνετε τα να συγκρίνουν με άλλες πηγές και να εφαρμόζουν τις δικές τους αναλυτικές ικανότητες αύξησης και κρίσης.
- **Υπερβολική εξάρτηση:** η υπερβολική χρήση μπορεί να οδηγήσει σε γνωστική εξάρτηση και πνευματική τεμπελιά, γι' αυτό ενθαρρύνετε την ισορροπία στη χρήση της τεχνολογίας.

✧ Κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη

- **Κοινωνική αλληλεπίδραση:** μην αφήσετε το GenAI να μειώσει την επικοινωνία στον πραγματικό κόσμο. Προσκαλέστε τις ευκαιρίες για την ανάπτυξη της ενσυναίσθησης, της συνεργασίας και των διαπροσωπικών δεξιοτήτων μέσω των διαπροσωπικών αλληλεπιδράσεων.
- **Συναισθηματική εξάρτηση:** αν τα παιδιά αρχίσουν να βασίζονται στην TN για παρηγοριά, συμβουλές ή συντροφιά, καθοδηγήστε τα να επεξεργαστούν τα συναισθήματα, να χτίσουν ανθεκτικότητα ή να αναζητήσουν υποστήριξη από πραγματικούς ανθρώπους.
- **Αυτοεκτίμηση:** γιορτάστε την προσπάθεια και την πρόοδο των παιδιών για να αποφύγετε να βλάψετε την αυτοπεποίθησή τους σε σύγκριση με τα υαλισμένα αλλά τεχνητά αποτελέσματα της τεχνητής νοημοσύνης.
- **Ηθική ανάπτυξη:** χωρίς καθοδήγηση, η χρήση της TN μπορεί να θωλώσει τα όρια μεταξύ σωστού και λάθους, καθιστώντας δυσκολότερη τη διασφάλιση της υπευθυνότητας στη λήψη αποφάσεων.

✧ Ακρίβεια και πηγή πληροφοριών

- **Εσφαλμένη πληροφόρηση:** διδάξτε στα παιδιά ότι η τεχνητή νοημοσύνη μπορεί να παρέχει ανακριβείς ή παραπλανητικές πληροφορίες με βάση τα δεδομένα εκπαιδευτής της και πώς να επαληθεύουν τις πληροφορίες.
- **Παραπληροφόρηση & Deepfakes:** Η TN μπορεί να χρησιμοποιηθεί για τη δημιουργία σκόπιμα ψευδούς ή επιβλαβούς περιεχομένου, αναπτύξτε τον γραμματισμό των παιδιών στα μέσα ενημέρωσης για να διακρίνουν τα γεγονότα από τη μυθοπλασία.

- **Προκατάληψη:** μιλήστε για το πώς τα συστήματα TN μπορούν να αντανακλούν και να ενισχύουν τις προκαταλήψεις που βρίσκονται στα δεδομένα εκπαιδευτής τους, να έχετε επίγνωση των στρεβλών ή άδικων κοσμοθεριών.
- **Ακαδημαϊκή ανεντιμότητα:** ενθαρρύνετε την ηθική χρήση της TN ως βοήθημα μάθησης και όχι για αντιγραφή στις σχολικές εργασίες.

✧ Επιβλαβές περιεχόμενο

- **Εκφοβισμός και βλάβη:** Τα παιδιά ενδέχεται να χρησιμοποιήσουν την TN για να δημιουργήσουν επιζήμιο υλικό. Μάθετε πώς να μιλάτε με τα παιδιά σας για τη ρητορική μίσους στη [UNICEF](#).

- **Ακατάλληλο υλικό:** η TN μπορεί να δημιουργήσει ή να αποκαλύψει υλικό που είναι βίαιο ή ακατάλληλο για παιδιά. Βοηθήστε τα παιδιά να κατανοήσουν τα όρια του κατάλληλου περιεχομένου και δώστε τους τη δυνατότητα να ζητήσουν βοήθεια αν συναντήσουν κάτι που δεν τους αρέσει, όπως π.χ.

- **Σεξουαλική γλώσσα:** Η τεχνητή νοημοσύνη μπορεί να παράγει ρητή ή υπαινικτική γλώσσα ακατάλληλη για νεαρούς χρήστες, ιδίως όταν ζητείται.

- **Υλικό σεξουαλικής κακοποίησης παιδιών που παράγεται από τεχνητή νοημοσύνη:** Η τεχνητή νοημοσύνη μπορεί να χρησιμοποιηθεί καταχρηστικά για τη δημιουργία παράνομων εικόνων και βίντεο ή για την αλλοίωση νόμιμων εικόνων. Μάθετε σχετικά με αυτό το θέμα στο [UNICRI](#).

- **Εκβιασμός/εκφοβισμός:** Οι εικόνες ή τα μηνύματα που δημιουργούνται ή αλλοιώνονται από Τεχνητή Νοημοσύνη μπορούν να χρησιμοποιηθούν για την απειλή ή τον εκβιασμό παιδιών.

- **Εφαρμογές που ξεγυμνώνουν:** Ορισμένα εργαλεία τεχνητής νοημοσύνης (διαθέσιμα στα καταστήματα εφαρμογών) μπορούν να τροποποιήσουν τα θέματα φωτογραφιών ώστε να φαίνονται γυμνά, οδηγώντας σε παρενόχληση ή κακοποίηση. Κατανοήστε τα εργαλεία γυμνοποίησης στο [FOSI](#).

✧ Απόρρητο και ασφάλεια

- **Απόρρητο δεδομένων:** Διδάξτε στα παιδιά να μην μοιράζονται ποτέ προσωπικές εικόνες ή προσωπικές πληροφορίες. Τα δεδομένα αυτά θα μπορούσαν να αποθηκευτούν από εταιρείες AI, να χρησιμοποιηθούν καταχρηστικά (μεταξύ άλλων για μάρκετινγκ) ή να εκτεθούν σε παραβίαση δεδομένων.

- **Ψηφιακό αποτύπωμα:** τονίστε ότι όλα όσα μοιράζονται ή δημιουργούνται με τη χρήση TN αφήνουν ένα μόνιμο ίχνος στο διαδίκτυο, το οποίο μπορεί να επηρεάσει τη μελλοντική ιδιωτικότητα και φήμη του παιδιού-ενθαρρύνετε την προσεκτική ανάρτηση.



ΑΝΤΙΛΗΨΗ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ

Πώς χρησιμοποιούν τα παιδιά το GenAI;



77%

των εφήβων στο

Ηνωμένο Βασίλειο είχαν χρησιμοποιήσει το GenAI το 2024

Για διασκέδαση

74,2%

Για να κάνουν ερωτήσεις

71%

Για να βοηθήσουν με την εργασία στο σπίτι

59,1%

Για ιδέες

49,9%

Για να συζητήσουμε

44,4%

Για συμβουλές / επίλυση προβλημάτων

34,2%

Για να δημιουργήσουμε εικόνες

31%

Για να γράψω ιστορίες

18,5%

Να γράψουν ποιήματα/στίχους

12,8%

Να γράψουν μυθοπλασία

9%

Πηγή: National Literacy Trust, 2024. Χρήση της δημιουργικής TN από παιδιά, νέους και εκπαιδευτικούς για την υποστήριξη του γραμματισμού το 2024.

Ακρίβεια αποτελεσμάτων GenAI.

Μάθετε να ελέγχετε τις πληροφορίες

- ✳ **Ρωτήστε τον εαυτό σας "Φαίνεται αυτό αληθινό;"**
Πριν πιστέψετε ή μοιραστείτε οποιαδήποτε πληροφορία ρωτήστε αν είναι εφικτή ή ποια θα μπορούσε να είναι η πρόθεση πίσω από αυτήν. Προσπαθεί να αλλάξει τη γνώμη σας, να πουλήσει κάτι, να σας ανακατευθύνει σε έναν άλλο ιστότοπο ή απλώς να σας σοκάρει;
- ✳ **Αναφέρει κανείς άλλος την ίδια ιστορία;** Ελέγξτε αν έγκριτα, ευρέως αναγνωρισμένα ειδησεογραφικά πρακτορεία και ιστότοποι έχουν επίσης καλύψει την είδηση που είδατε.
- ✳ **Ερευνήστε την πηγή της ιστορίας.** Μάθετε σχετικά με τον εκδότη, για παράδειγμα αν πρόκειται για μια φημισμένη, αξιόπιστη πηγή ή για το προσωπικό ιστολόγιο ενός ατόμου. Δείτε αν μπορείτε να βρείτε αμερόληπτες κριτικές για την πηγή.
- ✳ **Ελέγξτε τα γεγονότα.** Οι αυθεντικές ειδήσεις συχνά υποστηρίζονται από επίσημα στοιχεία, έρευνες και προηγούμενες, παρόμοιες περιπτώσεις του συμβάντος που αναφέρεται. Συχνά, είναι αρκετά σαφές ότι η είδηση είναι ανεπίσημη ή απλώς κατασκευασμένη.
- ✳ **Ελέγξτε τις εικόνες.** Οι φωτογραφίες ή οι απεικονίσεις που συνοδεύουν ψευδείς ειδήσεις συχνά ρετουσάρονται για να ενισχύσουν την ιστορία, και συχνά αυτό δεν γίνεται πολύ καλά. Επίσης, πραγματοποιήστε μια αντίστροφη αναζήτηση εικόνας στο Google για να δείτε αν η εικόνα έχει αναπαράχθει από άλλη πηγή.
- ✳ **Χρησιμοποιήστε το ένστικτό σας.** Να θυμάστε ότι αν κάτι ακούγεται πολύ παράξενο, εξωπραγματικό ή αλλόκοτο για να είναι αληθινό, μπορεί κάλλιστα να είναι.

Πού μάθατε για το GenAI;



TIKTOK



Ο 21 ΧΡΟΝΩΝ
ΜΕΓΑΛΟΣ
ΑΔΕΛΦΟΣ

μου έμαθε επίσης πώς
να το χρησιμοποιώ



ΦΙΛΟΙ



Ακρίβεια στα αποτελέσματα

Οι έφηβοι γνωρίζουν ότι η τεχνητή νοημοσύνη μπορεί να δώσει ανακριβή αποτελέσματα

49%

έχουν επαληθεύσει τα αποτελέσματα που παράγονται από ΤΝ με άλλες πηγές για σχολικές εργασίες

21%

των εφήβων στο Ηνωμένο Βασίλειο δηλώνουν ότι απλώς αντιγράφουν τα αποτελέσματα της ΤζενΑΙ χωρίς να τα ελέγχουν

Γενικά

ΚΑΛΥΤΕΡΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ για να μοιραστείτε με τα παιδιά σας

- ✳ **Η τεχνητή νοημοσύνη είναι ένα εργαλείο λογισμικού** που μπορεί να σας βοηθήσει να είστε πιο αποτελεσματικοί και παραγωγικοί
- ✳ **... αλλά δεν είναι άνθρωπος** και δεν μπορεί να αντικαταστήσει τους φίλους και την οικογένειά σας.
- ✳ Πάντα να **ελέγχετε άλλες πηγές για την ακρίβεια**. Να θυμάστε ότι τα αποτελέσματα της ΤΝ είναι τόσο καλά όσο και οι πληροφορίες που έχουν αποκτήσει και μάθει.
- ✳ **Ποτέ μην αποκαλύπτετε περιττές προσωπικές ή εμπιστευτικές πληροφορίες** για τον εαυτό σας, την οικογένειά σας ή τους φίλους σας, καθώς αυτές μπορεί να αποθηκευτούν ή να χρησιμοποιηθούν αργότερα.
- ✳ **Μην δημιουργείτε εικόνες φίλων με ΑΙ**. Σε περίπτωση που βρείτε εικόνες ή βίντεο με εσάς ή άτομα που γνωρίζετε, θα πρέπει να απευθυνθείτε σε ενήλικες.
- ✳ Σκεφτείτε **αν αυτό που δημιουργήσατε μπορεί να βλάψει** ή να χρησιμοποιηθεί για να εκφοβίσει ή να υποδυθεί κάποιον.
- ✳ **Μην εξαρτάστε υπερβολικά** από την τεχνητή νοημοσύνη για την εκτέλεση διαφόρων εργασιών που θα έπρεπε να εκτελείτε εσείς οι ίδιοι...
- ✳ ... και πάντα να **αναφέρετε ή να γνωστοποιείτε τη βοήθεια της ΤΝ** όταν χρησιμοποιείται για το σχολείο ή για εργασίες.

Δείτε στο [Bodhini](#) μερικές ερωτήσεις για να κάνετε τα παιδιά σας να σκεφτούν αν χρησιμοποιούν την ΤΝ με υπευθυνότητα. Διαβάστε για την καλή ψηφιακή γονική συμπεριφορά στο [FOSI](#) και τη [UNICEF](#).

Ευχαριστίες:

Με τη γενναϊώδη υποστήριξη της Disney Worldwide Services. Η εικονική εκτίμησή μας απευθύνεται στα μέλη της συμβουλευτικής επιτροπής: Vicky Charisi (Πανεπιστήμιο Χάρβαρντ), Steven Vosloo (UNICEF), Reena (Bodhini) και Yalda Aoukar (Bracket Foundation), για την πολύτιμη καθοδήγησή τους καθ' όλη τη διάρκεια του έργου. Θα θέλαμε επίσης να ευχαριστήσουμε τους εμπνευστές που μοιράστηκαν γενναϊάδωρα το χρόνο και τις γνώσεις τους σε συνεντεύξεις: Adam Ingle (LEGO Group), Rafaela Nicolazzi (OpenAI), Stéphan Vincent-Lancrin (OECD), Mathilde Cenoli (EveryoneAI) και Robbie Torney (Common Sense Media).