

«Το παιδί μου, η τεχνητή  
νοημοσύνη κι εγώ –  
Ένας οδηγός για γονείς που  
θέλουν να μαθαίνουν μαζί»



Επιμέλεια και εκδότης: Stiftung Medien- und Onlinesucht  
Οργανισμός υπεύθυνος για την ελληνική μετάφραση: EDUCOMMART SIMIO SINANTISIS  
EKPEADEVISIS KE DIMIURGIAS ASTIKI MI  
Συγγραφέας: Kalliopi Angeli

Συμμετέχοντες φορείς:

STIFTUNG MEDIEN- UND ONLINESUCHT  
EDUCOMMART SIMIO SINANTISIS EKPEADEVISIS KE DIMIURGIAS ASTIKI MI KERDOSKOPIKI  
ETERIA  
PCO - Poklicni center Obala  
Greendation



Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο EACEA δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.



Επιτρέπεται ρητά η επαναχρησιμοποίηση ως OER: Αυτό το έργο και το περιεχόμενό του - εκτός εάν ορίζεται διαφορετικά - διατίθενται με άδεια CC BY-SA 4.0. Αναφορά σύμφωνα με τους κανόνες TULLU ως εξής: ""Το παιδί μου, η Τεχνητή Νοημοσύνη και εγώ - Ένας οδηγός για γονείς για τη μάθηση μαζί"" από το Stiftung Medien- und Onlinesucht, Άδεια: CC BY-SA 4.0. Η άδεια χρήσης είναι διαθέσιμη εδώ: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/deed.de>

Το έργο είναι διαθέσιμο στο διαδίκτυο στη διεύθυνση: <https://ai4family.eu/>

## Πίνακας περιεχομένων

<b>ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....</b>	<b>6</b>
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΤΕΧΝΗΤΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ – ΈΝΑΣ ΑΠΛΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙΑ.....</b>	<b>7</b>
ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΤΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΜΕ ΤΡΟΠΟ ΦΙΛΙΚΟ ΠΡΟΣ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ: ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ – ΚΑΙ ΤΙ ΔΕΝ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙ .....	7
ΠΟΥ ΣΥΝΑΝΤΟΥΝ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΤΗΝ ΤΝ ΣΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΤΗΤΑ – ΜΙΑ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ .....	7
ΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ ΝΑ ΚΑΝΕΙ Η ΤΝ; ΚΑΙ ΤΙ ΓΙΝΕΤΑΙ ΜΕ ΤΙΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΜΟΥ;.....	8
ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ & ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΜΕ ΜΙΑ ΜΑΤΙΑ .....	8
ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ – ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑΣ .....	8
ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ: .....	9
ΆΣΚΗΣΗ: .....	9
ΜΗΝΥΜΑ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ .....	10
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ .....	10
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: ΠΩΣ Η ΤΕΧΝΗΤΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ ΑΛΛΑΖΕΙ ΤΗ ΜΑΘΗΣΗ – ΕΥΚΑΙΡΙΕΣ ΚΑΙ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ.....</b>	<b>11</b>
ΟΙ ΨΗΦΙΑΚΕΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ ΣΕ ΣΥΝΕΧΗ ΑΛΛΑΓΗ .....	11
ΑΠΟ ΤΟ CHATGPT ΜΕΧΡΙ ΤΙΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΜΑΘΗΜΑΤΙΚΩΝ – ΒΟΗΘΕΙΑ Η ΕΜΠΟΔΙΟ ΣΤΗ ΜΑΘΗΣΗ;.....	12
ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΟΥΝ ΚΑΙ ΝΑ ΣΥΖΗΤΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ.....	13
ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ.....	13
ΆΣΚΗΣΗ .....	14
ΜΗΝΥΜΑ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ .....	14
ΨΗΦΙΑΚΟΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΣ ΚΑΝΟΝΑΣ .....	15
ΣΥΜΒΟΥΛΗ.....	15
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ .....	14
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΨΗΦΙΑΚΗΣ ΕΠΑΡΚΕΙΑΣ – ΟΤΑΝ Η ΤΝ ΑΛΛΑΖΕΙ ΤΗΝ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ.....</b>	<b>16</b>
ΠΩΣ Η ΤΝ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΤΗΝ ΕΙΚΟΝΑ ΜΑΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ .....	16
ΦΙΛΤΡΑ-ΦΟΥΣΚΕΣ, ΑΛΓΟΡΙΘΜΟΙ ΚΑΙ ΛΟΓΙΚΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΩΝ .....	16
ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΗ DEERFAKES, ΠΑΡΑΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ ΚΑΙ ΨΕΥΔΩΝ ΕΙΔΗΣΕΩΝ .....	17
ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑ ΚΡΙΤΙΚΗΣ ΣΚΕΨΗΣ – ΜΕ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ .....	17
ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ.....	18
ΆΣΚΗΣΗ .....	18
ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ .....	19
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ .....	19
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4: ΤΙ ΓΝΩΡΙΖΕΙ Η ΤΝ ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΜΑΣ – ΚΑΙ ΠΩΣ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΤΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΣΟΥΜΕ .....</b>	<b>20</b>
ΠΟΙΑ ΔΕΔΟΜΕΝΑ ΣΥΛΛΕΓΕΙ Η ΤΝ – ΚΑΙ ΓΙΑΤΙ .....	20
ΣΕ ΠΟΙΟΝ ΑΝΗΚΕΙ ΤΕΛΙΚΑ ΤΙ; - ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΔΙΚΑΙΩΜΑΤΑ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΤΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ .....	21
ΦΩΝΕΣ, ΕΙΚΟΝΕΣ, ΤΟΠΟΘΕΣΙΕΣ – ΟΙ ΑΔΙΟΡΑΤΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΙ .....	22
ΠΩΣ ΜΠΟΡΟΥΝ ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΝΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΣΟΥΝ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ – ΧΩΡΙΣ ΦΟΒΟ .....	23
ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ .....	23
ΆΣΚΗΣΗ .....	24

ΜΗΝΥΜΑ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ .....	25
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ .....	25
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5: ΤΕΧΝΗΤΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ ΚΑΙ ΗΘΙΚΗ – ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΣΩΣΤΟ, ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΔΙΚΑΙΟ ΚΑΙ ΤΙ ΗΘΙΚΟ;</b> .....	<b>26</b>
ΜΠΟΡΟΥΝ ΟΙ ΜΗΧΑΝΕΣ ΝΑ ΕΧΟΥΝ ΗΘΙΚΗ; .....	26
ΠΡΟΚΑΤΑΛΗΨΕΙΣ, ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΥΘΥΝΗ.....	26
ΑΞΙΕΣ ΣΤΗΝ ΨΗΦΙΑΚΗ ΕΠΟΧΗ .....	26
ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ .....	27
ΆΣΚΗΣΗ: .....	27
ΜΗΝΥΜΑ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ .....	28
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ .....	28
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6: ΤΕΧΝΗΤΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ ΣΤΟΝ ΕΛΕΥΘΕΡΟ ΧΡΟΝΟ – ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ, ΖΩΓΡΑΦΙΚΗ, ΜΟΥΣΙΚΗ .....</b>	<b>29</b>
ΤΕΧΝΗΤΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ – ΟΤΑΝ ΟΙ ΜΗΧΑΝΕΣ «ΠΑΙΖΟΥΝ» ΜΑΖΙ ΜΑΣ .....	29
ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ, ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΚΑΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ: ΤΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΝΕΙ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ – ΚΑΙ ΤΙ ΤΑ ΠΕΡΙΟΡΙΖΕΙ .....	29
ΖΗΣΤΕ ΤΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΤΝ ΜΑΖΙ ΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ .....	30
ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ .....	30
ΆΣΚΗΣΗ .....	30
ΜΗΝΥΜΑ ΠΡΟΣ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ .....	31
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ .....	31
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7: ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ &amp; ΨΗΦΙΑΚΗ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ – ΠΩΣ ΝΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΤΕΙΤΕ ΤΗΝ ΤΝ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ.....</b>	<b>32</b>
ΓΙΑΤΙ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΧΡΕΙΑΖΟΝΤΑΙ ΞΕΚΑΘΑΡΟΥΣ ΚΑΝΟΝΕΣ – ΕΙΔΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΤΕΧΝΗΤΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ .....	32
ΠΩΣ ΝΑ ΣΥΜΦΩΝΗΣΕΤΕ ΣΕ ΟΥΣΙΑΣΤΙΚΟΥΣ ΚΑΝΟΝΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΤΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ .....	32
ΝΑ ΕΙΣΤΕ ΠΡΟΤΥΠΟ: ΟΙ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ Η ΔΙΚΗ ΤΟΥΣ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΑ ΜΕΣΑ .....	33
ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΜΙΑ ΥΓΙΗ ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΗΝ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΣΤΗΝ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΤΗΤΑ .....	33
ΆΣΚΗΣΗ .....	33
ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΑΣΚΗΣΗ.....	34
ΓΟΝΕΪΚΗ ΣΚΕΨΗ .....	34
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ .....	35
ΔΕΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑΣ.....	35
<b>ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8: ΔΙΑΜΟΡΦΩΝΟΝΤΑΣ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ – ΠΩΣ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΜΕΓΑΛΩΣΟΥΝ ΜΕ ΤΗΝ ΤΝ .....</b>	<b>37</b>
ΓΙΑΤΙ Η ΓΝΩΣΗ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΤΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΑΝΗΚΕΙ ΣΤΟ ΜΕΛΛΟΝ .....	37
ΨΗΦΙΑΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΜΕΛΛΟΝΤΟΣ ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ .....	37
ΤΑ ΠΡΩΤΑ ΒΗΜΑΤΑ ΣΤΟΝ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟ ΚΑΙ ΤΗΝ ΕΞΕΡΕΥΝΗΣΗ ΤΗΣ ΤΝ.....	38
ΆΣΚΗΣΗ: .....	38
ΓΟΝΕΪΚΗ ΣΚΕΨΗ .....	39
ΤΟ ΓΝΩΡΙΖΑΤΕ; .....	39
<b>ΕΠΙΛΟΓΟΣ: ΜΑΘΑΙΝΟΥΜΕ, ΚΑΤΑΛΑΒΑΙΝΟΥΜΕ ΚΑΙ ΠΟΡΕΥΟΜΑΣΤΕ ΜΑΖΙ....</b>	<b>40</b>
<b>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ: ΚΟΥΙΖ ΓΙΑ ΤΗΝ ΤΕΧΝΗΤΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗ.....</b>	<b>41</b>
1. ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ (ΕΩΣ ΠΕΡΙΠΟΥ 11 ΕΤΩΝ).....	41

2. Για παιδιά Γυμνασίου και Λυκείου (άνω των 12 ετών) .....	42
Κουίζ για την Τεχνητή Νοημοσύνη – με απαντήσεις .....	43
<b>ΛΙΣΤΑ ΠΗΓΩΝ ΚΑΙ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ .....</b>	<b>46</b>
<b>ΛΙΣΤΑ ΠΗΓΩΝ ΕΙΚΟΝΑΣ .....</b>	<b>46</b>

## Εισαγωγή

Ίσως να σας ακούγονται οικεία τα παρακάτω λόγια μιας μητέρας ενός 12χρονου παιδιού:

«Ανησυχώ για τον τρόπο που το παιδί μου χρησιμοποιεί εφαρμογές οι οποίες βασίζονται στην τεχνητή νοημοσύνη, γιατί δεν μπορώ πάντα να εκτιμήσω ποιο περιεχόμενο ή ποια ερεθίσματα λαμβάνει, και αυτό με φοβίζει, γιατί μπορεί να εκτεθεί σε κινδύνους που δεν μπορώ να ελέγξω.»

Αγαπητοί γονείς,

Η τεχνητή νοημοσύνη (TN) δεν είναι πια ένα θέμα του μέλλοντος – είναι ήδη μέρος της καθημερινότητας των παιδιών μας. Είτε στις μηχανές αναζήτησης, στα παιχνίδια, στις εκπαιδευτικές εφαρμογές είτε στους φωνητικούς βοηθούς: η TN τα συνοδεύει πολύ νωρίτερα απ’ όσο φανταζόμαστε. Πολλοί γονείς νιώθουν μια ανησυχία – και είναι απολύτως κατανοητό. Η τεχνολογία εξελίσσεται με λιγγιάδη ταχύτητα και είναι δύσκολο να παρακολουθήσουμε τις αλλαγές.

Αυτός ο οδηγός θέλει να σας στηρίξει ως γονείς: με βασικές γνώσεις, παραδείγματα, πρακτικές ασκήσεις και ιδέες για την καθημερινή οικογενειακή ζωή. Ο στόχος μας δεν είναι να προκαλέσουμε φόβο, αλλά να προσφέρουμε ασφάλεια και καθοδήγηση. Γιατί τα παιδιά δεν χρειάζονται μόνο προστασία, αλλά και προσανατολισμό. Και αυτός ξεκινά από εμάς, τους ενήλικες.

Ιδιαίτερα σημαντικό είναι να καλλιεργήσουμε την αναστοχαστική και κριτική σκέψη – τόσο σε εμάς όσο και στα παιδιά μας. Η TN μπορεί να κάνει πολλά, αλλά δεν είναι ουδέτερη: παίρνει αποφάσεις βασισμένες σε δεδομένα που συχνά δεν μπορούμε να κατανοήσουμε πλήρως. Όποιος καταλαβαίνει πώς λειτουργεί η TN, μπορεί να αναρωτηθεί, να εξετάσει τι φανερώνει – και τι αποκρύπτει – και να αξιολογήσει πιο σωστά τις πληροφορίες που προσφέρει.

Ας ανακαλύψουμε λοιπόν μαζί: Τι μπορεί να κάνει η TN; Ποιες είναι οι ευκαιρίες και ποιοι οι κίνδυνοι; Και πώς μπορούμε να καθοδηγήσουμε, να ενδυναμώσουμε και να εμπνεύσουμε τα παιδιά μας – για ένα μέλλον στο οποίο δεν θα χρησιμοποιούν απλώς την τεχνητή νοημοσύνη, αλλά θα συμβάλλουν ενεργά στη διαμόρφωση της;

# Κεφάλαιο 1: Τι είναι η τεχνητή νοημοσύνη – Ένας απλός οδηγός για γονείς και παιδιά

## Κατανόηση της τεχνητής νοημοσύνης με τρόπο φιλικό προς τα παιδιά: Τι μπορεί – και τι δεν μπορεί να κάνει

Η τεχνητή νοημοσύνη (TN) είναι ένας όρος που ακούγεται συχνά πολύπλοκος – όμως στην πραγματικότητα η σημασία του είναι απλή:

Η TN είναι ένα πρόγραμμα υπολογιστή που μπορεί να εκτελεί εργασίες για τις οποίες, κανονικά, οι άνθρωποι χρειάζονται τη σκέψη τους. Για παράδειγμα, η TN μπορεί να μιλά, να ακούει, να γράφει κείμενα, να αναγνωρίζει εικόνες ή να παίρνει αποφάσεις. Όμως – κι αυτό είναι σημαντικό να το καταλάβουμε – η TN δεν «σκέφτεται» πραγματικά. Δεν «καταλαβαίνει» με τον τρόπο που το κάνει ένας άνθρωπος. Απλώς υπολογίζει ποια απάντηση είναι πιθανότερο να είναι σωστή ή ταιριαστή, βασισμένη σε τεράστιες ποσότητες δεδομένων και παραδειγμάτων. Μπορεί να φαίνεται πως «καταλαβαίνει», αλλά στην πραγματικότητα δεν νιώθει, δεν έχει άποψη και δεν διαθέτει κοινή λογική.

Φανταστείτε ότι μια TN μαθαίνει να αναγνωρίζει αν υπάρχει γάτα σε μια εικόνα. Καταχωρίζονται σε αυτή χιλιάδες φωτογραφίες – με και χωρίς γάτες. Η TN συγκρίνει, υπολογίζει, αναγνωρίζει μοτίβα: «Α, οι γάτες έχουν συχνά μυτερά αυτιά, μουστάκια και μεγάλα μάτια».

Την επόμενη φορά «μαντεύει» αν μια εικόνα δείχνει γάτα, με βάση όσα «έμαθε». Αν κάνει λάθος, τη διορθώνουμε. Έτσι βελτιώνεται σταδιακά.

Αλλά δεν ξέρει πραγματικά τι είναι μια γάτα – απλώς αναγνωρίζει μοτίβα στα δεδομένα.

Για τα παιδιά, αυτό συχνά είναι δύσκολο να το κατανοήσουν. Ένας ομιλητής που λέει ανέκδοτα ή μια εφαρμογή που απαντά σε ερωτήσεις φαίνεται «ζωντανή» – όμως δεν είναι. Η TN δεν είναι σκέψη, αλλά έξυπνος υπολογισμός.

Γι' αυτό είναι τόσο σημαντικό τα παιδιά να γνωρίζουν: Η TN δεν είναι άνθρωπος. Είναι εργαλείο. Και όπως ισχύει για κάθε εργαλείο, έχει σημασία πώς το χρησιμοποιούμε.



---

## Πού συναντούν τα παιδιά την TN στην καθημερινότητα – μια επισκόπηση

Τα παιδιά χρησιμοποιούν την τεχνητή νοημοσύνη σχεδόν κάθε μέρα – συχνά χωρίς να το αντιλαμβάνονται. Μερικά παραδείγματα:

- **Φωνητικοί βοηθοί** όπως η Alexa, η Siri ή το Google Assistant ακούν, απαντούν σε ερωτήσεις ή παίζουν μουσική – όλα αυτά χάρη στην αναγνώριση και παραγωγή λόγου μέσω TN.
- **YouTube, Netflix ή TikTok** προτείνουν βίντεο που «ίσως αρέσουν» – μέσω αλγορίθμων σύστασης βασισμένων στις προηγούμενες επιλογές.
- **Εφαρμογές μάθησης** προσαρμόζουν τις ασκήσεις στο επίπεδο του παιδιού – η TN «βλέπει» αν μαθαίνει πιο γρήγορα ή πιο αργά.
- **Παιχνίδια** αλλάζουν δυσκολία ή αντιπάλους ανάλογα με το πώς παίζει το παιδί – συχνά με τη βοήθεια της TN.

- **Φίλτρα και εφέ** στις φωτογραφίες χρησιμοποιούν TN για να αναγνωρίσουν πρόσωπα, να αλλάξουν φόντα ή να «βελτιώσουν» την εικόνα.

Όλες αυτές οι εφαρμογές φαίνονται ακίνδυνες – και συχνά είναι χρήσιμες. Αλλά έχουν ένα κοινό στοιχείο: **δουλεύουν με δεδομένα**. Και συνήθως δεν εξηγούν τι συμβαίνει στο παρασκήνιο. Γι' αυτό είναι σημαντικό γονείς και παιδιά να συζητούν μαζί:

---

## Τι μπορεί πραγματικά να κάνει η TN; Και τι γίνεται με τις πληροφορίες μου;

Αυτό μπορεί να κάνει η TN	Αυτό δεν μπορεί να κάνει η TN
Να αναγνωρίζει εικόνες	Να κατανοεί τι συμβαίνει στην εικόνα
Να γράφει κείμενα	Να γνωρίζει αν κάτι είναι αληθινό ή ψευδές
Να απαντά σε ερωτήσεις	Να έχει συναισθήματα ή ενσυναίσθηση
Να μιλά γλώσσες	Να έχει δική της γνώμη
Να παίζει παιχνίδια	Να καταλαβαίνει πραγματικά το νόημα

---

## Ευκαιρίες & Κίνδυνοι με μια ματιά

### Ευκαιρίες:

- Τα παιδιά μπορούν να μάθουν παίζοντας και να αναπτύξουν τα ενδιαφέροντα τους.
- Η TN ενισχύει τη δημιουργικότητα – στη ζωγραφική, στη μουσική, στη συγγραφή ιστοριών.
- Οι φωνητικοί βοηθοί και τα εργαλεία μετάφρασης βοηθούν στην επικοινωνία ή σε παιδιά με μαθησιακές ή ειδικές δυσκολίες.
- Η TN μπορεί να προσφέρει εξατομικευμένη εξάσκηση, επαναλήψεις και ανατροφοδότηση.

### Κίνδυνοι:

- Τα παιδιά συχνά δεν καταλαβαίνουν αν συνομιλούν με άνθρωπο ή με πρόγραμμα – κάτι που μπορεί να επηρεάσει τη σχέση τους με την πραγματικότητα ή την εμπιστοσύνη τους.
- Πολλά συστήματα TN συλλέγουν προσωπικά δεδομένα χωρίς πραγματική συναίνεση.
- Οι αλγοριθμικές προτάσεις περιεχομένου (π.χ. βίντεο) μπορεί να διαμορφώνουν τις επιλογές του χρήστη με τρόπο που μπορεί και να περιορίζουν την τη διαφορετικότητα των εμπειριών του.
- Τα παιδιά τείνουν να εμπιστεύονται υπερβολικά την TN – ακόμη κι όταν κάνει λάθη.

---

## Ευκαιρίες – Παραδείγματα για την ενίσχυση της δημιουργικότητας

### 1. Δημιουργία ιστοριών με βοηθό TN

Τα παιδιά μπορούν να γράψουν ιστορίες μαζί με ένα πρόγραμμα TN. Δίνουν μια αρχή – π.χ. «Ένας δράκος που φοβάται τη φωτιά» – και η TN βοηθά να συνεχιστεί η αφήγηση. Έτσι καλλιεργείται η φαντασία και η αγάπη για τη δημιουργική γραφή.

## 2. Ζωγραφική με εργαλεία τεχνητής νοημοσύνης

Με προγράμματα όπως το DALL·E, τα παιδιά περιγράφουν αυτό που φαντάζονται («Ένα υπτάμενο σπίτι πάνω από ένα ουράνιο τόξο») – και η TN το μετατρέπει σε εικόνα. Αυτό ενεργοποιεί τη φαντασία και προάγει τη δημιουργική σκέψη. «Πώς φαίνεται άραγε από μέσα το σπίτι»;

## 3. Σύνθεση μουσικής με TN

Εφαρμογές επιτρέπουν στα παιδιά να δημιουργούν δικές τους μελωδίες – η TN προτείνει ρυθμούς ή ακόρντα. Έτσι ακόμα και παιδιά χωρίς μουσική παιδεία μπορούν να πειραματιστούν.

## 4. Παιχνίδια ρόλων με χαρακτήρες TN

Εκπαιδευτικές εφαρμογές ή chatbots επιτρέπουν στα παιδιά να «μιλούν» με εικονικούς χαρακτήρες – έναν αστροναύτη, μια ντετέκτιβ κ.ά. Αυτό ενισχύει τη φαντασία και τη γλωσσική ευχέρεια.

## 5. Ιδέες για χειροτεχνίες και DIY έργα

Η TN μπορεί να βοηθήσει να βρουν τα παιδιά ιδέες για δημιουργία. Π.χ. «Έχω ένα ρολό από χαρτί και λίγο χαρτόνι – τι μπορώ να φτιάξω;» Η TN προτείνει ευφάνταστες κατασκευές και έργα από ανακυκλώσιμα υλικά.

---

## Παράδειγμα περίπτωσης:

### «Η Λένα και το ηχείο που ακούει»

Η Λένα είναι 9 χρονών. Κάθε πρωί μιλάει με την Alexa: «Παίξε το αγαπημένο μου τραγούδι!», «Τι καιρό θα κάνει σήμερα;» ή «Πες μου ένα αστείο!».

Για εκείνη, το έξυπνο ηχείο είναι σχεδόν μέλος της οικογένειας – αξιόπιστο, φιλικό και πάντα διαθέσιμο. Μια μέρα, η Λένα ρωτά την Alexa: «Πώς γράφω ένα απολογητικό γράμμα;»

Η τεχνητή νοημοσύνη της δίνει έναν έτοιμο κείμενο γραμμένο σε απολογητικό τόνο.

Αργότερα, οι γονείς της εκπλήσσονται όταν βρίσκουν το ίδιο ακριβώς κείμενο στο e-mail τους – και αρχίζουν να αναρωτιούνται: Τι άλλο γνωρίζει άραγε η Alexa; Όταν

ερευνούν περισσότερο, ανακαλύπτουν ότι το ηχείο αποθηκεύει όλες τις φωνητικές εντολές – και ότι αυτά τα δεδομένα φυλάσσονται σε διακομιστές (servers) που η οικογένεια δεν ελέγχει. Συζητούν το θέμα με τη Λένα, και εκείνη λέει με απορία: «Μα η Alexa ακούει μόνο όταν τη φωνάζω!»

Δεν ήξερε ότι η συσκευή ακούει συνεχώς το περιβάλλον για να «αντιδράσει» όταν ακούσει το όνομά της.



---

## Άσκηση:

### Γίνε ντετέκτιβ τεχνητής νοημοσύνης!

Μια μικρή οικογενειακή πρόκληση για να μάθετε να αναγνωρίζετε και να κατανοείτε συνειδητά την TN.

### Έτσι γίνεται:

1. Ψάξτε μαζί 5 αντικείμενα ή εφαρμογές στην καθημερινότητά σας, όπου υποψιάζεστε ότι «πίσω κρύβεται μια ΤΝ».  
Παραδείγματα:
  - Φωνητικοί βοηθοί (Alexa, Siri, Google)
  - Προτάσεις βίντεο στο YouTube
  - Αυτόματες διορθώσεις ή προτάσεις λέξεων στο κινητό
  - Google Maps («Θα φτάσεις σε 23 λεπτά»)
  - Αναγνώριση προσώπου στην κάμερα
2. Συζητήστε για κάθε περίπτωση:
  - Τι ακριβώς κάνει η ΤΝ εδώ;
  - Είναι χρήσιμο ή ενοχλητικό;
  - Τι μαθαίνει για εμάς η ΤΝ;
3. Καταγράψτε τα αποτελέσματα σε έναν πίνακα ή φτιάξτε ένα μικρό σημειωματάριο με σχέδια ή σύμβολα.

**Στόχος:** Τα παιδιά μαθαίνουν να αναγνωρίζουν την ΤΝ ως «αόρατη βοηθό» – και να σκέφτονται κριτικά τότε είναι πραγματικά χρήσιμη και τότε όχι.

---

## Μήνυμα για τους γονείς

### Μιλήστε για την ΤΝ όπως για ένα καινούριο κατοικίδιο

Μια καλή μεταφορά για να εξηγήσετε στα παιδιά τι είναι η ΤΝ:

**«Η τεχνητή νοημοσύνη είναι σαν ένας παπαγάλος: ακούει τα πάντα, θυμάται πολλά – και καμιά φορά λέει πράγματα που δεν καταλαβαίνει.»**

Αυτή η εικόνα βοηθά τα παιδιά (και τους μεγάλους) να κατανοήσουν ότι η ΤΝ φαίνεται «ζωντανή», αλλά δεν είναι πραγματικά έξυπνη όπως ο άνθρωπος. Επαναλαμβάνει και συνδυάζει πληροφορίες – συχνά εντυπωσιακά, αλλά χωρίς κατανόηση ή συνείδηση. Γι' αυτό χρειάζεται ανθρώπινη ευθύνη και καθοδήγηση – όπως ακριβώς και με ένα αληθινό κατοικίδιο που χρειάζεται φροντίδα και επίβλεψη.

---

## Πληροφοριακό πλαίσιο

### Το γνωρίζετε;

- Ο φωνητικός βοηθός Alexa αποθηκεύει από προεπιλογή όλες τις ερωτήσεις και απαντήσεις, και οι γονείς μπορούν να τις δουν μέσα από τον λογαριασμό τους στο Amazon.
- Το YouTube χρησιμοποιεί πάνω από 80 διαφορετικούς παράγοντες για να προτείνει στα παιδιά νέα βίντεο – ακόμη κι αν έχουν παρακολουθήσει μόλις ένα.
- Έρευνες από τις Ηνωμένες Πολιτείες και τη Σκανδιναβία δείχνουν ότι τα παιδιά που γνωρίζουν πως η τεχνητή νοημοσύνη είναι μηχανή, συμπεριφέρονται με μεγαλύτερη προσοχή και κριτική σκέψη απέναντι της.

## Κεφάλαιο 2: Πώς η τεχνητή νοημοσύνη αλλάζει τη μάθηση – ευκαιρίες και προκλήσεις στο σχολείο

### Οι ψηφιακές μαθησιακές εμπειρίες σε συνεχή αλλαγή

Το σχολείο έχει ήδη αλλάξει – και συνεχίζει να αλλάζει.

Όλο και περισσότερα σχολεία χρησιμοποιούν ψηφιακά μέσα: από tablets μέσα στην τάξη έως ηλεκτρονικά βιβλία και ψηφιακά παρουσιολόγια.

Αυτό που πολλοί δεν παρατηρούν είναι ότι η τεχνητή νοημοσύνη (TN) έχει ήδη γίνει μέρος αυτής της εξέλιξης.

Μια ματιά σε άλλες ευρωπαϊκές χώρες δείχνει πόσο διαφορετικά χρησιμοποιείται ήδη η TN στην εκπαίδευση – τόσο ως εργαλείο μάθησης όσο και ως αντικείμενο μάθησης:

- **Εσθονία**, θεωρείται από τους πρωτοπόρους της Ευρώπης στον ψηφιακό μετασχηματισμό. Εκεί, οι μαθητές από το δημοτικό μαθαίνουν με παιχνιδιώδη τρόπο τις βασικές αρχές των αλγορίθμων και του προγραμματισμού. Στα μεγαλύτερα σχολεία, η TN διδάσκεται συστηματικά στο μάθημα της πληροφορικής – όχι μόνο τεχνικά, αλλά και κριτικά: Τι είδους δεδομένα χρησιμοποιούν οι TNΣ; Πώς λειτουργεί η μηχανική μάθηση; Και τι σημαίνει αυτό για την ιδιωτικότητα και τη διαμόρφωση της γνώμης;
- **Φινλανδία**, γνωστή για το καινοτόμο εκπαιδευτικό της σύστημα, έχει δημιουργήσει το δωρεάν online μάθημα «Elements of AI», το οποίο απευθύνεται σε όλους τους πολίτες και χρησιμοποιείται ολοένα και περισσότερο και στα σχολεία. Οι μαθητές μαθαίνουν τι μπορεί να κάνει η TN – και τι όχι. Ο τεχνικός τομέας συνδυάζεται με κοινωνικά ζητήματα, όπως: Ποιες αποφάσεις θα έπρεπε να επιτρέπεται να παίρνει μια TN;
- **Αυστρία** προωθεί τις δεξιότητες γύρω από την TN μέσω πιλοτικών προγραμμάτων. Στη Βιέννη, για παράδειγμα, πραγματοποιήθηκε ένα σχολικό πείραμα όπου χρησιμοποιήθηκαν πλατφόρμες μάθησης με TN για εξατομικευμένη μάθηση. Παράλληλα, οργανώνονται εργαστήρια όπου οι νέοι μαθαίνουν πώς η TN επηρεάζει την καθημερινότητά τους – από τις μουσικές προτάσεις έως τα deepfakes – και πώς μπορούν να σκέφτονται κριτικά απέναντί της.

Πολλές σημερινές μαθησιακές πλατφόρμες χρησιμοποιούν την TN για να προσαρμόσουν τις ασκήσεις στο επίπεδο κάθε παιδιού. Μια εφαρμογή μπορεί να εντοπίσει, για παράδειγμα, ότι ένα παιδί κάνει συχνά λάθη – και να του προτείνει πιο εύκολες ασκήσεις. Ή να αναγνωρίσει ότι μαθαίνει πολύ γρήγορα – και να του προσφέρει νέες προκλήσεις. Αυτό ακούγεται πρακτικό – και μπορεί όντως να είναι πολύ χρήσιμο:



Τα παιδιά λαμβάνουν στοχευμένη υποστήριξη, αποφεύγεται η πλήξη ή η υπερφόρτωση.

Όμως αξίζει να σκεφτούμε και κριτικά:

Μαθαίνουν άραγε τα παιδιά πραγματικά καλύτερα με την TN – ή κινδυνεύουν να βασίζονται υπερβολικά στην τεχνολογία και να σκέφτονται λιγότερο μόνα τους; Και τι γίνεται με όλα αυτά τα δεδομένα που συλλέγονται;

Για να μπορούν να προσφέρουν εξατομικευμένες προτάσεις, πολλές πλατφόρμες παρακολουθούν με λεπτομέρεια τον τρόπο που εργάζονται οι μαθητές: πόσο

χρόνο χρειάζονται για κάθε άσκηση, σε ποια σημεία κάνουν λάθη, πόσο συχνά εξασκούνται, ακόμη και πώς αντιδρούν στο feedback. Αυτά τα «μαθησιακά προφίλ» είναι πολύ ευαίσθητα δεδομένα.

Αυτό που σήμερα χρησιμεύει στην προσωπική ενίσχυση, θα μπορούσε αύριο να χρησιμοποιηθεί αντίστροφα – π.χ. στην επιλογή τους από σχολεία, πανεπιστήμια ή στην αξιολόγηση «μαθησιακού δυναμικού». Στις περισσότερες χώρες, η νομοθεσία δεν έχει ακόμη επικαιροποιηθεί – η προστασία των δεδομένων υστερεί σε σχέση με την τεχνολογική εξέλιξη.

Τι σημαίνει αυτό για τους γονείς;

Αξίζει να ελέγχετε ποιες πλατφόρμες χρησιμοποιεί το σχολείο και πόσο διαφανείς είναι ως προς τα δεδομένα. Οι αξιόπιστοι πάροχοι εξηγούν ξεκάθαρα: ποια δεδομένα αποθηκεύονται, για πόσο χρόνο, και για ποιο σκοπό.

Συμβουλή: Μη διστάσετε να ρωτήσετε – το σχολείο ή τον πάροχο. Και μιλήστε με το παιδί σας για το πόσο σημαντικό είναι να σκέφτεται μαζί με την TN – γιατί καμία εφαρμογή δεν μπορεί να αντικαταστήσει τη δική του κρίση.

---

## Από το ChatGPT μέχρι τις εφαρμογές μαθηματικών – βοήθεια ή εμπόδιο στη μάθηση;

Τα παιδιά σήμερα συναντούν την TN σε πολλές μορφές μάθησης:

- **Γλωσσικοί δημιουργοί** όπως το ChatGPT γράφουν εκθέσεις, περιλήψεις ή ακόμη και ποιήματα.
- **Εφαρμογές μαθηματικών** λύνουν ασκήσεις και εξηγούν τα βήματα.
- **Εφαρμογές εκμάθησης γλωσσών** αναγνωρίζουν την προφορά και προτείνουν διορθώσεις.
- **Πλατφόρμες φροντιστηρίου** (π.χ. Sofatutor, Anton, Simpleclub) προσαρμόζουν το υλικό στις ανάγκες κάθε μαθητή.

Αλλά πώς χρησιμοποιούνται τέτοια εργαλεία σε άλλες ευρωπαϊκές χώρες;

- Η **Φινλανδία** επικεντρώνεται στην ισότιμη πρόσβαση για όλους. Η πλατφόρμα Orpimisen palvelut προσφέρει ασκήσεις με TN που προσαρμόζονται στο ρυθμό κάθε μαθητή. Ο κριτικός ψηφιακός γραμματισμός είναι μέρος του αναλυτικού προγράμματος: Μπορώ να χρησιμοποιήσω έναν δημιουργό κειμένων για τις εργασίες μου; Πώς καταλαβαίνω αν έχει δίκιο;
- Στην **Ολλανδία** χρησιμοποιούνται πλατφόρμες Snappet σε πολλά δημοτικά σχολεία. Προσαρμόζουν τη δυσκολία συνεχώς με βάση την πρόοδο του παιδιού. Οι δάσκαλοι λαμβάνουν σε πραγματικό χρόνο πληροφορίες για την εξέλιξη κάθε μαθητή, ώστε να τον βοηθήσουν στοχευμένα.
- Η **Γαλλία** δοκιμάζει μια εθνική πλατφόρμα φροντιστηρίου με TN (MIA – Mon IA), που στοχεύει να υποστηρίξει μαθητές με μαθησιακά κενά. Η πλατφόρμα αναλύει ανώνυμα δεδομένα επίδοσης και προτείνει εξατομικευμένες ασκήσεις – με έμφαση στην προστασία των δεδομένων:  
Τα δεδομένα φιλοξενούνται σε κρατικούς διακομιστές και δεν επιτρέπεται η εμπορική χρήση τους.

Αυτά τα παραδείγματα δείχνουν πως η TN έχει ήδη γίνει αναπόσπαστο μέρος της σχολικής ζωής σε πολλές χώρες – άλλοτε για πιο προσωποποιημένη μάθηση, άλλοτε για ενίσχυση της

ισότητας των ευκαιριών. Το κρίσιμο ερώτημα παραμένει: Γίνεται η TN εργαλείο για περισσότερη δικαιοσύνη στην εκπαίδευση – ή προορίζεται να αντικαταστήσει την ανθρώπινη σχέση και την παιδαγωγική καθοδήγηση;

Η χρήση της TN μπορεί να είναι εξαιρετικά χρήσιμη – **όταν τα παιδιά κατανοούν τι κάνει**. Αλλά συχνά τη χρησιμοποιούν χωρίς να το σκεφτούν. Ένα κλικ και το κείμενο είναι έτοιμο! Έτσι όμως υπάρχει ο κίνδυνος να σκέφτεται η TN περισσότερο από το παιδί. Και τότε η TN παύει να είναι βοήθεια **και γίνεται πειρασμός για ευκολία**.

---

## Τι πρέπει να γνωρίζουν και να συζητούν οι γονείς

Ως γονείς, συχνά αναρωτιόμαστε:

**«Είναι αυτό ακόμα μάθηση – ή αντιγραφή;»**

Η αλήθεια βρίσκεται κάπου στη μέση. Η τεχνητή νοημοσύνη (TN) **μπορεί να είναι πολύτιμη βοήθεια, αν χρησιμοποιείται σωστά**. Όμως αυτό απαιτεί ξεκάθαρους κανόνες – και ανοιχτή επικοινωνία μέσα στην οικογένεια.

**Ερωτήσεις που μπορούν να συζητήσουν οι γονείς με τα παιδιά τους:**

- Κατάλαβες πραγματικά την άσκηση – ή απλώς αντέγραψες την απάντηση;
- Μπορείς να εξηγήσεις με δικά σου λόγια τι σου είπε η TN;
- Θα μπορούσες να λύσεις την άσκηση και χωρίς τη βοήθειά της;
- Πότε σε βοηθάει πραγματικά η TN – και πότε σου «ελαφρύνει τον κόπο» της μάθησης;

Αυτές οι ερωτήσεις βοηθούν τα παιδιά να αναλάβουν ευθύνη για τη δική τους μάθηση – και να δουν την TN όχι ως «συντόμευση», αλλά ως εργαλείο υποστήριξης.

**Συμβουλή για γονείς:**

Αν δεν είστε σίγουροι πώς να προσεγγίσετε τέτοιες συζητήσεις ή πώς να αξιολογήσετε τη χρήση της TN, μπορείτε να βρείτε καθοδήγηση στην ιστοσελίδα <https://saferinternet4kids.gr/>. Η πλατφόρμα προσφέρει έγκυρες πληροφορίες και πρακτικές συμβουλές για την ασφαλή χρήση των ψηφιακών μέσων – και ειδικά για την τεχνητή νοημοσύνη.

---

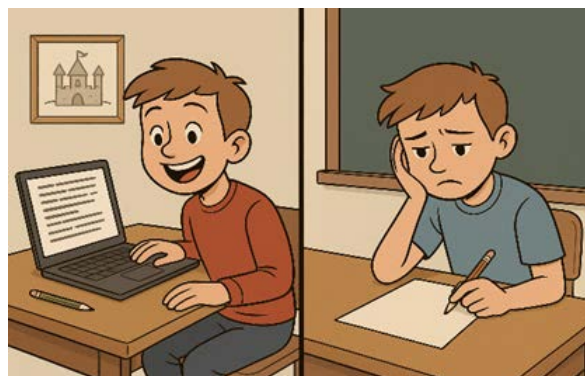
## Μελέτη περίπτωσης

**Ο Τιμ και οι «έξυπνες» απαντήσεις**

Ο Τιμ είναι 12 ετών. Η δασκάλα του ζητά από την τάξη να γράψουν μια φανταστική ιστορία. Ο Τιμ δεν έχει όρεξη – και ανοίγει το ChatGPT. Σε λίγα δευτερόλεπτα έχει στα χέρια του ένα τέλειο κείμενο: σωστή ορθογραφία, συναρπαστική πλοκή, όμορφο τέλος. Οι γονείς του εντυπωσιάζονται – δεν ήξεραν ότι γράφει τόσο καλά! Όταν όμως τον ρωτούν: «Πώς σου ήρθε αυτή η ιδέα;», ο Τιμ σωπαίνει. Δεν ξέρει τι να πει.

Λίγες μέρες μετά γράφουν διαγώνισμα – αυτή τη φορά χωρίς βοήθεια. Ο Τιμ μετά βίας γράφει κάτι. Η δασκάλα υποψιάζεται ότι κάτι δεν πάει καλά και καλεί τους γονείς για συζήτηση. Μαζί ανακαλύπτουν πως ο Τιμ **ξέρει πολύ λιγότερα απ' ό,τι έδειχναν οι εργασίες του**.

Το πρόβλημα πια δεν είναι η TN – είναι η αυτοπεποίθηση του παιδιού.



Έγινε εξαρτημένος από την τεχνολογία – και τώρα δεν πιστεύει πια στις δικές του ικανότητες.

---

## Άσκηση

### Μαθαίνουμε μαζί με και χωρίς ΤΝ

Αυτή η δραστηριότητα δείχνει στα παιδιά τη διαφορά ανάμεσα στο να σκέφτεσαι μόνος σου— και στο να αφήνεις την ΤΝ να σκέφτεται για σένα.

#### 1° βήμα: Διαλέξτε μια πραγματική σχολική άσκηση.

Π.χ.:

- μια μαθηματική άσκηση
- ένα μικρό κείμενο
- μια μετάφραση λεξιλογίου
- μια ερώτηση γνώσεων (π.χ. «Τι είναι η φωτοσύνθεση;»)

#### 2° βήμα: Λύστε την πρώτα μόνοι σας.

Συζητήστε, δοκιμάστε, κάντε λάθη. Γράψτε τη λύση σας στο χαρτί.

3° βήμα: Τώρα δώστε την ίδια άσκηση σε μια ΤΝ (π.χ. ChatGPT, μαθηματική εφαρμογή ή πρόγραμμα μετάφρασης).

#### 4° βήμα: Συγκρίνετε τα δύο αποτελέσματα

- Ποιο ήταν καλύτερο;
- Πού μάθατε περισσότερα;
- Ποια διαδικασία σας έκανε να σκεφτείτε περισσότερο;

#### 5° βήμα: Συζητήστε το αποτέλεσμα.

Συζητήστε τη διαφορά ανάμεσα στο να κατανοείς το ζητούμενο και να επιλύεις το πρόβλημα και στο να παίρνεις απλώς μια απάντηση.

---

## Μήνυμα για γονείς

### Η μάθηση δεν σημαίνει «να τα κάνεις όλα σωστά»

Στο σχολείο συχνά δίνεται έμφαση στη «σωστή απάντηση».

**Αλλά η μάθηση δεν είναι μόνο να έχεις δίκιο – είναι να κατανοείς, να εξασκείσαι, να κάνεις λάθη και να εξελίσσεσαι.** Όταν η ΤΝ δίνει αμέσως τη σωστή απάντηση, αφαιρεί από τα παιδιά αυτήν ακριβώς τη διαδικασία μάθησης. Για αυτόν τον λόγο: Ενθαρρύνετε το παιδί σας να σκέφτεται μόνο του. **Επαινεύστε την προσπάθεια**, όχι μόνο το αποτέλεσμα. Δείξτε ότι τα λάθη είναι φυσιολογικά – και **απαραίτητα** για να μάθουμε.

---

## Πληροφοριακό πλαίσιο

Το γνωρίζατε;

- Σε πολλές εφαρμογές μάθησης δεν είναι ξεκάθαρο ποιο περιεχόμενο έχει δημιουργηθεί από ΤΝ και ποιο από ανθρώπους.
- Έρευνες δείχνουν ότι τα παιδιά μαθαίνουν καλύτερα όταν ανακαλύπτουν μόνα τους τα λάθη, αντί να λαμβάνουν απλώς έτοιμο feedback.

- Στις σκανδιναβικές χώρες, όπως στη Φινλανδία, η ΤΝ είναι συνειδητά ενταγμένη στη διδασκαλία: οι μαθητές μαθαίνουν όχι μόνο με την ΤΝ, αλλά και για την ΤΝ – πώς λειτουργεί, ποια είναι τα όριά της και πώς να την κρίνουν κριτικά.  
->Οι εκπαιδευτικοί λαμβάνουν ειδική επιμόρφωση μέσω κρατικών προγραμμάτων ή πανεπιστημίων, ώστε να εντάσσουν την ΤΝ με υπευθυνότητα και ως εργαλείο αναστοχασμού στην τάξη.

---

## Ψηφιακός οικογενειακός κανόνας

### Η τεχνητή νοημοσύνη μπορεί να βοηθά – αλλά όχι να σκέφτεται για εμάς

Πολλές οικογένειες θεωρούν πολύ χρήσιμο να διαμορφώνουν κοινούς κανόνες για τη χρήση της τεχνητής νοημοσύνης στο σπίτι.

---

## Συμβουλή

Τα παιδιά πρέπει να νιώθουν ότι η ΤΝ είναι χρήσιμη βοηθός – αλλά ότι εκείνα κρατούν τον έλεγχο.

---

## Πληροφοριακό πλαίσιο

### Το γνωρίζετε;

- Έρευνες δείχνουν ότι οι μαθητές που χρησιμοποιούν την ΤΝ ως συμπληρωματικό εργαλείο, μαθαίνουν περισσότερα – αλλά μόνο αν κατανοούν πώς προκύπτουν τα αποτελέσματά της.
- Πολλοί εκπαιδευτικοί δυσκολεύονται να αναγνωρίσουν αν ένα κείμενο έχει γραφτεί από ΤΝ – το αντιλαμβάνονται μόνο όταν το παιδί **δεν μπορεί να το εξηγήσει**.
- Στην Εσθονία, ήδη από το δημοτικό διδάσκεται η ΤΝ: τα παιδιά μαθαίνουν πώς «σκέφτονται» οι μηχανές, τι μπορούν να κάνουν και πού βρίσκονται τα όριά τους.

## Κεφάλαιο 3: Ενίσχυση της ψηφιακής επάρκειας – όταν η ΤΝ αλλάζει την πραγματικότητα

### Πώς η ΤΝ επηρεάζει την εικόνα μας για τον κόσμο

Φανταστείτε ότι το παιδί σας βλέπει κάθε μέρα βίντεο που λένε: «Αυτό είναι αλήθεια – αυτό είναι πραγματικό».

Και αν αυτά τα βίντεο είναι ψεύτικα; Ή αν δείχνουν μόνο ό,τι ταιριάζει με όσα έχει ήδη δει; Η Τεχνητή Νοημοσύνη παίζει σήμερα καθοριστικό ρόλο στο ερώτημα: τι βλέπουν τα παιδιά στο διαδίκτυο – και τι όχι.

Είτε στο YouTube, στο TikTok, στο Instagram είτε σε εφαρμογές ειδήσεων: αλγόριθμοι με ΤΝ αποφασίζουν ποιο περιεχόμενο προτείνεται. Αναλύουν τι αρέσει στα παιδιά, πόση ώρα παρακολουθούν, τι πατούν – και μετά προσφέρουν ακόμη περισσότερο από τα ίδια. Αυτό λέγεται φίλτρο-φούσκα: ένας κόσμος όπου βλέπεις σχεδόν μόνο ό,τι ήδη γνωρίζεις ή σου αρέσει.

Αυτό που μοιάζει αθώο μπορεί να γίνει επικίνδυνο – ειδικά όταν πρόκειται για παραπληροφόρηση, ακραίες απόψεις ή deepfakes.

Γι' αυτό είναι κρίσιμο τα παιδιά να μάθουν να ξεχωρίζουν την επίφαση από την πραγματικότητα. Επιπλέον, ο γνωστικός τους ορίζοντάς τους μπορεί να περιοριστεί τυχαία ή ακόμη και σκόπιμα.



---

### Φίλτρα-φούσκες, αλγόριθμοι και λογικές προτάσεων

Πολλές πλατφόρμες λειτουργούν με την ίδια αρχή: δείχνουν στους χρήστες περιεχόμενο που πιστεύουν ότι «θα τους ενδιαφέρει».

Αυτό που φαίνεται χρήσιμο – π.χ. στη μουσική ή στις συνταγές – μπορεί να οδηγήσει σε στενότητα όταν αφορά γνώμες, πληροφορίες ή κοσμοθεωρίες.

#### Ένα παράδειγμα:

Αν ένα παιδί “κλικάρει” συχνά βίντεο για συνωμοσίες (από περιέργεια ή για πλάκα), σύντομα θα βλέπει ακόμη περισσότερα τέτοια – και όλο και λιγότερα διαφορετικά. Δημιουργούνται παρωπίδες. Τα παιδιά χάνουν την επαφή με την πραγματικότητα.

#### Ερωτήσεις για γονείς:

- Ξέρει το παιδί μου ότι δεν είναι όλα αλήθεια μόνο και μόνο επειδή είναι καλοφτιαγμένα;
- Ξέρει ότι τα βίντεο στην αρχική σελίδα δεν είναι τυχαία;
- Μπορεί να ξεχωρίσει τι είναι άποψη και τι είναι γεγονός;

## Αναγνώριση deepfakes, παραπληροφόρησης και ψευδών ειδήσεων

Η ΤΝ μπορεί σήμερα να «πλαστογραφεί» βίντεο, φωτογραφίες ή και φωνές τόσο πειστικά, που ακόμη και οι ενήλικες δυσκολεύονται να τα αναγνωρίσουν. Αυτά λέγονται deepfakes: περιεχόμενο που δημιουργείται από ΤΝ, όπου π.χ. ένας γνωστός άνθρωπος φαίνεται να λέει κάτι που ποτέ δεν είπε.

**Παραπληροφόρηση** είναι η σκόπιμη παραπλάνηση: εικόνα, είδηση ή βίντεο που έχουν αλλοιωθεί για να προκαλέσουν φόβο, σύγχυση ή να επηρεάσουν πολιτικές απόψεις. Τα παιδιά συναντούν τέτοιο περιεχόμενο πρώτα σε ψυχαγωγικές πλατφόρμες – ως memes, clips ή σχόλια – και το πιστεύουν, αν κανείς δεν τους μιλήσει σχετικά.

**Αυτό που χρειάζονται να αναπτύξουν τα παιδιά δεν είναι δυσπιστία απέναντι σε όλα, αλλά υγιή σκεπτικισμό.**

---

## Καλλιέργεια κριτικής σκέψης – με συζήτηση και άσκηση

Ψηφιακή επάρκεια σήμερα σημαίνει: **να καταλαβαίνω πώς δημιουργούνται τα περιεχόμενα – και να μπορώ να τα αμφισβητώ.**

Χρήσιμες ερωτήσεις που οι γονείς μπορούν να κάνουν τακτικά:

- Ποιος το έφτιαξε – και γιατί;
- Είναι πραγματικό κανάλι ή ψεύτικο;
- Υπάρχει άλλη πηγή που να λέει το ίδιο;
- Μπορώ να το επαληθεύσω;

Τέτοιες ερωτήσεις δεν κάνουν τα παιδιά καχύποπτα –τα κάνουν **σίγουρα και ικανότερα στη χρήση των μέσων**. Αν θέλετε να μιλήσετε με τα παιδιά σας για τις διαδικτυακές τους εμπειρίες, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την online έκδοση των καρτών από το Digi Ethik. Το παιχνίδι είναι απλό και σε τρεις γύρους προσφέρει πολύ χρήσιμες ιδέες για συζήτηση σχετικά με το online βίωμα.

Σύνδεσμος για το παιχνίδι P@th: <https://digiethik.eu/el/path-play-and-think-el/>

**«Πώς αναγνωρίζω την παραπληροφόρηση;»** – μερικές απλές ενδείξεις για παιδιά (και μεγάλους):

- Υπάρχει σαφής αναφορά πηγής;
- Ακούγεται υπερβολικό για να είναι αληθινό;
- Μοιράζεται συχνά, αλλά ποτέ δεν εξηγείται ή τεκμηριώνεται σωστά;

Τέτοιες συγκεκριμένες ενδείξεις κάνουν την αφηρημένη έννοια της «παραπληροφόρησης» πιο συγκεκριμένη και δίνουν στα παιδιά εργαλεία για να κινούνται με μεγαλύτερη ασφάλεια στον ψηφιακό κόσμο.

## Μελέτη περίπτωσης

### Ο Έμιλ πιστεύει ένα παραποιημένο βίντεο

Ο Έμιλ είναι 13 ετών. Βλέπει στο TikTok ένα βίντεο όπου ένας πολιτικός λέει: «Καταργούμε τα Χριστούγεννα». Το βίντεο φαίνεται αληθινό – με παρουσιαστή ειδήσεων, λογότυπο, τα πάντα. Εξοργίζεται. Και οι φίλοι του επίσης. Το μοιράζονται, σχολιάζουν – και το πιστεύουν. Η μητέρα του βλέπει τυχαία το βίντεο, καθώς ο Έμιλ της το δείχνει ενθουσιασμένος. Κάτι δεν της «κολλάει». Ψάχνουν μαζί – και ανακαλύπτουν: είναι deepfake. Ο πολιτικός αυτό δεν το είπε ποτέ. Το βίντεο δημιουργήθηκε με ΤΝ για να προκαλέσει αγανάκτηση.

Ο Έμιλ νιώθει πρώτα ντροπή – μετά ενδιαφέρον. Θέλει να μάθει πώς φτιάχνονται τέτοια βίντεο και, κυρίως, πώς τα **αναγνωρίζουμε**.

Υπάρχουν πολλά βίντεο που εξηγούν πώς δημιουργούνται τα deepfakes. Ενδεικτικά: ένα βίντεο που εξηγεί βήμα-βήμα πώς «μαθαίνει» η ΤΝ και πώς φτιάχνονται deepfakes: <https://www.youtube.com/watch?v=HJMx9n5mFSM>



---

## Άσκηση

### Αληθινό ή ψεύτικο; Ο έλεγχος βίντεο

**Στόχος:** Τα παιδιά μαθαίνουν να εξετάζουν κριτικά το ψηφιακό περιεχόμενο.

#### 1. βήμα: Συγκρίνουμε δύο βίντεο

Βρείτε μαζί:

- ένα πραγματικό βίντεο (π.χ. δελτίο ειδήσεων ή παιδικό κανάλι)
- ένα παραποιημένο ή σκηνοθετημένο βίντεο (π.χ. διαφημιστικό, σκετς ή παράδειγμα που έχει δημιουργηθεί με ΤΝ)

#### 2. βήμα: Αναλύουμε μαζί

Ρωτήστε το παιδί:

- Ποιος μιλάει; Είναι πραγματικό πρόσωπο;
- Υπάρχει Συντακτική ομάδα ή πηγή;
- Τι σου κάνει εντύπωση; Τι φαίνεται υπερβολικά «στρωτό» ή «γυαλισμένο»;

### Σημείωση για γονείς και εκπαιδευτικούς:

Το παρακάτω γράφημα πληροφοριών προσφέρει απλές και πρακτικές συμβουλές για το πώς παιδιά (αλλά και οι ενήλικες!) μπορούν να αναγνωρίσουν λανθασμένες ή παραπλανητικές πληροφορίες στο διαδίκτυο. Έχει σχεδιαστεί **ειδικά** για τον εκπαιδευτικό

χώρο. Αυτά τα κριτήρια μπορούν να συζητηθούν και να εφαρμοστούν μαζί με τα παιδιά στην άσκηση «Αληθινό ή ψεύτικο;».

Αν θέλετε, μπορείτε επίσης να παίξετε το παιχνίδι «Know Fake», μέσα από το οποίο θα γνωρίσετε με διασκεδαστικό τρόπο όρους και μορφές παραπληροφόρησης.

Σε πλατφόρμες <https://saferinternet4kids.gr/> υπάρχουν διαδραστικά κουίζ που βοηθούν τα παιδιά να μάθουν να ξεχωρίζουν πραγματικές από ψεύτικες πληροφορίες.

### 3. Βήμα: Κάντε μαζί ένα κουίζ ενημέρωσης

Μπορείτε να το παίξετε μαζί με τα παιδιά σας και να συζητήσετε τα αποτελέσματα. Το παιχνίδι είναι διαθέσιμο στην ιστοσελίδα του έργου KNOW FAKE:



<https://knowfake.eu/el/%cf%80%ce%b1%ce%af%ce%be%cf%84%ce%b5-know-fake-online/>

## Συμβουλές για γονείς

### Μιλήστε για τα μέσα ενημέρωσης όπως για τη διατροφή

Όπως τα παιδιά μαθαίνουν ότι τα γλυκά είναι νόστιμα, αλλά δεν τα χορταίνουν, έτσι μπορούν να μάθουν:

**Ό,τι είναι διασκεδαστικό δεν είναι και αληθινό.**

Μπορείτε να πείτε, για παράδειγμα: «Αυτό που βλέπουμε είναι συχνά σαν ένα “καραμελάκι” – απ’ έξω γυαλίζει, αλλά τι έχει πραγματικά μέσα;»  
«Μπορείς να δεις τα πάντα – αλλά δεν χρειάζεται να πιστεύεις τα πάντα.» Έτσι δίνετε στο παιδί κριτικό τρόπο σκέψης, χωρίς να απαγορεύετε.

## Πληροφοριακό πλαίσιο

Γνωρίζατε ότι ...;

- Πάνω από 80 % των βίντεο στο TikTok προτείνονται μέσω αλγορίθμου TN κι όχι μέσω αναζήτησης.
- Παιδιά ηλικίας 10 ετών έχουν κατά μέσο όρο πρόσβαση σε 3 έως 5 πλατφόρμες, όπου εμφανίζεται παραπληροφόρηση.
- Έρευνες δείχνουν ότι τα παιδιά που μιλούν συχνά με τους γονείς τους για τα μέσα ενημέρωσης είναι πιο ανθεκτικά απέναντι στις ψεύτικες ειδήσεις.

# Κεφάλαιο 4: Τι γνωρίζει η ΤΝ για τα παιδιά μας – και πώς μπορούμε να τα προστατεύσουμε

## Ποια δεδομένα συλλέγει η ΤΝ – και γιατί

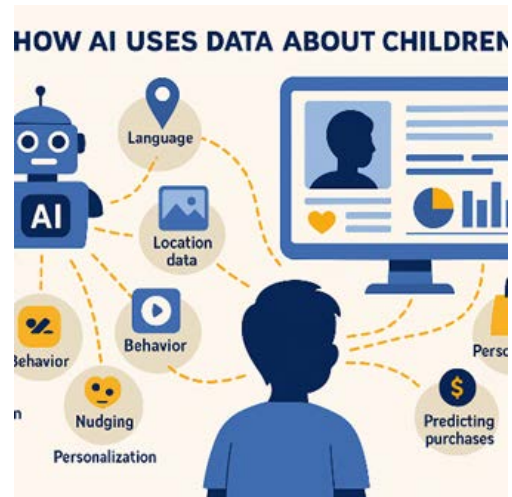
Η Τεχνητή Νοημοσύνη λειτουργεί μόνο όταν «τρέφεται» με πολλά δεδομένα. Μαθαίνει από παραδείγματα – όσο περισσότερα μαθαίνει για ανθρώπους, συμπεριφορές ή γλώσσα, τόσο καλύτερα μπορεί να αναγνωρίζει μοτίβα, να κάνει προβλέψεις ή να προτείνει περιεχόμενο. Αλλά υπάρχει ένα πρόβλημα: η ΤΝ δεν ξεχνάει.

Τα δεδομένα που συλλέγονται παραμένουν αποθηκευμένα για χρόνια.

Τα παιδιά και οι έφηβοι είναι ιδιαίτερα ελκυστικοί στόχοι για πολλές εφαρμογές ΤΝ:

χρησιμοποιούν τις συσκευές συχνά, πατούν γρήγορα, δοκιμάζουν τα πάντα – και αφήνουν πίσω τους πολλά ψηφιακά ίχνη.

Συχνά δεν συνειδητοποιούν πόσες πληροφορίες για τους ίδιους αποκαλύπτουν και πώς αυτές συνθέτουν προσωπικά προφίλ, που μπορούν να δείξουν στοιχεία για την προσωπικότητά τους, τα ενδιαφέροντα ή ακόμα και τις αδυναμίες τους.



### Τυπικά δεδομένα που συλλέγουν οι εφαρμογές ΤΝ

- Φωνή: Μέσω φωνητικών βοηθών (Alexa, Siri, Google Assistant). Ό,τι λέγεται – και συχνά οι ήχοι στο φόντο – αποθηκεύονται.
- Δεδομένα τοποθεσίας: Από GPS ή υπηρεσίες εντοπισμού. Έτσι μπορεί να εντοπιστεί πού βρίσκεται το παιδί και πόσο συχνά.
- Αναζητήσεις και κλικ: Ό,τι αναζητά, ανοίγει ή πατά, δίνει στοιχεία για ενδιαφέροντα, ηλικία ή διάθεση.
- Συμπεριφορά σε παιχνίδια και εφαρμογές: Πόση ώρα παίζει, σε ποιο επίπεδο φτάνει, ποια emoji χρησιμοποιεί – όλα αυτά είναι δεδομένα πολύτιμα για ανάλυση.
- Εικόνες, βίντεο, φωνή: Η ΤΝ μπορεί να αναγνωρίσει πρόσωπα, να αναλύσει φωνές ή ακόμη και συναισθήματα από εκφράσεις και τόνο.
- 

Αυτά τα δεδομένα δεν μένουν στη συσκευή, αλλά στέλνονται σε διακομιστές, συχνά εκτός Ευρώπης – π.χ. στις ΗΠΑ.

Εκεί καταλήγουν σε μεγάλες τεχνολογικές εταιρείες, οι οποίες δημιουργούν αναλυτικά προφίλ χρηστών.

Αυτοί οι «ψηφιακοί δίδυμοι» δεν αποκαλύπτουν μόνο τι βλέπει ή παίζει ένα παιδί, αλλά και τι το φοβίζεται, πώς νιώθει ή πού είναι πιο ευάλωτο.

### Η ΤΝ χρησιμοποιεί αυτά τα προφίλ για να:

- Προτείνει στοχευμένα περιεχόμενο: π.χ. σε βίντεο, διαφημίσεις ή προτάσεις.
- Προβλέπει αγοραστική συμπεριφορά: μέσω στοχευμένων προτάσεων ή εντός εφαρμογής αγορών.
- Επηρεάζει συμπεριφορές: με μικρά «ψυχολογικά σπρωξίματα» (nudging), ώστε το παιδί να μένει περισσότερο σε μια εφαρμογή ή να παίρνει συγκεκριμένες αποφάσεις.

## Γιατί αυτό είναι πρόβλημα

Τα παιδιά είναι ιδιαίτερα ευάλωτα, όχι μόνο λόγω ηλικίας αλλά επειδή βρίσκονται σε φάση διαμόρφωσης ταυτότητας.

Αν η ΤΝ αρχίσει από νωρίς να τα κατευθύνει προς συγκεκριμένα μονοπάτια, μπορεί να επηρεάσει την αυτοαντίληψή τους, την ικανότητά τους να επιλέγουν ελεύθερα και τη σχέση τους με τα μέσα. Επιπλέον, τα παιδιά δεν μπορούν να εκτιμήσουν τις μακροπρόθεσμες συνέπειες των ψηφιακών ιχνών τους. Δίνουν συχνά προσωπικές πληροφορίες αυθόρμητα – χωρίς να κατανοούν ότι αυτά τα δεδομένα παραμένουν και μπορούν να χρησιμοποιηθούν πολύ αργότερα.

Γι' αυτό, η προστασία δεδομένων για παιδιά δεν είναι τεχνική λεπτομέρεια, αλλά θεμελιώδες δικαίωμα. Προστατεύει την ιδιωτικότητα, την ελευθερία και την αξιοπρέπειά τους. Η Ευρωπαϊκή Ένωση (GDPR / ΓΚΠΔ) αναγνωρίζει αυτό το δικαίωμα και παρέχει στα παιδιά ιδιαίτερη νομική προστασία. Ωστόσο, στην πράξη, πολλές ψηφιακές υπηρεσίες δεν το τηρούν πλήρως – και για τους γονείς, οι «ροές δεδομένων» παραμένουν συχνά αδιόρατες.



## Σε ποιον ανήκει τελικά τι; - Πνευματικά δικαιώματα και τεχνητή νοημοσύνη

Όταν τα παιδιά γράφουν, ζωγραφίζουν, συνθέτουν ή δημιουργούν βίντεο με τη βοήθεια τεχνητής νοημοσύνης (ΤΝ), το αποτέλεσμα μπορεί να είναι εντυπωσιακό. Όμως προκύπτει ένα βασικό ερώτημα. Σε ποιον ανήκει αυτό που δημιουργήθηκε;

Σύμφωνα με τους κλασικούς κανόνες πνευματικής ιδιοκτησίας, τα δικαιώματα ανήκουν σε εκείνον που δημιουργεί το έργο ο ίδιος – π.χ. γράφει ένα κείμενο ή ζωγραφίζει έναν πίνακα. Αυτά τα δικαιώματα προστατεύουν τον δημιουργό από αντιγραφή ή ανεπιθύμητη διάδοση του έργου του. Με την τεχνητή νοημοσύνη, όμως, τα πράγματα γίνονται πιο περίπλοκα: Αν μια εφαρμογή είναι εκείνη που «ζωγραφίζει» ή «γράφει» βάσει οδηγιών του χρήστη, ποιος είναι ο πραγματικός δημιουργός; Το παιδί που έδωσε την ιδέα; Η εφαρμογή; Η εταιρεία που δημιούργησε την ΤΝ;

### Σημαντικό να γνωρίζετε:

- Τα έργα που δημιουργούνται από ΤΝ δεν προστατεύονται αυτόματα από τους νόμους περί πνευματικών δικαιωμάτων.
- Ορισμένα εργαλεία ΤΝ διατηρούν για τον εαυτό τους δικαιώματα στα έργα που παράγουν οι χρήστες – κάτι που συχνά τα παιδιά (και οι γονείς) δεν αντιλαμβάνονται.
- Αν μια εφαρμογή ΤΝ χρησιμοποιεί εικόνες, μουσική ή κείμενα τρίτων χωρίς άδεια, αυτό μπορεί να δημιουργήσει νομικά προβλήματα, ακόμη και για τον χρήστη.

### Τι μπορούν να προσέξουν οι γονείς

- Τα παιδιά πρέπει να μάθουν να χειρίζονται υπεύθυνα το περιεχόμενο άλλων ανθρώπων – να μην αντιγράφουν ή δημοσιεύουν απλώς ό,τι βρίσκουν στο διαδίκτυο.
- Όταν χρησιμοποιούν εργαλεία τεχνητής νοημοσύνης, είναι σημαντικό να επιλέγονται πάροχοι που είναι σαφείς και διαφανείς σχετικά με τα πνευματικά δικαιώματα και τη χρήση των δεδομένων.

- Αν τα παιδιά θέλουν να δημοσιεύσουν τις δημιουργίες τους (π.χ. στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης), πρέπει να σκεφτούν:  
«Το έφτιαξα εγώ ή βοήθησε η ΤΝ;»
- Τα πνευματικά δικαιώματα μπορεί να θεωρούνται συχνά ένα «βαρετό θέμα», αλλά προστατεύουν τη δημιουργικότητα και βοηθούν τα παιδιά να αναπτύξουν σεβασμό και επίγνωση για το τι σημαίνει «πραγματικά δική μου δημιουργία» και τι όχι.

### Πνευματικά δικαιώματα και τεχνητή νοημοσύνη – Ποιος έχει ποιο δικαίωμα;

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ	Σε ποιον ανήκουν τα δικαιώματα;	Τι πρέπει να προσέξουμε;
Το παιδί ζωγραφίζει μια εικόνα με μαρκαδόρους ή στο τάμπλετ	Στο παιδί	Πλήρης προστασία πνευματικών δικαιωμάτων – το έργο ανήκει στο παιδί
Το παιδί δημιουργεί μια εικόνα με ΤΝ π.χ («με εντολή δημιούργησε έναν δράκο»)	Ασαφές-συχνά δεν υπάρχουν πνευματικά δικαιώματα	Ανάλογα με τους όρους χρήσης, η εταιρεία της ΤΝ μπορεί να κρατά δικαιώματα. Προσοχή πριν από δημοσίευση.
Το παιδί φτιάχνει remix ενός τραγουδιού με ΤΝ	Συχνά νομικά προβληματικό	Η μουσική άλλων δημιουργών προστατεύεται. Το remix μπορεί να παραβιάζει δικαιώματα.
Η ΤΝ γράφει μια έκθεση ή ένα ποίημα για μια σχολική εργασία	Συνήθως χωρίς δικαιώματα-δεν πρόκειται για ανθρώπινη δημιουργία	Μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως βοήθημα, αλλά τα παιδιά πρέπει να μάθουν να γράφουν μόνο τους. Πάντα να το δηλώνουν ανοιχτά!
Το παιδί σχεδιάζει ένα παιχνίδι με την βοήθεια της ΤΝ	Μερικώς στο παιδί, μερικώς στην ΤΝ	Νομικά περίπλοκο. Όσο μεγαλύτερη η προσωπική συμβολή του παιδιού, τόσο ισχυρότερη η προστασία.

**Συμβουλή:** Συζητήστε με το παιδί σας σχετικά με τη διαχείριση των προσωπικών δεδομένων – π.χ. γιατί δεν πρέπει να μοιράζεται ονόματα, φωτογραφίες ή τοποθεσίες παντού.

### Φωνές, εικόνες, τοποθεσίες – οι αδιόρατοι κίνδυνοι

Πολλά παιδιά χρησιμοποιούν εφαρμογές με πρόσβαση σε κάμερα, μικρόφωνο ή τοποθεσία, χωρίς να γνωρίζουν ότι έτσι αποκαλύπτουν προσωπικά δεδομένα.

### Παραδείγματα «αόρατων» παγίδων δεδομένων:

- Μια εφαρμογή παιχνιδιού ζητά πρόσβαση στο μικρόφωνο, «για να καταγράψει ηχητικά εφέ». Στην πραγματικότητα όμως, μπορεί να ακούει συνομιλίες.
- Μια απλή εφαρμογή φακού ζητά πρόσβαση στην τοποθεσία, χωρίς καμία τεχνική ανάγκη.
- Ένα chatbot τεχνητής νοημοσύνης ζητά το όνομα, την ηλικία και τα ενδιαφέροντα

Όλα αυτά φαίνονται αθώα, αλλά τα συστήματα ΤΝ συνδυάζουν τις πληροφορίες αυτές και δημιουργούν ένα **ψηφιακό προφίλ** του παιδιού του παιδιού, «για να κάνει τη συζήτηση πιο προσωπική».

---

## Πώς μπορούν οι γονείς να προστατεύσουν τα παιδιά – χωρίς φόβο

Τα παιδιά δεν χρειάζονται φόβο, αλλά γνώση και καθαρή καθοδήγηση. Αντί για απαγορεύσεις, βοηθά να δημιουργηθούν κοινοί κανόνες και να εξηγηθεί γιατί κάτι μπορεί να είναι επικίνδυνο.

### Πρακτικές συμβουλές:

- Ελέγξτε μαζί με το παιδί τι άδειες έχουν οι εφαρμογές στο κινητό ή το tablet.
- Εξηγήστε γιατί κάποια δεδομένα είναι ιδιωτικά – όπως το όνομα, η διεύθυνση, το σχολείο, η φωνή ή το πρόσωπο.
- Μην πείτε απλώς «όχι», πείτε:  
“Θέλω να σε προστατεύσω, όχι να σε ελέγξω.”

### Χρήσιμοι οικογενειακοί κανόνες:

- Όχι κοινή χρήση τοποθεσίας στα παιχνίδια.
- Όχι φωτογραφία προφίλ με πρόσωπο σε άγνωστες πλατφόρμες.
- Όχι αληθινή ημερομηνία γέννησης ή πλήρες όνομα σε εγγραφές.
- Χρησιμοποιήστε περισσότερες από μία διευθύνσεις ηλεκτρονικού ταχυδρομείου για διαφορετικούς σκοπούς (π.χ. μία επίσημη για επικοινωνία με εργοδότες/αρχές και μία ανώνυμη για θέματα αναψυχής).

Όταν τα παιδιά καταλαβαίνουν **τι προστατεύουν**, συμμετέχουν με προθυμία.

---

## Παράδειγμα

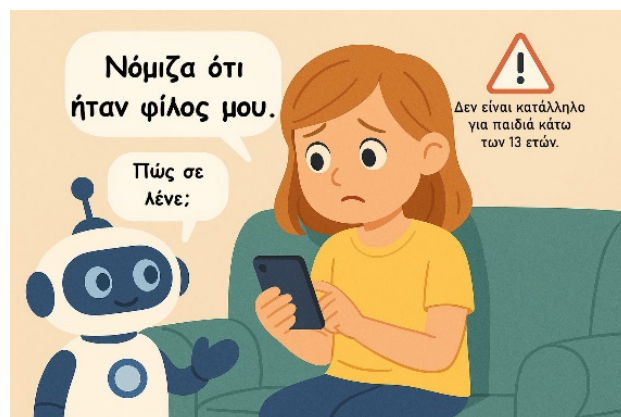
### Η Σοφία και το περίεργο chatbot

Η Σοφία είναι 10 ετών και της αρέσει να παίζει με μια εφαρμογή όπου μπορεί να μιλά με έναν φιλικό, καρτουνίστικο bot. Ο bot τη ρωτά:

- «Πώς σε λένε;»
- «Τι σου αρέσει να κάνεις;»
- «Σε ποιο σχολείο πας;»

Η Σοφία απαντά ειλικρινά. Ο bot την επαινεί, τη ρωτά περισσότερα και της λέει όμορφα λόγια. Με τον καιρό, η Σοφία του εμπιστεύεται προσωπικά πράγματα – ότι νιώθει μοναξιά ή έχει τσακωθεί με φίλη της. Οι γονείς δεν γνωρίζουν τίποτα, μέχρι που βλέπουν στο App Store: «Δεν ενδείκνυται για παιδιά κάτω των 13 ετών.» Διαβάζουν τους όρους και ανακαλύπτουν ότι η εφαρμογή αποθηκεύει όλες τις συνομιλίες.

Λίγο μετά, αρχίζουν να λαμβάνουν διαφημίσεις σχετικές με τα ενδιαφέροντα της Σοφίας. Η Σοφία σοκάρεται: «Νόμιζα πως ήταν φίλος μου.»



## Άσκηση

### Ντετέκτιβ προστασίας δεδομένων - Τι μπορώ να μοιραστώ;

Αυτή η άσκηση βοηθά τα παιδιά να μάθουν τη διαφορά ανάμεσα στο «δημόσιο» και το «ιδιωτικό».

#### 1<sup>ο</sup> βήμα: Γράψτε σε μικρές κάρτες λέξεις όπως:

- Όνομα
- Επώνυμο
- Ημερομηνία γέννησης
- Σχολείο
- Αγαπημένο χρώμα
- Κωδικός πρόσβασης
- Φωτογραφία με πρόσωπο
- Διεύθυνση κατοικίας
- Όνομα κατοικιδίου

#### 2<sup>ο</sup> βήμα: Ταξινόμηση: Τοποθετήστε δύο περιοχές πάνω στο τραπέζι:

##### «Μπορώ να το μοιραστώ» και «Καλύτερα να το κρατήσω για μένα»

Αφήστε το παιδί σας να αποφασίσει ποια καρτελάκια ανήκουν πού – και να αιτιολογήσει την απόφασή του.



#### 3<sup>ο</sup> βήμα: Συζητήστε:

- Γιατί κάποιες πληροφορίες είναι ακίνδυνες και άλλες όχι;
- Γιατί οι εφαρμογές ζητούν πράγματα που δεν χρειάζονται;
- Τι μπορεί να συμβεί αν δώσουμε πάρα πολλές πληροφορίες;

## Συμβουλή:

Φτιάξτε μαζί μια «φωτεινή σηματοδότηση» για τα προσωπικά δεδομένα:

● Κόκκινο = Ποτέ μην το μοιράζεσαι

-  Κίτρινο = Μόνο με έγκριση γονέα
  -  Πράσινο = Ακίνδυνο
- 

## Μήνυμα προς τους γονείς

### Η ιδιωτικότητα ξεκινά από τα μικρά

Πολλά παιδιά σκέφτονται: «Μα εγώ δεν έχω τίποτα να κρύψω!» Όμως κάθε παιδί έχει δικαίωμα στην ιδιωτικότητα – όπως έχει δικαίωμα σε δικό του δωμάτιο ή προσωπικό ημερολόγιο. Μπορείτε να πείτε π.χ.:

«Τα δεδομένα σου είναι όπως οι σκέψεις σου – σου ανήκουν.»

«Κάποια πράγματα δεν τα λέμε σε όλους – ούτε στο κινητό μας.»

Έτσι βοηθάτε το παιδί σας να αναπτύξει σεβασμό στα προσωπικά του όρια, να κατανοήσει τη σημασία της ιδιωτικότητας και να νιώθει ασφαλές – χωρίς φόβο.

---

## Πληροφοριακό πλαίσιο

### Γνωρίζατε ότι;

- Οι φωνητικοί βοηθοί όπως η Alexa ή η Siri αποθηκεύουν **όλες τις φωνητικές εντολές** – ακόμη και των παιδιών;
- Ο Κανονισμός Προστασίας Δεδομένων (ΓΚΠΔ) της Ευρωπαϊκής Ένωσης προστατεύει **ιδιαίτερα** τα παιδιά, αλλά πολλές εφαρμογές δεν τον τηρούν πλήρως.
- Τα διαφημιστικά συστήματα που βασίζονται σε τεχνητή νοημοσύνη μπορούν να αναγνωρίσουν ηλικία, ενδιαφέροντα και διάθεση – μόνο μέσα από κλικ ή emoji.

## Κεφάλαιο 5: Τεχνητή Νοημοσύνη και Ηθική – Τι είναι σωστό, τι είναι δίκαιο και τι ηθικό;

### Μπορούν οι μηχανές να έχουν ηθική;

Η τεχνητή νοημοσύνη (TN) μπορεί να κάνει πολλά: να υπολογίζει, να αναλύει, να αναγνωρίζει πρόσωπα ή αντικείμενα, ακόμη και να μιλά.

Αλλά **δεν** μπορεί να ενεργεί με ηθική συνείδηση. Δεν έχει συναισθήματα, αξίες ή ενσυναίσθηση. Οι αποφάσεις της βασίζονται σε δεδομένα και πιθανότητες – όχι σε ευθύνη ή δικαιοσύνη. **Αυτό σημαίνει πως**, όταν μια TN αποφασίζει – π.χ. ποια αίτηση φαίνεται «καλύτερη» ή ποιο παιδί φαίνεται πιο «ικανό» – **η απόφαση προκύπτει από τα δεδομένα, όχι από το δίκαιο**. Κι αν τα δεδομένα έχουν προκαταλήψεις, τότε και η TN θα ενεργεί μεροληπτικά. Γι' αυτό η ηθική είναι τόσο σημαντική. βοηθά τα παιδιά να καταλάβουν:

- Πού υπάρχουν όρια;
- Τι σημαίνει «δίκαιο»;
- Τι επιτρέπεται να κάνει η τεχνολογία – και τι όχι;

Τι είναι σεβασμός – ακόμα και στη συζήτηση;  
Τι επιτρέπεται να ειπωθεί – τι όχι;  
Τι είναι αστείο – τι είναι προσβλητικό;



### Προκαταλήψεις, διακρίσεις και ευθύνη

TN δεν είναι ουδέτερη. Μαθαίνει από αυτά που της δείχνουμε. Αν αυτά τα παραδείγματα περιέχουν προκαταλήψεις, η μηχανή τις **αντιγράφει**, χωρίς να **καταλαβαίνει** τι κάνει.

Παραδείγματα:

- Μια εφαρμογή αναγνώρισης εικόνων αναγνωρίζει έναν άνδρα με κοστούμι ως «αφεντικό» και μια γυναίκα με παιδιά ως «μητέρα».
- Μια TN γλώσσας προτείνει συχνότερα χαμηλότερα επίπεδα εκπαίδευσης για συγκεκριμένα ονόματα, επειδή το έχει «μάθει» από παλιά δεδομένα.
- Μια τεχνητή νοημοσύνη μετάφρασης γράφει «Ο γιατρός – η νοσοκόμα», παρόλο που το φύλο δεν είχε καθοριστεί.

Τα παιδιά πρέπει να κατανοούν:

«Ό,τι λέει μια μηχανή δεν είναι πάντα σωστό – ούτε δίκαιο.»

Και να διερωτώνται:

«Ποιος προγραμματίσε αυτή τη μηχανή; Και με ποιες αξίες;»

### Αξίες στην ψηφιακή εποχή

Τα παιδιά μαθαίνουν τις αξίες τους μέσα από πρότυπα, συζητήσεις και εμπειρίες. Στην εποχή της TN χρειάζονται νέα ερωτήματα:

- Τι σημαίνει σεβασμός προς τον άλλο; - Ισχύει το ίδιο και στο διαδίκτυο;
- Τι επιτρέπεται να πούμε – και τι μπορεί να πληγώσει;
- Πότε κάτι είναι αστείο και πότε γίνεται προσβολή;
- Πώς αντιδρούμε όταν κάποιος γελοιοποιείται με τη βοήθεια ΤΝ;

Η ηθική δεν είναι μάθημα που «τελειώνει»· είναι στάση ζωής. Και αρχίζει από το σπίτι – με συζήτηση, παράδειγμα και το απλό μήνυμα:

**«Μόνο και μόνο επειδή μπορείς να κάνεις κάτι, δεν σημαίνει ότι επιτρέπεται.»**

## Παράδειγμα

### Η Εμιλία ανακαλύπτει μια αδικία στο παιχνίδι

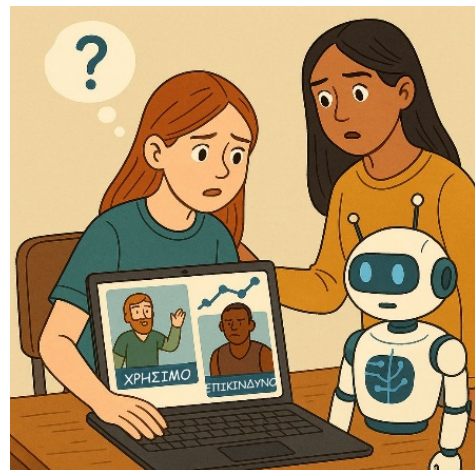
Η Εμιλία, 13 ετών, αγαπά τον προγραμματισμό. Με τη βοήθεια μιας ΤΝ δημιουργεί το πρώτο της βιντεοπαιχνίδι. Η ΤΝ έχει σκοπό να αναγνωρίζει αν ένας χαρακτήρας είναι «φιλικός» ή «επικίνδυνος», ανάλογα με την εμφάνισή του. Στην αρχή όλα φαίνονται να λειτουργούν σωστά – ώπου η

Εμιλία παρατηρεί κάτι παράξενο:

Οι χαρακτήρες με πιο σκούρο δέρμα ή σοβαρό ύφος θεωρούνται συχνά «επικίνδυνοι», παρότι δεν κάνουν τίποτα κακό στο παιχνίδι.

Η Εμιλία εκπλήσσεται:

«Γιατί η ΤΝ κρίνει έτσι; Από πού το έμαθε;» Μαζί με την αδερφή της ψάχνουν και ανακαλύπτουν ότι η ΤΝ εκπαιδεύτηκε με εικόνες από το διαδίκτυο που περιείχαν κρυφές προκαταλήψεις. Η Εμιλία σοκάρεται: «Αυτό είναι άδικο! Δεν θέλω η ΤΝ μου να φέρεται έτσι!» Έτσι αρχίζει να προσθέτει πιο δίκαια και ισορροπημένα δεδομένα – και σταδιακά οι αποφάσεις της ΤΝ αλλάζουν. Η Εμιλία καταλαβαίνει: Η τεχνητή νοημοσύνη μπορεί να υιοθετεί προκαταλήψεις, αλλά ο άνθρωπος μπορεί να τη μάθει να είναι πιο δίκαιη.



## Άσκηση:

### Τι θα έκανες εσύ; Ψηφιακά ηθικά διλήμματα

Μια δραστηριότητα που βοηθά τα παιδιά να σκεφτούν τι είναι σωστό σε δύσκολες καταστάσεις.

#### 1<sup>ο</sup> βήμα – Διάβασμα ιστοριών-διλημάτων:

Επιλέξτε και διαβάστε μαζί μία από τις παρακάτω:

#### Παράδειγμα 1:

- Μια φίλη δείχνει μια φωτογραφία συμμαθήτριας, επεξεργασμένη από ΤΝ με αστείο φίλτρο. Όλοι γελούν. Θέλει να τη δημοσιεύσει. Τι κάνεις;

#### Παράδειγμα 2:

- Έγραψες μια τέλεια έκθεση με τη βοήθεια ChatGPT, αλλά πρέπει να την παραδώσεις ως δική σου. Κανείς δεν θα το καταλάβει. Τι θα κάνεις;

### Παράδειγμα 3:

- Βρίσκεις ένα deepfake βίντεο ενός influencer που φαίνεται να λέει κάτι κακό. Θες να το μοιραστείς. Τι σκέφτεσαι;
- 

### 2<sup>ο</sup> βήμα – Σκέψη και συζήτηση:

- Τι σου φαίνεται σωστό;
- Πώς θα ένιωθες στη θέση των άλλων;
- Ποιος επηρεάζεται από την απόφασή σου;

### 3<sup>ο</sup> βήμα – Δημιουργία δικών σας ιστοριών:

Τα παιδιά μπορούν να φτιάξουν τα δικά τους μικρά «ηθικά διλήμματα» και να τα συζητήσετε μαζί. Έτσι μαθαίνουν να σκέφτονται με ευθύνη, θάρρος και ενσυναίσθηση.

---

## Μήνυμα για γονείς

### Η τεχνητή νοημοσύνη χρειάζεται ανθρώπινη στάση

Εξηγήστε στο παιδί σας:

- «Η ΤΝ μπορεί να υπολογίζει, αλλά δεν μπορεί να νιώσει τι είναι σωστό ή λάθος.»
- «Η τεχνολογία μπορεί να σε βοηθήσει να αποφασίσεις – αλλά όχι να σκεφτεί στη θέση σου.»
- «Ό,τι είναι δυνατόν να γίνει, δεν είναι πάντα δίκαιο ή σωστό.»
- «Η ΤΝ δεν ξέρει τι σημαίνει λύπη, θυμός ή αγάπη.»
- «Αν μια μηχανή αποφασίζει, ρώτα πάντα: “Είναι αυτό δίκαιο;”»
- «Είναι καλό να χρησιμοποιείς την τεχνολογία – **όμως** η ευθύνη είναι δική σου.»
- «Η ΤΝ μαθαίνει από τους ανθρώπους – γι’ αυτό ο άνθρωπος πρέπει πρώτα να είναι δίκαιος.»
- «Ρώτα πάντα: “Ποιος έμαθε στην ΤΝ να κρίνει έτσι – και γιατί;”»
- «Αν δεις αδικία στην τεχνολογία, έχεις δικαίωμα να τη διορθώσεις.»

Έτσι ενισχύετε το παιδί σας να παραμείνει **σκεπτόμενο, αμερόληπτο και υπεύθυνο** άτομο μέσα σε έναν ψηφιακό κόσμο.

---

## Πληροφοριακό πλαίσιο

Το γνωρίζετε... ότι;

- Τα περισσότερα συστήματα ΤΝ αναπτύσσονται από ενήλικες, κυρίως άνδρες, Ευρωπαίους ή Αμερικανούς – πράγμα που επηρεάζει τις οπτικές τους.
- Έρευνες δείχνουν ότι τα παιδιά που συζητούν για **δικαιοσύνη και ευθύνη** αντιδρούν πιο ώριμα και κριτικά απέναντι στα **συστήματα ΤΝ**.
- Σε χώρες όπως η Ολλανδία και η Φινλανδία, υπάρχουν ήδη προγράμματα όπου παιδιά συμμετέχουν ενεργά στη δημιουργία «αμερόληπτης» ΤΝ.

## Κεφάλαιο 6: Τεχνητή Νοημοσύνη στον ελεύθερο χρόνο – Παιχνίδια, ζωγραφική, μουσική

### Τεχνητή δημιουργικότητα – όταν οι μηχανές «παίζουν» μαζί μας

Στον ελεύθερο χρόνο τους τα παιδιά συναντούν την Τεχνητή Νοημοσύνη (TN) με διασκεδαστικούς και δημιουργικούς τρόπους. Είτε παίζουν ηλεκτρονικά παιχνίδια, είτε ζωγραφίζουν σε εφαρμογές, είτε φτιάχνουν μουσική, η TN είναι εκεί – και συμμετέχει. Σήμερα, προγράμματα με Τεχνητή Νοημοσύνη μπορούν να: δημιουργούν εικόνες, συνθέτουν μελωδίες, γράφουν ιστορίες, ακόμη και να σχεδιάζουν ολόκληρα παιχνίδια.

Τα παιδιά συχνά εντυπωσιάζονται:

- «Η TN με έκανε κόμικ!»
- «Έφτιαξα τραγούδι μόνο με πληκτρολόγηση!»
- «Ο ήρωάς μου μιλάει σαν αληθινός άνθρωπος!»



Αυτές οι εμπειρίες ξυπνούν τη χαρά και το δημιουργικό πάθος, καλλιεργούν τη φαντασία και ανοίγουν νέους δρόμους έκφρασης. Όμως φέρνουν και νέα ερωτήματα: Πού σταματά η προσωπική δημιουργία; Πότε αρχίζει η εξάρτηση; Και πώς μπορούμε να χρησιμοποιούμε την TN χωρίς να μας «υποκαταστήσει»;

### Παιχνίδια, εφαρμογές και δημιουργικά εργαλεία: Τι ενδυναμώνει τα παιδιά – και τι τα περιορίζει

Πολλές δραστηριότητες ψυχαγωγίας που αγαπούν τα παιδιά βασίζονται ήδη στην TN – συνήθως χωρίς να το καταλαβαίνουν:

- Τα παιχνίδια προσαρμόζουν αυτόματα τη δυσκολία (adaptive AI)
- Οι ψηφιακοί χαρακτήρες (avatars) αντιδρούν στα συναισθήματα ή στο στιλ παιχνιδιού
- Οι εφαρμογές παρέχουν δυνατότητες «έξυπνης» επεξεργασίας εικόνων, δημιουργίας αυτοματοποιημένων κόμικς και μουσικών κομματιών.
- Τα chatbots κάνουν διάλογο με τους παίκτες μέσα στο παιχνίδι

**Τι ενισχύει τα παιδιά;**

- Τα βοηθά να εκφράσουν τη φαντασία τους με νέους τρόπους.
- Διευκολύνει την είσοδο στον κόσμο της φαντασίας και της δημιουργίας.
- Προσφέρει γρήγορα θετικά αποτελέσματα, ενισχύοντας την αυτοπεποίθηση.

**Τι μπορεί να τα περιορίσει;**

- Η TN παίρνει τις αποφάσεις στη θέση του παιδιού («ο υπολογιστής το κάνει καλύτερα»).
- Τα παιδιά συγκρίνουν τον εαυτό τους με τα «τέλεια» αποτελέσματα της μηχανής και χάνουν την αυτοπεποίθησή τους στην ανάληψη πρωτοβουλιών.
- Δημιουργείται η ψευδαίσθηση: «Δεν χρειάζεται να ξέρω ή να μάθω τίποτα – η TN τα κάνει όλα.»

Γι' αυτό τα παιδιά χρειάζονται όχι μόνο ψηφιακές δυνατότητες, αλλά και **ψηφιακά όρια** – και κυρίως ενθάρρυνση να δημιουργούν τα δικά τους έργα.

---

## Ζήστε τη δημιουργικότητα της ΤΝ μαζί με τα παιδιά

Το μυστικό είναι να βλέπουν την ΤΝ όχι ως αντικαταστάτη, αλλά ως εργαλείο που εμπλουτίζει τη φαντασία.

Οι γονείς μπορούν να στηρίξουν αυτή τη στάση μέσα από συζήτηση και ερωτήσεις όπως:

- «Πώς σου ήρθε η ιδέα; Πώς βοήθησε η ΤΝ;»
- «Τι άλλαξες εσύ στο αποτέλεσμα που σου πρότεινε η ΤΝ;»
- «Υπήρξε σημείο που δεν συμφώνησες με την ΤΝ; Γιατί;»
- «Αν το έφτιαχνες μόνος σου, χωρίς υπολογιστή, πώς θα ήταν;»
- «Τι κάνει αυτό το έργο πραγματικά δικό σου;»
- «Πώς θα το εξηγούσες σε έναν φίλο: ποιο μέρος έκανες εσύ και ποιο η ΤΝ;»
- «Αν ήσουν εσύ η ΤΝ, τι θα έκανες διαφορετικά;»
- «Νιώθεις ότι έμαθες κάτι σήμερα – ή απλώς χρησιμοποίησες ένα εργαλείο;»

Με τέτοιες συζητήσεις, το παιδί παραμένει ενεργός δημιουργός, και η ΤΝ γίνεται βοηθός, όχι ο κυρίαρχος του “παιχνιδιού”.

---

## Παράδειγμα

### Η Μία και το ηχητικό παραμύθι

Η Μία είναι 11 χρονών και λατρεύει τις ιστορίες.

Σε μια εφαρμογή βρίσκει ένα εργαλείο ΤΝ για να φτιάξει το δικό της ηχητικό παραμύθι. Πληκτρολογεί: «Ένα κορίτσι ταξιδεύει με έναν δράκο στο φεγγάρι.» Η ΤΝ προσθέτει: «Ο δράκος είναι φτιαγμένος από αστράσκη και φοβάται το σκοτάδι.» Η Μία ενθουσιάζεται. Η ιστορία συνεχίζεται μόνη της, οι φωνές και η μουσική δημιουργούνται αυτόματα. Όμως σύντομα συνειδητοποιεί: «Εγώ απλώς έγραψα μερικές λέξεις... Δεν είναι πραγματικά δική μου ιστορία.» Αποφασίζει να ξεκινήσει ξανά – με χαρτί και μολύβι. Συνδυάζει τις δικές της ιδέες με τις προτάσεις της ΤΝ. Και τότε η ιστορία αποκτά ψυχή, ρυθμό, και... την υπογραφή της Μίας. Η Μία κατάλαβε ότι η ΤΝ μπορεί να εμπνέει, αλλά η αληθινή δημιουργία ξεκινά από τον άνθρωπο.



---

## Άσκηση

Ζωγράφισε, γράψε ή προγραμμάτισε το δικό σου καλλιτεχνικό έργο ΤΝ

**Στόχος:** Τα παιδιά να βιώσουν πώς μπορούν να είναι δημιουργικά με την τεχνητή νοημοσύνη – όχι εξαρτημένα από αυτήν.

- Να γράψετε μια ιστορία με τη βοήθεια ενός εργαλείου όπως το ChatGPT.
- Να σχεδιάσετε μια εικόνα με μια εφαρμογή δημιουργίας εικόνων μέσω ΤΝ.

- Να φτιάξετε κόμικς (π.χ. με StoryboardThat ή Canva).
  - Να συνθέσετε ένα τραγούδι ή μουσικό θέμα με εργαλεία όπως το Soundraw ή το Beatoven.
- I. Για παράδειγμα, μπορείτε να επισκεφθείτε την ιστοσελίδα [www.chatgpt.com](http://www.chatgpt.com) και να ρωτήσετε το πρόγραμμα: «Τι ώρα είναι τώρα στη Λισαβόνα και στη Νέα Υόρκη;» Μπορείτε επίσης να δοκιμάσετε να συνθέσετε μουσική μαζί με τα παιδιά σας.
  - II. Επισκεφθείτε τη σελίδα [www.beatoven.ai](http://www.beatoven.ai), εγγραφείτε με το email σας και εισαγάγετε έναν μικρό στίχο, τον οποίο η εφαρμογή θα εντάξει στο τραγούδι που θα δημιουργήσει. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε και αυτό το παράδειγμα κειμένου:

*Σήμερα είναι μια υπέροχη μέρα.*

*Σήμερα είναι μια μέρα για να είμαστε μαζί με την οικογένεια.*

*Σήμερα είναι μια μέρα για περίπατο στη φύση.*

### **Σκέψου τη δική σου συμβολή**

Μιλήστε μαζί για ερωτήσεις όπως:

- Τι έκανα εγώ ο ίδιος;
- Τι έκανε η Τεχνητή Νοημοσύνη για μένα;
- Το αποτέλεσμα μοιάζει δικό μου ή κάποιου άλλου;

### **Ολοκλήρωση**

Το έργο μπορεί να παρουσιαστεί ή να αναπτυχθεί περαιτέρω με νέες ιδέες.

Θα μπορούσε το ψηφιακό έργο να γίνει ένας πραγματικός πίνακας; Η ιστορία να μετατραπεί σε θεατρική σκηνή ή σε ηχητικό παραμύθι;

**Συμβουλή:** Οι γονείς μπορούν να συμμετέχουν ενεργά!

Ακόμη και οι ενήλικες μαθαίνουν έτσι πόσο συναρπαστική αλλά και περιορισμένη μπορεί να είναι η δημιουργικότητα της Τεχνητής Νοημοσύνης.

## **Μήνυμα προς τους γονείς**

### **Η αληθινή δημιουργικότητα πηγάζει από μέσα μας**

Πείτε στο παιδί σας:

*«Η Τεχνητή Νοημοσύνη μπορεί να κάνει εντυπωσιακά πράγματα – αλλά οι δικές σου ιδέες τα κάνουν ξεχωριστά.»*

*«Αυτό που νιώθει, σκέφτεσαι και φαντάζεσαι – καμία μηχανή δεν μπορεί να το αντικαταστήσει.»*

Έτσι ενισχύετε την αυτοεκτίμηση και ενθαρρύνετε τον εαυτό σας να παραμείνετε δημιουργικός.

## **Πληροφοριακό πλαίσιο**

**Το γνωρίζατε ότι ...;**

- Οι εικόνες ή τα τραγούδια που δημιουργούνται με ΤΝ δεν ανήκουν αυτόματα στο παιδί – τα δικαιώματα συχνά ανήκουν στην εφαρμογή.
- Η δημιουργικότητα με ΤΝ είναι πιο ουσιαστική όταν το παιδί αποφασίζει τι θα κάνει η μηχανή – και όχι απλώς πατά κουμπιά.
- Έρευνες από την Αυστρία δείχνουν ότι τα παιδιά που αναπτύσσουν δικές τους ιδέες χρησιμοποιούν την ΤΝ με πιο συνειδητό και δημιουργικό τρόπο.

## Κεφάλαιο 7: Οικογενειακοί κανόνες & ψηφιακή ισορροπία – Πώς να διαχειριστείτε την ΤΝ στο σπίτι

### Γιατί τα παιδιά χρειάζονται ξεκάθαρους κανόνες – ειδικά με την Τεχνητή Νοημοσύνη

Η τεχνολογία είναι σήμερα αναπόσπαστο κομμάτι της καθημερινότητας των παιδιών. Το κινητό είναι πάντα κοντά, τα έξυπνα ηχεία «ακούνε», οι εφαρμογές «προτείνουν» τι να δεις ή να παίξεις. Όσο πιο «έξυπνες» γίνονται οι συσκευές, τόσο πιο απαραίτητοι **γίνονται οι ανθρώπινοι κανόνες** – για να υπάρχει σαφήνεια, ασφάλεια και προσανατολισμός.

Η τεχνητή νοημοσύνη φαίνεται συχνά αόρατη και αθώα. Ακριβώς όμως επειδή λειτουργεί «στο παρασκήνιο», τα παιδιά χρειάζονται **ξεκάθαρες συμφωνίες** μέσα στην οικογένεια:

- Τι επιτρέπεται – και τι όχι;
- Πότε μπορεί η ΤΝ να βοηθά – και πότε πρέπει να σταματά;
- Τι κάνω όταν κάτι με προβληματίζει ή με κάνει να νιώθω άβολα;



**Οι κανόνες δεν είναι για έλεγχο – είναι για ασφάλεια**

**και κατανόηση.** Και: Οι κανόνες δεν αφορούν μόνο τα παιδιά, αλλά και τους γονείς. Μόνο όταν οι ενήλικες δίνουν παράδειγμα, οι κανόνες έχουν αξία.

### Πώς να συμφωνήσετε σε ουσιαστικούς κανόνες για τη χρήση της Τεχνητής Νοημοσύνης

Ένας κανόνας έχει αξία μόνο όταν όλοι τον κατανοούν και τον αποδέχονται. Οι οικογενειακοί κανόνες γύρω από τη χρήση της ΤΝ δεν πρέπει να «έρχονται από ψηλά», αλλά να διαμορφώνονται μέσα από διάλογο και συνεργασία.

Πώς να το πετύχετε:

- 1. Διαλέξτε τη σωστή στιγμή:** Κάντε τη συζήτηση όταν υπάρχει ηρεμία, όχι εν θερμώ – όχι μετά από καβγά για το κινητό ή τον χρόνο οθόνης.
- 2. Ξεκινήστε με ερωτήσεις**
  - Πότε χρησιμοποιείς προγράμματα ή εφαρμογές με Τεχνητή Νοημοσύνη;
  - Τι σου αρέσει σ' αυτά – και τι όχι;
  - Πότε νιώθεις ότι χρειάζεσαι βοήθεια ή καθοδήγηση;
- 3. Διαμορφώστε μαζί τους κανόνες**
  - «Ρωτάω την ΤΝ μόνο όταν έχω προσπαθήσει πρώτα μόνος μου – όχι κατευθείαν.»
  - «Δεν χρησιμοποιώ ΤΝ στο σχολείο χωρίς να ρωτήσω τον δάσκαλο ή τη δασκάλα.»
  - «Δεν μοιράζομαι προσωπικά στοιχεία (όνομα, διεύθυνση, φωτογραφίες) με εφαρμογές ή chatbots.»
- 4. Καταγράψτε τους κανόνες μαζί.** Φτιάξτε μια μικρή αφίσα ή «οικογενειακό συμβόλαιο» με τους κανόνες σας. Μπορείτε να το διακοσμήσετε, να το ζωγραφίσετε, και να το κρεμάσετε σε εμφανές σημείο – π.χ. πάνω στο γραφείο ή στο ψυγείο.

5. **Επαναξιολογήστε τους κανόνες τακτικά.** Η τεχνολογία αλλάζει – άρα και οι κανόνες πρέπει να ανανεώνονται.

---

## **Να είστε πρότυπο: Οι γονείς και η δική τους σχέση με τα μέσα**

Τα παιδιά μαθαίνουν περισσότερο μέσα από την παρατήρηση. Όταν εμείς κοιτάζουμε συνεχώς το κινητό, χρησιμοποιούμε τους φωνητικούς βοηθούς χωρίς σκέψη ή βασιζόμαστε στην Τεχνητή Νοημοσύνη χωρίς να το καταλαβαίνουμε, στέλνουμε –άθελά μας– ένα μήνυμα: «Η Τεχνητή Νοημοσύνη κάνει τη ζωή πιο εύκολη – απλώς εμπιστεύσου την.»

Γι' αυτό είναι σημαντικό να χρησιμοποιούμε την τεχνολογία με επίγνωση και μέτρο. Αυτό δεν σημαίνει ότι πρέπει να είμαστε τέλειοι· σημαίνει να είμαστε ειλικρινείς. Μπορείτε, για παράδειγμα, να πείτε:

- «Χρησιμοποιώ την Τεχνητή Νοημοσύνη για να βρω πληροφορίες – αλλά τις ελέγχω ξανά.»
- «Σήμερα πέρασα πολύ χρόνο στο κινητό – αύριο θέλω να το περιορίσω.»
- «Εκνευρίστηκα με ένα πρόγραμμα Τεχνητής Νοημοσύνης – γιατί είπε ανοησίες.»

Έτσι δημιουργείται **ένας ειλικρινής διάλογος ισότητας**, και τα παιδιά καταλαβαίνουν ότι και οι ενήλικες μαθαίνουν ακόμα.

---

## **Συμβουλές για μια υγιή σχέση με την τεχνολογία στην καθημερινότητα**

- **Δημιουργήστε ζώνες χωρίς τεχνολογία:** π.χ. στο τραπέζι, στο υπνοδωμάτιο ή κατά τη διάρκεια των περιπάτων.
- Συμφωνήστε συγκεκριμένους χρόνους χρήσης της οθόνης – και για τους ενήλικες!
- **Μιλήστε για όσα βλέπετε στο διαδίκτυο:** «Τι ήταν το πιο ενδιαφέρον πράγμα που είδες σήμερα online;»
- **Αφήστε χώρο για λάθη:** Αν κάτι πάει στραβά, είναι ευκαιρία για μάθηση – όχι λόγος για τιμωρία.
- **Ενισχύστε την περιέργεια:** Δείξτε πραγματικό ενδιαφέρον για ό,τι κάνει το παιδί σας με την τεχνητή νοημοσύνη – ακόμα κι αν πρόκειται «μόνο για ένα παιχνίδι».

---

## **Άσκηση**

Η συμφωνία μας για την Τεχνητή Νοημοσύνη – ένα οικογενειακό συμβόλαιο

**Στόχος:** Να δημιουργηθεί μια προσωπική και δεσμευτική συμφωνία για τον τρόπο με τον οποίο η οικογένεια χρησιμοποιεί την Τεχνητή Νοημοσύνη.

### **1. Οικογενειακή συζήτηση**

- Τι είδους εφαρμογές ή εργαλεία Τεχνητής Νοημοσύνης χρησιμοποιείς; Και τι χρησιμοποιούν οι γονείς σου;
- Πότε θεωρείται αποδεκτό – και πότε όχι;
- Τι είναι σημαντικό για τον καθένα ξεχωριστά;

### **2. Σύνταξη της συμφωνίας (παραδείγματα):**

- Δεν χρησιμοποιώ την Τεχνητή Νοημοσύνη για να ενοχλήσω ή να εξαπατήσω άλλους.
- Ρωτάω την Τεχνητή Νοημοσύνη, αλλά ρωτάω και τους γονείς ή τους δασκάλους μου.
- Εξηγώ όταν έχω χρησιμοποιήσει Τεχνητή Νοημοσύνη για τις εργασίες του σχολείου.

- Μπορώ ανά πάσα στιγμή να πω αν κάποια εφαρμογή με κάνει να νιώθω περίεργα ή άβολα.

**3. Υπογραφή και ανάρτηση:** Το συμβόλαιο μπορεί να σχεδιαστεί σαν αφίσα – πολύχρωμο, με εικόνες ή σύμβολα. **Το σημαντικό είναι να υπογράψουν όλοι, και οι γονείς.**

Για την άσκηση αυτή μπορείτε να χρησιμοποιήσετε μια δωρεάν εφαρμογή Τεχνητής Νοημοσύνης, όπως το Gemini της Google, το οποίο είναι διαθέσιμο στη διεύθυνση <https://gemini.google.com/app>. Πληκτρολογήστε στη γραμμή εντολών: «να δημιουργηθεί οικογενειακό συμβόλαιο», αναφέροντας τα μέλη της οικογένειας και ζητώντας να περιλαμβάνονται τα παραπάνω σημεία.

Αν όλοι συμφωνήσουν με το περιεχόμενο, μπορείτε να κατεβάσετε και να εκτυπώσετε το συμβόλαιο.

---

## Επιπλέον άσκηση

### Ώρα για τεχνολογία v.s ώρα για οικογένεια – ένα εβδομαδιαίο πρόγραμμα

Τα παιδιά αγαπούν τη ρουτίνα. Ένα εβδομαδιαίο πρόγραμμα βοηθά να διατηρηθεί μια υγιής ισορροπία.

**Πώς γίνεται:**

1. Δημιουργήστε όλοι μαζί ένα φύλλο με στήλες για τις μέρες **Δευτέρα έως Κυριακή** και γραμμές για:
  - Ώρα μάθησης (με ή χωρίς Τεχνητή Νοημοσύνη)
  - Δημιουργική ώρα (π.χ. ζωγραφική, ανάγνωση, κατασκευές)
  - Κίνηση έξω από το σπίτι
  - Ώρα οθόνης (παιχνίδια, YouTube, TikTok κ.λπ.)
  - Οικογενειακός χρόνος (μαγείρεμα, συζήτηση, παιχνίδι, γέλιο)
2. Κάθε βράδυ σημειώστε πώς κύλησε η μέρα – ή σχεδιάστε την εκ των προτέρων.

**Στόχος:** Τα παιδιά να βλέπουν με μια ματιά ότι η ζωή δεν περιορίζεται στην οθόνη – ακόμη κι αν η Τεχνητή Νοημοσύνη αποτελεί μέρος της.

---

## Γονεϊκή σκέψη

### Οι κανόνες είναι γέφυρες, όχι τοίχοι

Οι κανόνες δεν είναι ένδειξη δυσπιστίας – είναι έκφραση αγάπης. Βοηθούν τα παιδιά **να κινούνται με ασφάλεια**, να παίρνουν δικές τους αποφάσεις και να αναλαμβάνουν ευθύνη.

Πείτε, για παράδειγμα:

«Δεν θέλω να ελέγχω τα πάντα – θέλω να σε κάνω δυνατό/ή.»  
«Μπορείς να κάνεις λάθη – αλλά θέλω να ξέρεις τι σου κάνει καλό.»  
«Μαθαίνουμε μαζί πώς να χειριζόμαστε σωστά την Τεχνητή Νοημοσύνη.»  
«Να μου λες και να μου δείχνεις τι βλέπεις και τι ζεις online – μόνο έτσι μπορούμε να το καταλάβουμε μαζί.»

## Πληροφοριακό πλαίσιο

### Το γνωρίζετε;

- Τα παιδιά που συμμετέχουν ενεργά στη διαμόρφωση των οικογενειακών κανόνων τους, τους τηρούν πολύ πιο συχνά.
- Η χρήση Τεχνητής Νοημοσύνης στο σπίτι συχνά δεν είναι καν εμφανής – πολλοί γονείς δεν γνωρίζουν πού ακριβώς χρησιμοποιείται.
- Έρευνες δείχνουν ότι οι οικογένειες που μιλούν τακτικά για ψηφιακά θέματα, βιώνουν λιγότερες συγκρούσεις – και περισσότερη εμπιστοσύνη.

---

## Ιδέα δημιουργίας

Το εβδομαδιαίο μας πρόγραμμα για τεχνολογία, ελεύθερο χρόνο και οικογένεια  
Σελίδα A4 ή A3, οριζόντια (με αρκετό χώρο για σχέδια και δημιουργία)

### 1. Τίτλος

**«Η εβδομάδα μας – με τεχνολογία, χωρίς άγχος!»**

ή πιο παιδικά:

**«Ώρα για τεχνολογία, ώρα για εμάς»**

(Μπορεί να διακοσμηθεί με χρώματα και σύμβολα – π.χ. ένα κινητό, μια καρδιά, ένα βιβλίο, έναν ήλιο.)

### 2. Εβδομαδιαίος πίνακας (Δευτέρα–Κυριακή)

Χρονική ενότητα	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
Μαθησιακή ώρα με/χωρίς ΤΝ							
Δημιουργική ώρα							
Κίνηση έξω από το σπίτι							
Ώρα οθόνης							
Χρόνος με την οικογένεια							

### Οικογενειακός χρόνος

Τα παιδιά (και οι γονείς) συμπληρώνουν **καθημερινά τι έκαναν** – ή τι σχεδιάζουν να κάνουν. Τα κουτάκια μπορούν να γεμίσουν, να ζωγραφιστούν ή να διακοσμηθούν με αυτοκόλλητα.

### 3. Δημιουργικές ιδέες για τα παιδιά

- Ζωγραφίστε μικρά εικονίδια: μια καρδιά για οικογενειακό χρόνο, ένα τάμπλετ για οθόνη, μια μπάλα για κίνηση.
- Χρησιμοποιήστε αυτοκόλλητα emoji για να δείξετε πώς νιώσατε κάθε μέρα.

- Χρωματίστε:  
π.χ πράσινο = υπέροχα, κίτρινο = εντάξει, κόκκινο = πολύ
  - Προσθέστε ένα μικρό πεδίο για πρόταση:  
«Αυτό που μου άρεσε πιο πολύ σήμερα ήταν: \_\_\_\_\_»
- 4. Τελικό πεδίο (Κυριακή)**
- «Αυτή ήταν η εβδομάδα μας με την ΤΝ και όχι μόνο»**
- Τι πήγε καλά;
  - Τι θέλουμε να αλλάξουμε την επόμενη εβδομάδα;
  - Ποιος έζησε κάτι όμορφο – χωρίς καθόλου τεχνολογία;

#### **Προαιρετικό**

#### **Γραμμή υπογραφών:**

**«Φροντίζουμε ο ένας τον άλλον και τον χρόνο μας – μαζί.»**

Πεδίο υπογραφών για γονείς και παιδιά, ως σύμβολο ενότητας και αμοιβαίου σεβασμού.

## Κεφάλαιο 8: Διαμορφώνοντας το μέλλον – πώς τα παιδιά μπορούν να μεγαλώσουν με την ΤΝ

### Γιατί η γνώση της Τεχνητής Νοημοσύνης ανήκει στο μέλλον

Τα παιδιά μας μεγαλώνουν σε έναν κόσμο όπου η Τεχνητή Νοημοσύνη (ΤΝ) είναι μέρος της καθημερινότητας – στο σχολείο, στη δουλειά, στην ιδιωτική ζωή.

Όποιος κατανοεί σήμερα τα βασικά, θα μπορεί αύριο να συνδιαμορφώνει το μέλλον.

Γι' αυτό είναι τόσο σημαντικό τα παιδιά να μην είναι μόνο χρήστες της ΤΝ, αλλά και να την καταλαβαίνουν, να την εξετάζουν και να παράγουν περιεχόμενο με αυτή.

Αυτό δεν σημαίνει ότι κάθε παιδί πρέπει να μάθει προγραμματισμό.

Αρκεί να:

- καταλαβαίνει **τι είναι ΤΝ – και τι δεν είναι**,
- γνωρίζει **τα όριά της**, έχει την ευκαιρία να υλοποιήσει τις **δικές του ιδέες με τη βοήθειά της**.

Αυτές οι δεξιότητες ονομάζονται **δεξιότητες του μέλλοντος** και μπορούν να καλλιεργηθούν από νωρίς – μέσα από την καθημερινότητα, το παιχνίδι, τη συζήτηση και τη δημιουργία.



### Ψηφιακές δεξιότητες του μέλλοντος για τα παιδιά

Τα παιδιά μεγαλώνουν με την ΤΝ. Πώς μπορούν όμως να μάθουν να τη χρησιμοποιούν έξυπνα και με ασφάλεια;

Αυτές οι πέντε δεξιότητες είναι θεμέλιοι λίθοι – δεν διδάσκονται σαν σχολικό μάθημα, αλλά μέσα από συμμετοχή, διάλογο και πειραματισμό:

1. **Κατανόηση:** Τι είναι η ΤΝ; Πώς λειτουργεί; Πού τη συναντώ; Τα παιδιά πρέπει να αναπτύξουν μια βασική αίσθηση: η ΤΝ δεν είναι άνθρωπος ούτε ρομπότ – είναι ένα πρόγραμμα που μαθαίνει από δεδομένα. Όποιος καταλαβαίνει πώς λειτουργεί, φοβάται λιγότερο και έχει περισσότερη αυτοπεποίθηση.
2. **Κριτική σκέψη:** Τι μπορώ να πιστέψω από την ΤΝ – και τι όχι; Η ΤΝ κάνει λάθη. Μπορεί να παράγει ψευδείς πληροφορίες ή να «ξεγελάσει» τους ανθρώπους (π.χ. με deepfakes). Τα παιδιά χρειάζονται αίσθηση κριτικής και περιέργειας – να ρωτούν, να αμφισβητούν, να δοκιμάζουν.
3. **Δημιουργικότητα:** Πώς μπορώ να χρησιμοποιήσω την ΤΝ για να υλοποιήσω τις δικές μου ιδέες; Η ΤΝ μπορεί να βοηθήσει τα παιδιά να γράψουν ιστορίες, να φτιάξουν κόμικς, να συνθέσουν μουσική ή να δημιουργήσουν εικόνες. Όταν χρησιμοποιούν την ΤΝ δημιουργικά, δεν αντικαθίστανται από αυτήν – τη μετατρέπουν σε εργαλείο έμπνευσης και δημιουργίας.
4. **Υπευθυνότητα:** Πού βάζω τα όρια; Τι είναι δίκαιο;

Η ΤΝ δεν θα πρέπει να κάνει τα πάντα. Τα παιδιά πρέπει να μάθουν τι σημαίνει σεβασμός, δικαιοσύνη και προστασία δεδομένων. Η συζήτηση βοηθά: όχι με διαλέξεις, αλλά με ερωτήσεις όπως «Πρέπει μια ΤΝ να μιμείται έναν άνθρωπο;»

5. **Επικοινωνία:** Πώς μιλάω για την ΤΝ στα παιδιά – και σε ενήλικες;

Όταν τα παιδιά μπορούν να μιλήσουν για την ΤΝ, αποκτούν αυτοπεποίθηση. Οι γονείς μπορούν να το ενισχύσουν, αφιερώνοντας χρόνο, εξηγώντας όρους μαζί και δείχνοντας ότι καμία ερώτηση δεν είναι «χαζή».

Αυτές οι δεξιότητες αναπτύσσονται μέσα από εγγύτητα, περιέργεια και κοινό χρόνο. Οι γονείς είναι οι πιο σημαντικοί **συνοδοιπόροι**. Η καλύτερη αρχή; Μια απλή ερώτηση: «Εσύ τι νομίζεις – πώς το κάνει αυτό η ΤΝ;»

---

## Τα πρώτα βήματα στον προγραμματισμό και την εξερεύνηση της ΤΝ

Πολλά παιδιά δεν θέλουν μόνο να μάθουν τι κάνει η ΤΝ, αλλά πώς το κάνει. Αυτός είναι ο κατάλληλος χρόνος για να τους δώσουμε εργαλεία ανακάλυψης:

- **Scratch** – μια δωρεάν πλατφόρμα όπου τα παιδιά δημιουργούν παιχνίδια, ιστορίες και κινούμενα σχέδια χωρίς προγραμματιστικές γνώσεις.
- **Teachable Machine** (Google) – δείχνει πώς μια μηχανή μπορεί να «μάθει» από εικόνες, ήχους ή κινήσεις, με απλό και διασκεδαστικό τρόπο.
- **Πειράματα με ΤΝ** – όπως Quick, Draw!, AI Duet (μουσική με την ΤΝ), Talk to Books (απαντήσεις από πραγματικά βιβλία).

**Συμβουλή:** Οι γονείς δεν χρειάζεται να γνωρίζουν τα πάντα – **αρκεί να θέλουν να μαθαίνουν μαζί.**

- I. Δοκιμάστε π.χ. το <https://quickdraw.withgoogle.com/> – σχεδιάστε κάτι και το παιχνίδι προσπαθεί να μαντέψει τι είναι!
- II. Ή επισκεφθείτε το <https://www.canva.com/ai-image-generator/> για να δημιουργήσετε εικόνες από λέξεις.

---

## Άσκηση:

### Ιδέες για ένα μέλλον με ΤΝ που προάγει την ηθική, τη δικαιοσύνη και τη δημιουργικότητα

Η Τεχνητή Νοημοσύνη διαμορφώνει όλο και περισσότερο την καθημερινότητα. Ωστόσο, τα κορίτσια εξακολουθούν να υποεκπροσωπούνται στους τεχνολογικούς τομείς. Οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί μπορούν να παίξουν καθοριστικό ρόλο, ενθαρρύνοντάς τα να ρωτούν, να δοκιμάζουν και να εμπνέονται.

#### Πρακτικές ιδέες:

- Ενθαρρύνετε τα κορίτσια να κάνουν ερωτήσεις για την τεχνολογία και την ΤΝ.
- Χρησιμοποιήστε παιδικές εφαρμογές προγραμματισμού.
- Παρουσιάστε εμπνευσμένες γυναίκες της επιστήμης (όπως η Ada Lovelace ή η Fei-Fei Li).
- Μιλήστε για τα στερεότυπα και πώς μπορούν να σπάσουν.

### 1<sup>ο</sup> βήμα: Θέτουμε ερωτήσεις

- Τι είδους TN θα σε βοηθούσε στην καθημερινότητα;
- Πώς θα ήταν μια «καλή» TN – και γιατί;
- Τι δεν θα έπρεπε ποτέ να κάνει μια TN;

### Συμβουλή για γονείς:

Προσέξτε αν τα αγόρια και τα κορίτσια ενθαρρύνονται το ίδιο στη χρήση τεχνολογίας.

- Υπάρχουν διαφορές στα ενδιαφέροντα;
- Πώς μπορώ να ενισχύσω και τα δύο φύλα;
- Ποια γυναικεία πρότυπα μπορώ να δείξω στο παιδί μου;

### 2<sup>ο</sup> βήμα: Εφευρίσκουμε το δικό μας «ον »TN

- Δώσε του ένα όνομα.
- Τι μπορεί να κάνει;
- Πώς μοιάζει;
- Τι κάνει καλύτερα από τις σημερινές TNΣ;
- Πώς δείχνει σεβασμό και κατανόηση στους ανθρώπους;

### 3<sup>ο</sup> βήμα: Ζωγραφίζουμε ή περιγράφουμε

Το ον μπορεί να σχεδιαστεί, να κατασκευαστεί ή να περιγραφεί σαν μικρή ιστορία. Μπορεί ακόμη να παρουσιαστεί ως έργο: «Η δική μου TN του μέλλοντος».

---

## Γονεϊκή σκέψη

### Το μέλλον ανήκει σε αυτούς που κάνουν ερωτήσεις

Πείτε στο παιδί σας:

*«Δεν χρειάζεται να ξέρεις τα πάντα για την TN – αλλά μπορείς να ρωτάς τα πάντα.»*  
*«Η καλύτερη τεχνολογία του αύριο είναι αυτή που μπορείς να φανταστείς σήμερα.»*  
*«Αν καταλαβαίνεις πώς λειτουργεί η τεχνολογία, μπορείς να τη χρησιμοποιήσεις – ή και να τη βελτιώσεις.»*

Έτσι δίνετε στο παιδί όχι μόνο κατεύθυνση, αλλά και **ευθύνη και θάρρος**.

---

## Το γνωρίζατε;

- Στην Εσθονία και τη Φινλανδία, τα παιδιά μαθαίνουν ήδη από τα 10 τους τι είναι η TN – όχι μόνο τεχνικά, αλλά και κοινωνικά.
- Υπάρχουν παιδικές πλατφόρμες όπως Scratch, Teachable Machine και AI for Kids – δωρεάν και στα ελληνικά.
- Οι περισσότερες δουλειές του μέλλοντος δεν θα αντικατασταθούν από την TN – θα συνεργάζονται με αυτήν.

## **Επίλογος: Μαθαίνουμε, καταλαβαίνουμε και πορευόμαστε μαζί**

Η τεχνητή νοημοσύνη δεν είναι πια υπόθεση του μέλλοντος – είναι ήδη μέρος της καθημερινότητας των παιδιών μας: στη μάθηση, στο παιχνίδι, στην αναζήτηση πληροφοριών, στην επικοινωνία και στη δημιουργία. Για πολλούς γονείς αυτό γεννά ερωτήματα: Τι ακριβώς συμβαίνει; Είναι καλό; Και πώς μπορώ να βοηθήσω το παιδί μου να χειρίζεται σωστά την Τεχνητή Νοημοσύνη;

Αυτός ο οδηγός θέλει να προσφέρει καθοδήγηση – χωρίς επίκριση ή διδακτισμό, αλλά με καθαρή ματιά στις ευκαιρίες και στους κινδύνους. Γιατί, ακόμα κι αν η Τεχνητή Νοημοσύνη φαίνεται περίπλοκη, οι γονείς δεν χρειάζεται να είναι ειδικοί στην τεχνολογία για να μεταδώσουν στα παιδιά τους στασεις, αξίες και κριτική σκέψη. Αυτό που μετρά περισσότερο είναι το ενδιαφέρον, η διάθεση για διάλογο και η μάθηση από κοινού.

Τα παιδιά ηλικίας από 6 έως 16 ετών γνωρίζουν την Τεχνητή Νοημοσύνη με φυσικότητα και περιέργεια. Χρειάζονται ενήλικες που να τα ακούν, να παίρνουν στα σοβαρά τις ερωτήσεις τους και να τα ενθαρρύνουν να χρησιμοποιούν τις ψηφιακές τεχνολογίες με υπευθυνότητα, δημιουργικότητα και αυτοπεποίθηση.

Η Τεχνητή Νοημοσύνη θα συνεχίσει να αλλάζει τον κόσμο μας – αλλά εμείς αποφασίζουμε **πώς**. Στο σπίτι, στο σχολείο, στον ελεύθερο χρόνο. Γι' αυτό, αυτός ο οδηγός δεν είναι απλώς μια εισαγωγή σε ένα τεχνικό θέμα· είναι μια πρόσκληση για διάλογο, για σκέψη και για κοινή διαμόρφωση του μέλλοντος – μαζί με τα παιδιά μας.

## Παράρτημα: Κουίζ για την Τεχνητή Νοημοσύνη

Για όλη την οικογένεια – ένα μικρό κουίζ για παιδιά έως 11 ετών και για παιδιά από 12 ετών και πάνω – ιδανικό και για όλους μαζί! Τέλειο για παιχνίδι, έκπληξη και μάθηση – οι ερωτήσεις προκαλούν σκέψη και προσφέρουν αφορμή για όμορφες οικογενειακές συζητήσεις.

**Συμβουλή για τη χρήση:** Οι ερωτήσεις μπορούν να γραφτούν σε μικρές κάρτες, με τις απαντήσεις στην πίσω πλευρά.

**Πιο κάτω υπάρχουν και οι σωστές απαντήσεις.**

### 1. Για παιδιά Δημοτικού (έως περίπου 11 ετών)

Αυτές οι ερωτήσεις είναι διατυπωμένες με απλό, παιγνιώδη και ευφάνταστο τρόπο – τέλειες για να εντυπωσιάσουν και να κάνουν τα παιδιά να σκεφτούν!

1. Μπορεί μια ΤΝ να μυρίσει πώς μοσχοβολούν οι φρέσκες φράουλες;
2. Μπορεί μια ΤΝ να φτιάξει μια ιστορία για τη ζωγραφιά που έκανες;
3. Μπορεί μια ΤΝ να δημιουργήσει ένα ηχητικό παραμύθι – με φωνές που δεν είναι αληθινές;
4. Μπορεί μια ΤΝ να λύσει έναν λαβύρινθο πιο γρήγορα από έναν άνθρωπο;
5. Μπορεί μια ΤΝ να εφεύρει ένα νέο είδος ζώου που δεν υπάρχει στη φύση;
6. Μπορεί μια ΤΝ να μιμηθεί τη φωνή σου, ώστε να ακούγεται σαν εσύ;
7. Μπορεί μια ΤΝ να ονειρεύεται – όπως ένας άνθρωπος όταν κοιμάται;
8. Μπορεί μια ΤΝ να σε βοηθήσει να μάθεις λεξιλόγιο;
9. Μπορεί μια ΤΝ να γράψει κείμενα, να ζωγραφίσει εικόνες και να συνθέσει μουσική;
10. Μπορεί μια ΤΝ να διαβάσει τις σκέψεις σου;
11. Αν πολλοί άνθρωποι χρησιμοποιήσουν λάθος την ΤΝ, μπορεί αυτό να γίνει επικίνδυνο;
12. Μπορεί μια ΤΝ να λύσει έναν καβγά ανάμεσα σε δύο ανθρώπους;
13. Μπορεί μια ΤΝ να καταλάβει αν το κείμενό σου ακούγεται λυπημένο, χαρούμενο ή θυμωμένο;
14. Όταν μιλάω με μια ΤΝ σε ένα διαδικτυακό δωμάτιο συζήτησης (chatroom), ξέρει ποιος είμαι;
15. Μπορεί μια ΤΝ να αποφασίζει για τους ανθρώπους – π.χ. ποιος θα πάρει μια δουλειά;

## 2. Για παιδιά Γυμνασίου και Λυκείου (άνω των 12 ετών)

Αυτές οι ερωτήσεις είναι λίγο πιο απαιτητικές – βοηθούν τα μεγαλύτερα παιδιά να σκεφτούν κριτικά και να κατανοήσουν πού φτάνουν τα όρια της Τεχνητής Νοημοσύνης.

1. Μπορεί μια TN να αναγνωρίσει αν ένα μήνυμα είναι αληθινό ή ψεύτικο;
2. Η TN είναι πάντα αντικειμενική και ουδέτερη.
3. Μπορεί μια TN να καταλάβει από τη φωνή σου αν είσαι άρρωστος;
4. Μπορεί μια TN να αναπτύξει συναισθήματα, αν την «εκπαιδεύεις» για πολύ καιρό;
5. Αν διδάξω σε μια TN πώς ζωγραφίζω, μπορεί να μιμηθεί το προσωπικό μου στυλ;
6. Μπορεί μια TN να δημιουργήσει *Deepfakes* – δηλαδή ψεύτικα πρόσωπα ή βίντεο;
7. Η TN μαθαίνει καλύτερα όταν τη φερόμαστε σαν παιδί.
8. Μπορεί μια TN να αποφασίσει μόνη της αν θα πει ψέματα;
9. Μπορεί μια TN να πει ψέματα – και να μην το καταλάβεις αμέσως;
10. Μπορεί μια TN να εφεύρει ένα άτομο – με πρόσωπο, όνομα και βιογραφικό;
11. Μπορεί μια TN να ξέρει τι σκέφτομαι σήμερα;
12. Μπορεί μια TN να ζωγραφίσει όπως ο Βαν Γκογκ;
13. Μπορεί μια TN να αναγνωρίσει αν είσαι χαρούμενος ή λυπημένος – μόνο κοιτάζοντας το πρόσωπό σου;
14. Μπορεί μια TN να μυρίσει καλύτερα από έναν άνθρωπο;
15. Μπορεί μια TN να βοηθήσει να αναγνωρίσουμε ψευδείς ειδήσεις – αλλά να κάνει και λάθη μερικές φορές;

## Κουίζ για την Τεχνητή Νοημοσύνη – με απαντήσεις

### 1. Για παιδιά Δημοτικού (έως περίπου 11 ετών)

Αυτές οι ερωτήσεις είναι απλές, παιχνιδιάρικες και βοηθούν τα παιδιά να μάθουν διασκεδάζοντας!

1) Μπορεί μια Τεχνητή Νοημοσύνη να μυρίσει πώς μοσχοβολούν οι φρέσκες φράουλες;  
 Όχι βέβαια!

2) Μπορεί μια ΤΝ να φτιάξει μια ιστορία για τη ζωγραφιά σου;  
 Φυσικά!

3) Μπορεί μια ΤΝ να δημιουργήσει ένα ηχητικό παραμύθι – με φωνές που δεν είναι αληθινές;  
 Φυσικά!

4) Μπορεί μια ΤΝ να λύσει έναν λαβύρινθο πιο γρήγορα από έναν άνθρωπο;  
 Φυσικά!

5) Μπορεί μια ΤΝ να εφεύρει ένα νέο είδος ζώου που δεν υπάρχει στη φύση;  
 Φυσικά!

6) Μπορεί μια ΤΝ να μιμηθεί τη φωνή σου, ώστε να ακούγεται σαν εσύ;  
 Φυσικά!

7) Μπορεί μια ΤΝ να ονειρεύεται όπως ένας άνθρωπος όταν κοιμάται;  
 Όχι βέβαια!

8) Μπορεί μια ΤΝ να σε βοηθήσει να μάθεις λεξιλόγιο;  
 Φυσικά!

9) Μπορεί μια ΤΝ να γράψει κείμενα, να ζωγραφίσει εικόνες και να συνθέσει μουσική;  
 Φυσικά!

10) Μπορεί μια ΤΝ να διαβάσει τις σκέψεις σου;  
 Όχι βέβαια!

11) Αν πολλοί άνθρωποι χρησιμοποιήσουν λάθος την ΤΝ, μπορεί αυτό να γίνει επικίνδυνο;  
 Φυσικά!

12) Μπορεί μια ΤΝ να λύσει έναν καβγά;  
 Μερικές φορές – εν μέρει!

13) Μπορεί μια ΤΝ να καταλάβει αν το κείμενό σου είναι λυπημένο, χαρούμενο ή θυμωμένο;  
 Φυσικά!

14) Όταν μιλάω με μια TN σε ένα διαδικτυακό δωμάτιο συζήτησης (chatroom), ξέρει ποιος είμαι;

Μερικές φορές – εξαρτάται!

15) Μπορεί μια TN να αποφασίζει για τους ανθρώπους – π.χ. ποιος θα πάρει μια δουλειά;

Όχι βέβαια! Αυτό πρέπει να το κάνουν οι άνθρωποι.

---

## 2. Για παιδιά Γυμνασίου & Λυκείου (άνω των 12 ετών)

1) Μπορεί μια TN να αναγνωρίσει αν μια είδηση είναι αληθινή ή ψεύτικη;

Μερικές φορές – εν μέρει.

2) Η TN είναι πάντα αντικειμενική και ουδέτερη.

Όχι βέβαια! (Οι προκαταλήψεις των ανθρώπων μπορεί να περάσουν μέσα στα δεδομένα της).

3) Μπορεί μια TN να καταλάβει από τη φωνή σου αν είσαι άρρωστος;

Φυσικά! (αναλύει τον τόνο, την χροιά και τις δονήσεις της φωνής)

4. Μπορεί μια TN να αναπτύξει συναισθήματα, αν την «εκπαιδεύσουμε» αρκετά;

Όχι βέβαια! (Η TN δεν έχει συνείδηση ή συναισθήματα)

5) Αν διδάξω σε μια TN πώς ζωγραφίζω, μπορεί να μιμηθεί το στυλ μου;

Φυσικά!

6) Μπορεί μια TN να δημιουργήσει Deepfakes – δηλαδή ψεύτικα βίντεο ή πρόσωπα;

Φυσικά!

7) Μπορεί μια TN να μάθει καλύτερα αν της φερόμαστε σαν παιδί;

Όχι βέβαια! (Η TN χρειάζεται δεδομένα, όχι φροντίδα)

8) Μπορεί μια TN να αποφασίσει μόνη της αν θα πει ψέματα;

Όχι βέβαια! (δεν έχει συνείδηση ή πρόθεση)

9) Μπορεί μια TN να πει ψέματα – και να μην το καταλάβεις αμέσως;

Φυσικά! (μπορεί να παράγει ψεύτικες ή ανακριβείς πληροφορίες με αυτοπεποίθηση)

10) Μπορεί μια TN να επινοήσει ένα άτομο – με πρόσωπο, όνομα και βιογραφία;

Φυσικά!

11) Μπορεί μια TN να ξέρει τι σκέφτομαι σήμερα;

Όχι βέβαια! (μπορεί να μαντέψει προτιμήσεις, αλλά όχι σκέψεις)

- 12) Μπορεί μια TN να ζωγραφίσει όπως ο Βαν Γκογκ;  
 Φυσικά! (αν έχει εκπαιδευτεί με έργα του)
- 13) Μπορεί μια TN να αναγνωρίσει αν είμαι χαρούμενος ή λυπημένος μόνο κοιτάζοντας το πρόσωπό μου;  
 Φυσικά! (ανιχνεύει εκφράσεις και μικροκινήσεις του προσώπου)
- 14) Μπορεί μια TN να μυρίσει καλύτερα από έναν άνθρωπο;  
 Όχι βέβαια! (δεν έχει αισθήσεις – μόνο αισθητήρες και δεδομένα)
- 15) Μπορεί μια TN να βοηθήσει να αναγνωρίσουμε ψευδείς ειδήσεις – αλλά να κάνει και λάθη μερικές φορές;  
 Μερικές φορές – εν μέρει. (είναι χρήσιμη, αλλά όχι αλάνθαστη)

## **Λίστα πηγών και βιβλιογραφίας**

Το εγχειρίδιο δημιουργήθηκε χωρίς πηγές με βάση την εμπειρία και την πρακτική του συγγραφέα του εγχειριδίου.

## **Λίστα πηγών εικόνας**

Όλο το υλικό εικόνας δημιουργήθηκε με τεχνητή νοημοσύνη ως μέρος των ασκήσεων και της μαθησιακής διαδικασίας κατά την εργασία με τεχνητή νοημοσύνη.





Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης