

Moje rady dospelým vo svete AI

Silné sebauvedomenie

04



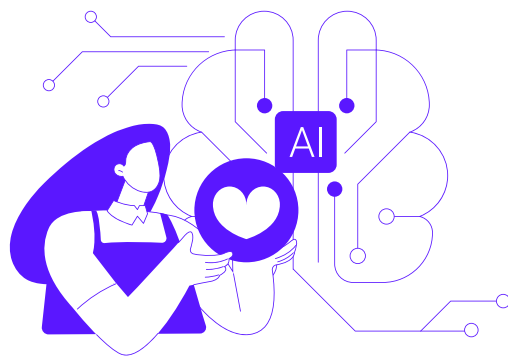
Umelá
inteligencia
vo vzdelávaní



MINISTERSTVO
ŠKOLSTVA, VÝSKUMU,
VÝVOJA A MLÁDEŽE
SLOVENSKEJ REPUBLIKY

AI a duševné zdravie

Pre 2. a 3. cyklus (11 – 15 rokov) základnej školy



Tieto metodické materiály reagujú na realitu, v ktorej sa umelá inteligencia stáva prirodzenou súčasťou života mladých ľudí. Žiaci ju využívajú pri učení, ale aj pri otázkach, ktoré sa dotýkajú ich emócií, vzťahov a osobných rozhodnutí. AI dokáže odpovedať rýchlo, používa jazyk, ktorý môže pôsobiť podporujúco a empaticky, a je okamžite dostupná. To môže vytvárať dojem porozumenia a blízkosti, hoci nejde o skutočný vzťah ani o zdroj zodpovednosti.

Vzdelávanie preto nemôže zostať iba pri rozvoji technických zručností, ako s AI pracovať efektívne. Rovnako dôležité je systematicky posilňovať schopnosť mladých ľudí rozumieť sebe, regulovať svoje emócie, premýšľať v súvislostiach a rozhodovať sa s ohľadom na dôsledky. Ak sa tieto oblasti nerozvíjajú, môže sa postupne stať, že dôvera, pozornosť a rozhodovanie sa presunú z človeka na technológiu. Cieľom aktivít je tomuto presunu predchádzať a podporovať odolnosť žiakov v prostredí, kde je AI bežnou súčasťou každodenného života.

Metodické materiály sú zaradené do piatich vzájomne prepojených oblastí: rozpoznávanie a zvládanie emócií, silné sebauvedomenie, sebadôvera v rozhodovaní a komunikácii, flexibilné myslenie a kvalita vzťahov a prepojení. Oblasti nadväzujú na Rámec piatich pilierov mentálnej odolnosti v ére AI a spoločne vytvárajú systém, ktorý postupne posilňuje mentálnu odolnosť a tvorbu zdravých vzťahov mladých ľudí v prostredí umelej inteligencie.

Metodické materiály zároveň zohľadňujú vývinové potreby vekovej skupiny 11–15 rokov. Toto obdobie je charakteristické intenzívnym hľadaním identity, citlivosťou na prijatie a odmietnutie, potrebou uznania a postupne sa rozvíjajúcou schopnosťou abstraktne myslieť.

Zámerom aktivít je, aby žiaci a žiačky:

- **rozumeli** svojim emóciám a hľadali stratégie na ich zvládanie skôr, než prijímú riešenia ponúknuté AI,
- **reflektovali** to, na čom im záleží a čo im dáva zmysel, aby odolali skratkám ponúkaným technológiou,
- **posilňovali** svoje rozhodovacie a komunikačné zručnosti v prospech vlastnej autenticity,
- **trénovali** kritické myslenie tak, aby vedeli vyhodnocovať prínos technológie aj ľudskej tvorivosti,
- **chápali** nenahraditeľnosť vzťahov s druhými ako zdroja podpory vo fyzickom svete.

Metodické materiály vypracoval tím organizácie Emocionálny kompas s podporou Nadačného fondu Telekom.



**EMOCIONÁLNY
KOMPAS**



**NADAČNÝ
FOND
TELEKOM**

Formulár na
pripomienky



(Poznámka: Metodické materiály vychádzajú z princípu rodovej rovnosti a rešpektu k všetkým žiakom a žiačkam. Z dôvodu zrozumiteľnosti a jazykovej úspornosti je však v texte použitý generický mužský rod.)

04 Moje rady dospelým vo svete AI



O čom je aktivita

Aktivita prináša priestor zamyslieť sa, ako je AI využívaná blízkymi dospelými a ako to ovplyvňuje vnímanie a využívanie AI u samotných žiakov a žiačok. Žiaci formulujú pravidlá pre bezpečné a rizikové používanie AI.

Prečo je téma dôležitá

Ranú adolescenciu charakterizuje vymedzovanie sa voči dospelým a hľadanie nových vzorov. Keď je žiakom a žiačkam umožnené formulovať vlastné názory a preukázať rastúce porozumenie svetu, povzbudzuje to ich sebavedomie a vytvára bezpečný priestor na stretnutie s autoritou dospelých.

Ako súvisí s bezpečným používaním AI

Mladí ľudia majú často pocit, že ich hlas nie je počutý a na ich názoroch nezáleží. Práve technológie sú však priestorom, kde majú často náskok pred mnohými dospelými. Uznanie ich postrehov a nápadov ako dôležitých im umožňuje posilniť ich sebaobraz, ako i zdôrazniť zodpovednosť, ktorá sa s používaním AI spája. Žiaci sa učia, že môžu byť autormi zmien a viesť dospelých k bezpečnejšiemu a efektívnejšiemu používaniu AI.

Oblasť: Silné sebauvedomenie

Silné sebauvedomenie znamená vedieť, kto som a čo je pre mňa dôležité. V prostredí, kde technológie neustále ponúkajú obsah podľa našich preferencií, môže byť ťažké zostať sám sebou. Ak žiaci skúmajú svoje hodnoty a to, na čom im záleží, pomáha im to nepreberať automaticky odporúčania, trendy či návrhy, ktoré im ponúka technológia.

Rozpoznávanie
a zvládanie
emócií

Silné
sebauvedomenie

Sebadôvera
v rozhodovaní
a komunikácii

Flexibilné
myslenie

Kvalita vzťahov
a prepojení



Ciel'

Žiaci si vyskúšajú, ako môžu viesť dospelých k bezpečnému a zmysluplnému používaniu AI. Formulovaním odporúčaní posilňujú svoju sebaúčinnosť a schopnosť hľadať tvorivé riešenia problémov.

Budeme potrebovať

Pracovný list, výtvarný materiál (farebné ceruzky, fixky), perá, papiere, flipchart.

Prepojenie na ŠVP 2023

Táto aktivita plní nasledovné ciele a spôsobilosti sociálnej a emocionálnej gramotnosti a AI gramotnosti:

2. Cyklus:

Uviesť príklady pozitívnych a negatívnych vplyvov AI na rôzne skupiny ľudí (napr. starší ľudia, ľudia v manuálnych a iných profesiách, deti a mladí ľudia).

Budovať si sebadôveru založenú na vlastnom rozvoji, nie na porovnávaní sa s výkonom AI.

Komunikovať otvorene, efektívne a s rešpektom.

Uvedomovať si svoje hodnoty a rozhodovať sa podľa nich.

3. Cyklus

Formulovať a obhájiť vlastné stanovisko k spoločenským výzvam spojeným s AI, pričom si uvedomuje spoločnú zodpovednosť jednotlivcov a firiem za spôsob jej využívania.

Chrániť si sebahodnotu a integritu a nenechať ju ovplyvňovať perspektívami, reakciami alebo hodnotením zo strany AI.

Efektívne komunikovať, asertívne, ale ohľaduplne obhajovať a dosahovať svoje ciele v rešpektujúcej komunikácii.

Analyzovať riziká a príležitosti a prijímať zodpovedné rozhodnutia ovplyvňujúce vlastný život, vzťahy a zdravie, ako aj vzťahy a zdravie druhých a život ako taký.

→ Úvod (2 minúty)

Na úvod triede povieme, že keď hovoríme o svete s AI, hovoríme o svete, ktorý ešte nikto predtým nezažil a tak nikto nemá mapu, ako sa v takom svete zorientovať. Hoci dospelí majú veľa životných skúseností, o ktoré sa môžu oprieť, majú pri skúsenostiach s používaním generatívnej AI zhruba rovnakú štartovaciu čiaru ako dnešní mladí ľudia. Dnes sa spoločne pozrieme na to, ako asi AI vnímajú dospelí, čo je v tom inšpiratívne a v čom by si mohli nechať poradiť od mladých.



Dôležité

Ešte pred tým, než sa trieda pustí do individuálnej práce, je vhodné, ak uvedieme vlastný príklad toho, či a ako sami používame generatívnu AI. To môže uľahčiť žiakom a žiačkam sformulovať odpovede na otázky z pracovného listu.

→ Individuálna práca (10 minút)

Žiaci si do pracovného listu zaznamenajú svoje myšlienky a nápady k dvom otázkam:

- Ako AI využívajú dospelí okolo vás (rodičia, učitelia)? Aké emócie a postoje majú podľa vás s technológiami spojené dospelí?
- Čo by som navrhol dospelým? Je niečo, čo vás na názoroch dospelých hnevá alebo prekvapuje?

→ Skupinová práca (20 minút)

Následne sa žiačky a žiaci rozdelia do skupín po 3 alebo 4. Ich úlohou je oboznámiť sa s poznámkami ostatných a spoločne vytvoriť mini-plagát s odporúčaniami pre dospelých o bezpečnom a zmysluplnom používaní AI.

Mini-plagát musí obsahovať názov (krátky slogan) a 5 konkrétnych odporúčaní formulovaných jasne a zrozumiteľne. Odporúčania majú byť konkrétne, realistické a použiteľné v bežnom živote.

➔ Záver (13 minút)

V triede si urobíme krátku prezentáciu mini-plagátov. Každá skupina má maximálne 2 minúty na predstavenie svojich odporúčaní. Na záver povzbudíme žiakov a žiačky, aby sa o AI rozprávali s ľuďmi vo svojom okolí, skúmali rôzne názory a kriticky si tvorili vlastné názory.

Pracovný list:

Dospelí v mojom okolí a používanie AI

Ako AI využívajú dospelí (rodičia, učitelia)? Aké emócie a postoje majú podľa vás s technológiami spojené dospelí?

- Uveď konkrétne príklady správania dospelých s AI.

Čo by som navrhol dospelým v používaní AI? Je niečo, čo vás na názoroch dospelých hnevá alebo prekvapuje?

- Navrhni rady, tipy alebo odporúčania, čo by mohli zmeniť a ako bezpečne a efektívne používať AI.
