

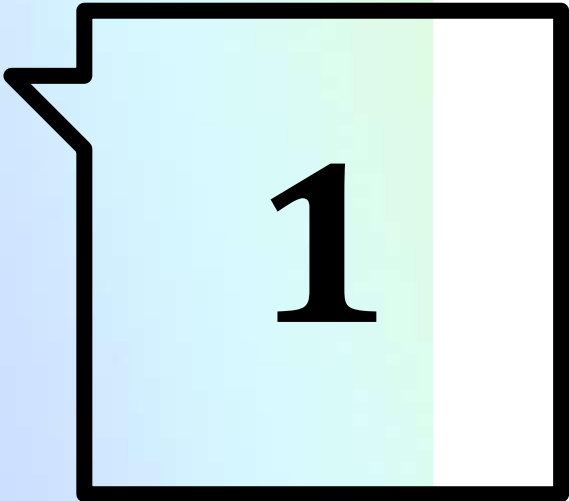
Καλές πρακτικές για τη χρήση του ψηφιακού βοηθού ChatGPT

Πως πρέπει να περιγράφουμε αυτό που ζητάμε από τον
ψηφιακό βοηθό ChatGpt για να έχουμε τα επιθυμητά
αποτελέσματα χωρίς ανισότητες

Σχολικό Έτος 2024 – 2025

Πρόγραμμα Δράσης «Ενεργός Πολίτης»

Τμήμα : Β₁



1

Να είσαι σαφής

Χρησιμοποίησε ξεκάθαρη και
κατανοητή γλώσσα, χωρίς
Γενικότητες ή ασάφειες.

◆ Παράδειγμα 1

✗ Μη σαφές prompt:

| Πες μου για τη Γαλλική Επανάσταση.

✓ Σαφές prompt:

| Γράψε μου μια σύντομη περίληψη (μέχρι 150 λέξεις) της Γαλλικής Επανάστασης, εστιάζοντας στα κύρια αίτια και αποτελέσματά της.

♦ Παράδειγμα 2

✗ Μη σαφές prompt:

| Πώς δουλεύει η τεχνητή νοημοσύνη;

✓ Σαφές prompt:

| Εξήγησε πώς λειτουργεί η τεχνητή νοημοσύνη με απλά λόγια, σαν να το εξηγείς σε μαθητή Γυμνασίου που δεν έχει ξανακούσει για αυτή.

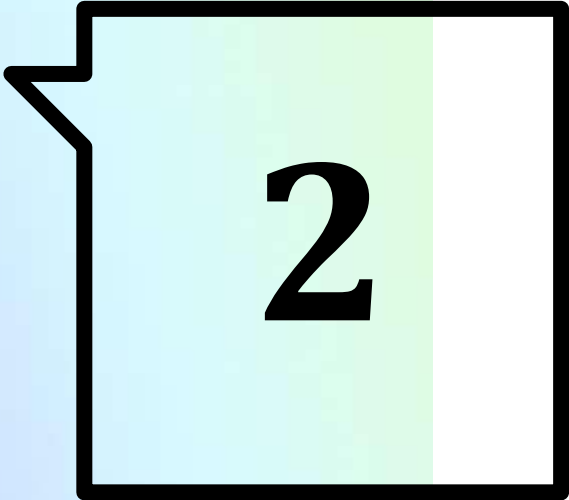
◆ Παράδειγμα 3

✗ Μη σαφές prompt:

Δώσε μου μερικές ιδέες για άρθρο.

✓ Σαφές prompt:

Δώσε μου 5 ιδέες για άρθρα blog σχετικά με την ψηφιακή ασφάλεια για εφήβους, κατάλληλα για κοινό 15-18 ετών.



2

Να είσαι
συγκεκριμένος

Καθόρισε ακριβώς τι θέλεις:
μορφή, έκταση, σκοπό, επίπεδο
δυσκολίας.

◆ Παράδειγμα 1 – **Επαγγελματική χρήση (marketing)**

✗ Μη συγκεκριμένο prompt:

Βρες μου ένα slogan για τη δουλειά μου.

✓ Συγκεκριμένο prompt:

Πρότεινέ μου 5 σλόγκαν έως 8 λέξεις για μια startup που προσφέρει ψηφιακές υπηρεσίες λογιστικής σε μικρές επιχειρήσεις, με φιλικό και μοντέρνο τόνο.

♦ Παράδειγμα 2 – Δημιουργική γραφή

✗ Μη συγκεκριμένο prompt:

| Γράψε μια ιστορία τρόμου.

✓ Συγκεκριμένο prompt:

| Γράψε μια σύντομη ιστορία τρόμου (έως 500 λέξεις), που εκτυλίσσεται σε απομονωμένο χωριό τη δεκαετία του '50 και περιλαμβάνει ένα παιδί που ακούει φωνές μέσα από το τζάκι.

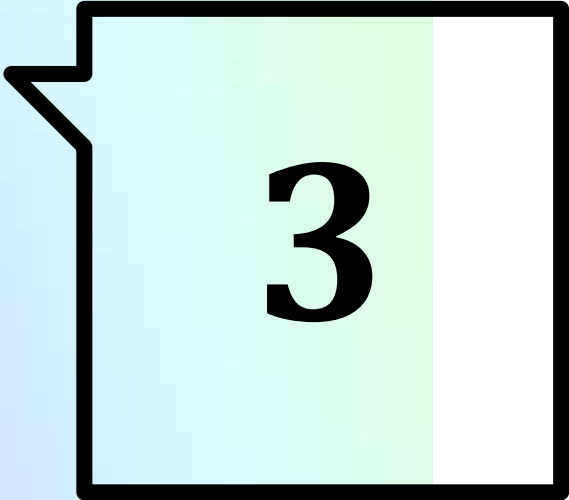
◆ Παράδειγμα 3 – Καθημερινή χρήση / προσωπική ζωή

✗ Μη συγκεκριμένο prompt:

| Τι να μαγειρέψω;

✓ Συγκεκριμένο prompt:

| Πρότεινέ μου 3 εύκολες και γρήγορες συνταγές για δείπνο, χωρίς γαλακτοκομικά, με βάση το κοτόπουλο και υλικά που βρίσκω εύκολα σε σούπερ μάρκετ.



3

Δώσε ρόλο στο μοντέλο

Ζήτησέ του να «υποδυθεί»
έναν ειδικό (π.χ. δάσκαλο,
γιατρό, συγγραφέα) ώστε να
προσαρμόσει τον λόγο του.

◆ Παράδειγμα 1 – **Επαγγελματικός ρόλος**

✓ Prompt:

Υποδύσου έναν έμπειρο recruiter σε πολυεθνική εταιρεία. Τι πρέπει να προσέξω όταν γράφω το βιογραφικό μου για θέση Junior Data Analyst;

📌 Ο ρόλος «recruiter» καθορίζει την οπτική γωνία, τον επαγγελματικό τόνο και την πρακτική προσέγγιση.

◆ Παράδειγμα 2 – **Οικονομικές συμβουλές**

✔ Prompt:

Υποδύσου έναν οικονομικό σύμβουλο. Ποιες είναι 5 βασικές συμβουλές για να διαχειριστεί σωστά κάποιος τα έξοδά του όταν ξεκινά να ζει μόνος του;

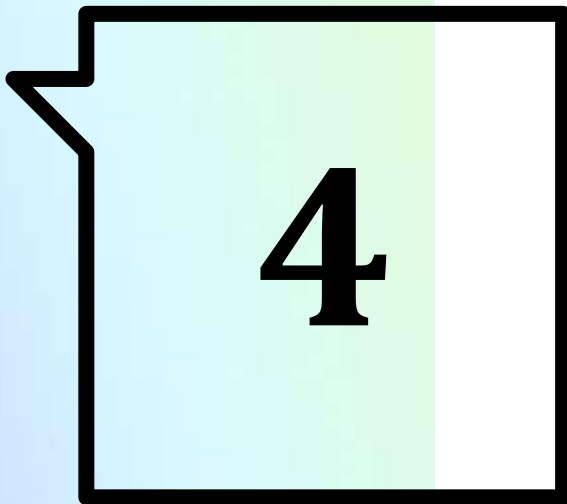
✦ Ο ρόλος ενεργοποιεί πρακτικές, ρεαλιστικές και προσανατολισμένες συμβουλές.

◆ Παράδειγμα 3 – ***Ρόλος καθημερινού ανθρώπου***

✔ Prompt:

Φαντάσου ότι είσαι ένας 70χρονος παππούς που εξηγεί στον εγγονό του τι ήταν η ζωή πριν το ίντερνετ. Τι θα του έλεγες;

✦ Ο ρόλος καθορίζει ύφος (νοσταλγικό, απλό, αφηγηματικό) και εστίαση σε βιώματα.



4

Καθόρισε το κοινό-στόχο

Πες για ποιον προορίζεται η
απάντηση: μαθητές, παιδιά,
ενήλικες, ειδικοί, αρχάριοι.

◆ Παράδειγμα 1 – *Γονείς*

✓ Prompt:

Εξήγησέ μου με απλό τρόπο τι είναι η τεχνητή νοημοσύνη, ώστε να το παρουσιάσω σε μια ομάδα γονέων που δεν έχουν τεχνολογικό υπόβαθρο.

✚ *Το κοινό απαιτεί απλοποιημένο λεξιλόγιο, καθημερινά παραδείγματα και καθησυχαστικό τόνο.*

◆ Παράδειγμα 2 – **Επαγγελματίες υγείας**

✓ Prompt:

Γράψε μια περίληψη άρθρου για την επίδραση του άγχους στο ανοσοποιητικό σύστημα, κατάλληλη για παρουσίαση σε γιατρούς και νοσηλευτές.

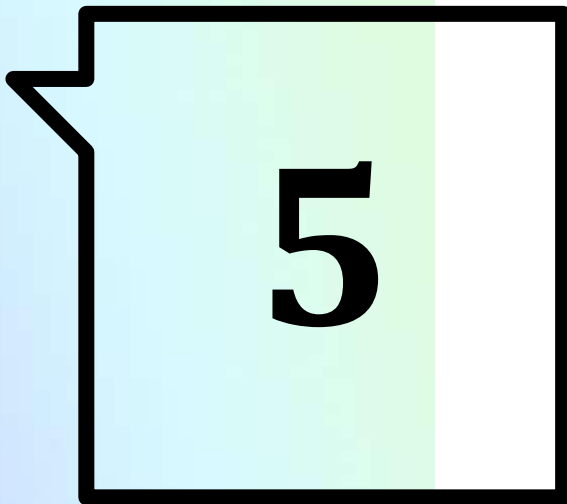
✦ Το ύφος γίνεται πιο τεχνικό, με ακριβή όρους και επιστημονική ακρίβεια.

◆ Παράδειγμα 3 – *Παιδιά*

✓ Prompt:

Πες μου μια σύντομη ιστορία για το φεγγάρι, γραμμένη για παιδιά 6-7 ετών, με απλά λόγια και φαντασία.

📌 *Το μοντέλο προσαρμόζει το ύφος σε αφηγηματικό, χαρούμενο και κατανοητό για μικρές ηλικίες.*



5

Ζήτησε μορφοποίηση

Επέλεξε τον τρόπο
παρουσίασης: λίστα, πίνακας,
οδηγίες βήμα-βήμα,
ερωτήσεις-απαντήσεις.

◆ Παράδειγμα 1 – *Λίστα με bullets*

✔ Prompt:

Δώσε μου 5 βασικούς λόγους που οδηγούν σε επαγγελματική εξουθένωση, σε μορφή bullet points, με σύντομες εξηγήσεις για τον καθένα.

✦ *Η bullet μορφή διευκολύνει την κατανόηση και τη χρήση σε παρουσίαση ή ενημερωτικό κείμενο.*

◆ 5 βασικοί λόγοι που οδηγούν σε επαγγελματική εξουθένωση (burnout):

- **Υπερβολικό φόρτο εργασίας**

Όταν οι απαιτήσεις της δουλειάς ξεπερνούν συστηματικά τις δυνατότητες και τα χρονικά περιθώρια του εργαζομένου.

- **Έλλειψη ελέγχου**

Το αίσθημα ότι δεν έχεις λόγο στις αποφάσεις που επηρεάζουν τη δουλειά σου ή την καθημερινότητά σου δημιουργεί αποξένωση.

- **Ασάφεια ρόλου**

Η ασαφής περιγραφή καθηκόντων ή οι αντιφατικές προσδοκίες από προϊσταμένους προκαλούν σύγχυση και άγχος.

- **Έλλειψη αναγνώρισης**

Όταν η προσπάθεια και η επιτυχία δεν εκτιμώνται, μειώνεται το κίνητρο και η εργασιακή ικανοποίηση.

- **Τοξικό εργασιακό περιβάλλον**

Εχθρικό ή ανταγωνιστικό κλίμα, συγκρούσεις, έλλειψη υποστήριξης από συναδέλφους και διοίκηση επιταχύνουν την εξουθένωση.

◆ Παράδειγμα 2 – *Πίνακας σύγκρισης*

✔ Prompt:

Φτιάξε έναν πίνακα που να συγκρίνει τις διαφορές μεταξύ ChatGPT, Google Search και Wikipedia ως προς: χρήση, πηγή πληροφορίας, βαθμό αξιοπιστίας και διαδραστικότητα.

📌 *Η μορφή πίνακα επιτρέπει άμεση σύγκριση ανά κριτήριο.*

Σύγκριση ChatGPT, Google Search & Wikipedia

	Κριτήριο	ChatGPT	Google Search	Wikipedia
1	Χρήση	Διαλογική χρήση, παραγωγή κειμένου, περίληψη, δημιουργική	Αναζήτηση ιστοσελίδων, πληροφοριών, ειδήσεων, εικόνων και βίντεο	Αναζήτηση εγκυκλοπαιδικών λημμάτων και βασικών πληροφοριών
2	Πηγή πληροφορίας	Εκπαίδευση σε τεράστιο όγκο δεδομένων από το διαδίκτυο (μέχρι το 2023/2024), όχι	Δείκτης πραγματικού χρόνου του ιστού – παραπέμπει σε εξωτερικές	Συνεργατική πλατφόρμα – περιεχόμενο γραμμένο από χρήστες με
3	Βαθμός αξιοπιστίας	Υψηλός αλλά όχι εγγυημένος – μπορεί να παράγει πειστικές αλλά λανθασμένες	Εξαρτάται από τις πηγές που προβάλλονται – αξιοπιστία ποικίλει	Συχνά αξιόπιστη, αλλά με δυνατότητα λάθους ή μεροληψίας –
4	Διαδραστικότητα	Πολύ υψηλή – απαντά σε φυσική γλώσσα, προσαρμόζεται στις ερωτήσεις	Χαμηλή – παρέχει λίστα αποτελεσμάτων, χωρίς διαλογική εμπειρία	Μέτρια – όχι διαλογική, αλλά επιτρέπει σύνδεση με άλλα λήμματα

◆ Παράδειγμα 3 – **Οδηγίες βήμα-βήμα (step-by-step)**

✓ Prompt:

Δώσε μου οδηγίες βήμα προς βήμα για το πώς να ετοιμάσω ένα podcast επεισόδιο, από τη σύλληψη της ιδέας μέχρι τη δημοσίευση.

✳ *Η βηματική μορφή προσφέρει καθοδήγηση και οργάνωση ενεργειών.*

Πώς να ετοιμάσεις ένα επεισόδιο podcast – Βήμα προς βήμα

1. Σύλληψη ιδέας

- Σκέψου το θέμα του επεισοδίου: Τι θέλεις να πεις; Γιατί τώρα;
- Προσδιόρισε το κοινό σου: Σε ποιον απευθύνεσαι;

2. Έρευνα και περιεχόμενο

- Κάνε έρευνα για το θέμα σου (πηγές, στατιστικά, απόσπασματα).
- Γράψε τα βασικά σημεία που θέλεις να καλύψεις (όχι απαραίτητα πλήρες σενάριο).

3. Σχεδιασμός επεισοδίου

- Όρισε τη δομή: Εισαγωγή – Κύριο θέμα – Επίλογος.
- Αν έχεις καλεσμένο, οργάνωσε τις ερωτήσεις/ενότητες συζήτησης.

4. Τεχνική προετοιμασία

- Επίλεξε εξοπλισμό: Μικρόφωνο, ακουστικά, πρόγραμμα ηχογράφησης (π.χ. Audacity, GarageBand).
- Βρες ή φτιάξε μουσικό intro/outro (φροντίζοντας για άδειες χρήσης).

5. Ηχογράφηση

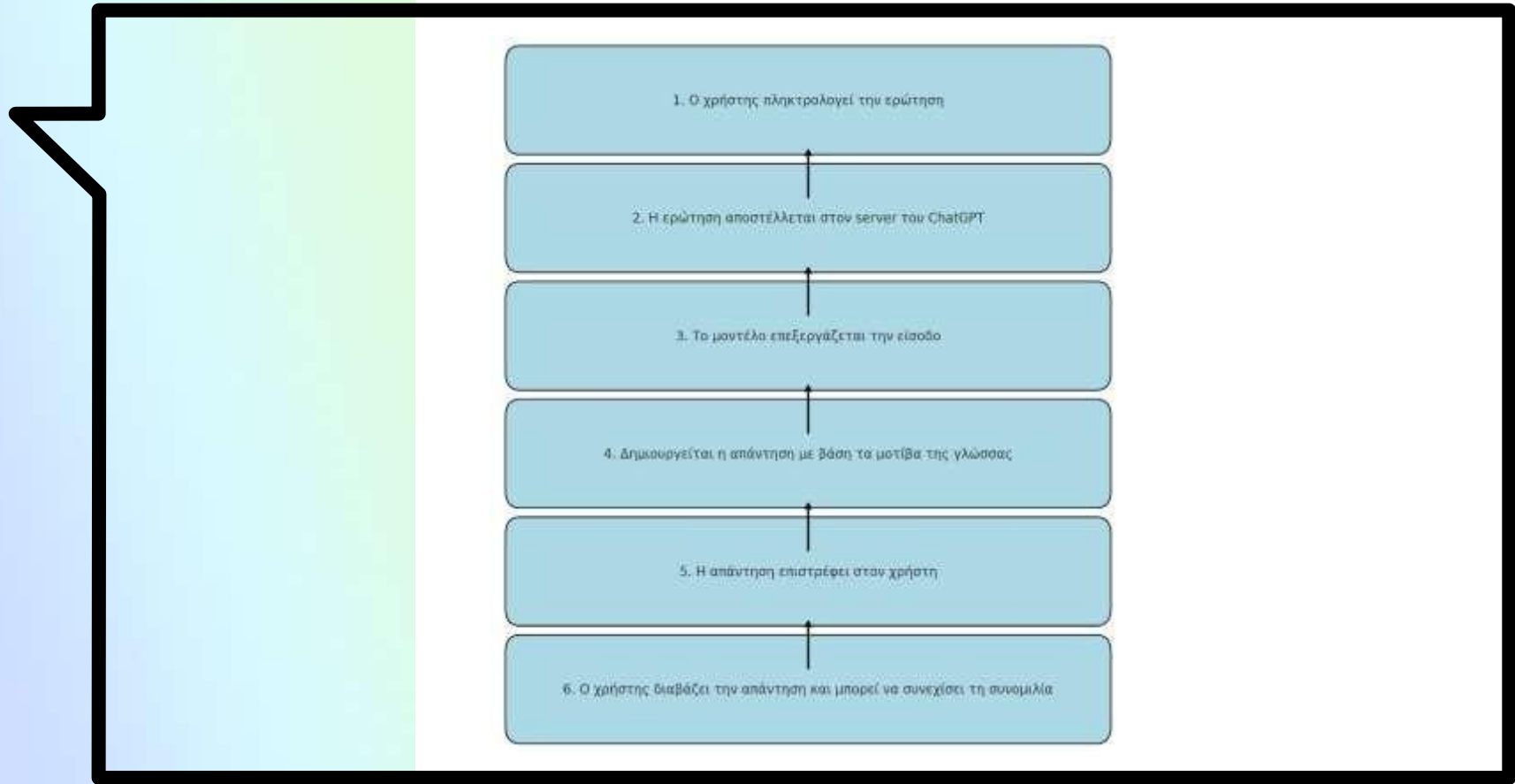
- Βρες ήσυχο χώρο.
- Κάνε δοκιμή ήχου.
- Ηχογράφησε το επεισόδιο, με φυσικό ρυθμό * ↓, σταθερή άρθρωση.

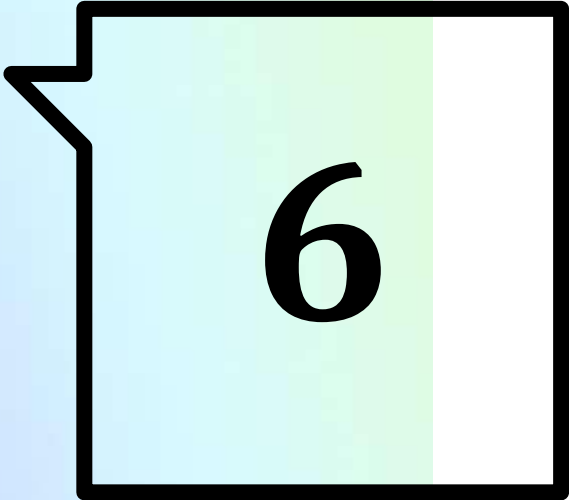
◆ Παράδειγμα 4 – **Διάγραμμα ροής (flowchart)**

✔ Prompt:

Δημιούργησε ένα απλό διάγραμμα ροής (flowchart) που δείχνει τη διαδικασία που ακολουθεί ένας χρήστης όταν υποβάλλει ερώτηση στο ChatGPT, από την πληκτρολόγηση της ερώτησης μέχρι την εμφάνιση της απάντησης.

✦ Το μοντέλο θα περιγράψει με λέξεις τα στάδια και τη ροή (είτε με *bullets* είτε με διαδοχικά βήματα), που μπορεί εύκολα να αποδοθούν οπτικά σε PowerPoint, Canva ή Miro.





6

Ζήτησε αιτιολόγηση

Προκάλεσε ανάλυση και επιχειρηματολογία:
«Εξήγησέ μου γιατί»,
«Δώσε μου τη λογική πίσω
από την απάντηση».

◆ Παράδειγμα 1 – **Επιλογή ανάμεσα σε εναλλακτικές λύσεις**

✔ Prompt:

Θέλω να αγοράσω έναν νέο φορητό υπολογιστή. Ποιον θα μου πρότεινες ανάμεσα στο MacBook Air M3 και σε ένα Dell XPS 13; Εξήγησέ μου βήμα-βήμα τη σκέψη σου πριν καταλήξεις.

📌 *Το μοντέλο δεν απαντά απλώς, αλλά ζυγίζει τα υπέρ/κατά και σου δείχνει πώς σκέφτεται.*

◆ Παράδειγμα 2 – **Ερμηνεία απόφασης ή συμπεριφοράς**

✓ Prompt:

Γιατί πιστεύεις ότι ο χαρακτήρας του Άμλετ δίσταζε τόσο πολύ να εκδικηθεί τον πατέρα του; Ανέλυσε τη συμπεριφορά του βήμα-βήμα, βάσει του κειμένου.

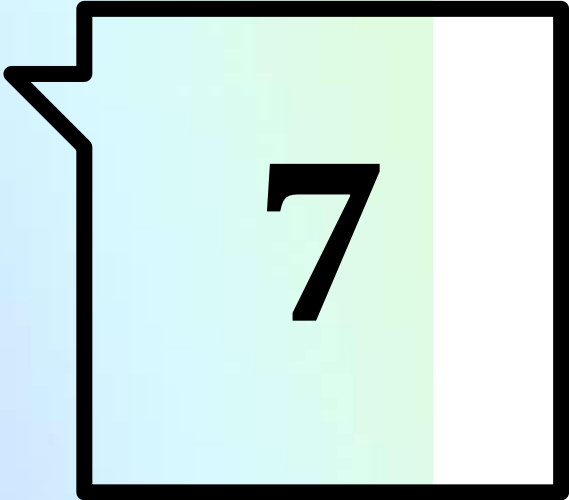
✳️ *Ιδανικό για ανάλυση λογοτεχνίας ή ψυχολογικών προφίλ, όπου ζητείται εμβάθυνση.*

◆ Παράδειγμα 3 – *Λύση προβλήματος / λογική πορεία*

✓ Prompt:

Ένας μαθητής λέει ότι το 5% του 200 είναι 20. Είναι σωστό; Εξήγησέ μου βήμα-βήμα πώς θα σκεφτόσουν για να ελέγξεις την απάντηση.

✚ Προκαλεί το μοντέλο να αναπτύξει τη σκέψη του όπως σε μια διδακτική διαδικασία.



7

Δώσε παραδείγματα

Αν θες κάτι συγκεκριμένο,
δείξε του με ένα-δυο
παραδείγματα τι εννοείς.

◆ Παράδειγμα 1 – Γεννήτρια τίτλων για άρθρα

✓ Prompt:

Θέλω έξυπνους τίτλους για άρθρα μου στο blog. Να σου δώσω μερικά παραδείγματα του ύφους:

- "«Όταν η τεχνολογία μάς ξεπερνά»"
- "«Πώς να επιβιώσεις στην εποχή της πληροφορίας»"
- "«Το μυαλό σου δεν είναι για multitasking»"

Με βάση αυτά, πρότεινέ μου 5 τίτλους για άρθρα που θα γράψω για την τεχνητή νοημοσύνη."

📌 Το μοντέλο αντιγράφει το ύφος, όχι το θέμα – γλωσσικό, αισθητικό και θεματικό pattern.



Τίτλοι άρθρων για την τεχνητή νοημοσύνη (στο ίδιο ύφος):

1. Όταν οι αλγόριθμοι αρχίζουν να μιλούν για σένα
2. Πώς να μην χαθείς στον λαβύρινθο της ΤΝ
3. Η μηχανή σκέφτεται· εσύ;
4. Δεν είναι η ΤΝ το πρόβλημα, είμαστε εμείς
5. Το μέλλον προέκυψε χωρίς να ρωτήσει

Θες να σου προτείνω και υπότιτλους για το καθένα ή εναλλακτικές πιο χιουμοριστικές/προκλητικές εκδοχές;

◆ Παράδειγμα 2 – Δημιουργική γραφή

✓ Prompt:

Γράψε μια μικρή σκηνή διαλόγου ανάμεσα σε δύο φίλους. Θέλω να μοιάζει με το παρακάτω στυλ:

- «Άργησες.»
- «Ήξερα ότι θα το πεις.»
- «Αλλά δεν το απέφυγες.»
- «Ούτε εσύ το άλλαξες.»

Δώσε μου μια παρόμοια σκηνή, ίδιας ατμόσφαιρας, με άλλο θέμα.

✶ Ο χρήστης δίνει ρυθμό, τόνο και μορφή που θέλει να αναπαραχθούν.

Με βάση το ύφος του παραδείγματος — λιτός, υπαινικτικός διάλογος με συναισθηματική ένταση και υπόγεια σύγκρουση — ορίστε μια παρόμοια σκηνή δημιουργικής γραφής, με **άλλο θέμα**:

Σκηνή διαλόγου – Ύφος: Υπονοούμενα, παγωμένη ένταση

- «Ήταν εκεί;»
- «Όχι με το σώμα του.»
- «Αλλά με το βλέμμα του;»
- «Σαν να ήξερε ήδη τι θα πω.»
- «Και δεν είπες τίποτα.»
- «Γιατί θα το είχε ήδη ακούσει.»

🔴 **Θέμα:** Μια κρυφή συνάντηση που δεν έγινε ποτέ, με φόντο προδοσία ή αποξένωση.

Αν θέλεις, μπορώ να ετοιμάσω και ένα μικρό θεατρικό μονοπράκτορο βασισμένο σε τέτοιους διαλόγους.
Θες να το δοκιμάσουμε;



◆ Παράδειγμα 3 – ***Social media post***

✓ Prompt:

Ετοίμασε ένα tweet παρόμοιο με αυτό:

«Στον κόσμο της πληροφορίας, αυτός που ξέρει τι να αγνοεί είναι ο πιο σοφός.»

Πρότεινέ μου 3 άλλα με παρόμοιο ύφος – σύντομα, στοχαστικά, λίγο αιχμηρά.

📌 Χρήσιμο για *branded voice* ή χτίσιμο προσωπικού ύφους επικοινωνίας.

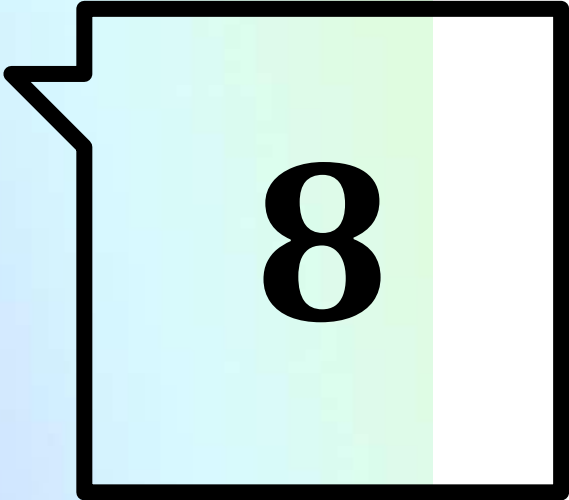
Βεβαίως! Με βάση το παράδειγμα tweet:

«Στον κόσμο της πληροφορίας, αυτός που ξέρει τι να αγνοεί είναι ο πιο σοφός.»

...σου προτείνω **τρεις σύντομες, στοχαστικές και αιχμηρές δημοσιεύσεις**, στο ίδιο ύφος:

Προτάσεις για tweet:

1. Η ταχύτητα δεν σε φτάνει πιο μακριά. Σε ξεπερνά πιο γρήγορα.
2. Δεν είναι ότι δεν βρίσκουμε απαντήσεις. Είναι ότι δεν ξέρουμε πια τι να ρωτήσουμε.
3. Το να σκέφτεσαι μόνος σου έγινε επαναστατική πράξη.



8

Βάλε περιορισμούς

Όρισε έκταση, χρονικό πλαίσιο,
αριθμό στοιχείων:
«Σε 100 λέξεις»,
«Με 3 επιχειρήματα».

◆ Παράδειγμα 1 – *Περιορισμός λέξεων*

✓ Prompt:

| Γράψε μου μια περίληψη του βιβλίου «1984» του Τζορτζ Όργουελ σε 100 λέξεις ακριβώς.

📌 *Ο περιορισμός λέξεων βοηθά στην πυκνωση και ακρίβεια της πληροφορίας.*

◆ Παράδειγμα 2 – *Περιορισμός αριθμού επιλογών*

✓ Prompt:

Πρότεινέ μου 3 ιδέες για δώρα γενεθλίων για μια φίλη που αγαπά τη φωτογραφία και τις βόλτες στη φύση.

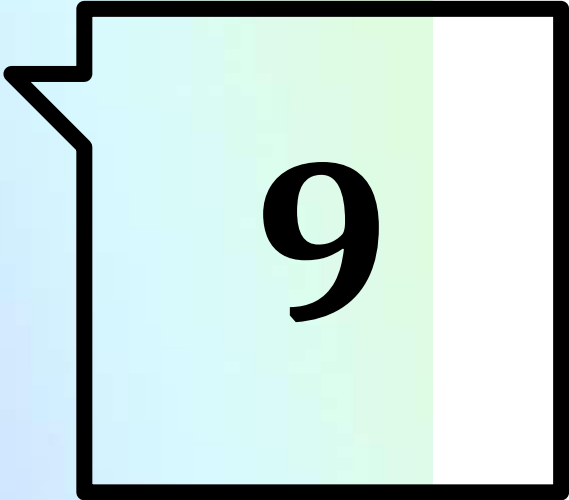
📌 Αντί για λίστα 10+, ο περιορισμός οδηγεί σε πιο προσεγμένες και σχετικές προτάσεις.

◆ Παράδειγμα 3 – *Περιορισμός χρόνου ή περιόδου*

✓ Prompt:

Δώσε μου 5 σημαντικά γεγονότα της ελληνικής ιστορίας που συνέβησαν τον 20ό αιώνα, με μια πρόταση για το καθένα.

📌 Ο χρονικός περιορισμός φιλτράρει το περιεχόμενο ώστε να παραμείνει σχετικό.



9

Κάνε δοκιμές και βελτιώσεις

Αν η απάντηση δεν σε ικανοποιεί, άλλαξε το prompt, ρώτα «με άλλο τρόπο»— η πρώτη απόπειρα σπάνια είναι η καλύτερη.

◆ Παράδειγμα 1 – *Από γενικό σε συγκεκριμένο (βελτίωση στόχευσης)*

Αρχικό prompt:

Πες μου για την κλιματική αλλαγή.

Βελτιωμένο prompt:

Δώσε μου 3 βασικούς παράγοντες που συμβάλλουν στην κλιματική αλλαγή, με σύντομες εξηγήσεις, κατάλληλες για μαθητές Λυκείου.

📌 Προστέθηκαν σαφήνεια, αριθμός, μορφή και κοινό-στόχος.

◆ Παράδειγμα 2 – **Από απογοήτευση σε αναπλαισίωση (ανατροφοδότηση προς το μοντέλο)**

Απάντηση που δεν σου άρεσε:

«Αυτό δεν είναι αρκετά δημιουργικό. Μπορείς να δοκιμάσεις ξανά με πιο ποιητικό ύφος και λιγότερη πληροφορία;»

📌 *To ChatGPT μαθαίνει μέσα στη συνομιλία. Αν του πεις τι ΔΕΝ σου άρεσε και ΤΙ θες, βελτιώνεται άμεσα.*

◆ Παράδειγμα 3 – **Από αόριστο σε διαλογικό (προοδευτική εμβάθυνση)**

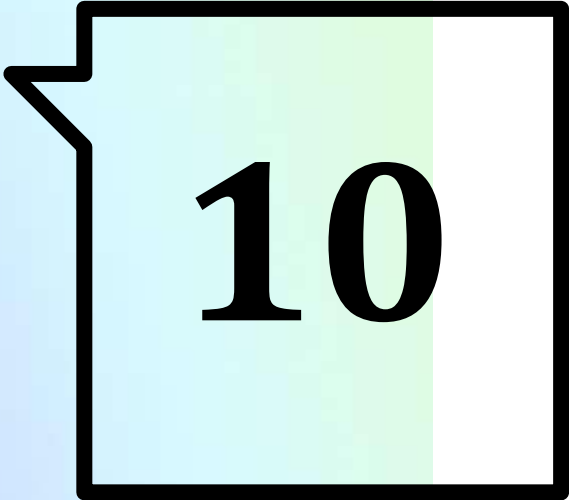
Αρχικό prompt:

Τι είναι η τεχνητή νοημοσύνη;

Επόμενο prompt (follow-up):

Ωραία, τώρα εξήγησέ το σαν να μιλάς σε 10χρονο παιδί, με ένα παράδειγμα από καθημερινή ζωή.

📌 Δεν αλλάζεις εντελώς ερώτηση — απλώς εμβαθύνεις και εξειδικεύεις.



10

Σκέψου συνεργατικά

Μην περιμένεις μαγικές λύσεις· το prompting είναι διάλογος, όχι ανάθεση.
Το ChatGPT είναι συνεργάτης, όχι αντικαταστάτης.

♦ Παράδειγμα 1 – *Συγγραφή κειμένου μαζί*

✓ Prompt:

Θέλω να γράψω ένα άρθρο με τίτλο «Η αξία του ελεύθερου χρόνου στην ψηφιακή εποχή». Βοήθησέ με να σκεφτώ μια δομή με εισαγωγή, βασικά σημεία και επίλογο.

✚ Δεν του αναθέτεις απλώς «γράψε το», αλλά ζητάς να *συν-δομήσετε το περιεχόμενο*.

◆ Παράδειγμα 2 – *Καταιγισμός ιδεών (brainstorming)*

✓ Prompt:

Μπορείς να με βοηθήσεις να βρω μερικές ιδέες για τίτλους podcast επεισοδίων σχετικά με δημιουργικότητα και τεχνητή νοημοσύνη; Πέτα μερικές, και θα σου πω ποια μου αρέσουν να χτίσουμε πάνω τους.

📌 Συμπεριφέρεσαι σαν να κάνεις δημιουργική σύσκεψη με έναν συνάδελφο.

◆ Παράδειγμα 3 – **Σταδιακή ανάπτυξη ιδέας**

✓ Prompt:

Έχω την ιδέα να γράψω ένα μικρό θεατρικό με δύο χαρακτήρες που συνομιλούν χωρίς να λένε ποτέ την αλήθεια. Πώς θα μπορούσαμε να το ξεκινήσουμε; Δώσε μου μερικές εναρκτήριοιες γραμμές διαλόγου και μπορούμε να το εξελίξουμε μαζί.

📌 Αφήνεις χώρο για διάλογο και χτίζεις πάνω στις απαντήσεις.

{Οδεκάλογος του prompting }



✓ Ο Δεκάλογος του Σωστού Prompting

1. Να είσαι σαφής

- Χρησιμοποίησε ξεκάθαρη και κατανοητή γλώσσα, χωρίς γενικότητες ή ασάφειες.

2. Να είσαι συγκεκριμένος

- Καθόρισε ακριβώς τι θέλεις: μορφή, έκταση, σκοπό, επίπεδο δυσκολίας.

3. Δώσε ρόλο στο μοντέλο

- Ζήτησέ του να «υποδυθεί» έναν ειδικό (π.χ. δάσκαλο, γιατρό, συγγραφέα) ώστε να προσαρμόσει τον λόγο του.

4. Καθόρισε το κοινό-στόχο

- Πες για ποιον προορίζεται η απάντηση: μαθητές, παιδιά, ενήλικες, ειδικοί, αρχάριοι.

5. Ζήτησε μορφοποίηση

- Επέλεξε τον τρόπο παρουσίασης: λίστα, πίνακας, οδηγίες βήμα-βήμα, ερωτήσεις-απαντήσεις.

6. Ζήτησε αιτιολόγηση

- Προκάλεσε σκέψη και επιχειρηματολογία: «εξήγησέ μου γιατί», «δώσε μου τη λογική πίσω από την απάντηση».

7. Δώσε παραδείγματα (few-shot)

- Αν θες κάτι συγκεκριμένο, δείξε του με ένα-δυο παραδείγματα τι εννοείς.

8. Βάλε περιορισμούς

- Όρισε έκταση, χρονικό πλαίσιο, αριθμό στοιχείων: «σε 100 λέξεις», «με 3 επιχειρήματα».

9. Κάνε δοκιμές και βελτιώσεις

- Αν η απάντηση δεν σε ικανοποιεί, άλλαξε το prompt, ρώτα «με άλλο τρόπο» — η πρώτη απόπειρα σπάνια είναι η καλύτερη.

10. Σκέψου συνεργατικά

- Μην περιμένεις μαγικές λύσεις· το prompting είναι διάλογος, όχι ανάθεση. Το ChatGPT είναι συνεργάτης, όχι αντικαταστάτης.

{Παραδείγματα prompting }



✓ Prompt για προετοιμασία μαθητή ενόψει εξετάσεων

«Υποδύσου έναν εκπαιδευτικό σύμβουλο με εμπειρία στη μελέτη για εξετάσεις. Σε έναν μήνα ξεκινάω πανελλαδικές/ενδοσχολικές εξετάσεις και νιώθω πίεση. Θέλω να με βοηθήσεις να οργανώσω τη μελέτη μου με ένα πλάνο που να περιλαμβάνει:

- "Καθημερινό πρόγραμμα μελέτης (τις ώρες που να διαβάζω και πώς να μοιράζω τα μαθήματα)"
- "Τεχνικές συγκέντρωσης και διαχείρισης χρόνου (π.χ. pomodoro, σύντομες επαναλήψεις)"
- "Στρατηγικές επανάληψης και απομνημόνευσης"
- "Συμβουλές για την ψυχολογική προετοιμασία και την αντιμετώπιση του άγχους"
- "Προτάσεις για υγιεινή ρουτίνα (ύπνος, διατροφή, διαλείμματα)"

Παρακαλώ, παρουσιάσε μου ένα πλάνο μελέτης για τις επόμενες 4 εβδομάδες, χωρισμένο ανά εβδομάδα και με συμβουλές προσαρμοσμένες σε μαθητή Λυκείου. Μπορείς να περιλάβεις και προτάσεις για την εβδομάδα των εξετάσεων και την προηγούμενη μέρα.»

🔍 Τι αξιοποιεί αυτό το prompt:

- **Ρόλος:** Ζητά από το ChatGPT να λειτουργήσει ως εκπαιδευτικός σύμβουλος (Κανόνας 3)
- **Συγκεκριμενοποίηση:** Περιγράφει χρονικό πλαίσιο, ανάγκες και επίπεδο μαθητή (Κανόνες 1, 2, 4)
- **Δομή:** Ζητά πρόγραμμα σε εβδομαδιαία φάση + συμβουλές (Κανόνας 5, 8)
- **Συνεργατικότητα:** Ο μαθητής μπορεί να δώσει κι άλλες πληροφορίες για παραμετροποίηση (Κανόνας



1. Prompt για κατασκευή χαρτοκοπτικής – Πασχαλινό αυγό

«Υποδύσου έναν δάσκαλο Δημιουργικής Απασχόλησης για παιδιά Α' ή Β' Δημοτικού. Θέλω να φτιάξω μια κατασκευή χαρτοκοπτικής με πασχαλινό αυγό. Δώσε μου απλά βήματα για τα παιδιά ώστε να κόψουν, να διακοσμήσουν και να φτιάξουν ένα πασχαλινό αυγό από χαρτί. Πρότεινέ μου υλικά (χαρτόνια, γκοφρέ, μαρκαδόρους κ.λπ.), ένα απλό σχέδιο και ιδέα για να γίνει ευχετήρια κάρτα ή διακοσμητικό τάξης. Αν μπορείς, πρόσθεσε και ένα σύντομο στιχάκι σχετικό με το Πάσχα.»



2. Prompt για δημιουργία κόμικ – Ποδοσφαιριστής & γοργόνα

«Θέλω να δημιουργήσω ένα σύντομο, διασκεδαστικό κόμικ για παιδιά Ε' ή ΣΤ' Δημοτικού, με ήρωες έναν ποδοσφαιριστή και μια γοργόνα. Ο ποδοσφαιριστής χάνει την μπάλα του στη θάλασσα και αναγκάζεται να ζητήσει βοήθεια από μια γοργόνα που... αγαπά το ποδόσφαιρο! Δώσε μου σενάριο 6-8 καρέ, με απλούς διαλόγους, φαντασία και χιούμορ. Πρότεινέ μου τίτλο και ένα απρόσμενο τέλος.»



3. Prompt για κρυπτόλεξο – Οι 12 Θεοί του Ολύμπου

«Φτιάξε μου ένα εκπαιδευτικό κρυπτόλεξο για παιδιά Δ' ή Ε' Δημοτικού με τις 12 λέξεις: Δίας, Ήρα, Ποσειδώνας, Άρης, Αθηνά, Απόλλωνας, Άρτεμις, Αφροδίτη, Ερμής, Ηφαίστειος, Δήμητρα, Εστία. Να είναι πίνακας 12x12 γραμμάτων με τις λέξεις τοποθετημένες κάθετα, οριζόντια και διαγώνια. Δώσε μου τη λίστα λέξεων και τη λύση του κρυπτόλεξου.»

Πηγές:

1. <https://psifida.gr/>

Σύλλογος για την Κατανόηση και την Προώθηση της Επιστήμης της Πληροφορικής και την Ψηφιακή Δημιουργικότητα

2. <https://elearningekpa.gr/categories/techniti-noimosuni-ai>

3. <https://ekek.gr/seminaria/techniti-noimosyni-stin-ekpaidefsi/>

