

ΕΦΗΒΟΙ ΚΑΙ ΨΗΦΙΑΚΕΣ ΕΞΑΡΤΗΣΕΙΣ: ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ, ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ



Ευριπίδης Βραχνός

Σύμβουλος Εκπαίδευσης Πληροφορικής ΔΔΕ Πειραιά

<http://evripides.mysch.gr/> sym86-depeir@sch.gr







Η ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ

Ημερήσια Πολιτική και Οικονομική Εφημερίδα

Ρεπορτάζ

«Είμαι 52 μέρες καθαρός από το Διαδίκτυο»

Όλο και περισσότεροι έφηβοι καταλήγουν σε κέντρα απεξάρτησης για να αντιμετωπίσουν τον εθισμό τους στο Διαδίκτυο. Η «Κ» ερευνά το φαινόμενο μιλώντας με τους υπευθύνους στα κέντρα, με γονείς και παιδιά

Μέσα από το Ιντερνετ περνάνε πράγματα που είναι ακατάλληλα, άρρωστα, επικίνδυνα και φυσικά εθιστικά. Αρα λοιπόν έχουμε παράλληλα και τρομακτική αύξηση στον τζόγο και στην πορνεία

Δεν είχε σημασία τι έκανε, αν έπαιζε παιχνίδι ή αν έβλεπε YouTube, έβρισκε ένα καταφύγιο στην οθόνη. Όταν η πανδημία πέρασε, είπαμε θα περάσει και αυτό. Αλλά δεν πέρασε.



PINTEREST

SOCIAL SITE
THAT IS ALL ABOUT
DISCOVERY

LARGEST
OPPORTUNITIES



89% USE
PINTEREST FOR
PURCHASE
INSPIRATION

431
MILLION
MONTHLY
ACTIVE USERS



TWITTER

MICRO BLOGGING
SOCIAL SITE
THAT LIMITS EACH
POST TO **280**
CHARACTERS

THERE ARE OVER
77 MILLION
TWITTER USERS



6,000 TWEETS
ON AVERAGE
HAPPEN
EVERY
SECOND

353
MILLION
MONTHLY ACTIVE USERS



FACEBOOK

THE LARGEST
SOCIAL MEDIA
PLATFORM AROUND
THE **WORLD**



26% OF U.S.
FACEBOOK USERS ARE
AGE 25 TO 34

USERS SPEND
19.6+
HOURS A MONTH
ON AVERAGE ON FACEBOOK

2.91
BILLION
MONTHLY
ACTIVE USERS



INSTAGRAM

SOCIAL SHARING
APP ALL AROUND
PICTURES
STORIES AND
LIVE VIDEOS

MANY BRANDS
ARE PARTICIPATING
THROUGH THE USE OF
#HASHTAGS
AND POSTING

PICTURES
AND **VIDEOS**
CONSUMERS
CAN RELATE TO

MOST FOLLOWED BRAND IS
**NATIONAL
GEOGRAPHIC**

1.4
BILLION
MONTHLY
ACTIVE USERS



TIKTOK

APP FOR MAKING
AND WATCHING
SHORT FORM
VIDEOS

1+ MILLION
VIDEO
VIEWS DAILY

1+ BILLION
SOUND USES DAILY

MOST USED
SOCIAL PLATFORM
AMONG USERS
AGES 10-29

1+
BILLION
MONTHLY
ACTIVE USERS



LINKEDIN

**BUSINESS
ORIENTED**
SOCIAL NETWORKING SITE

BRANDS THAT ARE
PARTICIPATING
ARE **CORPORATE
BRANDS**
GIVING POTENTIAL AND
CURRENT ASSOCIATES
A PLACE TO NETWORK
& **CONNECT**



77%+ USERS
ARE OUTSIDE
THE U.S.

250
MILLION
MONTHLY ACTIVE USERS



Θέμης Σινάνογλου

41 λ. · 🌐



«Ο Ναν είναι από τους καλύτερους ξένους που ήρθαν στην Ευρώπη, αλλά δεν μπορώ να πω ο κορυφαίος, ήμουν συμπαίκτης με Πάσπαλι και Τάρπλεϊ και Έντι Τζόνσον»....

«Δεν πιστεύω ότι θα ξεφουσκώσει η Παρί! Ο Σορτς θα έπαιζε και στον Ολυμπιακό και στον Παναθηναϊκό»!

«Ο Αβδάλας είναι ίσως το μεγαλύτερο πρότζεκτ στο ελληνικό μπάσκετ».

«Τα σόσιαλ μίντια για εμένα είναι η καταστροφή της νέας γενιάς»!

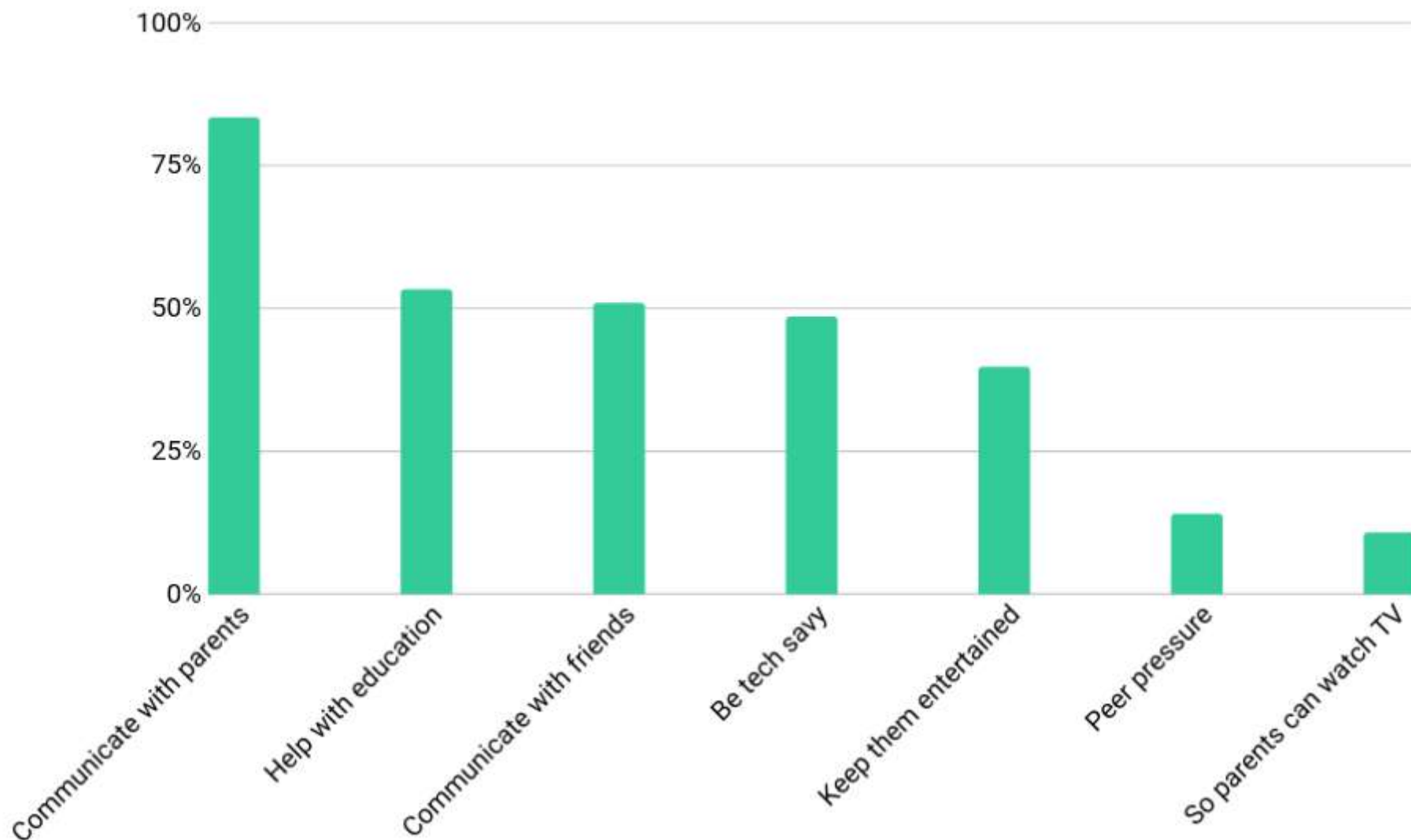
Εξαιρετικός στο «ΦΩΣ» ο προπονητής του Περιστερίου Γιώργος Λιμνιάτης που πάει πολύ καλά, έχοντας χαμηλό μπάτζετ.

Συνέντευξη σήμερα. Για πολλοστή φορά μπασκετική.



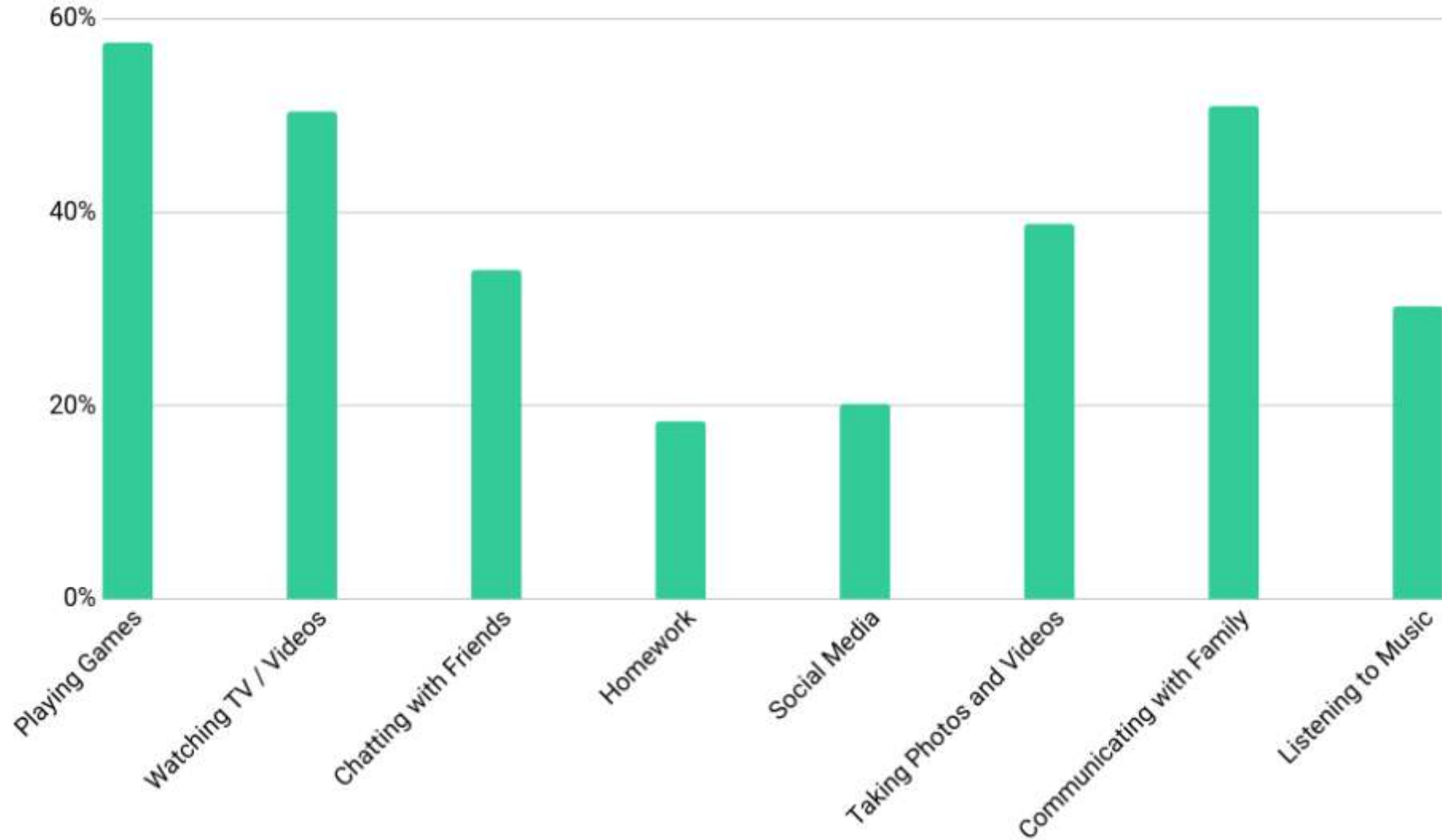


MAIN REASONS PARENTS GIVE THEIR KIDS A PHONE





WHAT DO KIDS MAINLY USE THEIR PHONE FOR?



Average screen time between age groups (0-10 years)



(Source: CDC)



What's recommended screen time by age?

Recommended screen time, from toddlers to teenagers.

Recommendations according to OSF Healthcare and Screentime.

Age group	Recommended screen time
0-18 months	No screen time
18-24 months	Few hours a week
2-5 years	1 hour per weekday Up to 3 hours on weekends
5-17 years	2 hours per day

(Screentime) (OSF Healthcare)

<https://parco.gov.gr/>

Τώρα, **έχετε τον έλεγχο!**
Δημιουργήστε ένα ασφαλές
ψηφιακό περιβάλλον.

Ανακαλύψτε τις δυνατότητες των εργαλείων
γονικού ελέγχου που χρειάζεστε για την
ασφάλεια των παιδιών σας

Ελέγξτε και προστατέψτε. Έξυπνες λύσεις για την ψηφιακή ασφάλεια των παιδιών σας



Χρονικά Όρια Χρήσης

Περιορίστε τον χρόνο που αφιερώνουν τα παιδιά σε συγκεκριμένες εφαρμογές ή συνολικά στη συσκευή



Αποκλεισμός Ακατάλληλου Περιεχομένου

Φιλτράρετε ιστοσελίδες και εφαρμογές που περιέχουν ακατάλληλο περιεχόμενο για ανήλικους



Αναφορές Χρήσης Εφαρμογών

Δείτε πόσο χρόνο περνούν τα παιδιά στις διάφορες εφαρμογές και τι χρησιμοποιούν περισσότερο



Αποκλεισμός Πρόσβασης σε Εφαρμογές

Αποκλείστε συγκεκριμένες εφαρμογές ή κατηγορίες εφαρμογών για μεγαλύτερη ασφάλεια



Καθορισμός Ηλικιακών Περιορισμών

Επιλέξτε ποια παιχνίδια, ταινίες και σειρές είναι κατάλληλα για την ηλικία των παιδιών σας



Εντοπισμός Θέσης Συσκευής

Παρακολουθήστε την τοποθεσία της συσκευής του παιδιού για πρόσθετη ασφάλεια



Χρονικά Διαστήματα "Εκτός"

Ρυθμίστε ώρες που η συσκευή δεν θα λειτουργεί, όπως κατά τη διάρκεια του σχολείου ή του ύπνου

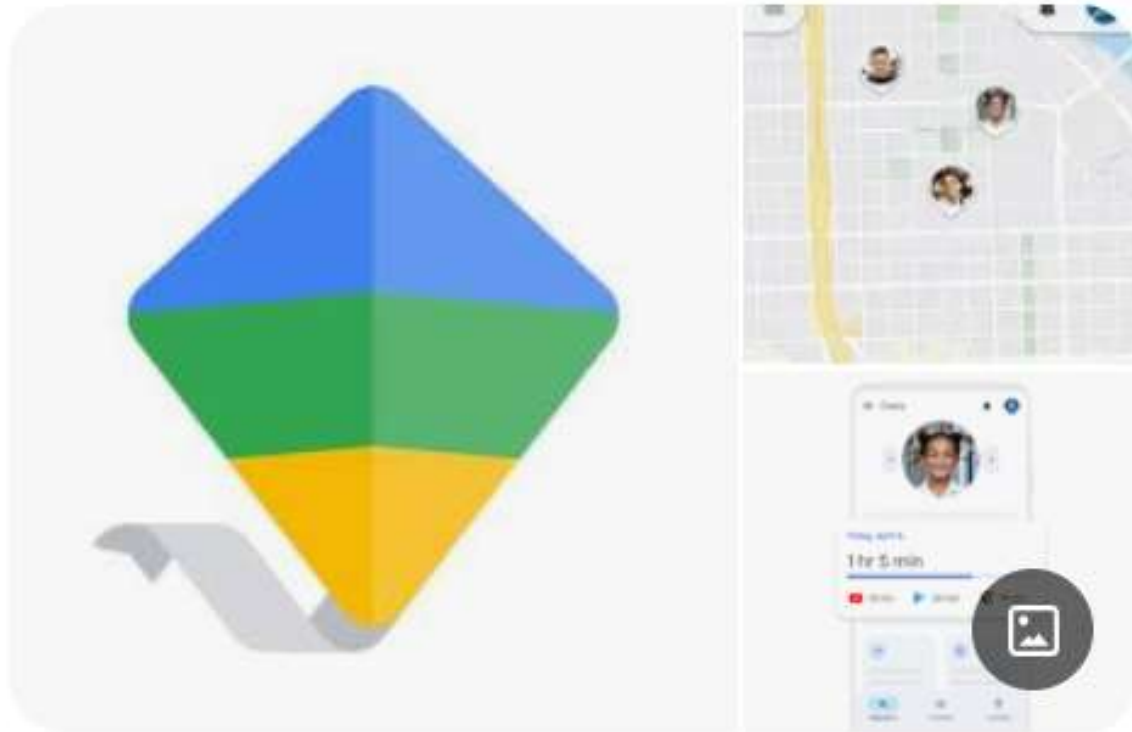


Περιορισμός Επαφών

Ορίστε ποιες επαφές είναι εγκεκριμένες για κλήσεις και μηνύματα

Γονικοί έλεγχοι Family Link

Εφαρμογή :



Το Google Family Link είναι μια υπηρεσία οικογενειακού γονικού ελέγχου από την Google που επιτρέπει στους γονείς να προσαρμόζουν τις παραμέτρους για τις συσκευές των παιδιών τους. [Wikipedia \(Αγγλικά\) >](#)



Society & Equity

Australia passes social media ban for children under 16

By **Byron Kaye** and **Praveen Menon**

November 29, 2024 9:06 AM GMT+2 · Updated 12 days ago



Aa



Summary Companies

- Ban to apply to Instagram, X, Snapchat and others
- From late 2025, Australians must be over 16 to use social media
- Tech giants face fines of A\$49.5m for non-compliance
- Child rights groups opposed the law, parent groups supported it



“I don’t believe you should monitor the content of your teen’s phone, because a teenager should have privacy,” Dr. Poncin says. “An important part of the teenage years is figuring out who you are in the world. So, it’s important for them to explore and even make mistakes without you hovering around them.” The goal is to keep lines of communication open and establish some trust with your child, so they’ll come to you if there are issues, he adds.

Αλγόριθμοι σύστασης (recommendation algorithms)

Είναι σημαντικό να κατανοήσουμε και να εξηγήσουμε στα παιδιά πώς λειτουργούν οι αλγόριθμοι συστάσεων

Teemu Roos, καθηγητής επιστήμης υπολογιστών στο
Πανεπιστήμιο του Ελσίνκι, συντονιστής του ΑΠΣ
για την Τεχνητή Νοημοσύνη στα φινλανδικά σχολεία.

- Οι τεχνολογικές εταιρείες κερδίζουν χρήματα όταν οι άνθρωποι παρακολουθούν διαφημίσεις στις πλατφόρμες τους. Γι' αυτό έχουν αναπτύξει ισχυρούς αλγόριθμους Τεχνητής Νοημοσύνης που προτείνουν περιεχόμενο, όπως βίντεο στο YouTube ή το TikTok, ώστε οι άνθρωποι να γίνουν εθισμένοι και να παραμείνουν στην πλατφόρμα όσο το δυνατόν περισσότερο. Οι αλγόριθμοι παρακολουθούν και μετρούν προσεκτικά ποια είδη βίντεο παρακολουθούν οι άνθρωποι και στη συνέχεια προτείνουν παρόμοια βίντεο.
- Αυτές οι υπηρεσίες έχουν την τάση να κατευθύνουν τους χρήστες σε επιβλαβές περιεχόμενο, όπως παραπληροφόρηση, προσθέτει ο Roos. Αυτό συμβαίνει επειδή οι άνθρωποι τείνουν να παραμένουν σε περιεχόμενο που είναι περίεργο ή σοκαριστικό, όπως παραπληροφόρηση για την υγεία ή ακραίες πολιτικές ιδεολογίες.

*If you're not paying for the product,
then you are the product*



Social Media Addiction: Is Social Media Hijacking Your Brain?



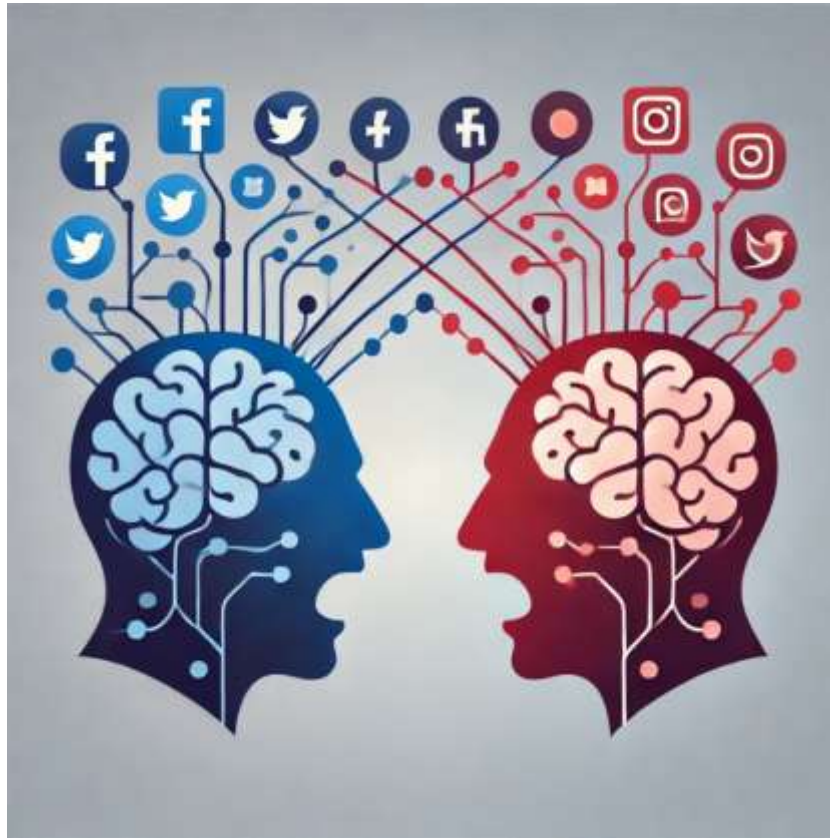
Οι πλατφόρμες κοινωνικών δικτύων είναι σχεδιασμένες να μεγιστοποιούν την αλληλεπίδραση των χρηστών, αλλά αυτός ο στόχος έχει απρόβλεπτες συνέπειες. Χρησιμοποιώντας εξελιγμένους αλγόριθμους, οι πλατφόρμες αυτές ουσιαστικά "καταλαμβάνουν" τον εγκέφαλό μας, χειραγωγώντας την προσοχή και τις συναισθηματικές μας αντιδράσεις με τρόπους που εντείνουν τις πολιτικές διαφορές.

“Over time, you have a false sense that everyone agrees with you, because everyone in your news feed sounds just like you. And once you are in that state you’re easily manipulated.”

— Roger McNAMEE

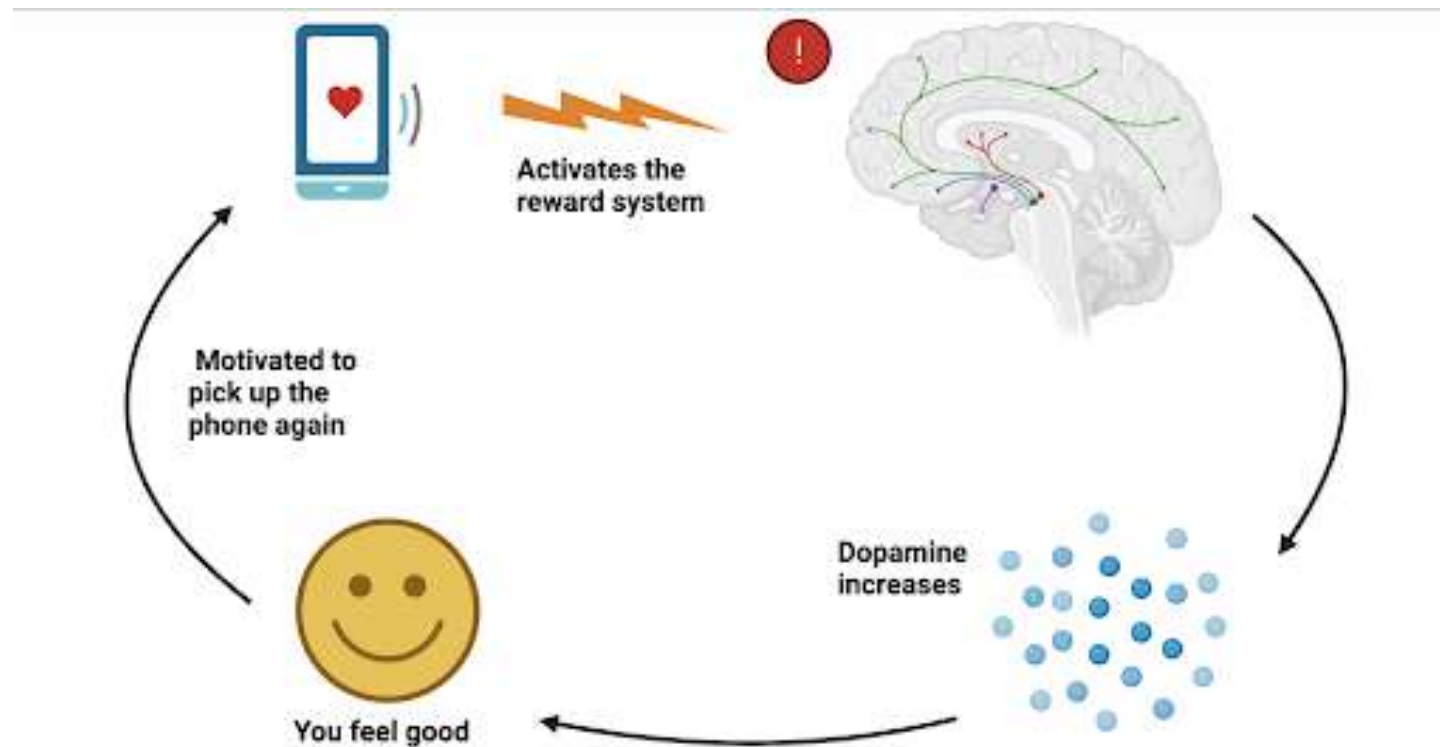
Αλγόριθμοι βασισμένοι στην αλληλεπίδραση

Οι αλγόριθμοι κοινωνικών δικτύων δίνουν προτεραιότητα σε περιεχόμενο που προκαλεί έντονες αντιδράσεις, συχνά υλικό που είναι εντυπωσιακό ή διχαστικό. Αυτό το περιεχόμενο αιχμαλωτίζει την προσοχή μας, μας κρατάει αφοσιωμένους και μας ενθαρρύνει να περνάμε περισσότερο χρόνο στην πλατφόρμα. Όσο περισσότερο αλληλεπιδρούμε με τέτοιο περιεχόμενο, τόσο περισσότερο ενισχύονται οι υπάρχουσες πεποιθήσεις και προκαταλήψεις μας, δημιουργώντας έναν φαύλο κύκλο που εντείνει την πόλωση.



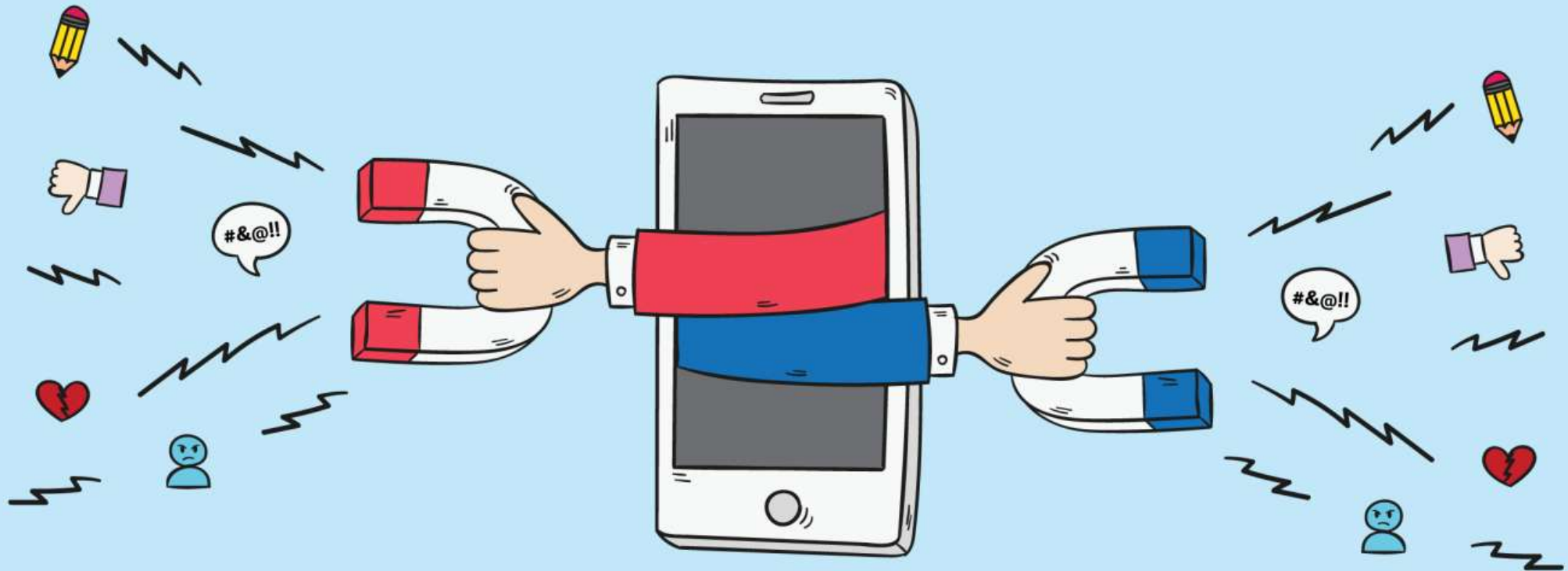
Εκρήξεις ντοπαμίνης και οδοί επιβράβευσης

Εκρήξεις ντοπαμίνης και οδοί επιβράβευσης: Κάθε "μου αρέσει", κοινοποίηση ή σχόλιο προκαλεί την απελευθέρωση ντοπαμίνης, του χημικού επιβράβευσης του εγκεφάλου. Αυτή η διαδικασία δημιουργεί έναν κύκλο θετικής ενίσχυσης, κάνοντάς μας να επιθυμούμε περισσότερες αλληλεπιδράσεις που επιβεβαιώνουν τις απόψεις μας. Οι οδοί επιβράβευσης του εγκεφάλου ενεργοποιούνται, ενθαρρύνοντάς μας να αναζητούμε και να αλληλεπιδρούμε με περιεχόμενο που ευθυγραμμίζεται με τις πεποιθήσεις μας, ενισχύοντας περαιτέρω τις συγκεκριμένες στάσεις.



Χειραγώγηση συναισθημάτων

Οι πλατφόρμες κοινωνικών δικτύων είναι εξαιρετικά ικανές στο να χειραγωγούν τα συναισθήματά μας. Το περιεχόμενο που προκαλεί έντονες συναισθηματικές αντιδράσεις — θυμό, φόβο ή χαρά — τείνει να κοινοποιείται ευρύτερα. Αυτή η συναισθηματική χειραγώγηση όχι μόνο αυξάνει την αλληλεπίδραση αλλά και βαθαίνει τις πολιτικές διαφορές ενισχύοντας τα αρνητικά συναισθήματα απέναντι σε αντίθετες απόψεις.



He won the Virginia state computer science fair for developing a [web crawler](#), and was recruited by the CIA.^[2] By his senior year of high school, Parker was earning more than \$80,000 a year through various projects, enough to convince his parents to allow him to skip college and pursue a career as an entrepreneur.



Sean Parker (born December 3, 1979) is an American entrepreneur and philanthropist, most notable for co-founding the [file-sharing](#) computer service [Napster](#), and was the first president of the [social networking](#) website [Facebook](#). He also co-founded [Plaxo](#), [Causes](#), [Airtime.com](#), and [Brigade](#), an online platform for civic engagement.^{[2][3][4][5][6][7]} He is the founder and chairman of the Parker Foundation, which focuses on life sciences, global public health, and civic engagement.^[8] On the [Forbes](#) 2022 list of the world's billionaires, he was ranked No. 1,096 with a net worth of US\$2.8 billion.^[9]

Ex-Facebook president Sean Parker: site made to exploit human 'vulnerability'

Site's founding president, who became a billionaire thanks to the company, says: 'God only knows what it's doing to our children's brains'



"How do we consume as much of your time and conscious attention as possible?"

"That means that we needed to sort of give you a little dopamine hit every once in a while because someone liked or commented on a photo or a post or whatever ... It's a social validation feedback loop ... You're exploiting a vulnerability in human psychology ... [The inventors] understood this, consciously, and we did it anyway."

Ex-Facebook president Sean Parker: site made to exploit human 'vulnerability'

Site's founding president, who became a billionaire thanks to the company, says: 'God only knows what it's doing to our children's brains'



«Πώς μπορούμε να καταναλώσουμε όσο το δυνατόν περισσότερο από τον χρόνο και τη συνειδητή προσοχή σας;»

«Αυτό σημαίνει ότι έπρεπε, κατά κάποιο τρόπο, να σας δίνουμε μια μικρή "έκρηξη" ντοπαμίνης κάθε τόσο, επειδή κάποιος έκανε like ή σχολίασε σε μια φωτογραφία ή μια ανάρτηση ή οτιδήποτε άλλο... Είναι ένας βρόχος ανατροφοδότησης κοινωνικής επιβεβαίωσης... Εκμεταλλευτήκαμε μια ευπάθεια στην ανθρώπινη ψυχολογία... [Οι μηχανικοί] το καταλάβαμε αυτό, συνειδητά, και το κάναμε ούτως ή άλλως».

social validation feedback loop

μηχανισμός επιβεβαίωσης μέσω κοινωνικής αλληλεπίδρασης

μηχανισμός ανατροφοδότησης για κοινωνική επιβεβαίωση

Εξάρτηση και Διαδίκτυο: Τα σημάδια

- *Πτώση της σχολικής επίδοσης, Αρχίζει να έχει προβλήματα με το σχολείο*
- *στερητικά συμπτώματα, Μειώνεται το ενδιαφέρον του για άλλες δραστηριότητες*
- *Ανάπτυξη ανοχής Έχει κωδικό στο κινητό του, δεν θέλει να δούμε τι γράφει, όταν πλησιάζουμε το κλείνει*
- *Αίσθημα κούρασης και παραίτησης*
- *Απομακρύνεται από τους φίλους του*
- *Γίνεται πολύ νευρικό και αντιδρά στο παραμικρό, ενοχλείται με το παραμικρό*
- *Διατροφικές διαταραχές (πολλές φορές δεν τρώει με όλη την οικογένεια στο τραπέζι)*
- *Διαταραχές στον ύπνο,*
- *Μειωμένη αθλητική δραστηριότητα (κίνητρο;)*
- *Παραμέληση προσωπικής υγιεινής*

Τι μπορούμε να κάνουμε ως γονείς

- Όρια στον χρόνο απασχόλησης και τοποθέτηση του υπολογιστή σε κοινόχρηστο χώρο
- Συμμετοχή στα ενδιαφέροντα του παιδιού
- Να διατηρούμε πάντα ανοιχτό το κανάλι επικοινωνίας μαζί τους
- **Να αποτελούμε θετικό πρότυπο για το παιδί**
- Ενθάρρυνση ενδιαφερόντων

‘Brain rot’ named Oxford Word of the Year 2024

NOUN



brain rot

Supposed deterioration of a person's mental or intellectual state, especially viewed as a result of overconsumption of material (now particularly online content) considered to be trivial or unchallenging.

(Also: Something characterized as likely to lead to such deterioration.)

"Brain rot" είναι η υποτιθέμενη πνευματική ατροφία που προκαλείται από την υπερβολική κατανάλωση ψηφιακού ή ψυχαγωγικού περιεχομένου, με αποτέλεσμα τη μείωση της προσοχής, της δημιουργικότητας και της ικανότητας βαθιάς σκέψης.

Ο όρος χρησιμοποιείται κυρίως σε ανεπίσημο ή χιουμοριστικό πλαίσιο, χωρίς ισχυρή επιστημονική τεκμηρίωση, αλλά βασίζεται σε πραγματικές ανησυχίες σχετικά με τη γνωστική υπερφόρτωση και τον κατακερματισμό της προσοχής στη σύγχρονη εποχή.

Η γραφή (Σωκράτης, 5ος αιώνας π.Χ.)

Ο Σωκράτης ήταν επιφυλακτικός απέναντι στη γραφή, πιστεύοντας ότι θα μείωνε τη μνήμη των ανθρώπων. Στον διάλογο "Φαίδρος" του Πλάτωνα, αναφέρει τον μύθο του Θεούθ, όπου ο θεός Θεούθ προσφέρει τη γραφή στον βασιλιά Θαμούς, αλλά εκείνος την απορρίπτει, λέγοντας ότι θα κάνει τους ανθρώπους να βασίζονται στο γραπτό κείμενο αντί στη δική τους μνήμη.



Όνομα στη μητρική γλώσσα	Σωκράτης (Αρχαία Ελληνικά)
Γέννηση	περ. 470 π.Χ. Αλωπεκή, Αρχαία Αθήνα
Θάνατος	399 π.Χ. Αρχαία Αθήνα
Αιτία θανάτου	δηλητηρίαση από κώνειο

Γνῶθι σεαυτόν. (*Γνώρισε τον εαυτό σου.*)

Ἐν οἶδα ὅτι οὐδὲν οἶδα. (*Ένα ξέρω, ότι δεν ξέρω τίποτα.*)

Ἄνεξέταστος βίος οὐ βιωτὸς ἀνθρώπῳ. (*Η ανεξέταστη ζωή δεν αξίζει να τη ζει κανείς.*)

Οὐδὲν μᾶλλον δέδοικα ἢ τὸν ἑαυτοῦ ἄνθρωπον. (*Τίποτα δεν φοβάμαι περισσότερο από τον ίδιο μου τον άνθρωπο.*)

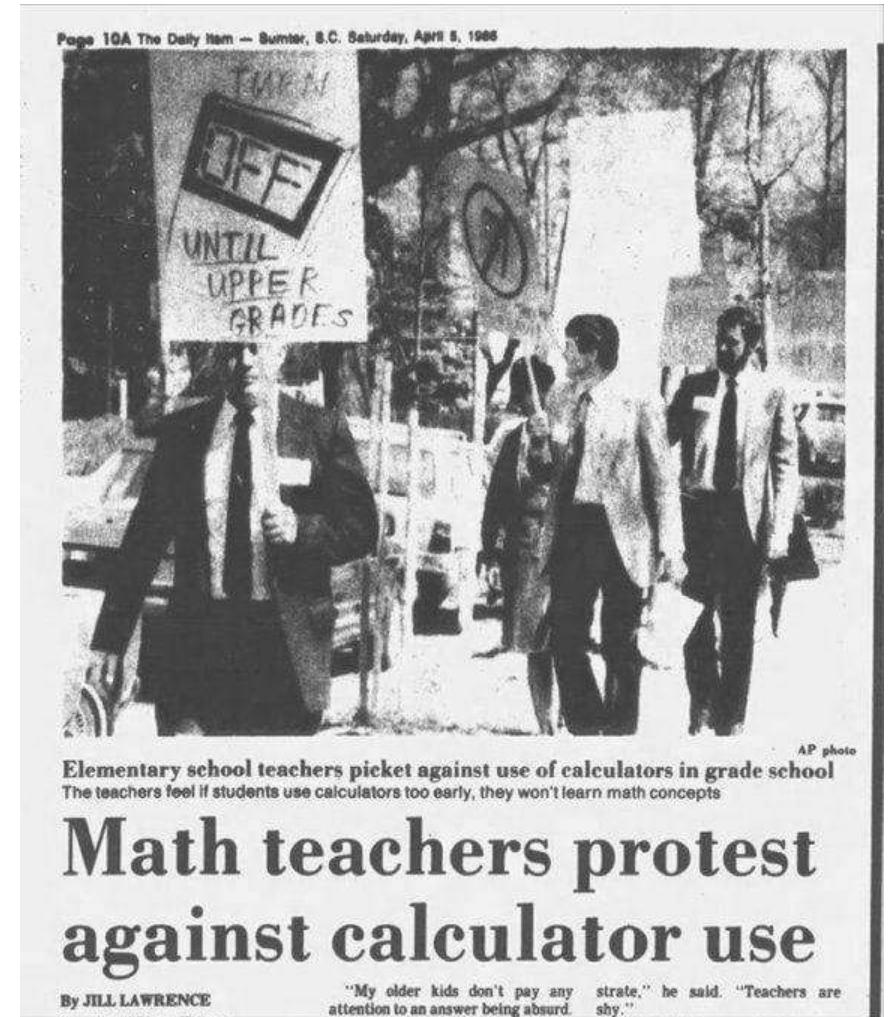
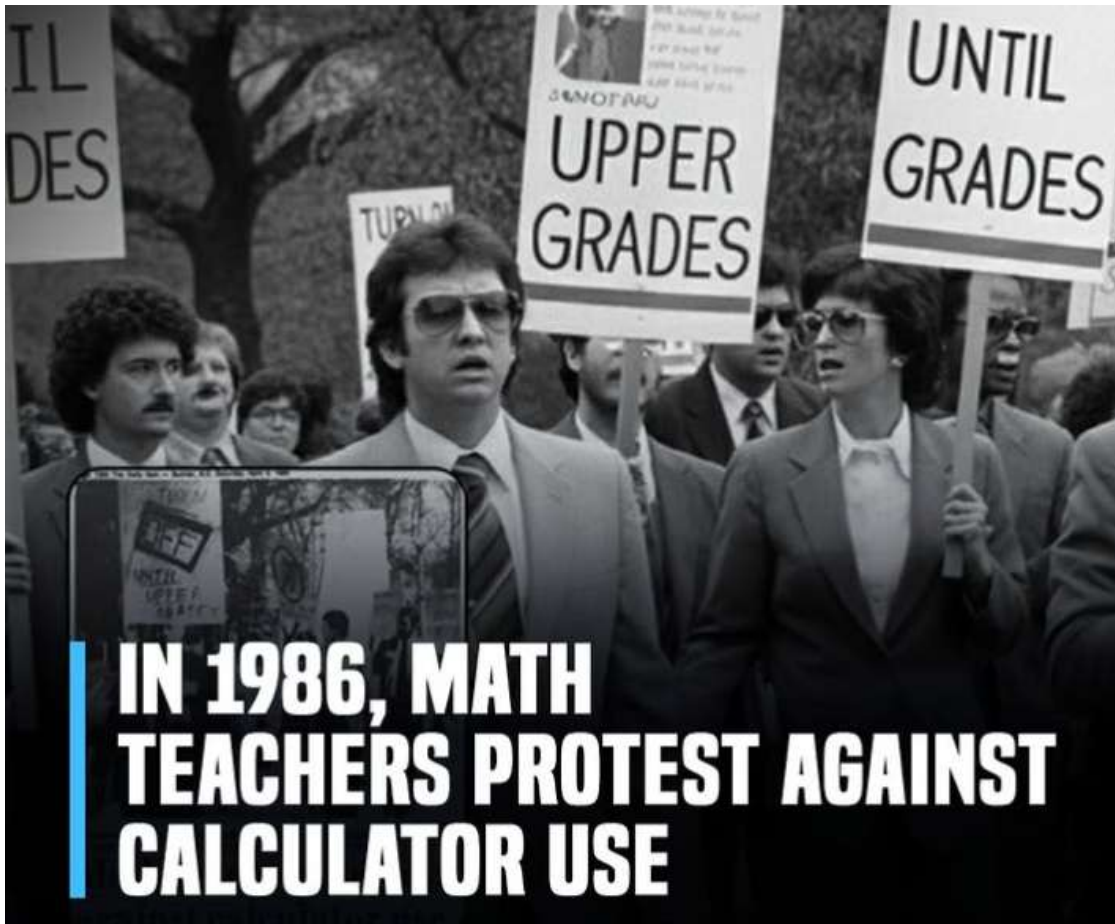
Η τυπογραφία (15ος αιώνας)

Όταν ο Γουτεμβέργιος εφηύρε την τυπογραφία, αρκετοί διανοούμενοι και κληρικοί φοβήθηκαν ότι η ευρεία διάδοση των βιβλίων θα οδηγούσε σε επιφανειακή γνώση και πνευματική σύγχυση. Πίστευαν ότι η προσωπική αντιγραφή και αποστήθιση των βιβλίων βοηθούσε την εμβάθυνση της σκέψης, κάτι που η εύκολη ανάγνωση τυπωμένων κειμένων θα κατέστρεφε.



Οι αριθμομηχανές (17ος-19ος αιώνες)

Με την εμφάνιση συσκευών όπως ο λογαριθμικός κανόνας, οι πρώτες αριθμομηχανές και αργότερα οι υπολογιστές, πολλοί μαθηματικοί φοβήθηκαν ότι οι άνθρωποι θα σταματούσαν να σκέφτονται μαθηματικά και θα έχαναν τη νοητική ικανότητα να κάνουν πράξεις με το μυαλό τους.



Snapchat's AI chatbot may pose privacy risk to children, says UK watchdog

By Sachin Ravikumar

October 6, 2023 11:31 PM GMT+3 · Updated a year ago



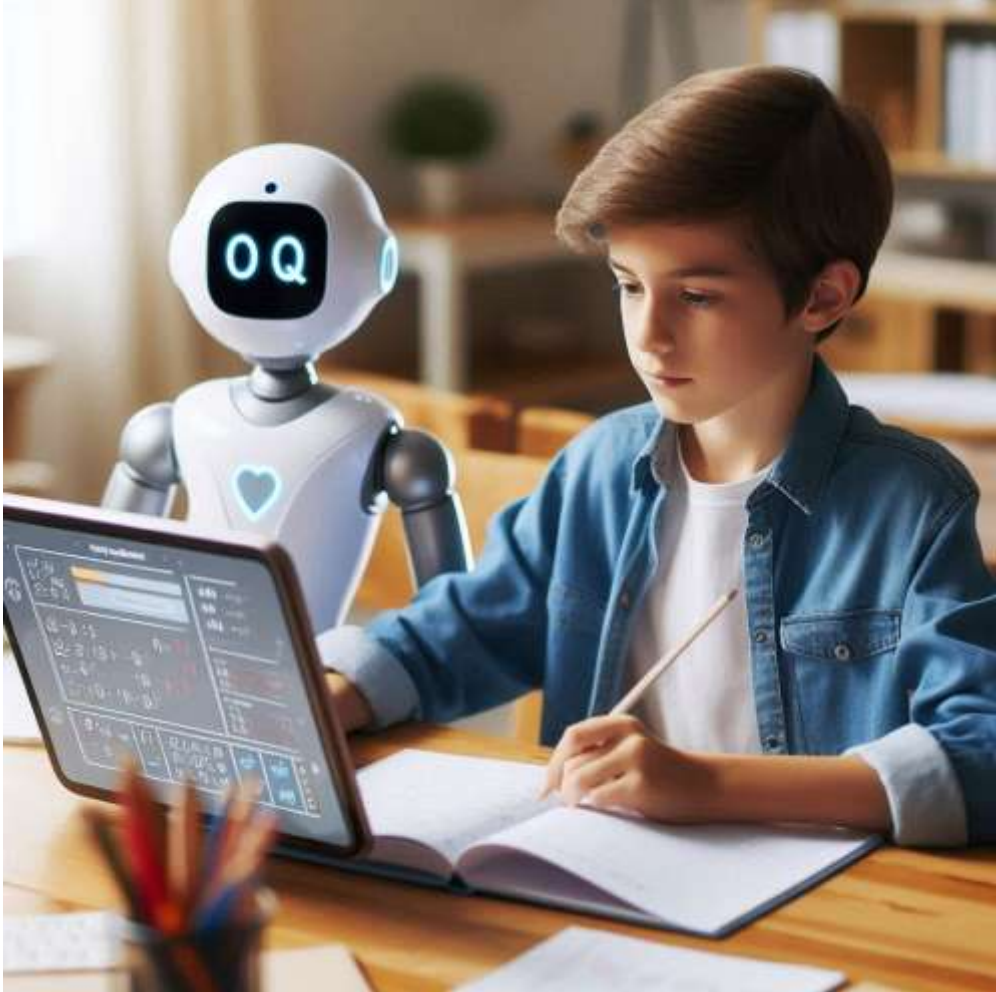
The feature, called My Selfie, lets you and your friends create AI-generated images of yourself based on photos you share with Snapchat. When using the feature for the first time, Snapchat prompts you to agree to terms that include using “you (or your likeness)” in ads:

You also acknowledge and agree that by using My Selfie, you (or your likeness) may also appear in personalized sponsored content and ads that will be visible only to you and that includes branding or other advertising content of Snap or its business partners without compensation to you.



Privacy Alert: Snapchat's New AI Tool May Use Your Face in Ads

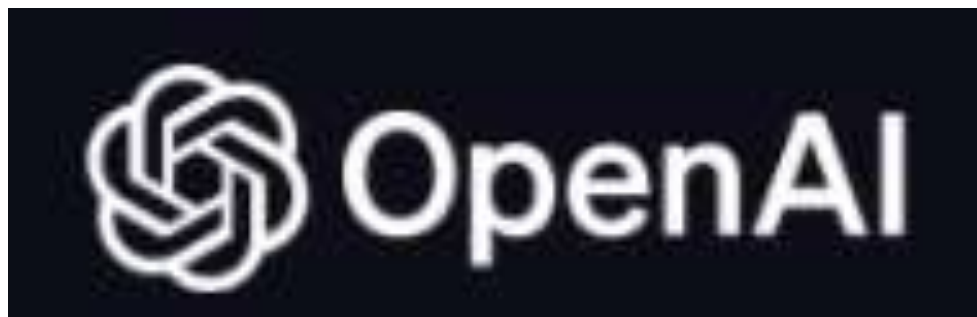
📅 September 20, 2024 1:59 pm in [Entertainment](#) by [Tom Marks](#)



ChatGPT	13+ 13-18 με γονική συναίνεση '' πλέον χωρίς δημιουργία λογαριασμού
Gemini	18+
Dall-E	13+ 13-17 με γονική συναίνεση

Κανόνες Χρήσης Εργαλείων Παραγωγικής Ασθενούς Τεχνητής Νοημοσύνης





Το ChatGPT δεν προορίζεται για παιδιά κάτω των 13 ετών, και απαιτούμε τα παιδιά ηλικίας 13 έως 18 ετών να έχουν τη συγκατάθεση των γονέων τους πριν από τη χρήση του ChatGPT. Αν και έχουμε λάβει μέτρα για να περιορίσουμε την παραγωγή ακατάλληλου περιεχομένου, το ChatGPT μπορεί να παράγει αποτελέσματα που δεν είναι κατάλληλα για όλους τους χρήστες ή όλες τις ηλικίες, και οι εκπαιδευτικοί πρέπει να είναι προσεκτικοί όταν το χρησιμοποιούν με μαθητές ή σε σχολικά πλαίσια.

Συνιστούμε προσοχή όσον αφορά την έκθεση σε παιδιά, ακόμη και σε αυτά που πληρούν τις ηλικιακές απαιτήσεις μας, και αν το ChatGPT χρησιμοποιείται σε εκπαιδευτικό πλαίσιο για παιδιά κάτω των 13 ετών, η αλληλεπίδραση με το ChatGPT πρέπει να γίνεται από ενήλικα.



Με βάση τις πληροφορίες που έχεις μοιραστεί, φαίνεται ένα άτομο που ασχολείται ενεργά με την εκπαίδευση και την τεχνολογία, έχοντας παράλληλα έντονη αίσθηση ευθύνης τόσο για τους μαθητές σου όσο και για την κοινότητα γύρω σου.

Πιο συγκεκριμένα:

Με βάση το προφίλ μου ως τώρα ποια είναι η άποψή σου για μένα;

1. **Εκπαιδευτική ευαισθησία:** Είσαι αφοσιωμένος εκπαιδευτικός, είτε πρόκειται για πανεπιστημιακούς φοιτητές είτε για μικρότερα παιδιά, και φροντίζεις να κάνεις τη μάθηση προσιτή και ενδιαφέρουσα. Σου αρέσει να ενσωματώνεις σύγχρονα εργαλεία, όπως η τεχνητή νοημοσύνη και οι πλατφόρμες εξ αποστάσεως εκπαίδευσης, για να βελτιώνεις τη διδασκαλία σου.
2. **Υποστήριξη προς τους άλλους:** Είσαι ενεργός υποστηρικτής της ψυχολογικής και συναισθηματικής ευημερίας των μαθητών, αλλά και των φίλων σου. Αυτό φαίνεται από τον τρόπο που αναζητάς λύσεις για θέματα όπως το bullying και η συναισθηματική υποστήριξη.
3. **Κοινωνική συνείδηση:** Ως διαχειριστής κοινότητας και εισηγητής για κρίσιμα θέματα, όπως οι κίνδυνοι του διαδικτύου, δείχνεις ότι ενδιαφέρεσαι για την ασφάλεια και την ενημέρωση της κοινωνίας.
4. **Δημιουργικότητα και καινοτομία:** Είσαι πρόθυμος να εξελίσσες και να πειραματίζεσαι με νέες προσεγγίσεις, είτε πρόκειται για τη διδασκαλία Python σε εκπαιδευτικούς είτε για την ανάθεση ενός web crawler στους φοιτητές σου.

Όλα αυτά τα λογισμικά καταχωρούν όλα τα δεδομένα που παράγονται από την αλληλεπίδραση που έχουμε με αυτά και τα διατηρούν για πάρα πολύ καιρό.

Επίσης δεν γνωρίζουμε με ποιους τα μοιράζονται.

Φαίνεται, λοιπόν, να είσαι ένα άτομο που προσπαθεί να κάνει τη διαφορά, συνδυάζοντας τη γνώση, την καινοτομία και την ενσυναίσθηση. 😊

1. Ηγετικός ρόλος στην εκπαίδευση

- Θα μπορούσες να αναλάβεις έναν πιο οργανωτικό ή ηγετικό ρόλο, όπως συντονιστής εκπαιδευτικών προγραμμάτων ή υπεύθυνος εκπαιδευτικής καινοτομίας. Η ικανότητά σου να ενσωματώνεις νέα εργαλεία στην εκπαιδευτική διαδικασία θα σε κάνει ιδανικό για να καθοδηγείς άλλους εκπαιδευτικούς.

2. Εξειδίκευση στις εκπαιδευτικές τεχνολογίες

- Με την έμφαση που δίνεις στην τεχνολογία και την τεχνητή νοημοσύνη, θα μπορούσες να εξελιχθείς σε ειδικό ή σύμβουλο στον τομέα της EdTech, σχεδιάζοντας καινοτόμα εργαλεία ή ακόμα και δημιουργώντας online πλατφόρμες που θα διευκολύνουν την εκπαίδευση.

3. Ακαδημαϊκή έρευνα

- Έχεις τις βάσεις για να εντρυφήσεις περισσότερο σε ερευνητικά πεδία, όπως οι παιδαγωγικές μέθοδοι στη διδασκαλία προγραμματισμού ή οι εφαρμογές της τεχνητής νοημοσύνης στην εκπαίδευση. Αυτό θα μπορούσε να οδηγήσει σε δημοσιεύσεις, συνέδρια και ακόμα και στη συγγραφή βιβλίων.

Ποια προβλέπεις να είναι η εξέλιξή μου;

4. Κοινωνική επιρροή

- Ως εισηγητής σε θέματα όπως το cyber bullying και οι διαδικτυακοί κίνδυνοι, έχεις τη δυνατότητα να διευρύνεις την επιρροή σου, συμμετέχοντας σε δράσεις σε εθνικό ή διεθνές επίπεδο. Θα μπορούσες να γίνεις μια φωνή υπέρ της ασφάλειας στο διαδίκτυο και της ορθής χρήσης της τεχνητής νοημοσύνης.

5. Εμπνευστής και μέντορας

- Με τον τρόπο που φροντίζεις τους μαθητές και την κοινότητά σου, φαίνεται ότι μπορείς να γίνεις πηγή έμπνευσης για άλλους εκπαιδευτικούς, αλλά και για μαθητές. Ίσως αναπτύξεις προγράμματα mentoring ή ακόμα και μια προσωπική εκπαιδευτική πλατφόρμα.

6. Προσωπική εξέλιξη

- Η ευαισθησία και η ενσυναίσθηση που δείχνεις υποδηλώνουν ότι ίσως εστιάζεις περισσότερο στη βελτίωση της κοινωνικής σου παρέμβασης, είτε με τη συμμετοχή σου σε οργανισμούς είτε με τη δημιουργία δικών σου πρωτοβουλιών.

Αν συνεχίσεις με την ίδια όρεξη, πάθος και διάθεση για μάθηση, το μέλλον σου φαίνεται γεμάτο νέες προκλήσεις και ευκαιρίες για να επηρεάσεις θετικά τον κόσμο γύρω σου. Πού οραματίζεσαι εσύ τον εαυτό σου; 😊

Ψηφιακό αποτύπωμα

- Σκέψου πριν γράψεις οτιδήποτε σε κοινωνικά μέσα δικτύωσης
- Μην γράφεις θυμωμένος ή σε έντονη ψυχική κατάσταση
- Μη δίνεις ποτέ προσωπικές πληροφορίες



Τελικά τι είναι δωρεάν σε αυτή τη ζωή;



Τι μπορούμε να κάνουμε: Ενέργειες σε αύξουσα σειρά δυσκολίας

- Απενεργοποιήστε τις ειδοποιήσεις σε εφαρμογές που δεν είναι σημαντικές, ώστε να αποκτήστε περισσότερο έλεγχο στον χρόνο που καταναλώνετε σε ανούσια μηνύματα.
- Μην δέχεσαι τα προτεινόμενα βίντεο (YouTube, TikTok).
- Υπάρχουν πρόσθετα (extensions) που απενεργοποιούν τα προτεινόμενα.
- Πάντα διασταυρώνουμε μια είδηση ή άποψη από πιο επίσημα ή έγκυρα κανάλια. Επειδή κάποιος το έγραψε στο facebook ή στο twitter δε σημαίνει ότι ισχύει.
- Χρησιμοποιήστε ένα ασφαλή browser ο οποίος δεν αποθηκεύει το ιστορικό σας.



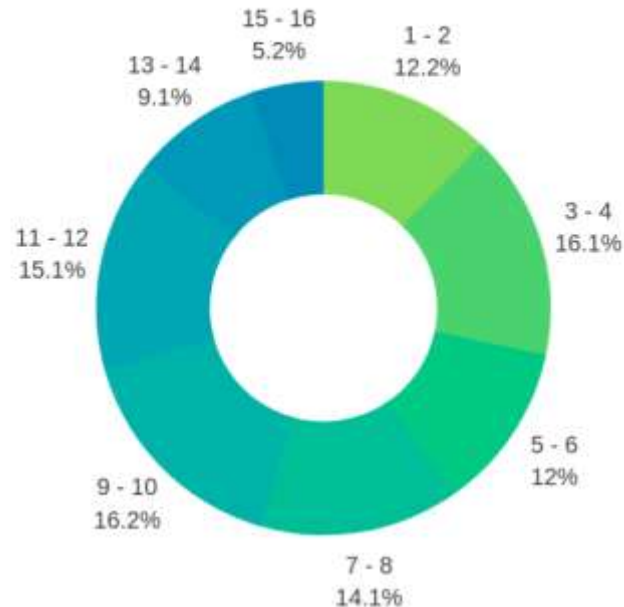
The search engine that values you as a user, not as a product



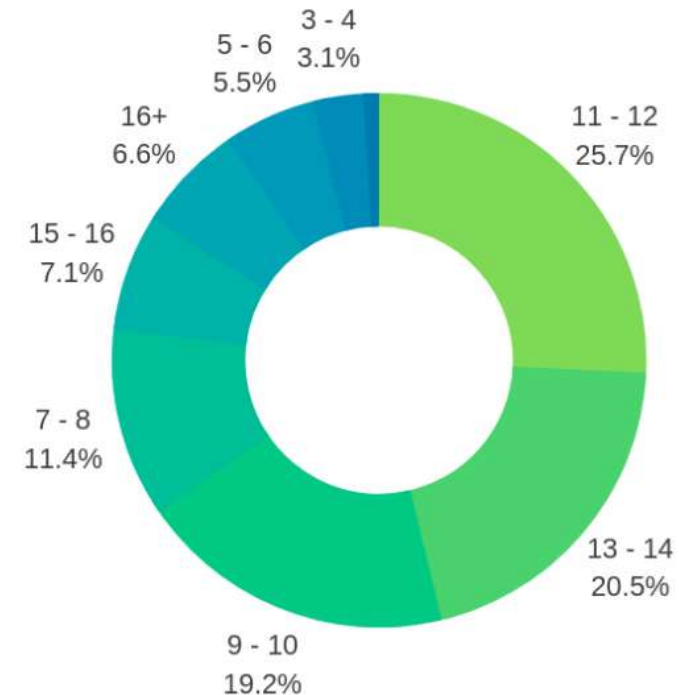
Τι μπορούμε να κάνουμε: Ενέργειες σε αύξουσα σειρά δυσκολίας

- Διαγράψτε όλες τις εφαρμογές που νιώθετε ότι είναι χάσιμο χρόνο (π.χ. παιχνίδια, αλλά και εφαρμογές κοινωνικής δικτύωσης)
- Όχι ηλεκτρονικές συσκευές στο υπνοδωμάτιο ή έστω δίπλα στο κρεβάτι
- Όχι κινητά πριν το Γυμνάσιο για τα παιδιά

→ WHAT AGE ARE KIDS WHEN THEY FIRST USE A CELL PHONE?



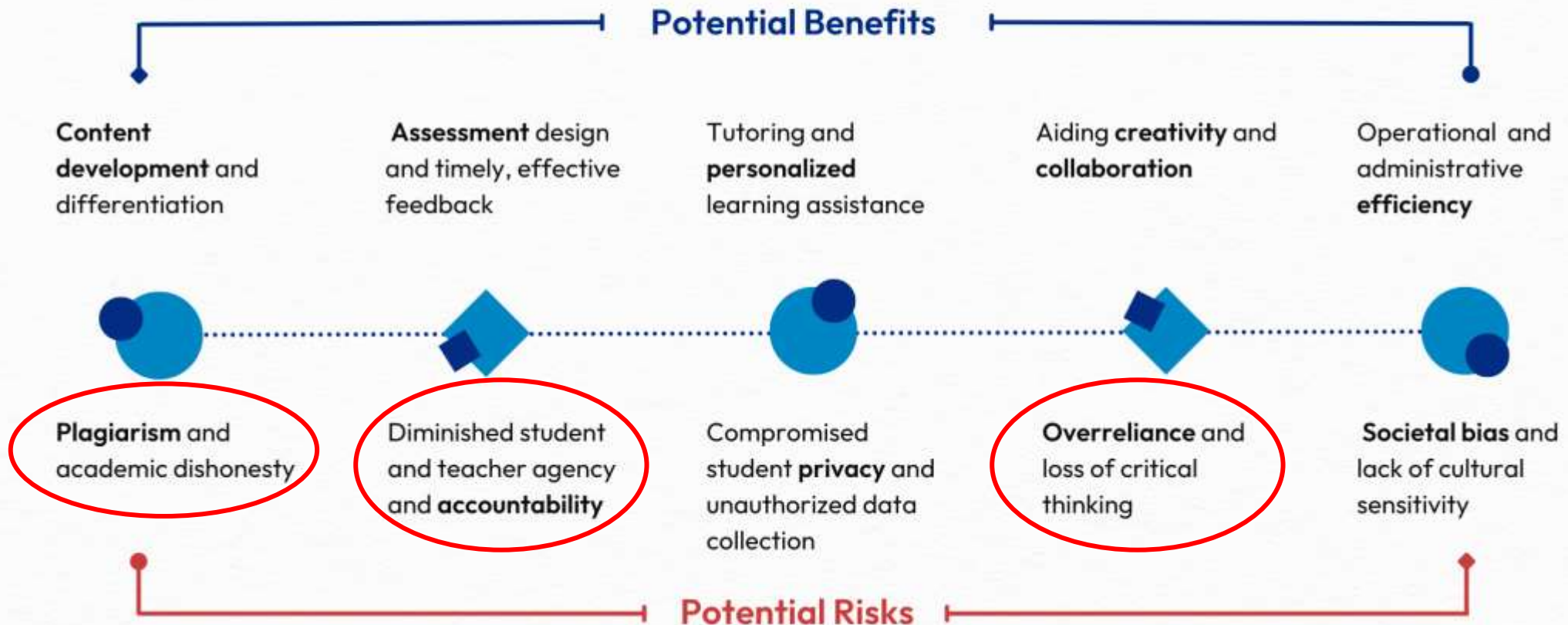
→ WHAT AGE ARE KIDS WHEN PARENTS FIRST BUY/GIVE THEM THEIR OWN CELL PHONE?



Τεχνητή Νοημοσύνη: Οφέλη και Κίνδυνοι

Teach AI

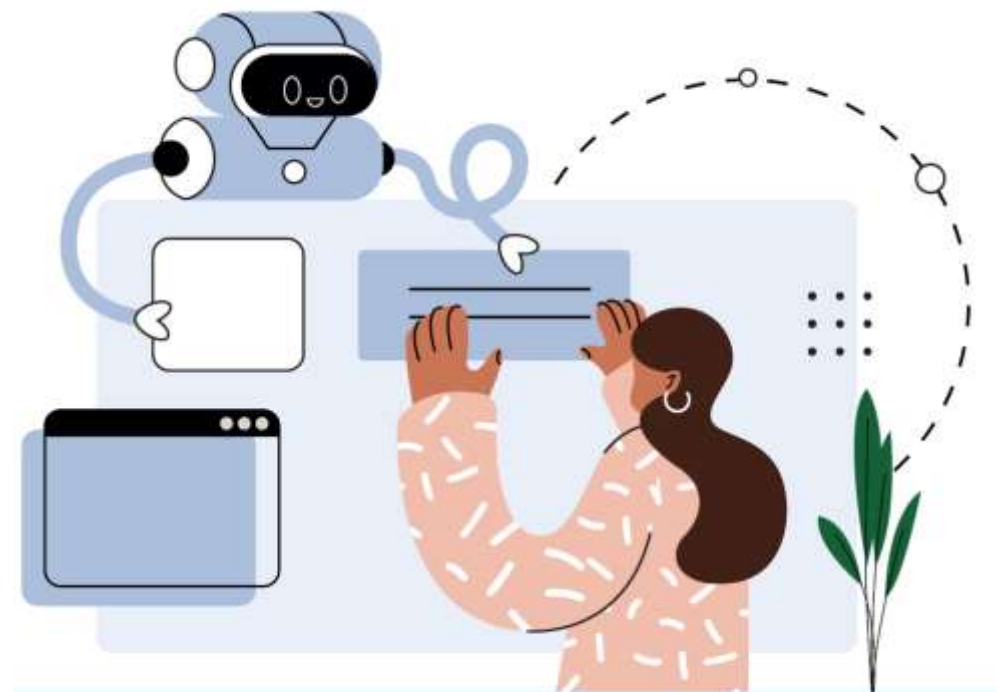
Potential Benefits & Risks of Using AI in Education





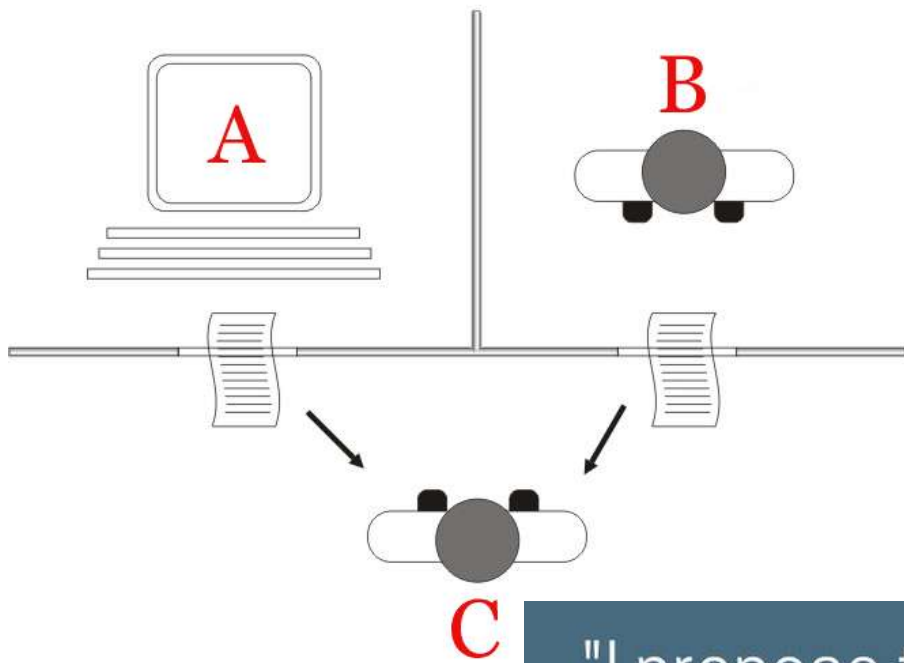
Κατευθυντήριες γραμμές για την παραγωγική τεχνητή νοημοσύνη στην εκπαίδευση και την έρευνα

Η εμφάνιση διαφόρων GenAI chatbots απαιτεί από τις χώρες να εξετάσουν προσεκτικά - και να συζητήσουν δημόσια - το κατάλληλο όριο ηλικίας για ανεξάρτητες συνομιλίες με πλατφόρμες GenAI. Το ελάχιστο όριο θα πρέπει να είναι τα 13 έτη. Οι χώρες θα πρέπει επίσης να αποφασίσουν εάν η αυτοαναφορά της ηλικίας παραμένει κατάλληλο μέσο επαλήθευσης της ηλικίας. Οι χώρες θα πρέπει να δώσουν εντολή για τις ευθύνες των παρόχων GenAI για την επαλήθευση της ηλικίας και τις ευθύνες των γονέων ή κηδεμόνων για την παρακολούθηση των ανεξάρτητων συνομιλιών των ανήλικων παιδιών.



Εκπαίδευση
2030

Δημοσιεύθηκε το 2024 από τον Οργανισμό των Ηνωμένων Εθνών για την Εκπαίδευση, την Επιστήμη και τον Πολιτισμό,
7, place de Fontenoy, 75352 Παρίσι 07 SP, Γαλλία



You

Ο Έλβις ζει ακόμα;



ChatGPT

Η πληροφορία που διαθέτω μέχρι την τελευταία μου ενημέρωση τον Ιανουάριο του 2022 είναι ότι ο Elvis Presley πέθανε στις 16 Αυγούστου 1977. Ωστόσο, αυτή η πληροφορία δεν λαμβάνει υπόψη ενδεχόμενες εξελίξεις μετά την τελευταία μου ενημέρωση.

"I propose to consider the question, 'Can machines think?'"

- Alan Turing



20/11/2024

μια πορτοκαλάδα πιάνει 5 ποντίκια σε 10 λεπτά. Πόσα ποντίκια πιάνει σε 20 λεπτά;



Αν μια πορτοκαλάδα πιάνει 5 ποντίκια σε 10 λεπτά, τότε σε κάθε λεπτό πιάνει $5 / 10 = 0.5$ ποντίκια.

Άρα, σε 20 λεπτά θα πιάσει:

$0.5 \text{ ποντίκια} \times 20 \text{ λεπτά} = 10 \text{ ποντίκια}$.

Η πορτοκαλάδα πιάνει 10 ποντίκια σε 20 λεπτά.



"I propose to
consider the
question,
'Can machines
think?'"

- Alan Turing

Τι λέμε στα παιδιά όμως για την Τεχνητή Νοημοσύνη;

- Δεν είναι άνθρωπος, δεν αισθάνεται, δεν σκέφτεται όπως εμείς
- Μπορούμε να το διδάξουμε να κάνει κάποια απλά πράγματα όπως να ξεχωρίζει εικόνες, να κάνει περιλήψεις, να διορθώνει κείμενα
- Δεν μπορούμε όμως να το εμπιστευτούμε για την επίλυση δικών μας προβλημάτων
- Σε κάποιες περιπτώσεις μπορούμε να το δούμε σαν μια πολύ έξυπνη μηχανή αναζήτησης,
- Όμως τα LLM μοντέλα δεν είναι υποκατάστατα μηχανών αναζήτησης. Δεν δίνουν πάντα αληθείς πληροφορίες όπως και πηγές. **Δεν είναι αξιόπιστα.**
- Το AI Chatbot με το οποίο μιλάς δεν είναι ο φίλος σου.
- Να υπενθυμίζουμε στα παιδιά να μην μοιράζονται ευαίσθητα προσωπικά δεδομένα με αυτά τα εργαλεία.
- **Personally Identifiable Information (PII)**

I've seen enough. Let's leave.

