

## Teoreticko-odborné podklady

Najčastejšie pozorované problémy u detí pri nadväzovaní vzťahov s umelou inteligenciou (AI)

### 1. Zmätok medzi skutočným a umelým vzťahom

- Deti môžu mať problém pochopiť, že AI nie je človek, ale program.
- Najmä mladšie deti môžu mať pocit, že AI im rozumie alebo sa o ne stará, čo nie je pravda.
- Hrozí vytváranie nezdravých náhrad reálnych vzťahov.

### 2. Znížený tréning sociálnych zručností

Keď AI vždy reaguje trpezlivo, priateľsky a bez konfliktov, deti sa učia:

- zjednodušenému modelu komunikácie,
- menšej tolerancii ku konfliktom v reálnych vzťahoch.

Môže to oslabovať schopnosť zvládať skutočné emócie (nesúhlas, trpezlivosť, empatia, kompromis...).

### 3. Únik od reality a osamelosti

- Deti, ktoré majú menej kamarátov alebo sa cítia osamelo, môžu používať AI ako „bezpečný prístav“.
- Krátkodobo to pomáha, ale dlhodobo môže zvyšovať izoláciu a znižovať motiváciu nadväzovať reálne kontakty.

### 4. Prehnaná dôvera v AI

- Deti môžu veriť, že AI „vie všetko“, a prestávajú si informácie overovať.
- Psychológovia upozorňujú, že to oslabuje kritické myslenie a môže podporovať nadužívanie technológie.

### 5. Emočná závislosť

U niektorých detí sa objavujú znaky:

- potreba „rozprávať sa“ s AI denne,
- smútok, keď AI neodpovedá,
- pocit, že AI ich chápe lepšie než rodina / spolužiaci.

Ide o formu digitálnej emočnej závislosti.

### 6. Skreslený obraz o komunikácii

Deti môžu začať očakávať, že aj ľudia budú reagovať:

- okamžite,
- bez chýb,
- vždy milo,
- podľa ich predstáv.

Potom sú frustrované pri bežných nedorozumeniach.

### 7. Narušené hranice súkromia

- Deti môžu AI prezrádzať osobné, intímne alebo rodinné informácie, pretože majú pocit, že „AI je kamarát“.
- Psychológovia upozorňujú, že deti neodhadujú riziká spojené so zdieľaním súkromných údajov.

## 8. Nerealistické predstavy o vzťahoch

- AI je často „dokonalý partner na rozhovor“, čo môže vytvárať nereálne očakávania, že priateľstvo je ľahké, bez konfliktov a vždy príjemné.
- Deti sa potom môžu vyhýbať ťažším konverzáciám s rovesníkmi.

## Vzdelávacie ciele

- Deti pochopia, že umelá inteligencia (AI, chatboty, herné postavy, virtuálni priatelia) nie sú skutoční ľudia.
- Naučia sa rozpoznať rozdiel medzi pomocou technológie a emocionálnou závislosťou od nej.
- Pochopia, prečo je dôležité mať reálne vzťahy a offline zážitky.
- Naučia sa základy digitálnej rovnováhy – kedy a ako používať AI zodpovedne.

## Pomôcky a materiály

- Písacie potreby
- Kartičky s výroky
- Komiks

## Práca so žiakmi

### 1. Úvod (5–7 min.)

Otázky na začiatok diskusie:

- Kto z vás sa už rozprával s robotom alebo hral hru, kde sa postava s vami rozpráva?
- Myslíte si, že robot vie mať city ako človek?
- Pomáha ti, keď sa rozprávaš s AI alebo s kamarátom?

Krátke vysvetlenie pojmu:

- AI (umelá inteligencia) dokáže písať, hovoriť, kresliť alebo poradiť. Ale nie je to človek – len sa tak správa.
- Ak s AI trávime priveľa času, môžeme sa cítiť osamelo alebo zabudnúť, že najlepšie rozhovory sú s ľuďmi.

Ukážka (komiks):

Čítanie komiksového príbehu.

### 2. Hlavná časť (15 min.)

Mini výklad – ako AI funguje

- AI nepremýšľa ako človek, len odpovedá podľa naučených vzorov.
- AI nemá pocity, rodinu ani priateľov, iba napodobňuje správanie.
- Môže byť užitočná (pomoc s úlohami, hrami, učením), ale ak ju používame príliš veľa, môže nás odlúčiť od reálnych ľudí.

Príklad pre deti:

„AI je ako zrkadlo – odpovedá ti, ale v skutočnosti s tebou nežije.“

#### Aktivita „Skutočný kamarát alebo robot?“

Učiteľ rozdelí deti do dvojíc/skupín a rozdá kartičky s výrokom, napr.:

- Napísal mi: Dobrú noc, kamarát, mám ťa rád.
- Pomohol mi s úlohou, ale nepýta sa, ako sa mám.
- Povedal, že nikdy nezabudne, ale nepozná moje meno.
- Zavolať ma von a doniesol loptu.
- Napísal mi v hre, že ak neodpíšem, nie som kamarát.

## Úloha:

Deti majú určiť, či ide o správanie človeka (skutočný kamarát) alebo AI/postavy z internetu. Potom spolu s učiteľom diskutujú, prečo si to myslia.

## Diskusné otázky:

- Ako sa cítiš, keď ti AI povie niečo pekné?
- Myslíš, že AI ti rozumie naozaj?
- Čo by si robil, keby si cítil smútok – komu by si napísal/la?

### 3. Aktivita „Môj offline deň“ (10 min.)

Deti nakreslia alebo napíšu:

„Ako by vyzeral môj ideálny deň bez telefónu alebo internetu.“

Po kreslení môžu niektorí (dobrovoľne) svoje práce predstaviť.

Cieľ: uvedomenie si, že radosť, kamarátstva a zážitky vznikajú mimo obrazovky.

### 4. Záver (5–8 min.)

Spoločne zhrnúť a napísať na tabuľu 5 pravidiel digitálnej rovnováhy:

1. AI je nástroj, nie kamarát.
2. O priateľstve sa rozprávame s ľuďmi.
3. Každý deň si dopraj offline čas.
4. Ak sa cítiš smutne, napíš človeku, nie robotovi.
5. Rozhovory s AI môžu byť zábavné, ale nahrádzajú len pomoc, nie priateľstvo.

### Doplňkové aktivity / domáca úloha

- Denník rovnováhy: počas týždňa si deti zapisujú, koľko času trávia online vs. vonku alebo s kamarátmi.
- Skupinová diskusia: čo by sa stalo, keby všetci v triede mali AI-kamarátov namiesto seba?
- Tvorivá úloha: napíš krátky príbeh „AI, ktorá sa chcela stať človekom“ – a prečo to nešlo.

## Odporúčania pre učiteľa

- Ak niektoré deti hovoria, že sa cítia lepšie s AI než s kamarátmi, nezosmiešňujte ich – ide o prirodzený emocionálny mechanizmus.
- Citlivo nasmerujte rozhovor k tomu, prečo ľudské vzťahy prinášajú viac tepla, humoru, chápania.
- Zdôraznite, že AI nie je zlá, len musí mať hranice – ako sladkosti.
- Povzbudte rodičov, aby si s deťmi spolu vyskúšali rozhovor s AI a potom sa o tom otvorene porozprávali.