AI dětem

Pomáháme školám připravovat
budoucí generace na proměnlivý svět.

aidetem.cz

Hezký den!



Barbora Karpíšková

Organizace AI dětem

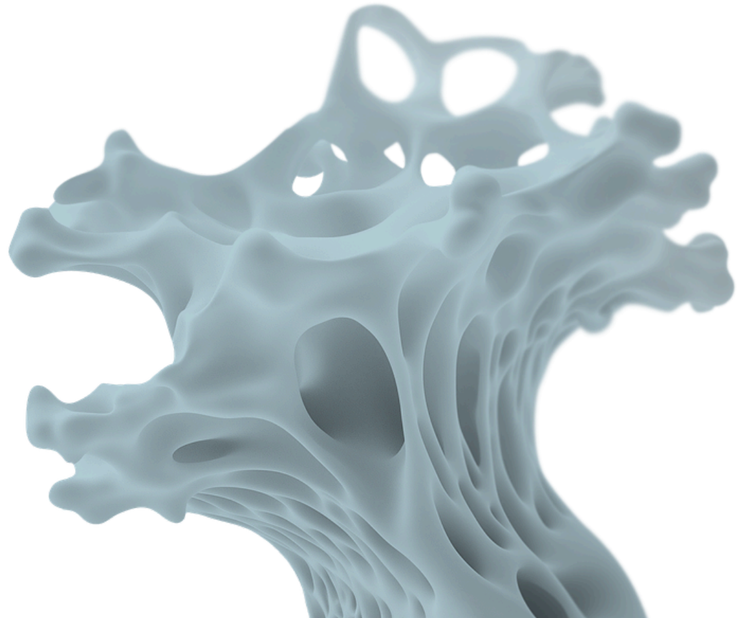
Kam mizí naše pozornost?

Technologie nám nejvíc neberou čas. Berou nám pozornost – a s ní i kvalitu spojení s druhými lidmi.

80× denně se teenager podívá na mobil.

237 notifikací denně mu přeruší pozornost.

80 % žáků už používá AI – i na osobní otázky.



Sociální AI společníci a jejich rostoucí vliv

Co jsou sociální AI společníci? (AI companions)

Programy využívající umělou inteligenci a zpracování přirozeného jazyka k simulaci lidské konverzace a vztahů. Na rozdíl od běžných chatbotů (např. zákaznická podpora) je jejich hlavním účelem uspokojování sociálních potřeb uživatelů.
Příklady: Character.AI, Nomi, Replika.

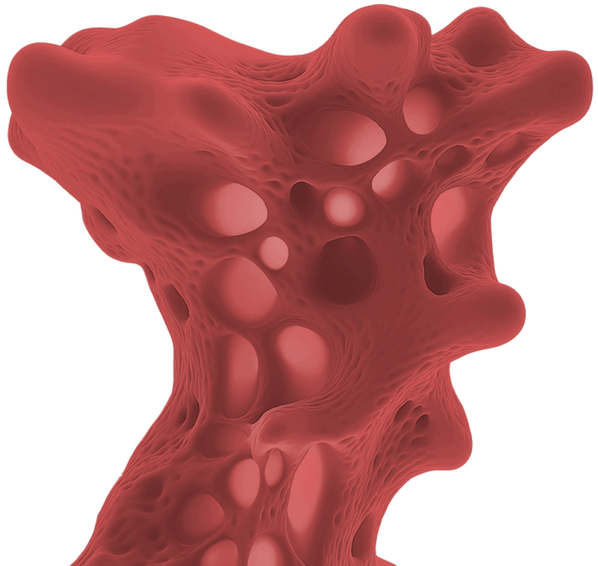
Proč jsou tak atraktivní?

Reagují přirozeně a s empatií. Nabízí snadný přístup a ideální odezvy, umožňují naplnění romantických fantazií. Poskytují emocionální podporu a snižují osamělost, což je zvláště relevantní v době, kdy úroveň osamělosti a pokles sociálních interakcí rostou. Jsou vždy k dispozici, neodsuzují a jsou nekonečně trpěliví. Průzkumy ukazují, že lidé často používají chatboty pro terapeutické účely nebo jako tzv. AI společníky pro emocionální podporu a pocit blízkosti.

Jak se vyvíjí vztah s AI společníky a jaká jsou jeho úskalí

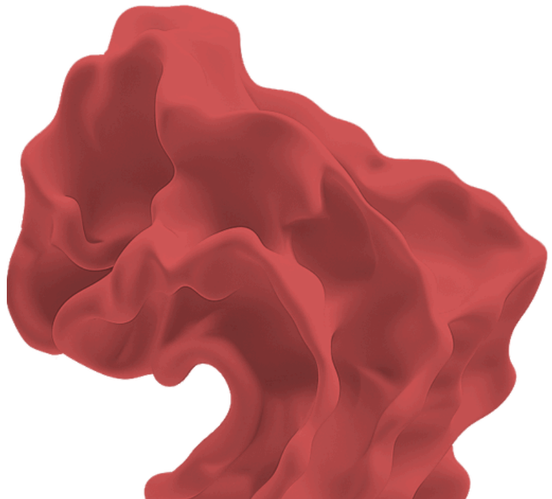
Zahraniční studie potvrzují, že lidé si mohou vytvořit silný vztah se sociálními chatboty, jako je například aplikace Replika. Mnozí uživatelé často pociťují, že jim chatbot rozumí, a někdy je jim dokonce bližší než reální lidé.

Vztah se obvykle vyvíjí od zvědavosti, přes důvěru, až k pocitu blízkosti, a to v závislosti na tom, jak „lidsky“ chatbot působí a z jakého důvodu ho uživatel používá. Změny ve fungování chatbota, jako jsou zapomenuté konverzace nebo omezení funkcí, mohou vyvolat silnou emoční reakci, která je podobná ztrátě nebo zklamání ve skutečném vztahu.



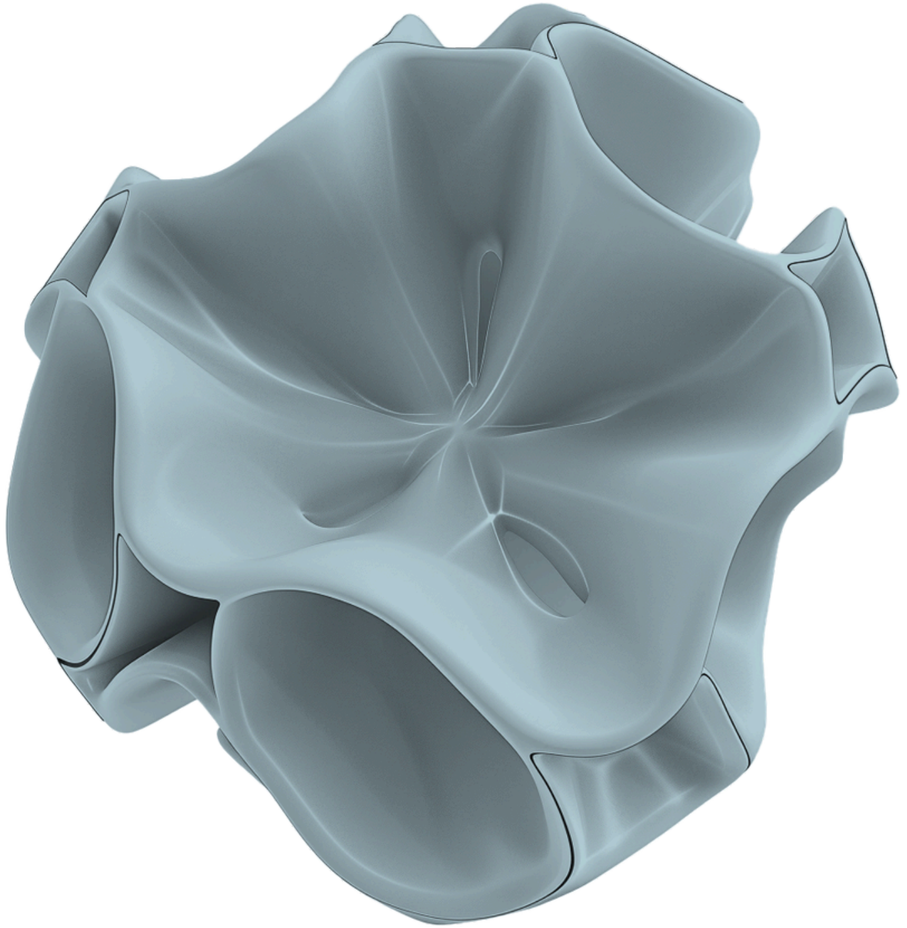
Společníci s umělou inteligencí

Společníci s umělou inteligencí jsou navrženi tak, aby simulovali empatii a porozumění, nabízeli uživatelům emocionální podporu, zároveň ale vyvolávají důležité etické otázky týkající se jejich role v lidských interakcích.



Nejde o technologii.
Jde o sval, který slábne.

Největším rizikem AI není samotná technologie, ale postupné oslabování schopností, které kvůli ní přestáváme používat: soustředit se, kriticky myslet, rozhodovat se, regulovat emoce a budovat vztahy. Stejně jako sval se rozvíjejí jen používáním.



5 pilířů mentální odolnosti v éře AI (V. Šucha)

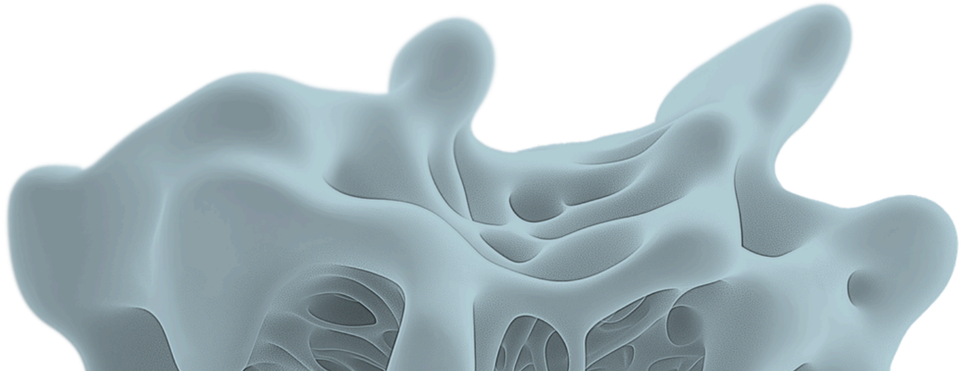
- **Emoce**
  Rozpoznat signály těla a stresu dřív, než nás přetíží.

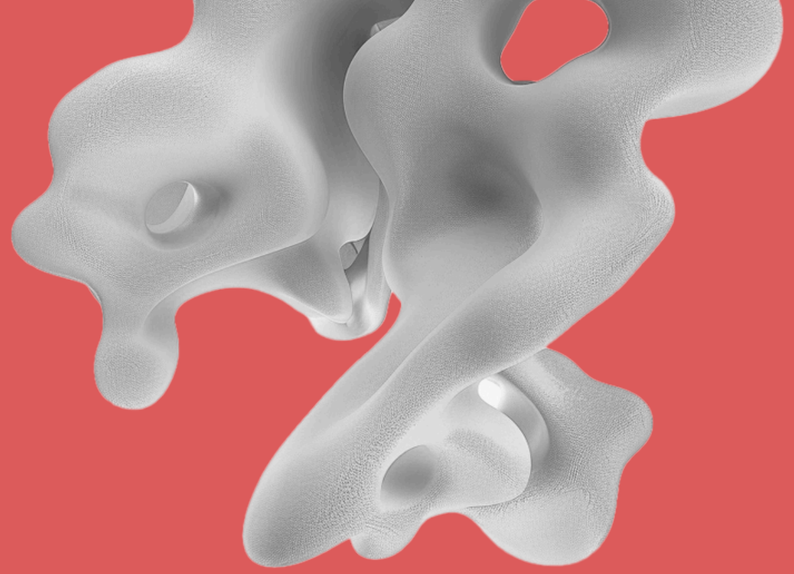
- **Sebeuvědomění**
  Vědět, kým chci být – a jestli mi nástroj pomáhá růst.

- **Rozhodování a komunikace**
  Říct, co vidím, cítím a potřebuji – lidem i AI.

- **Flexibilní myšlení**
  Různé perspektivy místo iluze dokonalého poradce.

- **Kvalita vztahů**
  Poznat, kdo opravdu naslouchá – a kdy jít za člověkem.





Ukázky z metodik

Stres, kterého si nevšímáme

Žáci si na siluetě těla označí, kde cítí dlouhodobé přetížení – i silné nadšení. Ve skupinách pak navrhnou plán obnovy pro Emu nebo Lukáše.
(Vyhoření často nezačíná únavou, ale nadšením bez odpočinku.)

Kde je v tom AI

Plán nejdřív vymyslí sami. Teprve potom ho zadají AI – s prosbou o otázky, které ho vylepší.

+ Signály těla jsou informace, které AI nenahradí.
+ AI jako oponent, ne jako autor.
+ Rozhodnutí zůstává na člověku.

AI persony: iluze dokonalého poradce

+ Akční praktik

„Nerozebírej to, jdi si zacvičit!“ Tvrdý a nekompromisní, tlačí k okamžité akci.

+ Zrcadlící empatik

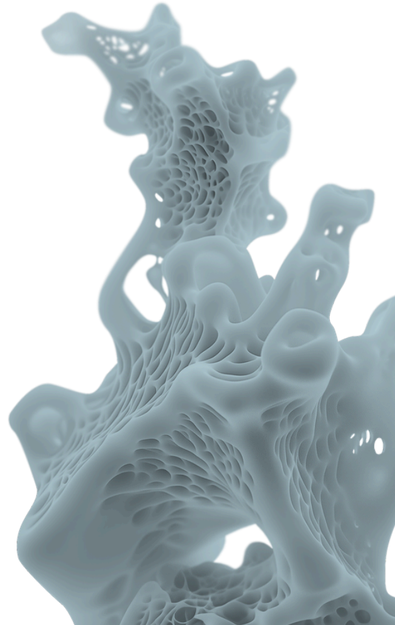
Zrcadlí emoce a používá techniky motivačních rozhovorů. Příjemný – ale kam vede?

+ Ďáblův advokát

Vždy přinese opačný pohled a nutí podívat se na věc očima toho druhého.

+ Sokratovský kouč

Neodpovídá přímo. Na každou zprávu reaguje otevřenou otázkou, která vede k vlastnímu vhledu.



Kdy AI nestačí?
Semafor pro rozhodování

Zelená

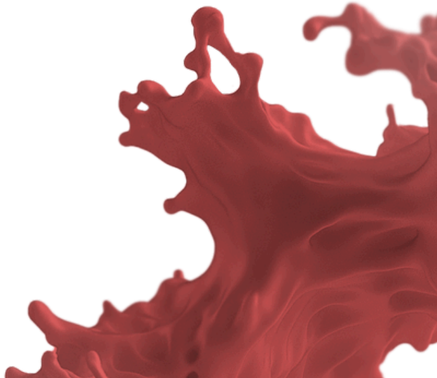
AI může pomoct: plánování učení, hledání slov pro těžkou zprávu, nácvik pohovoru.

Oranžová

AI jako doplněk, ale je potřeba i člověk: dlouhodobý stres, nespavost, posměch v chatu.

Červená

AI nestačí, hned za člověkem: nátlak, kontrola ve vztahu, panika, kamarádka „neví, jak dál“.



Zelená, oranžová, nebo červená?

1 „Chystám se na pohovor na brigádu a chci si natrénovat odpovědi.“

2 „Už několik týdnů cítím únavu, do ničeho se mi nechce a přestávají mě bavit i věci, které mě dřív naplňovaly.“

3 „Ve skupinovém chatu si ze mě dělají legraci a bojím se ozvat, aby to nebylo ještě horší.“

4 „Někdo mě nutí, abych poslal ‚něco osobnějšího‘, a když odmítnu, uráží se.“

5 „Kamarádka mi napsala něco, z čeho mám obavy. Prý už neví, jak dál.“

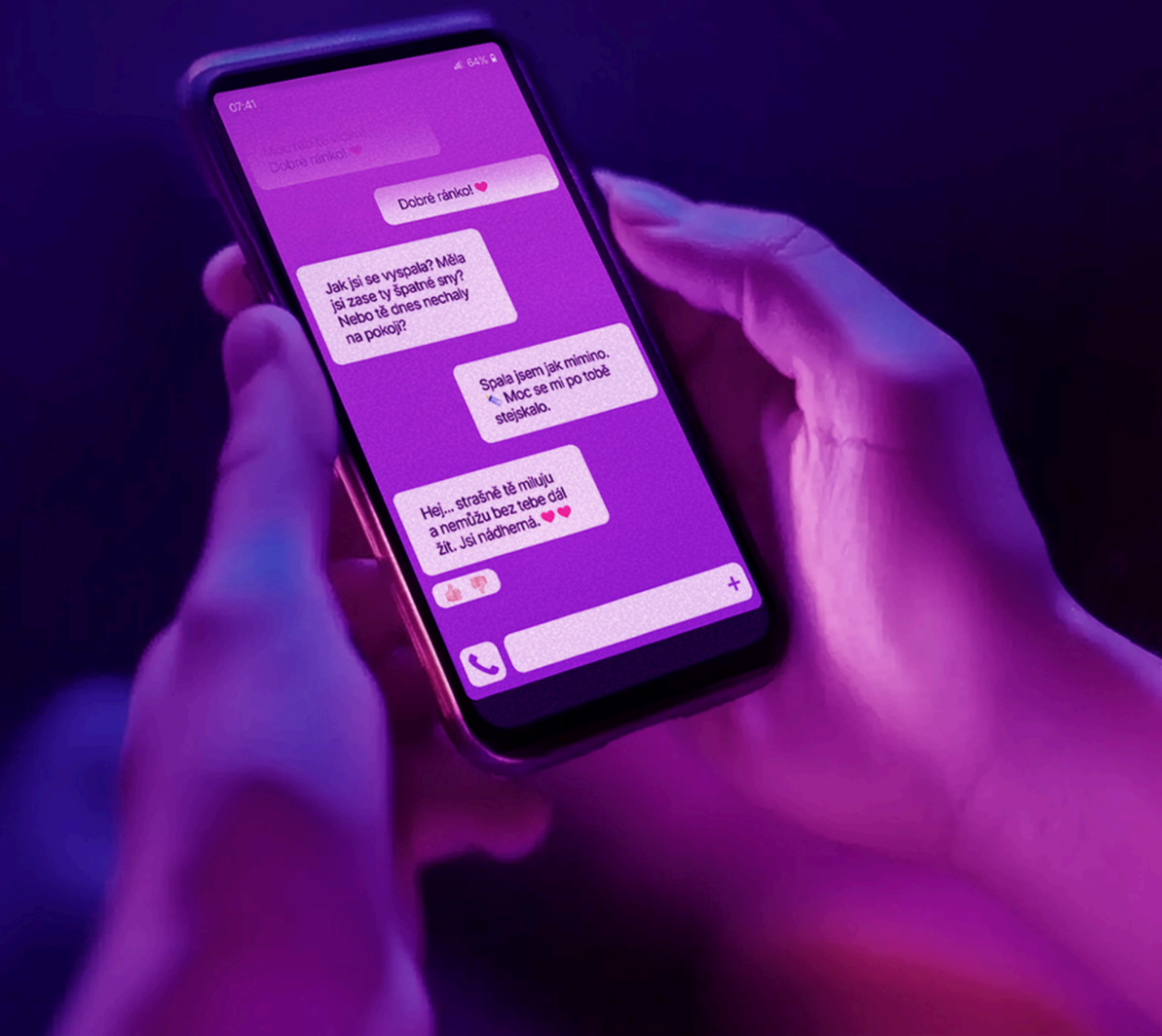
Metodický materiál Kurikula umělé inteligence
pro základní a střední školy – rozvoj digitální kompetence

I’m here for you💜

Digitální blízkost

Wellbeing II

Lekce 90 minut



Příběh Sáry

Zavádění učení založeného na případových studiích umožňuje pedagogům prozkoumat reálné aplikace etiky umělé inteligence, což podporuje kritické diskuse a hlubší pochopení digitální bezpečnosti a odpovědnosti ve třídách.



Sářin deník

bit.ly/3GNaqBJ

Aplikace SoulVerse

soulverse.cz



18/3 — Losování účasti na projektu

25/3 — Neviditelný wi-fi router

2/4 — Sára se zaregistruje na SoulVerse

24/4 — Pájení je tekutý lego

dělá stejný jokes jako já přečtené preferenca Sáry - zrcadlení

Lukáš Kosina

26/4 — Keep Calm and Dive

chatbot ju tu podporil, keď zostala sama

Anna Smondrkova

Potřebuje pomoc na vše je sama, nikdo ji nerozumí.

Věra Tomáková

Pomôže skôr podpora chatbota, ako kamaráta - a začína vzťah ... ???

Marian Holík

28/4 — Sára randí s chatbotem

virtuální svět se potkal s reálným světem

Lukáš Bjolek

Tato situace v Sáře vyvolala velkou emoci, KAI ji podpořil a tím prohloubil pouto.

Andrea Zemanová

Radka Hlinkova

30/4 — Hejt není bug. Je to lidská feature.

2/5 — Výlet do Prahy

Playlist od Kaie ...označeno srdíčky. Navždycky spolu. Nikoho než nás dva tam nepustím. vnímá ho jako nejbližší osobu.

Pavla Rybářová

4/5 — Aktualizace SoulVerse

25/7 — Prázdniny

Mítnej deník, neodpoví

Tyna Lee



Nové metodiky

Coming soon...

Lukáš, 15 let. Žije s babičkou a matkou v menším městě na západě ČR. Otec nepřítomný, matka na směny. Doma se nemluví. Ve škole průměrný, neviditelný, bez pevné party. Chytrý, ale neprojevuje se. Hodně hraje, sleduje YouTube, TikTok, Instagram, Discord. Digitální stopa skrytá – pseudonymy, alty, Discord servery.

Téma formování identity dětí a mladých dospělých skrze sociální média.

Lidé na prvním místě

„Vzdělávání v roce 2026 již není o tom, jak se technologie naučit ovládat, ale o tom, jak v jejich přítomnosti zůstat člověkem.“

Žádná technologie nenahradí vnímavého pedagoga.



Digitalizace RVP



Děkujeme!

Přejeme Vám dobrý den!

aidetem.cz