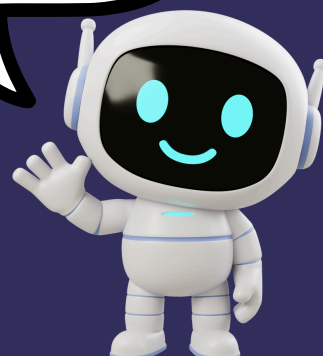


Ψηφιακός οδηγός

Εισαγωγή στα Εργαλεία Τεχνητής Νοημοσύνης

ΑΙ...
τι είναι και πώς
θα σου φανεί
χρήσιμη !



Η Ψηφιακή Επανάσταση της Τεχνητής Νοημοσύνης



Τα εργαλεία τεχνητής νοημοσύνης αποτελούν πλέον βασικό κομμάτι της καθημερινότητας, της εκπαίδευσης και της εργασίας. Η χρήση εφαρμογών που μπορούν να γράφουν κείμενα, να δημιουργούν εικόνες, να αναλύουν δεδομένα και να οργανώνουν πληροφορίες αλλάζει τον τρόπο που δουλεύουμε και μαθαίνουμε.

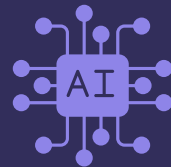
Σε ένα περιβάλλον που εξελίσσεται συνεχώς, η αξιοποίηση των λύσεων Τεχνητής Νοημοσύνης δεν είναι απλώς τεχνολογική επιλογή, αλλά αναγκαιότητα για ταχύτητα, παραγωγικότητα και δημιουργικότητα.

Ο οδηγός αυτός έχει στόχο να προσφέρει μια καθαρή και κατανοητή εισαγωγή στα εργαλεία τεχνητής νοημοσύνης: τι είναι, πώς λειτουργούν και πώς μπορούν να χρησιμοποιηθούν με ασφάλεια και αποτελεσματικότητα από πολίτες, επαγγελματίες, επιχειρήσεις και οργανισμούς.

*Η Τεχνητή Νοημοσύνη δεν αντικαθιστά τον άνθρωπο.
Αντιθέτως του ανοίγει ορίζοντες που πριν έμοιαζαν μακρινοί.*



Τι είναι η Τεχνητή Νοημοσύνη; (1/2)



Η Τεχνητή Νοημοσύνη αποτελεί τον τομέα της Πληροφορικής που επιχειρεί να δώσει στους υπολογιστές ικανότητες που παραδοσιακά αποδίδονται στην ανθρώπινη νοημοσύνη όπως:



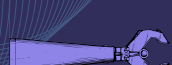
Η Τεχνητή Νοημοσύνη “χτίζεται”
πάνω σε δύο μεγάλους άξονες:



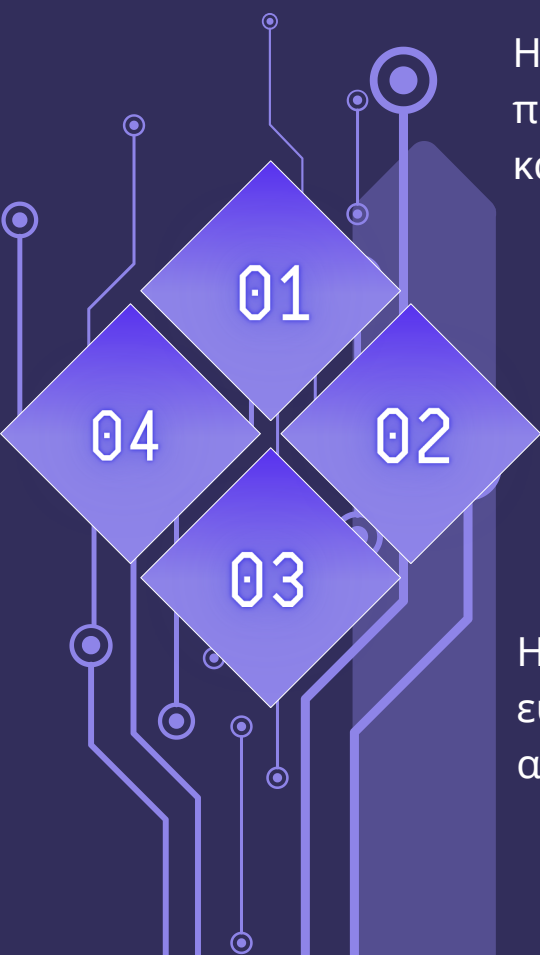
Τι είναι η Τεχνητή Νοημοσύνη; (2/2)



Η Τεχνητή Νοημοσύνη μπορεί να:

-  Κατανοεί κείμενα και ερωτήσεις.
-  Εκπαιδεύεται από παραδείγματα.
-  Προτείνει λύσεις και επόμενα βήματα.
-  Αναγνωρίζει εικόνες, ήχους και πρότυπα.
-  Προβλέπει πιθανές εξελίξεις ή αποτελέσματα.

Τι να προσέχουμε:



Η ΤΝ δεν έχει συνείδηση, συναισθήματα ή προσωπικότητα — λειτουργεί με δεδομένα και πιθανότητες.

Τα αποτελέσματα της ΤΝ μπορεί να μην είναι πάντα σωστά καθώς μπορεί να περιέχουν ανακρίβειες ή παραπλανητικές απαντήσεις.

Η ΤΝ δεν κατανοεί πλήρως το πλαίσιο και δεν κρίνει όπως ένας άνθρωπος.

Η ΤΝ δεν αντικαθιστά την ανθρώπινη ευθύνη — ο έλεγχος και η τελική απόφαση ανήκουν σε εμάς.

Ιστορική Αναδρομή στην Τεχνητή Νοημοσύνη



1955

Ο όρος «Τεχνητή Νοημοσύνη» χρησιμοποιείται για πρώτη φορά σε ερευνητική πρόταση

1958

McCarthy: δημιουργεί τη LISP και προτείνει το Advice Taker

1960s

Stanford: Shakey, ένα από τα πρώτα "έξυπνα" ρομπότ

1970s

MYCIN: έμπειρο σύστημα για ιατρική διάγνωση

1969

DENDRAL: από τα πρώτα έμπειρα συστήματα (χημεία/ μόρια)

1965

Weizenbaum: ELIZA, από τα πρώτα προγράμματα διαλόγου

1981

Ιαπωνία: Πρόγραμμα 5ης Γενιάς, ώθηση στην έρευνα για ευφυή συστήματα

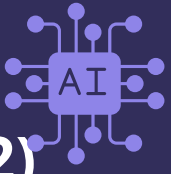
1985

Επανέρχονται τα νευρωνικά δίκτυα στο προσκήνιο με Backpropagation εκπαίδευση

2010s

Έκρηξη βαθιάς μάθησης: πρόοδος σε CNNs και Transformers

Βασικές Κατηγορίες Τεχνολογιών Τεχνητής Νοημοσύνης (1/2)



1

Μάθηση από δεδομένα & προβλέψεις

Μαθαίνει από παραδείγματα και εντοπίζει μοτίβα σε δεδομένα.



Κάνει προβλέψεις, ταξινομήσεις και συστάσεις.



Χρησιμοποιείται σε εφαρμογές όπως φίλτρα spam, προτάσεις περιεχομένου και ανάλυση τάσεων.

2

Ανάλυση κειμένου & γλώσσας

Κατανοεί και επεξεργάζεται κείμενο και φυσική γλώσσα.



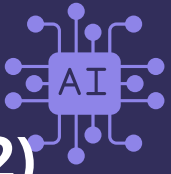
Μπορεί να γράψει, να διορθώσει, να συνοψίσει και να μεταφράσει.



Βοηθά σε αναζήτηση πληροφορίας, εξυπηρέτηση πολιτών και παραγωγή περιεχομένου.



Βασικές Κατηγορίες Τεχνολογιών Τεχνητής Νοημοσύνης (2/2)



3

Ανάλυση εικόνας & ήχου

Αναγνωρίζει αντικείμενα/πρόσωπα σε εικόνες και βίντεο.



Επεξεργάζεται φωνή (π.χ. μετατροπή ομιλίας σε κείμενο).



Χρησιμοποιείται σε υπότιτλους, ασφάλεια, ιατρική απεικόνιση και "έξυπνες" συσκευές.

4

Επίλυση προβλημάτων & σχεδιασμός ενεργειών

Προτείνει λύσεις και οργανώνει βήματα για την επίτευξη ενός στόχου.



Υποστηρίζει λήψη αποφάσεων, προγραμματισμό και βελτιστοποίηση.



Εφαρμόζεται σε logistics, χρονοπρογραμματισμό, πλοήγηση και στρατηγική.



Πού Συναντάμε την Τεχνητή Νοημοσύνη Σήμερα



- Καθημερινή ζωή: ψηφιακοί βοηθοί, προτάσεις σε Netflix/YouTube, έξυπνο σπίτι.
- Εργασία & επιχειρήσεις: ανάλυση δεδομένων, αυτοματοποίηση διαδικασιών, ρομποτική.
- Υγεία & έρευνα: ιατρικές εξετάσεις, διάγνωση, ανακάλυψη φαρμάκων.
- Μεταφορές & αυτοκίνηση: συστήματα υποβοήθησης οδηγού, αυτόνομα οχήματα.
- Παραγωγή: προβλέψεις ζήτησης, βελτιστοποίηση διαδικασιών, προληπτική συντήρηση εξοπλισμού.

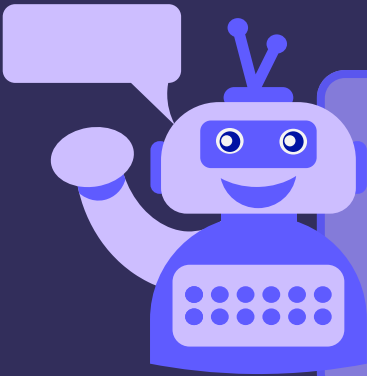


*Η ΤΝ είναι ήδη παντού — συχνά λειτουργεί
“στο παρασκήνιο”, χωρίς να το καταλαβαίνουμε.*

Εργαλεία Τεχνητής Νοημοσύνης για Όλους (1/2)



❖ Εργαλεία συνομιλίας-chatbots



Χρησιμοποιούνται για γρήγορη πρόσβαση σε πληροφορίες και βοήθεια σε καθημερινές ανάγκες.

❖ Παραγωγή εικόνας και βίντεο



Επιτρέπουν τη δημιουργία οπτικού περιεχομένου με απλές οδηγίες.

Εργαλεία Τεχνητής Νοημοσύνης για Όλους (2/2)



❖ Παραγωγή εγγράφων και παρουσιάσεων



Βοηθούν στην ταχύτερη σύνταξη και οργάνωση επαγγελματικών ή προσωπικών εγγράφων.

❖ Φωνή και ήχος



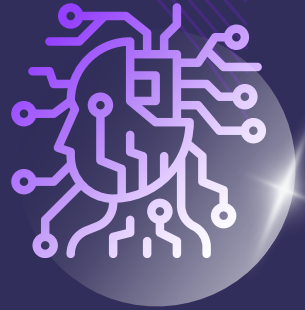
Χρησιμοποιούνται για μετατροπή και επεξεργασία ομιλίας, ενισχύοντας την προσβασιμότητα.

Παραδείγματα Εργαλείων Τεχνητής Νοημοσύνης (1/2)



ChatGPT

Εργαλείο επικοινωνίας που παρέχει άμεσες απαντήσεις, υποστήριξη στη συγγραφή κειμένων, μεταφράσεις και βοήθεια σε εκπαιδευτικά ή επαγγελματικά θέματα.



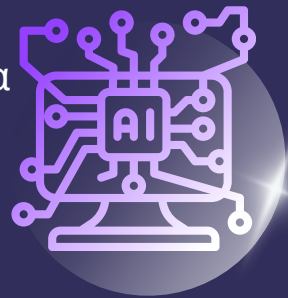
Gemini

Εργαλείο τεχνητής νοημοσύνης της Google που προσφέρει άμεσες απαντήσεις, βοήθεια στη συγγραφή και σύνοψη κειμένων, μεταφράσεις και υποστήριξη σε εκπαιδευτικές ή επαγγελματικές εργασίες.



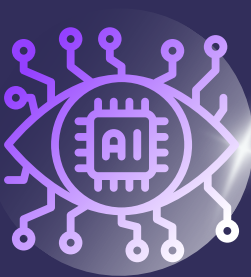
DALL·E

Εργαλείο δημιουργίας εικόνων από περιγραφή. Ιδανικό για παραγωγή εντυπωσιακών γραφικών και εικαστικών. Χρήσιμο για δημιουργικό περιεχόμενο, αφίσες, γραφικά και παρουσιάσεις.

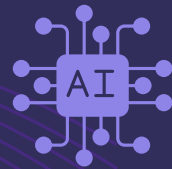


Midjourney

Εργαλείο δημιουργίας καλλιτεχνικών εικόνων από κείμενο, με έμφαση στο στυλ και την αισθητική. Ιδανικό για εικονογραφήσεις, concept art, αφίσες, δημιουργικά γραφικά και περιεχόμενο για social media ή παρουσιάσεις.



Παραδείγματα Εργαλείων Τεχνητής Νοημοσύνης (2/2)



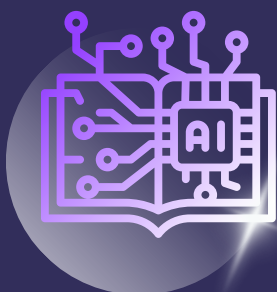
Canva

Εργαλείο για γρήγορη δημιουργία και οργάνωση εγγράφων με έμφαση στο design. Κατάλληλο για κείμενα, σημειώσεις, βιογραφικά και περιεχόμενο που μπορεί να γίνει εύκολα παρουσίαση.



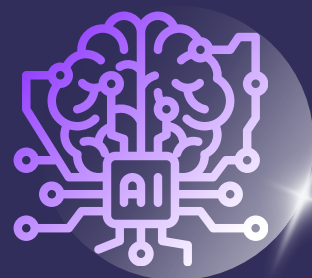
Figma

Εργαλείο σχεδιασμού και συνεργασίας για τη δημιουργία γραφικών και ψηφιακών σχεδίων. Κατάλληλο για ομαδική δουλειά σε πραγματικό χρόνο, δημιουργία πρωτοτύπων, παρουσιάσεων και σχεδίων για εφαρμογές ή ιστοσελίδες.



Whisper

Εργαλείο μετατροπής φωνής σε κείμενο. Χρήσιμο για μετατροπή συνεντεύξεων/μαθημάτων, σημειώσεις και υπότιτλους, ενισχύοντας την προσβασιμότητα.

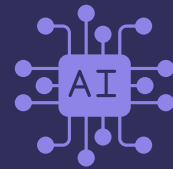


Google Speech-to-Text

Εργαλείο μετατροπής ομιλίας σε κείμενο της Google, με γρήγορη και αξιόπιστη αναγνώριση φωνής. Χρήσιμο για απομαγνητοφώνηση μαθημάτων ή συναντήσεων, δημιουργία σημειώσεων και παραγωγή υποτίτλων, βελτιώνοντας την προσβασιμότητα.



Πώς Αξιοποιούμε την Τεχνητή Νοημοσύνη στην Καθημερινότητα



Στον πολίτη



Πληροφορίες & εξηγήσεις

Σύνταξη κειμένων

Μελέτη & μάθηση

Δημιουργία περιεχομένου

Στον επαγγελματία



Γρήγορη συγγραφή

Περίληψη εγγράφων

Παρουσιάσεις

Εξυπηρέτηση πελατών

Στον μαθητή



Κατανόηση εννοιών

Σύνοψη σημειώσεων

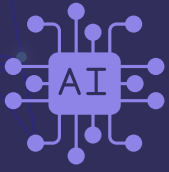
Εξάσκηση με ερωτήσεις

Οργάνωση εργασιών



Δοκίμασε να ζητάς από την ΤΝ συγκεκριμένο αποτέλεσμα — έτσι θα σε βοηθά πιο γρήγορα και πιο σωστά.

Περιορισμοί της Τεχνητής Νοημοσύνης (1/2)



Παρότι η Τεχνητή Νοημοσύνη είναι ένα πολύ χρήσιμο εργαλείο, έχει σημαντικούς περιορισμούς που πρέπει να γνωρίζουμε.

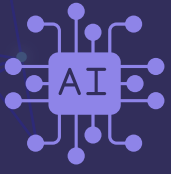
Δεν κατανοεί όπως ο άνθρωπος!

Η ΤΝ δεν έχει πραγματική κατανόηση, εμπειρία ή κοινή λογική όπως οι άνθρωποι. Αναλύει μοτίβα και πληροφορίες, αλλά δεν “νιώθει” το νόημα με ανθρώπινο τρόπο και μπορεί να παρερμηνεύσει το πλαίσιο.

Μπορεί να κάνει λάθη!

Η ΤΝ μπορεί να δώσει απαντήσεις που φαίνονται σωστές, αλλά να είναι ανακριβείς ή ελλιπείς. Γι' αυτό χρειάζεται πάντα έλεγχος, ειδικά σε θέματα υγείας, οικονομικών, νομικών ή σημαντικών αποφάσεων.

Περιορισμοί της Τεχνητής Νοημοσύνης (2/2)



Εξαρτάται από τα δεδομένα της!

Η ποιότητα των απαντήσεων της ΤΝ εξαρτάται από τα δεδομένα με τα οποία έχει εκπαιδευτεί. Αν τα δεδομένα είναι ελλιπή ή μεροληπτικά, τότε μπορεί να εμφανιστούν λάθη και περιορισμένη ακρίβεια.

Δεν έχει κρίση και ευθύνη!

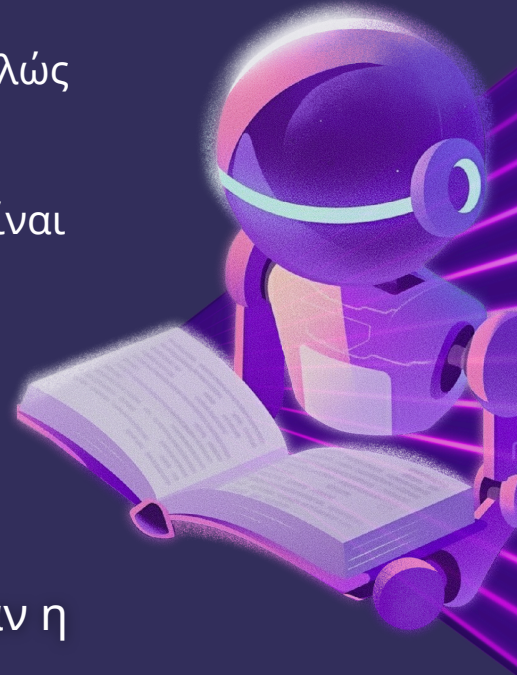
Η ΤΝ δεν μπορεί να αναλάβει ευθύνη, ούτε να κρίνει τι είναι σωστό ή λάθος σε μια πραγματική κατάσταση. Μπορεί να προτείνει λύσεις, αλλά η τελική απόφαση και η ευθύνη ανήκουν πάντα στον άνθρωπο.

Τι Είναι τα Hallucinations; (1/2)



Hallucinations ονομάζουμε τις περιπτώσεις όπου ένα εργαλείο ΤΝ:

- ⊕ Δίνει μια απάντηση που φαίνεται λογική και πειστική.
- ⊕ Περιέχει λάθη, ανακρίβειες ή ακόμα και εντελώς επινοημένες πληροφορίες.
- ⊕ Παρουσιάζει το λάθος με σιγουριά, σαν να είναι βέβαιο και επιβεβαιωμένο.



Τα hallucinations εμφανίζονται συχνά όταν η απάντηση:

- ⊕ Αναφέρει “γεγονότα” χωρίς πηγή.
- ⊕ Αλλάζει απάντηση όταν ρωτάμε ξανά.
- ⊕ Δίνει υπερβολικά συγκεκριμένες λεπτομέρειες.
- ⊕ Αναφέρει ανύπαρκτα ονόματα, άρθρα ή παραπομπές.

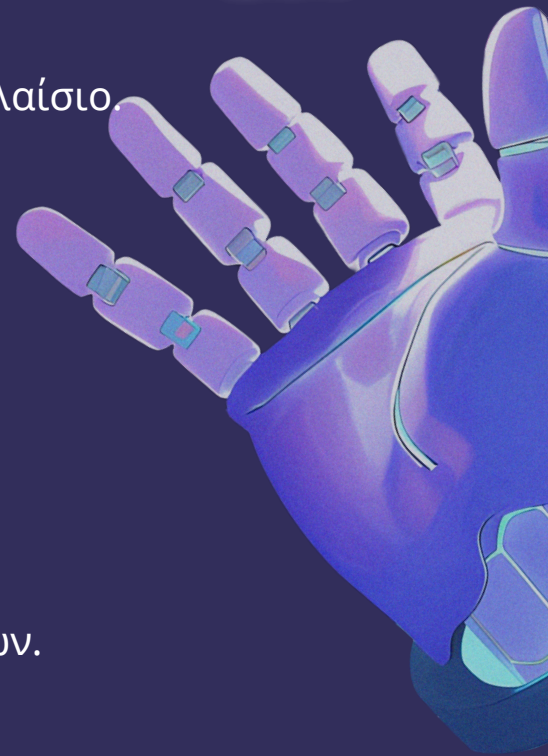
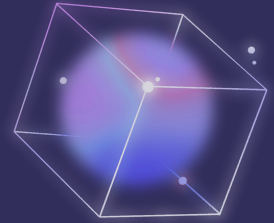


Τι Είναι τα Hallucinations; (2/2)



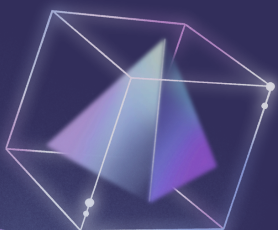
Τα hallucinations μπορεί να συμβούν επειδή:

- ⊕ Η ΤΝ λειτουργεί με πιθανότητες, όχι με βεβαιότητα.
- ⊕ Δεν έχει πάντα πρόσβαση σε ενημερωμένες ή επαληθευμένες πηγές.
- ⊕ Μπορεί να “συμπληρώνει κενά” όταν λείπουν πληροφορίες.
- ⊕ Η ερώτηση είναι ασαφής ή χωρίς αρκετό πλαίσιο.

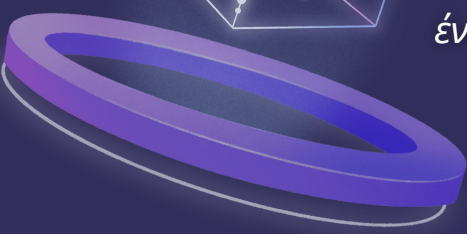


Παραδείγματα επιπτώσεων:

- ⊕ Λάθος πληροφορίες σε εργασία/μελέτη.
- ⊕ Δημιουργία ψεύτικων πηγών ή παραπομπών.
- ⊕ Παραπλανητικές συμβουλές σε υγεία/οικονομικά.
- ⊕ Λανθασμένα στοιχεία σε email, αναφορές ή παρουσιάσεις.



Αν κάτι φαίνεται “πολύ συγκεκριμένο” ζήτησε πηγή και κάνε έναν γρήγορο έλεγχο πριν το χρησιμοποιήσεις.



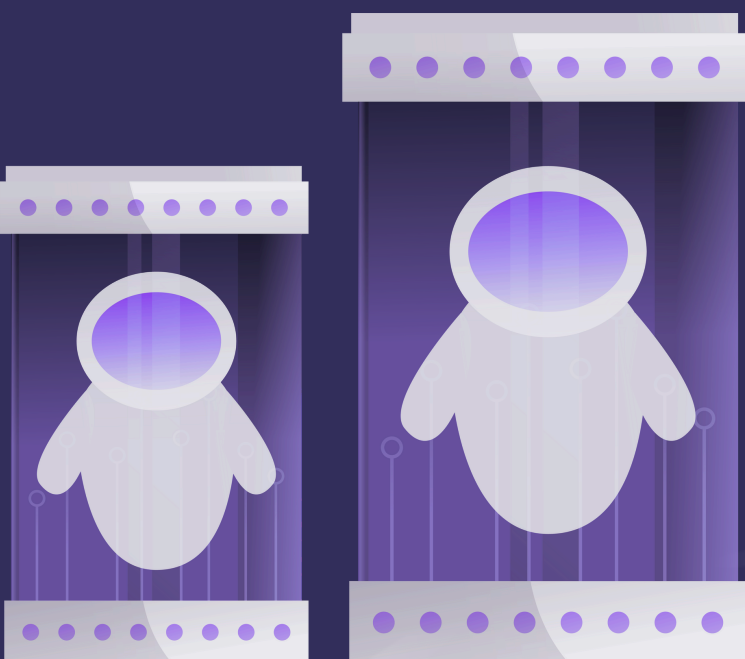


Κριτική Σκέψη & Διασταύρωση Πηγών (1/2)

Η ΤΝ μπορεί να δώσει γρήγορες απαντήσεις, αλλά δεν εγγυάται πάντα ότι είναι σωστές ή πλήρεις. Γι' αυτό είναι σημαντικό να **αξιολογούμε** την πληροφορία πριν τη χρησιμοποιήσουμε.

Πριν εμπιστευτούμε μια απάντηση:

- Αναζητούμε την αρχική πηγή.
- Ελέγχουμε αν συμφωνεί με 2-3 αξιόπιστες πηγές.
- Προτιμάμε επίσημους φορείς, επιστημονικές πηγές και έγκυρα μέσα.



*Αν δεν μπορεί να επιβεβαιωθεί εύκολα,
δεν το θεωρούμε δεδομένο.*

Κριτική Σκέψη & Διασταύρωση Πηγών (2/2)



Για να αξιολογήσουμε μια πληροφορία, αναρωτιόμαστε:

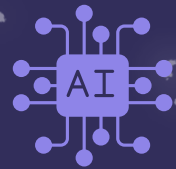
- Είναι επικαιροποιημένη ή παλιά;
- Είναι τεκμηριωμένη ή γενική/αόριστη;
- Υπάρχουν σαφή στοιχεία όπως πηγές και δεδομένα;
- Μήπως περιέχει υπερβολές ή “σίγουρες” απαντήσεις χωρίς απόδειξη;

Η ΤΝ είναι εργαλείο υποστήριξης, όχι αυθεντία.
Ο άνθρωπος:

- Κάνει τον τελικό έλεγχο.
- Αποφασίζει τι θα χρησιμοποιήσει.
- Αναλαμβάνει την ευθύνη για το αποτέλεσμα.



Υπεύθυνη Χρήση Τεχνητής Νοημοσύνης (1/3)



Η ΤΝ μπορεί να είναι πολύ χρήσιμη, αλλά πρέπει να χρησιμοποιείται με προσοχή όταν εμπλέκονται προσωπικά δεδομένα.



Δεν μοιραζόμαστε ποτέ στοιχεία που δεν θέλουμε να είναι δημόσια, όπως:

- Κωδικούς πρόσβασης.
- Αριθμούς καρτών, IBAN, PIN.
- ΑΦΜ, ΑΜΚΑ, ταυτότητα, διαβατήριο.
- Ιατρικά δεδομένα ή ευαίσθητες πληροφορίες.



Βασικές αρχές προστασίας:

- Χρησιμοποιούμε την ΤΝ με γενικές πληροφορίες, όχι με ευαίσθητα δεδομένα.
- Προτιμάμε εργαλεία με σαφείς ρυθμίσεις privacy.
- Ελέγχουμε τι αποθηκεύεται και τι μοιραζόμαστε.
- Δεν ανεβάζουμε αρχεία που περιέχουν προσωπικά στοιχεία.





Υπεύθυνη Χρήση Τεχνητής Νοημοσύνης (2/3)

Η ΤΝ δεν είναι “ουδέτερη”. Μπορεί να **επηρεάσει** ανθρώπους και αποφάσεις, ειδικά όταν χρησιμοποιείται σε ευαίσθητους τομείς.

Η ΤΝ μπορεί να εμφανίσει μεροληψία επειδή:

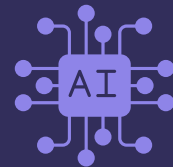
- Εκπαιδεύεται σε δεδομένα που έχουν ανθρώπινες προκαταλήψεις.
- “Μαθαίνει” πρότυπα που δεν είναι δίκαια ή αντικειμενικά.

Η σωστή χρήση της ΤΝ απαιτεί διαφάνεια, ώστε να υπάρχει εμπιστοσύνη και έλεγχος. Γι' αυτό:

- Πρέπει να γνωρίζουμε πότε χρησιμοποιείται ΤΝ και για ποιο σκοπό.
- Η χρήση της ΤΝ πρέπει να γίνεται με σεβασμό και χωρίς παραπλάνηση.



Υπεύθυνη Χρήση Τεχνητής Νοημοσύνης (3/3)

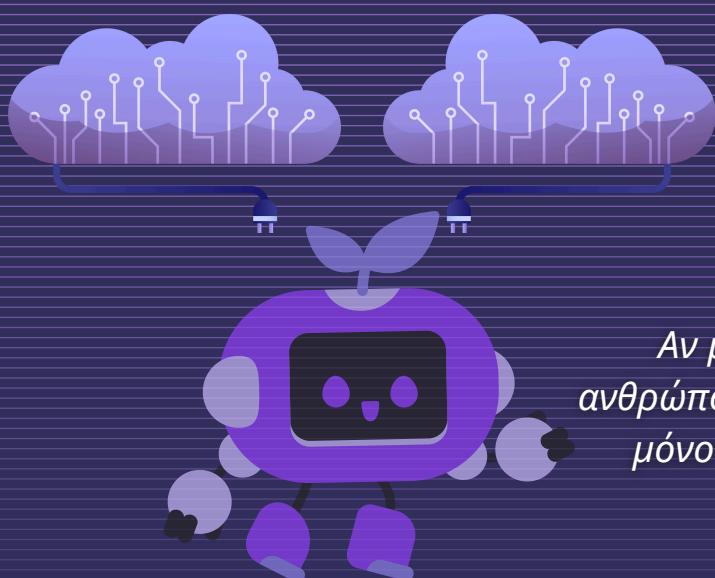


Η ΤΝ μπορεί να υποστηρίξει τη σκέψη μας, αλλά δεν πρέπει να αντικαθιστά την κρίση μας.

◀ Η Τεχνητή Νοημοσύνη προτείνει — ο άνθρωπος αποφασίζει.

◀ Εμείς ελέγχουμε την ακρίβεια και το τελικό αποτέλεσμα.

◀ Σε κρίσιμα θέματα (υγεία, οικονομικά, νομικά) απαιτείται επιβεβαίωση από ειδικούς.



*Αν μια απόφαση επηρεάζει
ανθρώπους, δεν πρέπει να βασίζεται
μόνο σε "αυτό που είπε η ΤΝ".*

5+1
Ψηφιακοί Οδηγοί
*για όλους


Περιφέρεια Δυτικής Μακεδονίας
Αντιπεριφέρεια Διαφάνειας, Ηλεκτρονικής Διακυβέρνησης
& Ψηφιακού Μετασχηματισμού


SYNERGINN
EDIH