

**ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΣΧΟΛΙΚΗΣ  
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ  
eTwinning**

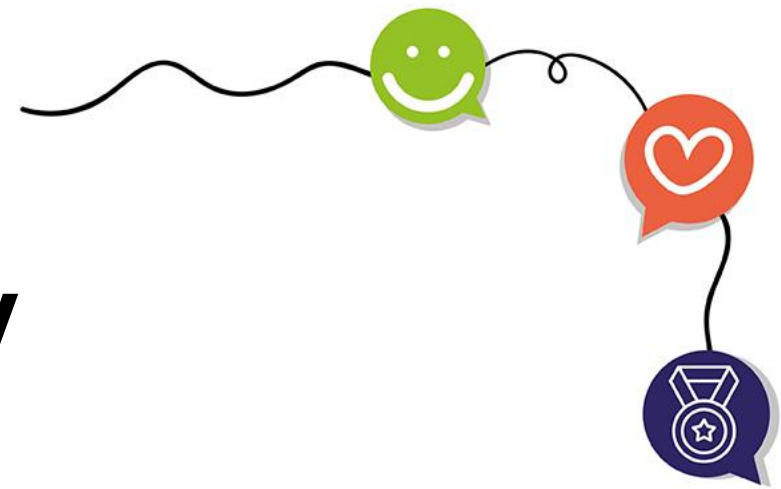


**«Ευημερία στο σχολείο - προοδεύοντας  
μαζί με το eTwinning!»**

# Ευημερία Μαθητών στην Ψηφιακή Εποχή

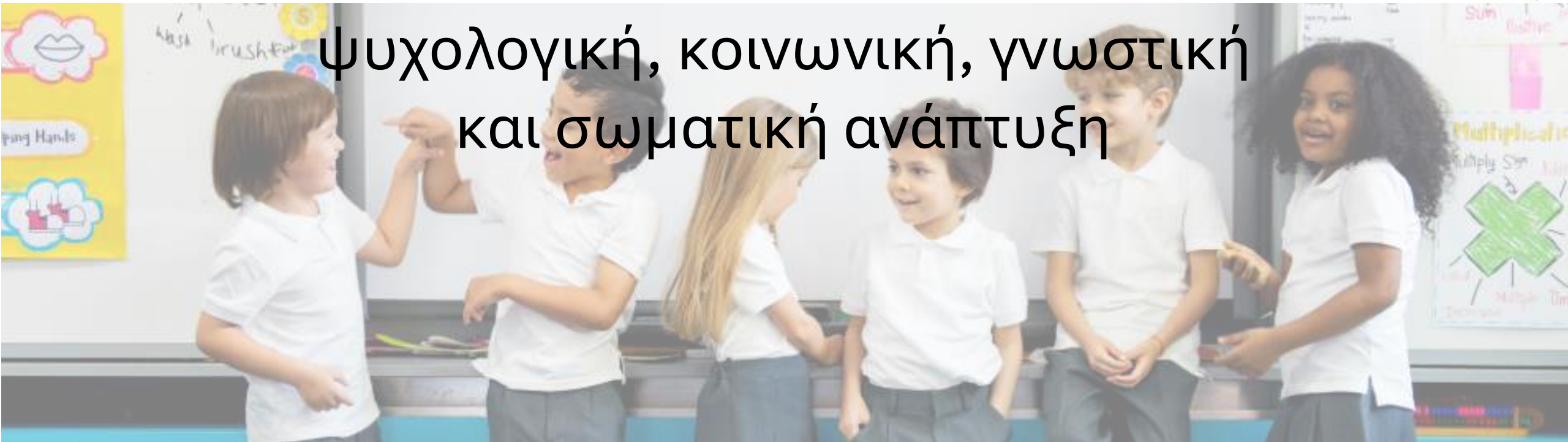
## *Στρατηγικές για τα Σχολεία του Αύριο*

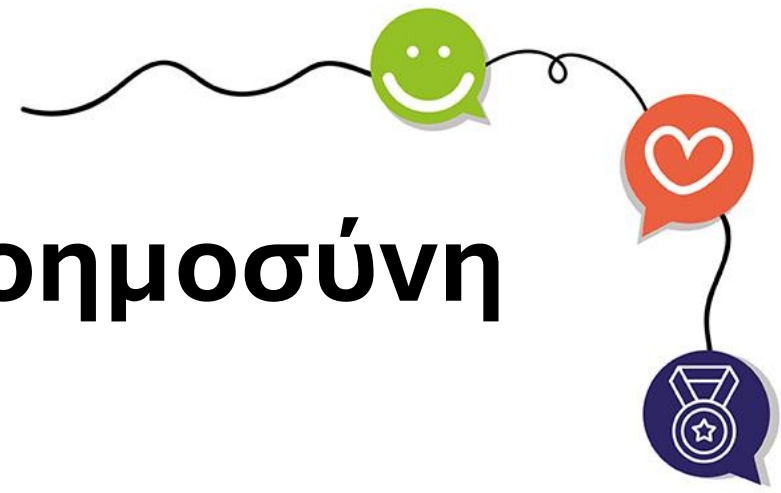
Δρ Παναγιώτα Κενδέου



# ευημερία μαθητών

ψυχολογική, κοινωνική, γνωστική  
και σωματική ανάπτυξη





# ψηφιακή εποχή + τεχνητή νοημοσύνη

τρέχουσα  
κατάσταση



οφέλη  
ευκαιρίες



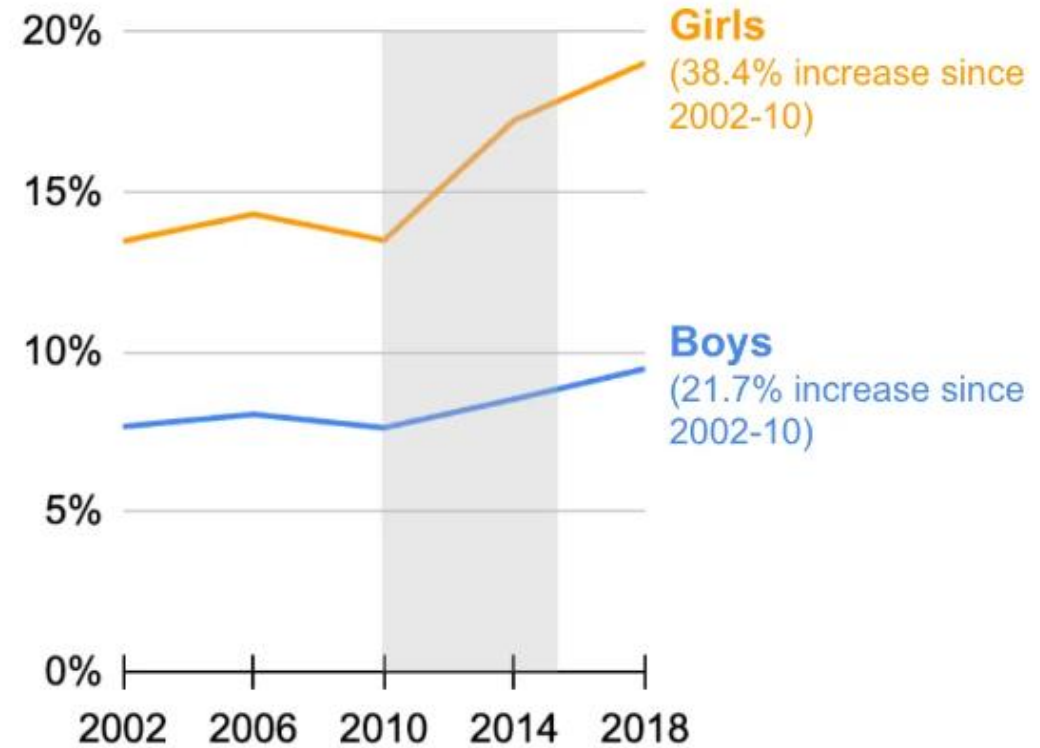
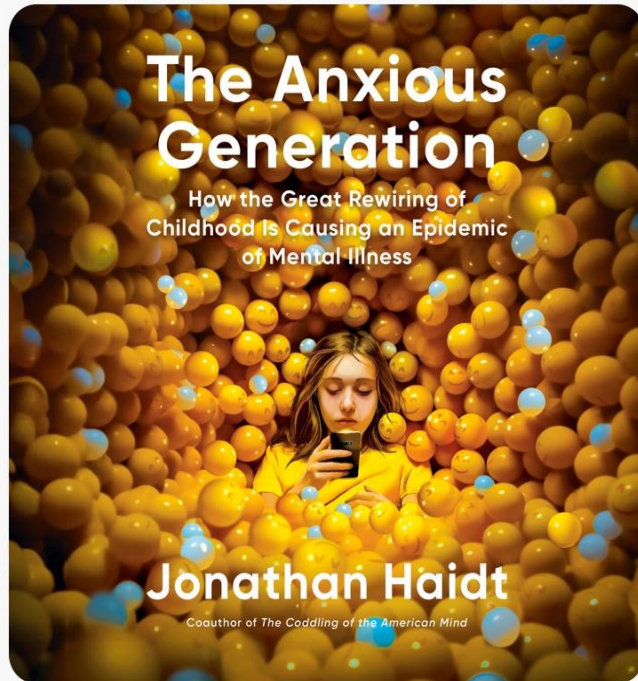
ανησυχίες  
προκλήσεις



προτάσεις  
λύσεις

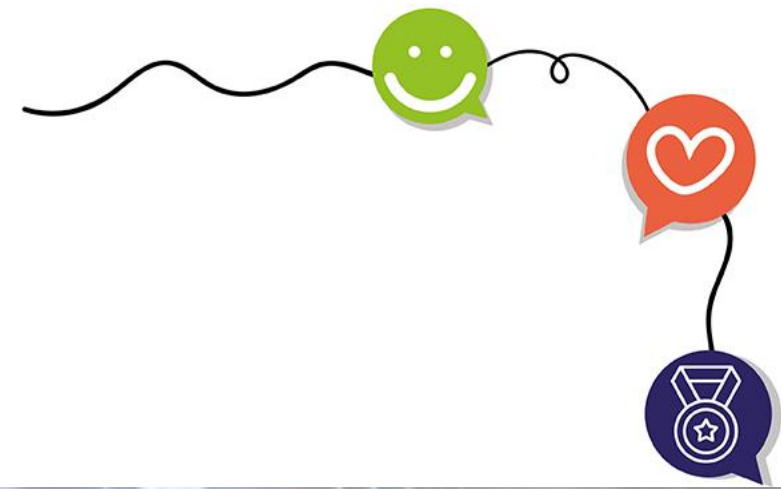


# «η αγχωμένη γενιά»



«παιδική ηλικία  
βασισμένη στο παιχνίδι»

«παιδική ηλικία  
βασισμένη στο κινητό τηλέφωνο»



# ψηφιακή εποχή

**2+ ώρες**  
καθημερινή  
χρήση

**83%**  
μέσα κοινωνικής  
δικτύωσης

**68%**  
συμπτώματα  
ψηφιακού  
άγχους

**144**  
**MINUTES**

μέσος χρόνος  
που δαπανάται  
ανά **ΜΕΡΑ**

**72**  
**HOURS**

μέσος χρόνος που  
δαπανάται ανά  
**ΜΗΝΑ**

**5.7**  
**YEARS**

μέσος χρόνος που  
δαπανάται κατά τη  
**ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ**  
**ΖΩΗΣ**



## Οι 3 πιο Εθιστικές Πλατφόρμες Κοινωνικών Δικτύων





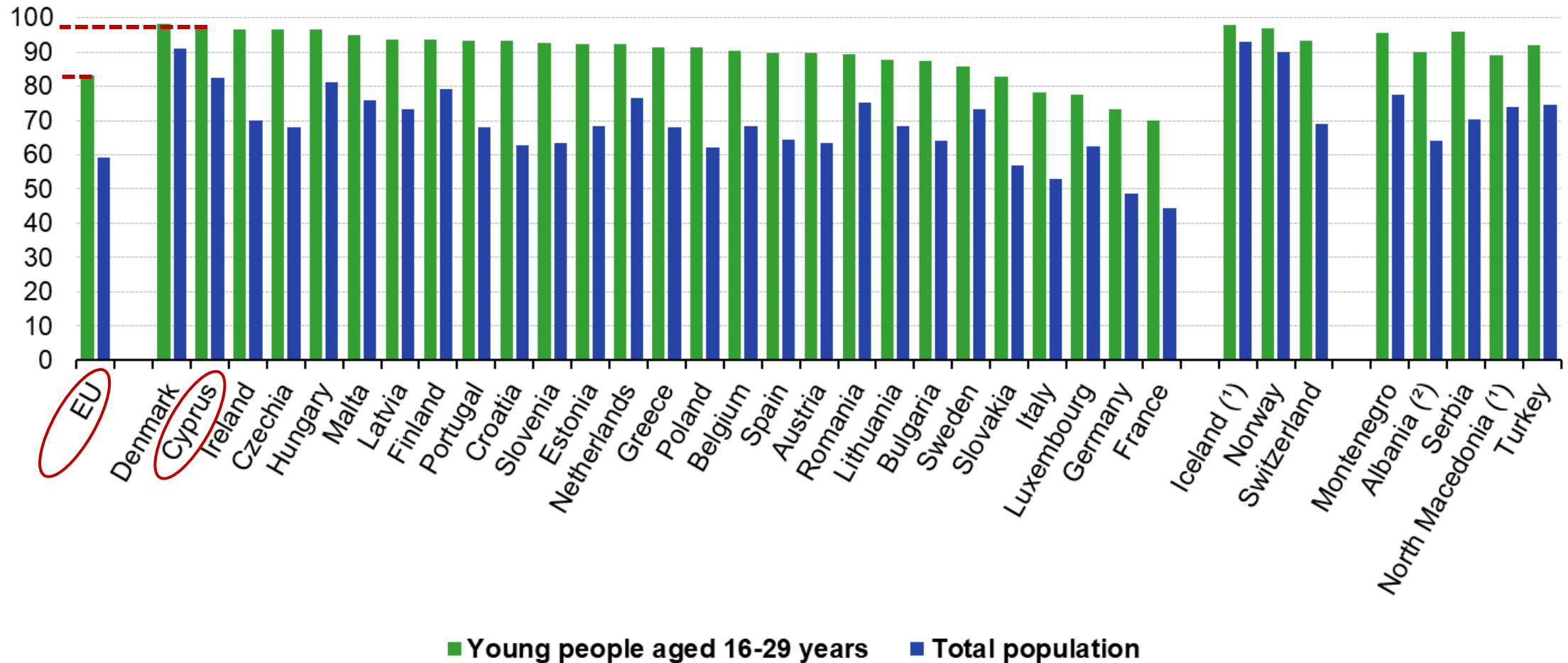


NEWS

# Αυξανόμενες ανησυχίες για την ψηφιακή εξάρτηση των νέων στην Ευρώπη

# People who participated in social networks, 2023

(%)



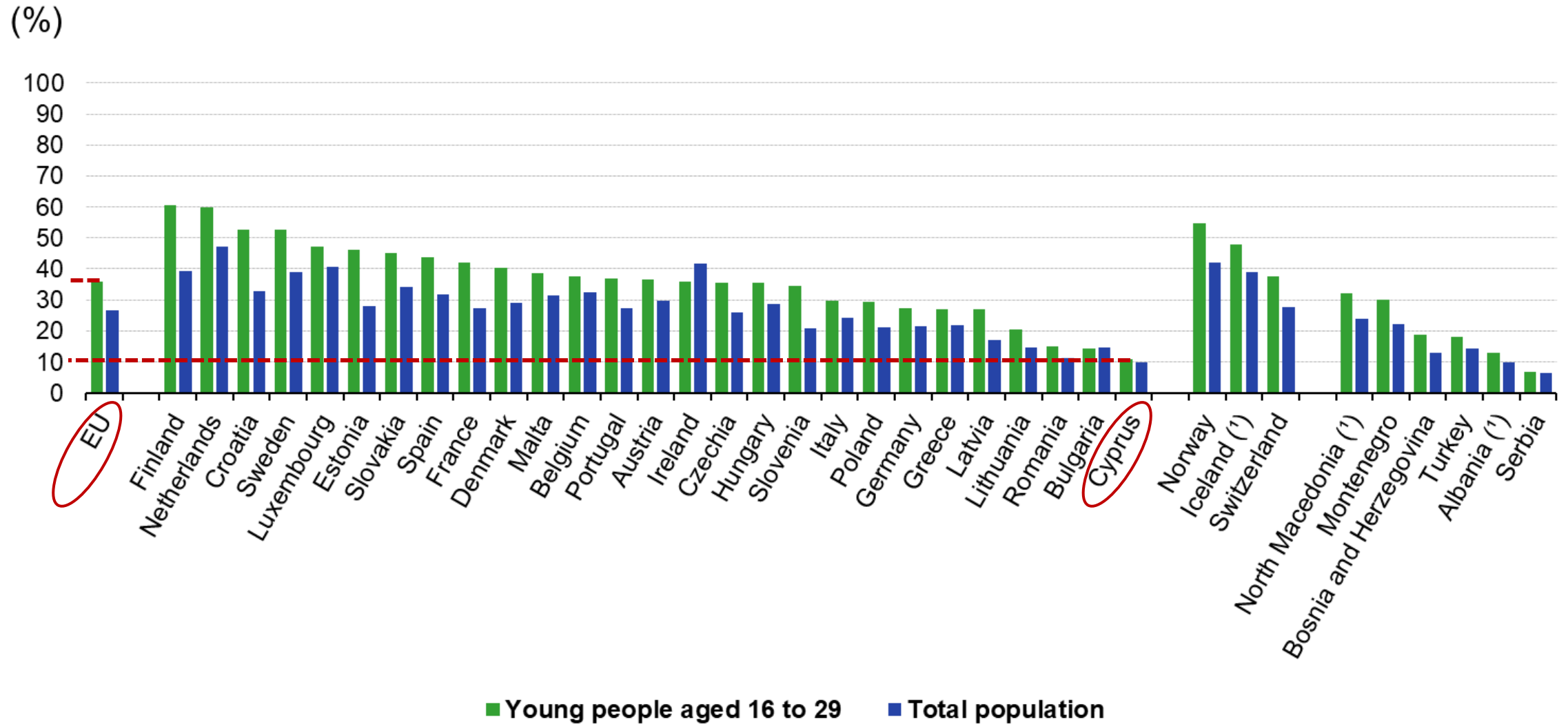
Note: for example, created a user profile, posted messages or other contributions. Social networks include, for example, Facebook, YouTube, Instagram, Tiktok, X (former Twitter).

(<sup>1</sup>) Data from 2021

(<sup>2</sup>) Data from 2022

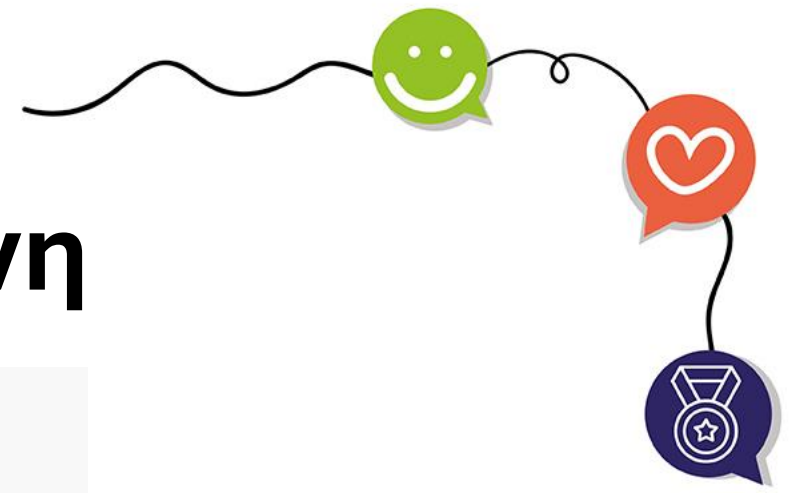
Source: Eurostat (online data code: isoc\_ci\_ac\_i)

# Percentage of individuals who have verified the information or content found on the internet, 2023

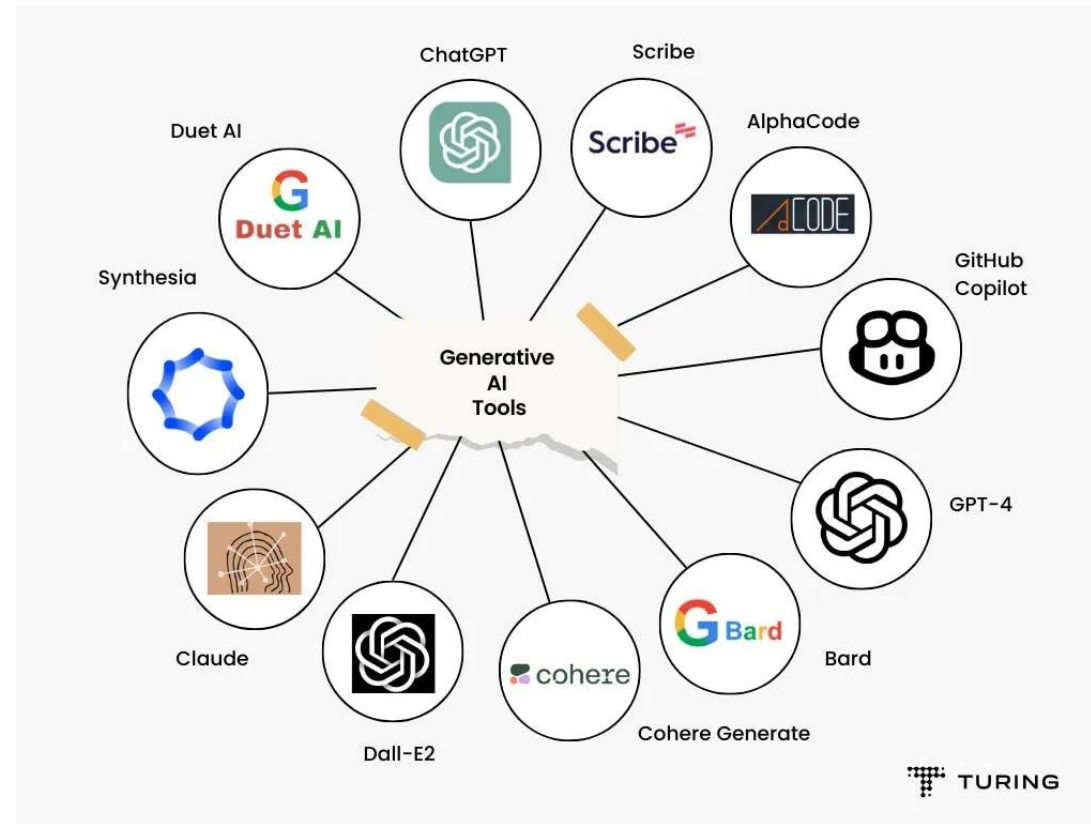


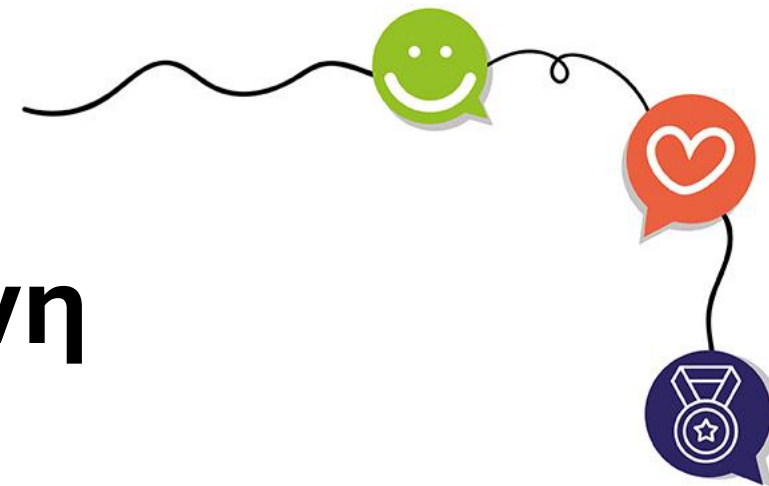
(¹) Data from 2021

Source: Eurostat (online data code: isoc\_sk\_edic\_i21)

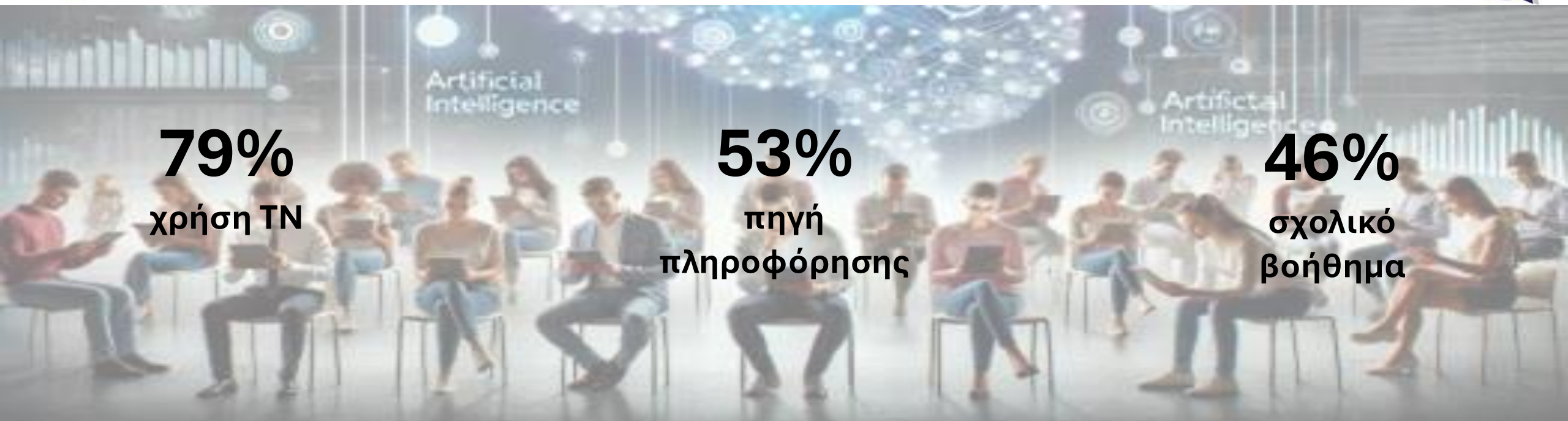


# τεχνητή νοημοσύνη

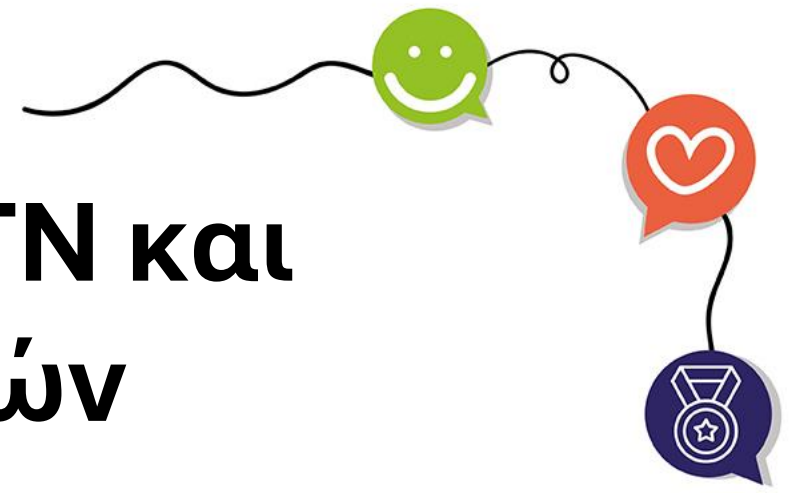




# τεχνητή νοημοσύνη



<https://www.ofcom.org.uk/internet-based-services/technology/gen-z-driving-early-adoption-of-gen-ai>



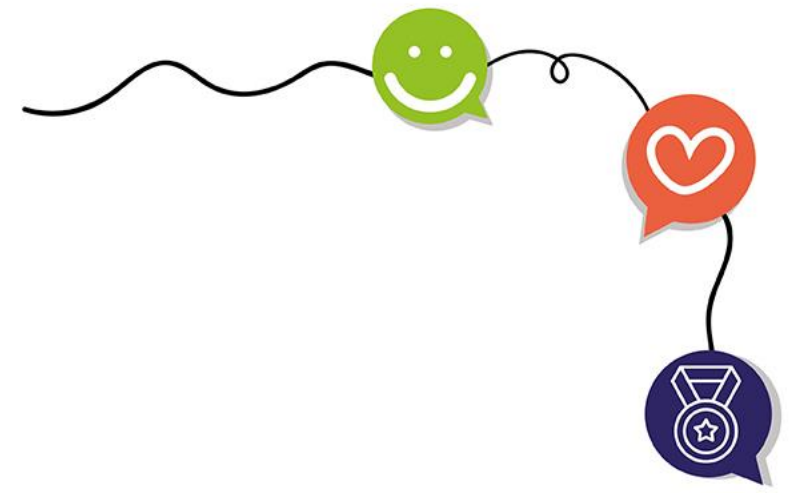
# ψηφιακές τεχνολογίες, ΤΝ και ευημερία των μαθητών

ψυχική  
υγεία

κοινωνικές  
σχέσεις

προσωπική  
ασφάλεια

μάθηση



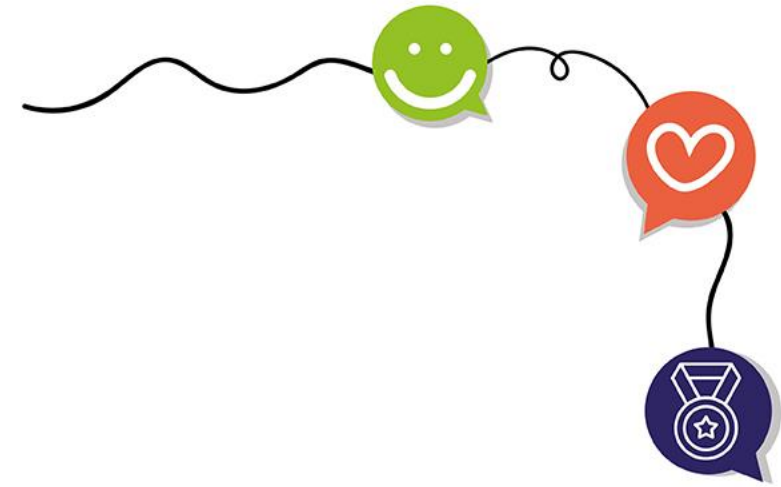
# ψυχική υγεία



**89%**  
συνεχής  
παρουσία

**58%**  
ψυχολογικές  
επιπτώσεις

**67%**  
επιπτώσεις  
στην εικόνα του  
σώματος



# ψυχική υγεία

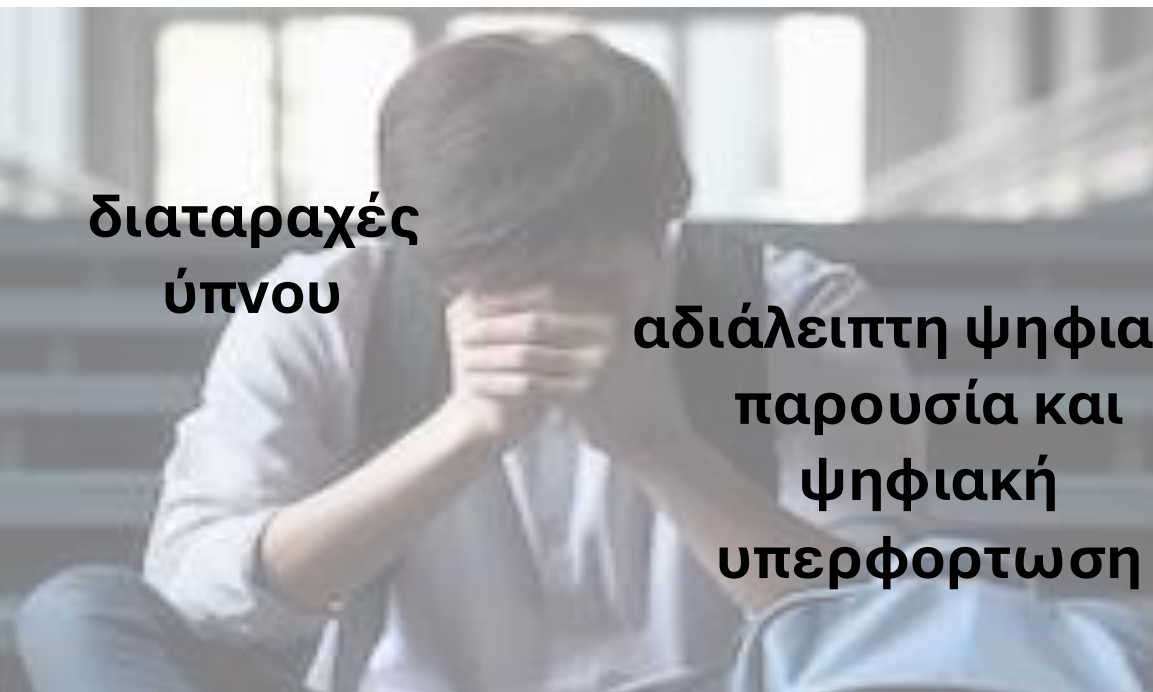
κοινωνικές  
συγκρίσεις

διαταραχές  
ύπνου

μοναξιά, άγχος  
και κατάθλιψη

φαινόμενο FOMO  
(Fear Of Missing  
Out)

αδιάλειπτη ψηφιακή  
παρουσία και  
ψηφιακή  
υπερφορτώση



<https://www.who.int/europe/news-room/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>

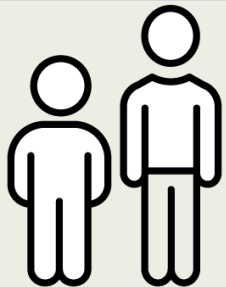




## RCT: Secondary Analysis of Screen Media Use and Mental Health of Children and Adolescents

### ΠΛΗΘΥΣΜΟΣ

82 Αγόρια  
99 Κορίτσια



Υγιή παιδιά και έφηβοι  
**Μέση ηλικία: 9 έτη**

### SETTINGS / LOCATIONS



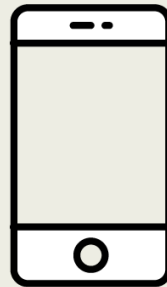
89  
οικογένειες  
στην Δανία

### ΟΜΑΔΑ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ



Παρέδωσαν smartphones και tablets για 2 εβδομάδες και περιόρισαν τη χρήση αναψυχής σε <3 ώρες/εβδομάδα

### ΟΜΑΔΑ ΕΛΕΓΧΟΥ



Συνήθης χρήση οθονών κατά την αναψυχή

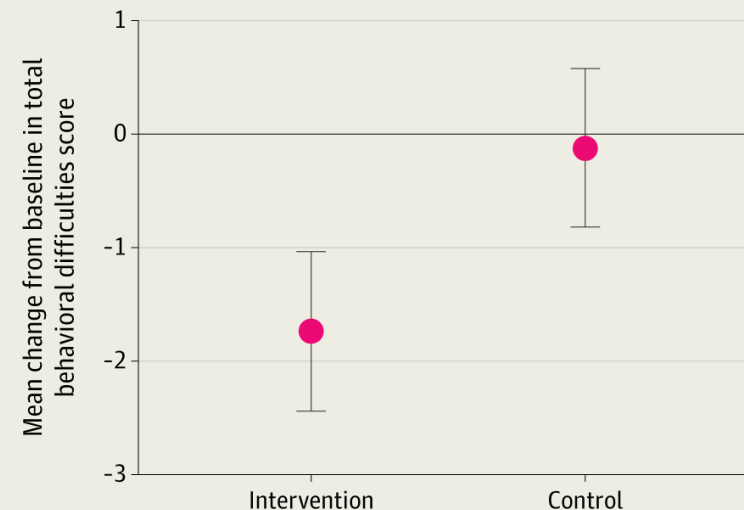
### PRIMARY OUTCOME

#### ΚΥΡΙΑ ΜΕΤΑΒΛΗΤΗ

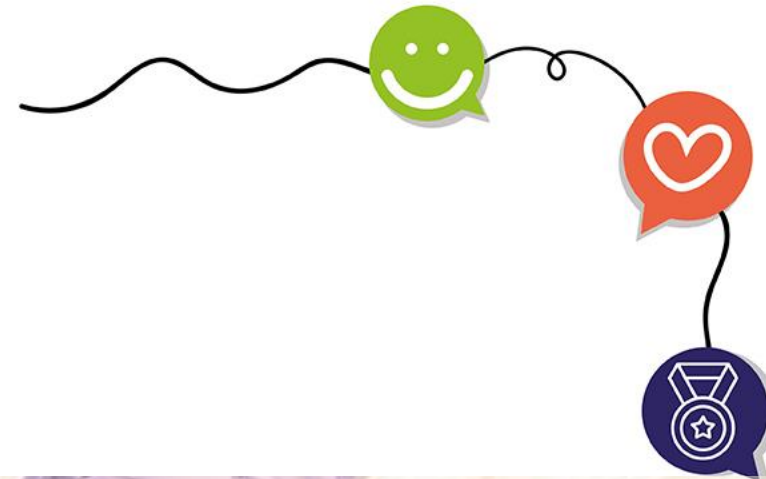
Αλλαγή στις συνολικές δυσκολίες συμπεριφοράς  
Ερωτηματολόγιο Δυνάμεων και Δυσκολιών

### ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Η ομάδα παρέμβασης είχε σημαντικά μεγαλύτερη βελτίωση στις συνολικές δυσκολίες συμπεριφοράς σε σύγκριση με την ομάδα ελέγχου



**Between-group mean difference in change in total behavioral difficulties score, -1.67 (95% CI, -2.68 to -0.67)**



# ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ

πόλωση και  
διχασμός

κυβερνοεκφοβισμός

ποιότητα  
διαπροσωπικών  
σχέσεων

αίσθηση  
σκοπού και  
νοήματος

αίσθηση  
απομόνωσης

<https://www.who.int/europe/news-room/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>



# προσωπική ασφάλεια

κίνδυνος  
παραπληροφόρησης

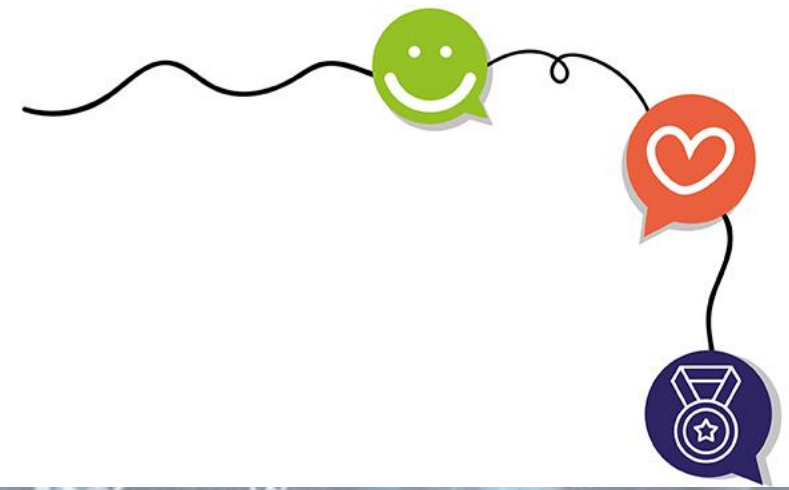
κυβερνοεκφοβισμός

ψηφιακό  
αποτύπωμα

προστασία  
προσωπικών  
δεδομένων

διαδικτυακή  
παρενόχληση

<https://www.who.int/europe/news-room/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>



# μάθηση

προβλήματα  
προσοχής

κριτική σκέψη

εξάρτηση και γνωστική  
αποφόρτωση  
(cognitive offloading)

παραπληροφόρηση  
και παρανοήσεις

λογοκλοπή και  
αντιγραφή

επιφανειακή  
μάθηση

# μαθηματικά στο γυμνάσιο

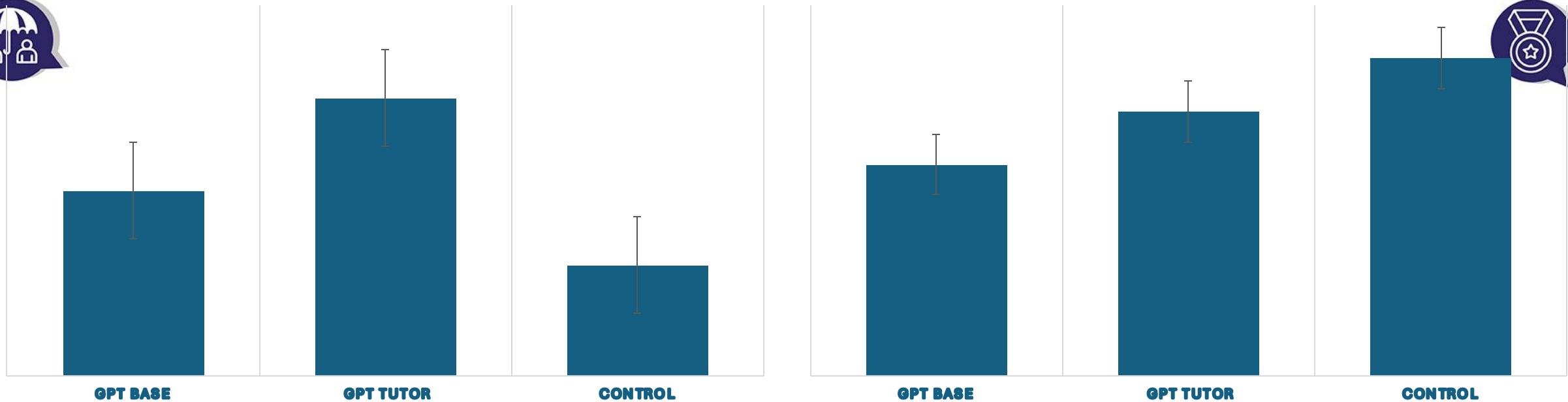
ΓΡΤ βασικό	ΓΡΤ εκπαιδευτικός	ομάδα ελέγχου
χρήση του ChatGPT-4  για ασκήσεις μαθηματικών	χρήση του ChatGPT-4 + μηχανισμούς ασφάλειας  υποδειξεις και καθοδήγηση παρά άμεσες απαντήσεις	χωρίς τεχνολογική βοήθεια

Bastani et al. (2024) [https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=4895486](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=4895486)

# “γνωστική αποφόρτωση”

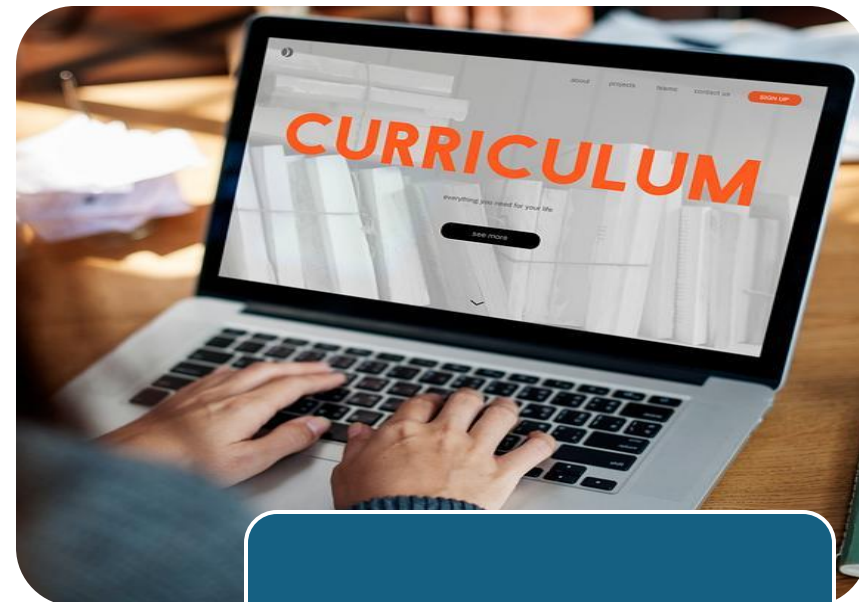
## ΛΥΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ

## ΤΕΛΙΚΗ ΕΞΕΤΑΣΗ



Bastani et al. (2024) [https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=4895486](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=4895486)

# προτάσεις για ένα υγιές ψηφιακό σχολικό περιβάλλον



πολιτικές

πρακτικές



# προτάσεις για ένα υγιές ψηφιακό σχολικό περιβάλλον



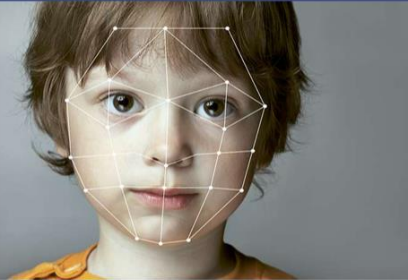
κανόνες χρήσης συσκευών

κανόνες/καθοδήγηση χρήσης εργαλείων  
Τεχνητής Νοημοσύνης

επιμόρφωση (υπεύθυνους χάραξης πολιτικής,  
εκπαιδευτικούς ηγέτες και εκπαιδευτικούς)



**ARTIFICIAL INTELLIGENCE AND EDUCATION**  
 A critical view through the lens of human rights, democracy and the rule of law




COUNCIL OF EUROPE  
 CONSEIL DE L'EUROPE

OECD *publishing*

**THE POTENTIAL IMPACT OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE ON EQUITY AND INCLUSION IN EDUCATION**

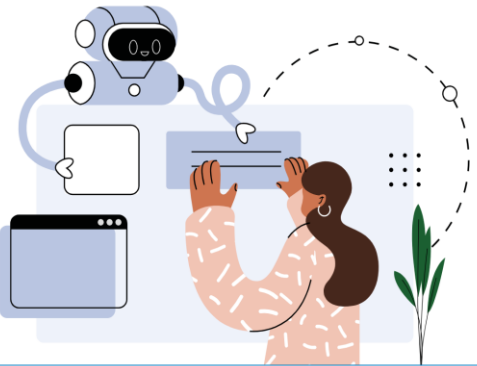
OECD ARTIFICIAL INTELLIGENCE PAPERS  
 August 2024 No. 23



OECD  
 BETTER POLICIES FOR BETTER LIVES

unesco


**Guidance for generative AI in education and research**



Education 2030

OFFICE OF Educational Technology

**Artificial Intelligence and the Future of Teaching and Learning**  
*Insights and Recommendations*  
 May 2023

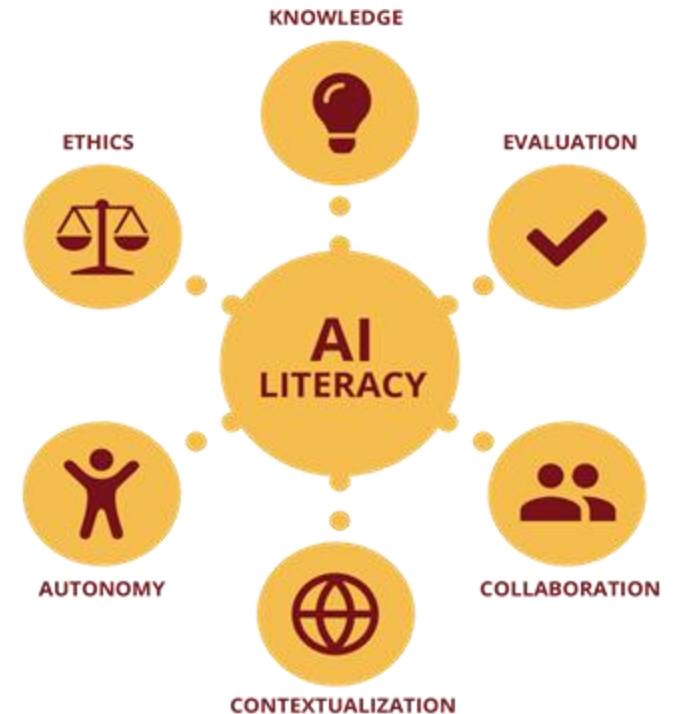


# προτάσεις για ένα υγιές ψηφιακό σχολικό περιβάλλον



πρακτικές

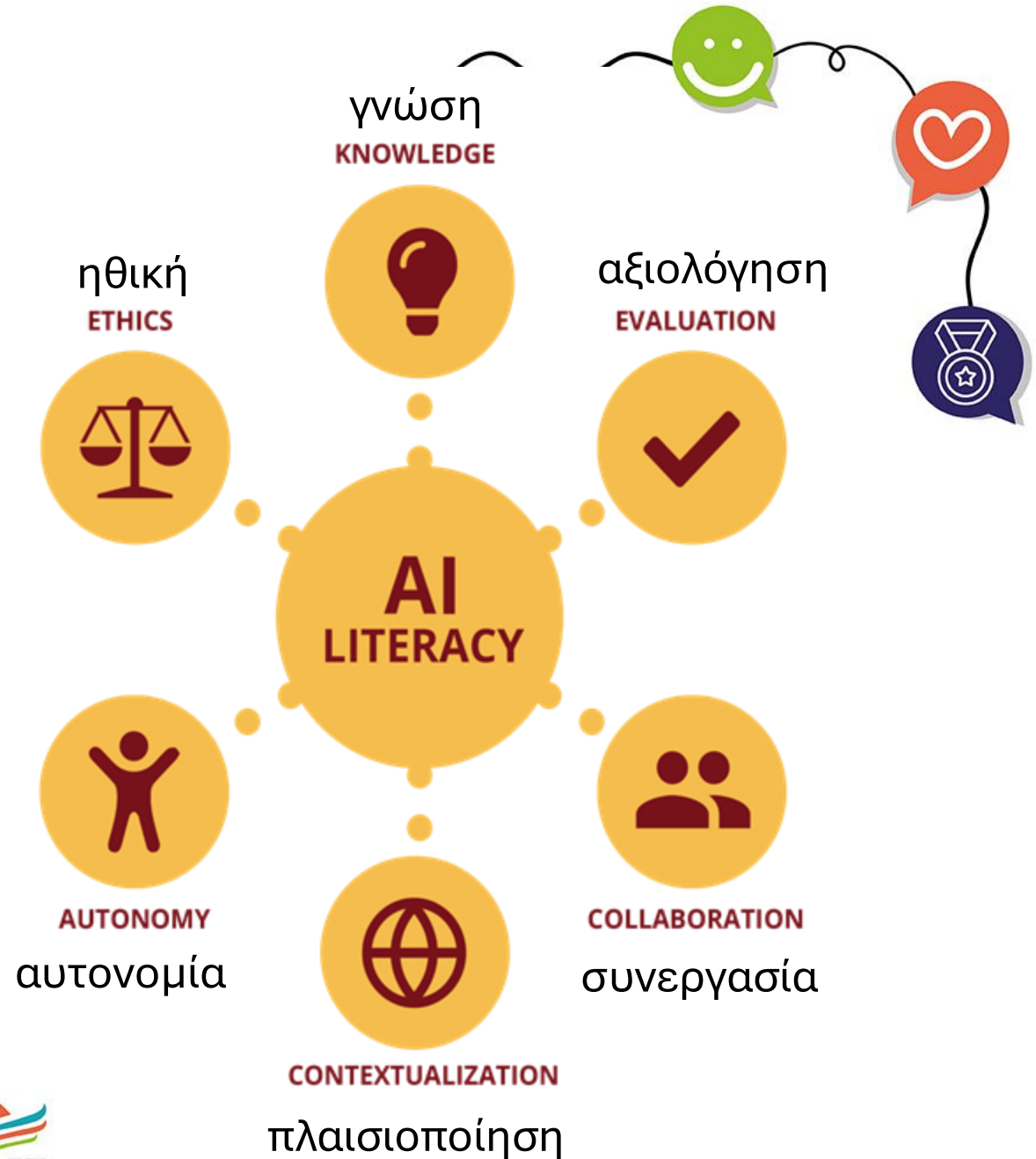
ψηφιακός  
γραμματισμός  
+  
γραμματισμός στην  
τεχνητή νοημοσύνη





# γραμματισμός στην τεχνητή νοημοσύνη

Allen, L. K., & Kendeou, P. (2024). ED-AI Lit: An Interdisciplinary Framework for AI Literacy in Education. *Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences*, 11(1), 3-10.





# γνώση

κατανόηση της λειτουργίας της  
ΤΝ και των εφαρμογών της





# αξιολόγηση

ανάπτυξη κριτικής σκέψης για  
την αξιολόγηση τεχνολογιών  
ΤΝ και πηγών πληροφόρησης





# συνεργασία

αποτελεσματική επικοινωνία  
και συνεργασία με συστήματα  
ΤΝ και συμμαθητές





# αυτονομία

ανάπτυξη δεξιοτήτων λήψης  
αποφάσεων σχετικά με την  
αλληλεπίδραση με την ΤΝ





# ηθική

κατανόηση των ηθικών  
επιπτώσεων της ΤΝ και  
ακαδημαϊκή ακεραιότητα  
(academic integrity)



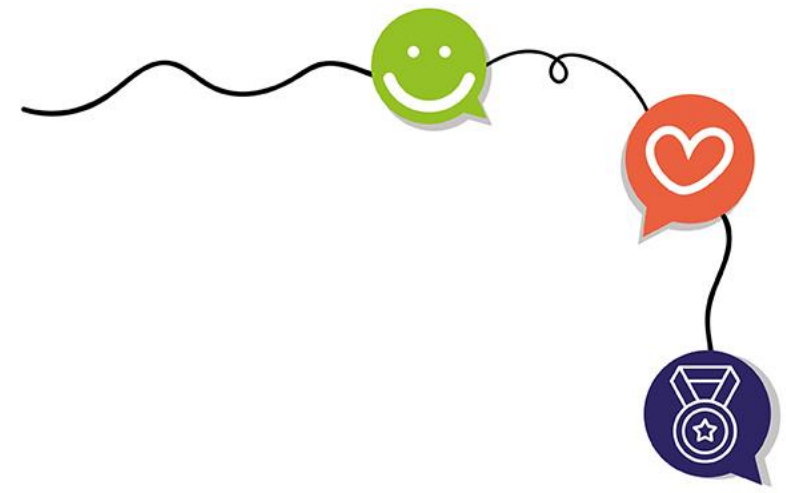




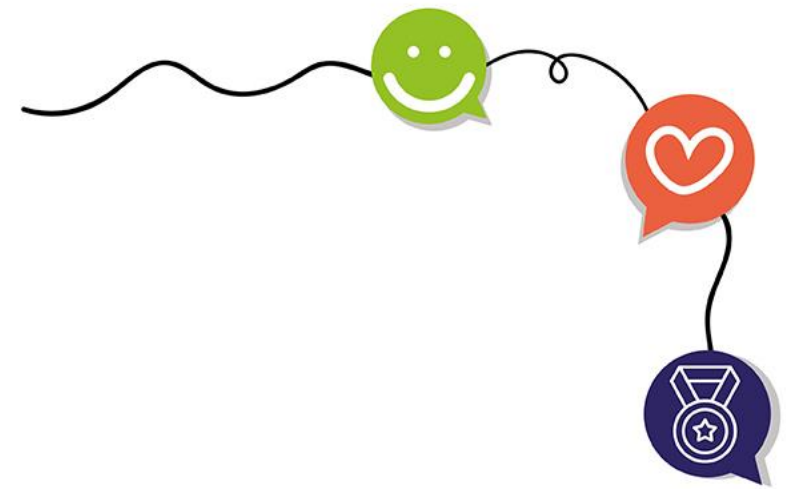
# πλαισιοποίηση

εφαρμογή γνώσεων ΤΝ σε  
πραγματικές συνθήκες





**ο γραμματισμός στην τεχνητή νοημοσύνη είναι  
θεμελιώδης και πρέπει να ενσωματωθεί στο  
πρόγραμμα σπουδών σε όλες τις βαθμίδες της  
εκπαίδευσης**



**ο γραμματισμός στην τεχνητή  
νοημοσύνη μπορεί να οδηγήσει στην  
ευημερία των μαθητών**

# ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ eTwinning



*kend0040@umn.edu*



*@kendeou*



**«Ευημερία στο σχολείο - προοδεύοντας  
μαζί με το eTwinning!»**



Με τη συγχρηματοδότηση  
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

