

Οδηγίες Χρήσης Τεχνητής Νοημοσύνης (TN) για Φοιτητές/Φοιτήτριες

Η Τεχνητή Νοημοσύνη (TN) αλλάζει ριζικά τον τρόπο με τον οποίο μελετάμε, γράφουμε και ερευνούμε. Εργαλεία όπως το ChatGPT, το Grammarly, το DeepL, το Copilot, το Scite.ai και άλλα, μπορούν να λειτουργήσουν υποστηρικτικά, διευκολύνοντας τη διατύπωση, την οργάνωση σκέψης και την κατανόηση σύνθετων εννοιών. Όμως, η χρήση τους απαιτεί υπευθυνότητα, διαφάνεια και κριτική σκέψη. Αυτές οι οδηγίες έχουν ως στόχο να σε βοηθήσουν να αξιοποιήσεις τα εργαλεία TN με τρόπο που σέβεται τις αρχές της ακαδημαϊκής δεοντολογίας.

Παρακάτω θα βρείτε βασικές οδηγίες για να τα αξιοποιήσετε σωστά στις σπουδές σας:

1. Χρησιμοποιήστε την TN ως υποστήριξη, όχι ως υποκατάστατο

Η TN είναι βοηθητικό εργαλείο. Δεν αντικαθιστά τη δική σας σκέψη, κρίση και συγγραφή. Οτιδήποτε παραδίδετε πρέπει να αντανakλά την προσωπική σας προσπάθεια. Μπορείτε να την αξιοποιήσετε για brainstorming, οργάνωση περιεχομένου, βελτίωση έκφρασης ή επανέλεγχο γραμματικής, αλλά όχι για να γράψει εξ' ολοκλήρου τις εργασίες σας.

2. Δηλώνετε πάντα τη χρήση TN

Σε κάθε εργασία, δηλώστε με σαφήνεια αν χρησιμοποιήσατε εργαλεία TN και για ποιο σκοπό. Ένα παράδειγμα δήλωσης είναι:

«Η παρούσα εργασία εκπονήθηκε με χρήση υποστηρικτικών εργαλείων Τεχνητής Νοημοσύνης (αναφέρετε εδώ ποιο εργαλείο π.χ. ChatGPT) στο στάδιο της γλωσσικής επιμέλειας και της οργάνωσης περιεχομένου. Όλες οι τελικές επιλογές διατύπωσης και ανάλυσης αποτελούν αποκλειστική ευθύνη της φοιτήτριας/του φοιτητή. Οι βιβλιογραφικές παραπομπές ελέγχθηκαν και τεκμηριώθηκαν σύμφωνα με τα διεθνή επιστημονικά πρότυπα.»

Η διαφάνεια διασφαλίζει την ακαδημαϊκή ακεραιότητα και δείχνει ότι αξιοποιείτε την τεχνολογία υπεύθυνα.

Όταν χρησιμοποιείται, λοιπόν, οφείλει να προστεθεί και στη βιβλιογραφία, π.χ.:

OpenAI (2025). *ChatGPT (May 20 version)* [Large language model].

<https://chat.openai.com>

3. Ελέγχετε και επεξεργάζεστε ό,τι σας προτείνει η TN

Μην ενσωματώνετε αυτολεξεί περιεχόμενο που παράγεται από την TN. Κάντε επεξεργασία, ελέγξτε την ακρίβεια και διαμορφώστε το σύμφωνα με το προσωπικό σας ύφος και σκοπό. Η TN δεν κατανοεί το περιεχόμενο· απλώς προβλέπει λέξεις.

4. Αναπτύξτε «Κριτικό Γραμματισμό» στην TN

Προσπαθήστε να κατανοήσετε πώς λειτουργούν τα εργαλεία TN. Μάθετε βασικές έννοιες, όπως τι είναι οι αλγόριθμοι ή η μηχανική μάθηση. Μη δέχεστε τα αποτελέσματα άκριτα: αξιολογήστε, αμφισβητήστε, συγκρίνετε. Να σκέφτεστε πάντα: Είναι αυτό ακριβές; Είναι τεκμηριωμένο; Είναι ηθικά αποδεκτό;

5. Χρησιμοποιήστε σωστά τα prompts

Η αποτελεσματικότητα των εργαλείων εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από το πώς τους δίνετε οδηγίες (prompts). Γράφετε καθαρά, συγκεκριμένα και με σαφές πλαίσιο. Δοκιμάστε διαφορετικές διατυπώσεις, πειραματιστείτε, προσαρμόστε. Αν θέλετε κάτι σε συγκεκριμένο ύφος ή ρόλο (π.χ. «σαν έμπειρος καθηγητής»), δηλώστε το στο prompt σας.

6. Αναγνωρίστε τους περιορισμούς της TN

Η TN δεν είναι παντογνώστης. Μπορεί να κάνει λάθη, να παράγει ανακρίβειες ή να βασίζεται σε δεδομένα με προκαταλήψεις. Δεν έχει ηθική κρίση, ενσυναίσθηση ή προσωπική εμπειρία. Γι' αυτό, σε κάθε εργασία, η κατανόηση και η κρίση σας πρέπει να προηγούνται. Ακόμα και τα πιο προηγμένα εργαλεία, όπως είναι π.χ. το Google NotebookLM, μπορούν να παραλείψουν κρίσιμες λεπτομέρειες κατά τις απαντήσεις τους, οδηγώντας σας σε παρανοήσεις. Οι ίδιοι περιορισμοί ισχύουν και για τα Humanizers (εργαλεία που μετατρέπουν ένα κείμενο που έχει παραχθεί από AI ώστε να φαίνεται ότι

το έγραψε άνθρωπος). Με το ίδιο σκεπτικό, τα AI checkers (εργαλεία που προσπαθούν να εντοπίσουν, αν ένα κείμενο έχει παραχθεί από τεχνητή νοημοσύνη, ή όχι) δεν είναι σε θέση να δώσουν αξιόπιστες εκτιμήσεις σε όσους/όσες προσπαθούν να αποκρύψουν την χρήση ΤΝ.

7. Προετοιμαστείτε για το μέλλον

Το πανεπιστήμιο —και ο κόσμος της εργασίας— δίνουν όλο και περισσότερη έμφαση στην κριτική σκέψη, στη δημιουργικότητα και στη συνεργασία. Μην επαναπαύεστε στην επανάληψη πληροφοριών. Αντιθέτως, εξασκηθείτε σε παρουσιάσεις, προφορικές εξετάσεις και ομαδικά έργα. Μάθετε να δουλεύετε με την ΤΝ, χωρίς να χάνετε την προσωπική σας φωνή.

Η ΤΝ μπορεί να γίνει ένα πολύτιμο εργαλείο μάθησης και έρευνας, αν τη χρησιμοποιήσετε υπεύθυνα. Μην την φοβάστε, αλλά ούτε και να την υπερεκτιμάτε. Ο στόχος είναι να ενισχύει τις ικανότητές σας, όχι να τις υποκαθιστά. Με διαφάνεια, επεξεργασία και κριτική στάση, θα είστε σε θέση να αξιοποιήσετε τις δυνατότητές της στο έπακρο — τόσο για τις σπουδές όσο και για τη μελλοντική σας επαγγελματική ζωή.

8. Τι να προσέχεις όταν χρησιμοποιείς ΤΝ

- **Έλεγξε ό,τι σου δίνει.** Μπορεί να είναι λάθος ή να περιλαμβάνει προκαταλήψεις.
- **Αναρωτήσου πάντα:** Είναι αυτό τεκμηριωμένο; Το κατανοώ πλήρως; Θα μπορούσα να το εξηγήσω μόνος/μόνη μου;
- **Μην παρασύρεσαι** από την ευκολία. Η κατανόηση προηγείται της συγγραφής.
- **Μάθε να διατυπώνεις σωστά ερωτήματα (prompts):** Όσο πιο σαφές και συγκεκριμένο είναι το ερώτημά σου, τόσο καλύτερη θα είναι η απάντηση.
- **Αν δεν είσαι σίγουρος/η τι επιτρέπεται,** ρώτα πάντα τον διδάσκοντα/τη διδάσκουσα πριν ενσωματώσεις περιεχόμενο από ΑΙ.

Τι θεωρείται παράπτωμα

Η εργασία μπορεί να χαρακτηριστεί ως ακαδημαϊκό παράπτωμα όταν:

- Περιέχει υλικό που παράχθηκε εξ ολοκλήρου ή κατά κύριο λόγο από ΤΝ χωρίς ρητή έγκριση από τον καθηγητή/-τρια που θα περιγράψει τον τρόπο και τα όρια χρήσης.
- Περιλαμβάνει ασαφείς ή επαναλαμβανόμενες εκφράσεις που δείχνουν χρήση αυτοματοποιημένων εργαλείων.
- Δεν έχει σαφή κριτική επεξεργασία.
- Δεν δηλώνεται η χρήση ΤΝ εργαλείων.
- Η χρήση Humanizers.

Σε τέτοιες περιπτώσεις μπορεί να ζητηθεί προφορική εξέταση ή ακόμη και να κινηθεί διαδικασία λογοκλοπής.

Η ευθύνη για το περιεχόμενο της εργασίας παραμένει αποκλειστικά δική σου. Χρησιμοποίησέ την με κριτικό πνεύμα, υπευθυνότητα και διαφάνεια.

Εάν έχεις απορίες για το τι επιτρέπεται και τι όχι, επικοινωνήσε με τον διδάσκοντα/τη διδάσκουσα. Είναι προτιμότερο να ρωτήσεις από το να ρισκάρεις την ακαδημαϊκή σου ακεραιότητα.

10. Εφαρμογές και παραδείγματα χρήσης και δήλωσης της ΤΝ

10.1 Παράδειγμα θετικής πρακτικής

Σε μια εργασία κοινωνιολογίας, ένας φοιτητής μπορεί να χρησιμοποιήσει το ChatGPT για να δοκιμάσει διαφορετικές εκδοχές ενός τίτλου, το DeepL για μια πρώτη μετάφραση ξενόγλωσσων πηγών και το Grammarly για γλωσσική επιμέλεια. Δηλώνοντας όλα αυτά στο τέλος της εργασίας, φαίνεται καθαρά ότι η συμβολή της ΤΝ περιορίστηκε σε τεχνική υποστήριξη, ενώ η ανάλυση, η κριτική σύνθεση και τα συμπεράσματα είναι προϊόν προσωπικής εργασίας. Έτσι, η δήλωση λειτουργεί όχι ως τυπικό βάρος, αλλά ως απόδειξη υπεύθυνης και ώριμης ακαδημαϊκής στάσης.

10.2 Παράδειγμα αρνητικής πρακτικής

Σε μια εργασία Παιδαγωγικής, ένας φοιτητής/μία φοιτήτρια επιλέγει να αφήσει το ChatGPT να συντάξει ολόκληρο το θεωρητικό τμήμα της εργασίας του και στη συνέχεια την καταθέτει χωρίς καμία επεξεργασία ή δήλωση. Το κείμενο περιέχει γενικόλογες εκφράσεις, επαναλήψεις και ψευδείς βιβλιογραφικές αναφορές. Ο διδάσκων/ η διδάσκουσα αντιλαμβάνεται την ασυνέπεια και τα

προβλήματα της εργασίας, την/ τον καλεί σε προφορική παρουσίαση ή ζητά διευκρινίσεις, με αποτέλεσμα την έκθεση του φοιτητή/της φοιτήτριας. Η έλλειψη προσωπικής συμβολής και η μη δήλωση χρήσης ΤΝ οδηγούν στη χαρακτηρισμό της εργασίας ως ακαδημαϊκό παράπτωμα, με συνέπειες για τη βαθμολογία και την αξιοπιστία του φοιτητή.

Συνοπτική παρουσίαση μη επιτρεπτής και επιτρεπτής χρήσης της TN

	Μη επιτρεπτή χρήση	Επιτρεπτή χρήση	Στοιχείο δήλωσης
	Πλήρης συγγραφή της εργασίας από εργαλείο TN	Δημιουργία βασικού πλάνου/δομής της εργασίας	«Η TN μου πρότεινε υποενότητες για την εργασία μου, αλλά το κείμενο το έγραψα ο ίδιος.»
	Αυτόματη παραγωγή παραγράφων χωρίς συμβολή του φοιτητή	Αναδιατύπωση φράσεων για βελτίωση σαφήνειας	«Η TN μου πρότεινε πιο καθαρή διατύπωση της παραγράφου τάδε και τάδε»
	Υποβολή κειμένου αυτούσιου από TN	Έλεγχος ορθογραφίας και γραμματικής στο δικό μου κείμενο	«Η TN εντόπισε λάθη τόνων στο κείμενο που είχα γράψει.»
	Δημιουργία πλαστών βιβλιογραφικών αναφορών	Αυτόματη μορφοποίηση υπαρκτών πηγών σε APA/Chicago	«Η TN μορφοποίησε ορθά τη βιβλιογραφία από τις πηγές που βρήκα στη βιβλιογραφική μου έρευνα.»
	Παρουσίαση ανύπαρκτων δεδομένων ως αληθινών	Οπτικοποίηση των πραγματικών δεδομένων σε γράφημα	«Η TN με βοήθησε να κάνω γράφημα με τα δεδομένα της έρευνάς μου.»
	Απόκρυψη ουσιαστικής χρήσης TN	Ρητή δήλωση συγκεκριμένης χρήσης TN	«Δηλώνω ότι χρησιμοποίησα TN μόνο για γλωσσικό έλεγχο.»
	Ανάπτυξη επιχειρηματολογίας αποκλειστικά από TN	Καταιγισμός ιδεών για ερευνητικά ερωτήματα	«Η TN μου έδωσε τρεις πιθανές ερωτήσεις, διάλεξα μία και την ανέπτυξα ο ίδιος.»
	«Αυτόματη» ανάλυση και εξαγωγή συμπερασμάτων	Υποδείξεις για τρόπους παρουσίασης των δικών μου αποτελεσμάτων	«Η TN μου πρότεινε να βάλω τα συμπεράσματά μου σε πίνακα για περισσότερη σαφήνεια.»
	Χρήση TN για αποφυγή αναγνώρισης από λογισμικό λογοκλοπής	Πρόταση συνώνυμων σε δικές μου προτάσεις για βελτίωση ύφους	«Η TN μου πρότεινε το “αναλύω” αντί για το “εξετάζω” σε δική μου φράση.»

	Υποβολή τμημάτων κειμένου χωρίς αναφορά	Έλεγχος συνέπειας στις παραπομπές που περιλαμβάνει η εργασία	«Η TN εντόπισε ότι σε μια παραπομπή έλειπε το έτος και μια άλλη ήταν ορφανή.»
	Αυτόματη παραγωγή στατιστικών χωρίς έλεγχο	Πρόταση κατάλληλων στατιστικών τεχνικών	«Η TN με βοήθησε να καταλάβω ότι τα δεδομένα μου ταιριάζουν με ανάλυση χ^2 , αλλά έκανα εγώ τον υπολογισμό.»
	Απάντηση σε εξετάσεις/online τεστ μέσω TN	Δημιουργία πιθανών ερωτήσεων αυτο-αξιολόγησης	«Η TN δημιούργησε ενδεικτικές ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής για να κάνω εξάσκηση.»
	Δημιουργία του θεωρητικού μέρους αποκλειστικά από TN	Ανατροφοδότηση για αδύναμα σημεία της δικής μου ανάλυσης	«Η TN μου έδειξε ότι δεν είχα συνδέσει καλά τη θεωρία με το παράδειγμα.»
	Δημιουργία των κεφαλαίων της εργασίας από την TN την παραμονή της λήξης κατάθεσης.	Δημιουργία προσωπικού χρονοδιαγράμματος συγγραφής	«Η TN με βοήθησε να φτιάξω πρόγραμμα για να παραδώσω έγκαιρα την εργασία.»
	Δημιουργία παραπλανημένων (μεροληπτικών, biased) παραδειγμάτων	Παροχή εναλλακτικών επεξηγήσεων σε δικά μου παραδείγματα	«Η TN με καθοδήγησε να δω μια διαφορετική ερμηνεία για το παράδειγμα που είχα γράψει.»
	Απόδοση της εργασίας ως προσωπική δημιουργία ενώ «γράφτηκε» από TN	Χρήση TN για βελτίωση της ροής μεταξύ παραγράφων	«Η TN μου πρότεινε καλύτερη μετάβαση ανάμεσα στις ενότητες που έγραψα.»