

# Sztuczna inteligencja i media społecznościowe w życiu ucznia – szansa edukacyjna CZY nowe zagrożenie?

DANIELA BARTOSIAK



## WSTĘP – SZKOŁA W EPOCE ALGORYTMÓW

Współczesna szkoła funkcjonuje w rzeczywistości, w której technologia cyfrowa przestała być dodatkiem, a stała się integralnym elementem codziennego życia uczniów. Smartfon, media społecznościowe oraz narzędzia oparte na sztucznej inteligencji towarzyszą dzieciom i młodzieży niemal nieustannie – w domu, w drodze do szkoły, a często również w jej murach. Uczniowie korzystają z nich intuicyjnie, szybko i bezrefleksyjnie, podczas gdy dorośli – nauczyciele i rodzice – próbują nadążyć za dynamicznymi zmianami technologicznymi.

Szczególnym wyzwaniem ostatnich lat jest gwałtowny rozwój sztucznej inteligencji (AI), która coraz częściej wykorzystywana jest do odrabiania prac domowych, pisania wypracowań czy rozwiązywania zadań. Jednocześnie media społecznościowe, działające w oparciu o algorytmy dopasowujące treści do użytkownika, silnie wpływają na koncentrację, motywację i samoocenę uczniów. Pojawia się zatem pytanie: czy nowe technologie stanowią dla szkoły szansę edukacyjną, czy raczej kolejne źródło zagrożeń rozwojowych?

## SZTUCZNA INTELIGENCJA W RĘKACH UCZNIA

Sztuczna inteligencja to systemy komputerowe zdolne do analizowania danych, uczenia się na podstawie doświadczeń oraz generowania odpowiedzi przypominających ludzkie działanie. Dla uczniów AI jest przede wszystkim szybkim i łatwo dostępnym narzędziem – wystarczy kilka sekund, aby uzyskać gotową odpowiedź, streszczenie lektury czy nawet pełne wypracowanie.

Z jednej strony AI może realnie wspierać proces uczenia się. Może pomagać w zrozumieniu trudnych tematów, tłumaczyć zagadnienia innym językiem, wspierać uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi czy rozwijać zainteresowania. W odpowiednio prowadzonym procesie dydaktycznym sztuczna inteligencja może stać się nowoczesnym korepetytorem.

Z drugiej jednak strony niekontrolowane korzystanie z AI niesie poważne konsekwencje. Uczniowie coraz częściej rezygnują z samodzielnego myślenia, analizy i formułowania własnych wniosków. Gotowe odpowiedzi osłabiają proces uczenia się, prowadzą

## DANIELA BARTOSIAK

do powierzchownej wiedzy oraz utrwalają postawę minimalnego wysiłku. W skrajnych przypadkach dochodzi do zaniku podstawowych kompetencji poznawczych, takich jak krytyczne myślenie, kreatywność czy umiejętność argumentowania.

## SZTUCZNA INTELIGENCJA W RĘKACH UCZNIA – OPISY PRZYKŁADÓW PRZEDMIOTOWYCH

### KLASA II SZKOŁY PODSTAWOWEJ

#### ► Edukacja polonistyczna

**Przypadek:** Ola i opis zwierzęcia

**Zastosowanie AI:** tworzenie opisu

**Cel dydaktyczny:**

- rozwijanie umiejętności opowiadania własnymi słowami
- budowanie samodzielności

**Pytanie do ucznia:**

Czy potrafisz opowiedzieć to własnymi słowami?

#### ► Edukacja matematyczna

**Przypadek:** Kuba i zadanie z matematyki

**Zastosowanie AI:** tłumaczenie krok po kroku

**Cel dydaktyczny:**

- rozumienie sposobu liczenia
- ćwiczenie samodzielnego myślenia

**Pytanie do ucznia:**

Co zrobisz sam, a w czym pomógł komputer?

### KLASA V SZKOŁY PODSTAWOWEJ

#### ► Język polski

**Przypadek:** Bartek i wypracowanie

**Zastosowanie AI:** generowanie tekstu

**Cel dydaktyczny:**

- tworzenie własnych wypowiedzi pisemnych
- rozumienie treści

**Pytanie do ucznia:**

Czy rozumiesz każde zdanie, które oddajesz?

#### ► Historia

**Przypadek:** Ania i trudne pojęcia

**Zastosowanie AI:** upraszczanie informacji

**Cel dydaktyczny:**

- rozumienie pojęć historycznych
- nauka selekcji informacji

**Pytanie do ucznia:**

Jak powiedziałybyś to własnymi słowami?

### KLASA VIII SZKOŁY PODSTAWOWEJ

#### ► Język polski

**Przypadek:** Maja i rozprawka

**Zastosowanie AI:** sprawdzanie argumentów

**Cel dydaktyczny:**

- budowanie argumentacji
- krytyczne myślenie

**Pytanie do ucznia:**

Który argument jest naprawdę twój?

#### ► Matematyka

**Przypadek:** Kacper i zadania

**Zastosowanie AI:** gotowe rozwiązania

**Cel dydaktyczny:**

- samodzielne rozwiązywanie problemów
- przygotowanie do egzaminu

**Pytanie do ucznia:**

Czy umiałbyś rozwiązać podobne zadanie bez pomocy?

### KLASA III LICEUM / TECHNIKUM

#### ► Język polski

**Przypadek:** Natalia i esej

**Zastosowanie AI:** inspiracja, burza mózgów

**Cel dydaktyczny:**

- twórcze pisanie
- samodzielna interpretacja

**Pytanie do ucznia:**

Co w tym tekście jest twoim przemyśleniem?

## SZTUCZNA INTELIGENCJA I MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE W ŻYCIU UCZNIĄ – SZANSA EDUKACYJNA CZY NOWE ZAGROŻENIE?

### ► Wiedza o społeczeństwie / historia

**Przypadek:** Michał i prace pisemne

**Zastosowanie AI:** pisanie za ucznia

**Cel dydaktyczny:**

- formułowanie opinii
- uczciwość akademicka

**Pytanie do ucznia:**

Czy potrafisz obronić swoje stanowisko?

### UNIWERSALNE PRZEDMIOTY (KAŻDY ETAP)

#### ► Informatyka

**Zastosowanie:** świadome korzystanie z AI

**Cel dydaktyczny:**

- kompetencje cyfrowe
- etyka technologii

**Pytanie do ucznia:**

Kiedy AI pomaga, a kiedy szkodzi?

#### ► Godzina wychowawcza

**Zastosowanie:** rozmowa o odpowiedzialności

**Cel wychowawczy:**

- kształtowanie postaw
- samodzielność i uczciwość

**Pytanie do ucznia:**

Jak chcesz korzystać z technologii?

### MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE A KONCENTRACJA I MOTYWACJA DO NAUKI

Media społecznościowe, takie jak TikTok, Instagram czy YouTube, zostały zaprojektowane w taki sposób, aby jak najdłużej zatrzymać użytkownika przed ekranem. Algorytmy analizują zachowania ucznia i dostarczają mu treści, które wywołują silne emocje, szybkie reakcje i natychmiastową gratyfikację.

Konsekwencją tego procesu jest znaczące obniżenie zdolności koncentracji. Uczniowie przyzwyczajeni do krótkich, dynamicznych materiałów wideo mają trudność z dłuższym skupieniem się na lekcji, czytaniem tekstów czy wykonywaniem zadań wymagających wysiłku umysłowego. Nauka zaczyna być postrzegana jako nudna i zbyt wymagająca w porównaniu z atrakcyjnym światem online.

Dodatkowo media społecznościowe wpływają na motywację i samoocenę młodych ludzi. Ciągłe porównywanie się z innymi, presja popularności i liczby polubień może prowadzić do obniżonego poczucia własnej wartości, lęku społecznego oraz zjawiska FOMO (*fear of missing out*), czyli lęku przed byciem pominiętym. Szkoła coraz częściej musi mierzyć się nie tylko z problemami dydaktycznymi, ale także z emocjonalnymi skutkami funkcjonowania uczniów w cyfrowym świecie.

### FAKE NEWSY, DEEPPAKE I KRYZYS ZAUFANIA DO INFORMACJI

Kolejnym wyzwaniem, przed którym stoi szkoła, jest problem dezinformacji. Uczniowie każdego dnia stykają się z ogromną ilością treści, których nie potrafią krytycznie ocenić. Fake newsy, zmanipulowane obrazy, a nawet realistyczne filmy typu deepfake stają się coraz trudniejsze do rozpoznania.

Brak umiejętności weryfikowania źródeł informacji prowadzi do powielania fałszywych treści, kształtowania błędnych przekonań oraz podatności na manipulację. W tym kontekście edukacja medialna przestaje być dodatkiem, a staje się jednym z kluczowych zadań szkoły. Uczeń powinien nauczyć się nie tylko korzystać z technologii, ale także rozumieć jej mechanizmy i zagrożenia.

## JAK ROZPOZNAĆ FAKE NEWSY I DEEPPFAKE? – WSKAZÓWKI DLA UCZNIÓW

### ► Klasy I-III szkoły podstawowej

Co sprawdzić?	Prosta wskazówka dla ucznia
Emocje	Jeśli coś bardzo straszy albo bardzo śmieszy – zapytaj dorosłego
Źródło	Czy wiesz, kto to napisał lub nagrał?
Obrazek	Czy obrazek wygląda jak bajka lub coś dziwnego?
Nagłówek	Czy tytuł krzyczy lub obiecuje cud?
Reakcja	Zanim coś pokażesz innym – zapytaj rodzica lub nauczyciela

**Hasło dla ucznia:** Nie wszystko, co jest w Internecie, jest prawdziwe.

### ► Klasy IV-VI szkoły podstawowej

Na co zwrócić uwagę?	Jak to sprawdzić?
Autor	Sprawdź, kto stworzył treść
Data	Czy informacja jest aktualna?
Język	Czy tekst jest pełen emocji i ocen?
Obraz / film	Czy obraz pasuje do treści?
Inne źródła	Czy inne strony piszą to samo?

### ► Klasy VII-VIII szkoły podstawowej

Kryterium	Pytania kontrolne
Źródło informacji	Czy to wiarygodna strona lub instytucja?
Intencja	Po co ktoś to opublikował?
Manipulacja	Czy treść próbuje mną sterować?
Deepfake	Czy ruch ust i mimika wyglądają naturalnie?
Potwierdzenie	Czy znajdę potwierdzenie w 2-3 źródłach?

**Zasada:** Zatrzymaj się – pomyśl – sprawdź.

**Zasada krytyczna:** Nie udostępniaj, jeśli nie jesteś pewien.

### Szkoły ponadpodstawowe

Obszar analizy	Wskazówki praktyczne
Autor i instytucja	Sprawdź kompetencje autora
Źródła pierwotne	Dotrzyj do oryginalnych danych
Kontekst	Czy informacja nie została wyrwana z kontekstu?
Deepfake i AI	Zwróć uwagę na szczegóły obrazu i dźwięku
Odpowiedzialność	Zastanów się nad skutkami udostępniania

**Zasada dojrzałości cyfrowej:** Odpowiedzialność za informację jest także po stronie odbiorcy.

## SZTUCZNA INTELIGENCJA I MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE W ŻYCIU UCZNIĄ – SZANSA EDUKACYJNA CZY NOWE ZAGROŻENIE?

### ROLA NAUCZYCIELA – OD KONTROLI DO PRZEWODNICTWA

W obliczu dynamicznego rozwoju technologii rola nauczyciela ulega istotnej zmianie. Kontrola i zakazy okazują się nieskuteczne, a często prowadzą do oporu ze strony uczniów. Znacznie ważniejsze staje się budowanie świadomości, odpowiedzialności i kompetencji cyfrowych.

Nauczyciel powinien pełnić rolę przewodnika, który pokazuje, jak mądrze korzystać z technologii. Obejmuje to rozmowy o etyce korzystania z AI, zasadach samodzielnej pracy, ochronie prywatności oraz higienie cyfrowej. Kluczowe jest również dostosowanie metod oceniania i form pracy do nowych realiów, tak aby promować proces uczenia się, a nie jedynie efekt końcowy.



Ilustracja 1. Opracowanie własne autora z wykorzystaniem narzędzi wspomagających AI (ChatGPT)

### ROLA RODZICÓW – WSPÓŁPRACA ZAMIAST KONFLIKTU

Rodzice często czują się bezradni wobec cyfrowych nawyków swoich dzieci. Brak wiedzy technologicznej oraz szybkie tempo zmian prowadzą do napięć i konfliktów. Tymczasem skuteczne wsparcie dziecka wymaga dialogu, zainteresowania i wspólnego ustalania zasad korzystania z technologii.

Rodzice powinni być wzorem odpowiedzialnego korzystania z mediów cyfrowych, dbać o równowagę między światem online i offline oraz reagować

na sygnały przeciążenia technologicznego. Współpraca szkoły i rodziny jest w tym zakresie niezbędna, aby działania wychowawcze były spójne i skuteczne.

### DOBRE PRAKTYKI – TECHNOLOGIA JAKO NARZĘDZIE ROZWOJU

Coraz więcej szkół wdraża rozwiązania, które pokazują, że technologia może wspierać rozwój ucznia. Projekty edukacyjne z wykorzystaniem AI, zajęcia z edukacji medialnej, praca metodą projektu czy nauka programowania uczą odpowiedzialnego i twórczego korzystania z narzędzi cyfrowych.



Ilustracja 2. Opracowanie własne autora z wykorzystaniem narzędzi wspomagających AI (ChatGPT)

Kluczowe jest, aby technologia była środkiem do osiągnięcia celów edukacyjnych, a nie celem samym w sobie. Tylko wtedy stanie się realnym wsparciem w procesie kształcenia.

## PRZYKŁADY DOBRZYCH PRAKTYK – TECHNOLOGIA JAKO NARZĘDZIE ROZWOJU UCZNIĄ

### EDUKACJA WCZESNOSZKOLNA (KLASY I-III)

#### 1. AI jako pomoc w rozumieniu, nie w wykonywaniu pracy

**Przykład:** Uczniowie korzystają z aplikacji edukacyjnej lub prostego asystenta AI, który tłumaczy zadania matematyczne krok po kroku, bez podawania gotowego wyniku. Dzieci samodzielnie rozwiązują podobne zadania na kartach pracy.

#### Efekt:

- rozwój logicznego myślenia
- wzrost samodzielności
- budowanie poczucia sprawczości

#### 2. Cyfrowe opowiadanie historii

**Przykład:** Uczniowie tworzą krótką historyjkę, a technologia służy jedynie do nagrania głosu lub zilustrowania opowieści. Treść powstaje wcześniej na kartce.

#### Efekt:

- rozwój językowy
- kreatywność
- współpraca w grupie

### SZKOŁA PODSTAWOWA – KLASY IV-VI

#### 3. Projekty interdyscyplinarne

**Przykład:** Projekt „Moja miejscowość dawniej i dziś” – uczniowie zbierają informacje, porównują źródła internetowe i książkowe, a następnie przygotowują prezentację multimedialną.

#### Efekt:

- selekcja informacji
- praca zespołowa
- edukacja medialna

## SZTUCZNA INTELIGENCJA I MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE W ŻYCIU UCZNIĄ – SZANSA EDUKACYJNA CZY NOWE ZAGROŻENIE?

### 4. Nauka programowania przez działanie

**Przykład:** Na informatyce uczniowie programują proste gry lub animacje, rozwiązując konkretne problemy (np. zaprogramowanie quizu z historii).

**Efekt:**

- logiczne myślenie
- rozwiązywanie problemów
- cierpliwość i wytrwałość

### SZKOŁA PODSTAWOWA – KLASY VII-VIII

### 5. AI jako narzędzie refleksji

**Przykład:** Uczniowie piszą rozprawkę, a następnie wykorzystują AI do analizy argumentów lub sprawdzenia spójności tekstu. Poprawki wykonują samodzielnie.

**Efekt:**

- rozwój krytycznego myślenia
- doskonalenie warsztatu pisarskiego
- odpowiedzialność za własną pracę

### 6. Edukacja medialna w praktyce

**Przykład:** Na godzinie wychowawczej uczniowie analizują przykłady fake newsów i deepfake'ów, ucząc się weryfikacji informacji.

**Efekt:**

- świadomość zagrożeń
- umiejętność krytycznej analizy
- odpowiedzialność cyfrowa

### SZKOŁY PONADPODSTAWOWE

### 7. Projekty badawcze z wykorzystaniem technologii

**Przykład:** Uczniowie realizują projekty badawcze (np. ankiety społeczne), wykorzystując narzędzia cyfrowe do zbierania i analizy danych, a wnioski formułują samodzielnie.

**Efekt:**

- myślenie analityczne
- praca z danymi
- samodzielność intelektualna

### 8. AI jako wsparcie planowania i uczenia się

**Przykład:** Uczniowie uczą się wykorzystywać AI do planowania nauki, tworzenia map myśli lub porządkowania materiału, nie do pisania prac za nich.

**Efekt:**

- organizacja pracy własnej
- odpowiedzialność
- przygotowanie do dalszej edukacji

### DOBRA PRAKTYKA WSPÓLNA DLA WSZYSTKICH ETAPÓW

### 9. Zasady korzystania z technologii

**Przykład:** Szkoła wspólnie z uczniami i rodzicami ustala kodeks odpowiedzialnego korzystania z technologii, uwzględniający cele edukacyjne i dobro ucznia.

**Efekt:**

- spójność działań wychowawczych
- większa świadomość
- bezpieczeństwo cyfrowe

### PODSUMOWANIE

Technologia staje się realnym wsparciem rozwoju ucznia tylko wtedy, gdy jest narzędziem do myślenia, tworzenia i współpracy, a nie sposobem na skrócenie drogi edukacyjnej. Dobre praktyki pokazują, że kluczowe znaczenie ma mądre prowadzenie ucznia przez świat cyfrowy.

### ZAKOŃCZENIE – TECHNOLOGIA W SŁUŻBIE RELACJI, NIE ZAMIAST NICH

Sztuczna inteligencja i media społecznościowe są trwałym elementem współczesnego świata i nie

## DANIELA BARTOSIAK

znikną z życia uczniów. Dynamiczny rozwój technologii sprawia jednak, że szkoła staje dziś przed szczególnym wyzwaniem: nie tyle ograniczania dostępu do narzędzi cyfrowych, ile kształtowania dojrzałych, odpowiedzialnych postaw wobec ich wykorzystania. Edukacja nie może polegać na walce z technologią, lecz na uczeniu świadomego wyboru i umiejętnego korzystania z nowoczesnych możliwości.

W tym procesie kluczową rolę odgrywają relacje międzyludzkie – te najbliższe, budowane w rodzinie, oraz te rozwijane w środowisku szkolnym i rówieśniczym. To właśnie w bezpośrednim kontakcie z drugim człowiekiem dzieci i młodzież uczą się empatii, odpowiedzialności, współpracy i rozumienia emocji. Żadna technologia, nawet najbardziej zaawansowana, nie zastąpi rozmowy, wspólnego przeżywania doświadczeń ani poczucia bycia ważnym i zauważonym.

Rodzina pozostaje pierwszym i najważniejszym środowiskiem wychowawczym. Postawy dorosłych wobec technologii, sposób spędzania wspólnego czasu oraz jakość codziennych relacji mają ogromny wpływ na to, jak młody człowiek funkcjonuje w świecie cyfrowym. Dziecko, które doświadcza uważności, dialogu i bliskości, znacznie rzadziej szuka ich substytutu w wirtualnej rzeczywistości. Relacje rodzinne budowane na rozmowie i wzajemnym zaufaniu stają się naturalnym punktem odniesienia także w korzystaniu z mediów cyfrowych.

Równie istotna jest rola szkoły jako przestrzeni kształtowania relacji społecznych. Przyjaźnie, współpraca w grupie, rozwiązywanie konfliktów czy wspólne projekty uczą kompetencji, których nie da się rozwinąć wyłącznie przed ekranem. Szkoła, która stawia na dialog, współdziałanie i poczucie wspólnoty, pomaga uczniom budować zdrową równowagę między światem online a realnymi kontaktami międzyludzkimi.

Technologia może i powinna wspierać ten proces – ułatwiać komunikację, sprzyjać współpracy, rozwijać zainteresowania i kompetencje przyszłości. Nie może jednak zastępować relacji, wychowania

ani samodzielnego myślenia. Gdy narzędzia cyfrowe zaczynają wypierać bezpośredni kontakt, refleksję i wysiłek intelektualny, przestają pełnić swoją edukacyjną funkcję.

Prawdziwa edukacja opiera się na relacji – nauczyciela z uczniem, rodzica z dzieckiem, rówieśników między sobą. To ona stanowi fundament rozwoju emocjonalnego, społecznego i intelektualnego młodego człowieka. Technologia, wykorzystywana mądrze i odpowiedzialnie, może ten proces wspierać. Nigdy jednak nie powinna stać się jego substytutem. ●

## BIBLIOGRAFIA

1. *Rodzice wobec zagrożeń dzieci w internecie*, NASK – Państwowy Instytut Badawczy, Warszawa 2022.
2. S. Livingstone, A. Blum-Ross, *Parenting for a Digital Future*, Oxford University Press, Oxford 2020.
3. J. Pyżalski, *Agresja elektroniczna i cyberprzemoc jako nowe ryzyka wychowawcze*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2019.
4. Internet Matters, *Children's Wellbeing in a Digital World – Index Report 2024*, London 2024.
5. *Nastolatki 2024. Cyfrowe życie młodzieży w Polsce*, NASK – Państwowy Instytut Badawczy, Warszawa 2025.
6. *Program „Cyfrowe Mosty” – aby mądrze towarzyszyć dzieciom w internecie*. Ministerstwo Cyfryzacji 2025, <https://programcyfrowemosty.pl/>.

## Daniela Bartosiak

Nauczycielka i pedagog, nauczyciel konsultant w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli. Pracuje z młodzieżą oraz kadrą nauczycielską, łącząc kompetencje z zakresu chemii, przyrody, edukacji zdrowotnej, doradztwa zawodowego i edukacji dla bezpieczeństwa z działaniami profilaktycznymi dotyczącymi uzależnień i zachowań ryzykownych. Autorka programów nauczania i materiałów metodycznych, m.in. publikacji „Wybrane narzędzia i techniki aktywnej realizacji treści prozdrowotnych w pracy z uczniami. Projekty edukacyjne. Studium przypadku” oraz „Postępowanie w sytuacjach kryzysowych”. Finalistka Ogólnopolskiego Konkursu „Profilaktyk Roku 2024 – Złote Ogniwko”.