

Artėjant senjorų savaitei vis daugiau dėmesio krypta į vyresnę šalies auditoriją, kuriai gali prireikti pagalbos šiandieniniame greitai besikeičiančiame pasaulyje. Vyresnio amžiaus lietuviai vis dažniau mokosi, kaip naudoti DI įrankius, tačiau jų skaitmeninių įgūdžių lygis vis dar yra žemesnis nei vidutinio europiečio. Julija Markeliūnė, „Telia“ skaitmeninės įtraukties vadovė, teigia, kad DI įgūdžių trūkumas gali padidinti riziką, kad vyresnio amžiaus žmonės išliks dar labiau atskirti nuo aplinkinių.

Žmogui, kuriam sunku naudoti kompiuterį ir išmanųjį telefoną, gali būti sunkiau įsitraukti į gyvenimą, kuris verda internete. Remiantis Europos skaitmeninės ekonomikos ir visuomenės indekso (DESI) [duomenimis](#), pagal vyresnių nei 55 metų amžiaus žmonių skaitmeninius įgūdžius Lietuva atsilieka nuo Europos Sąjungos vidurkio. Šalyje bazinius įgūdžius turi tik kas ketvirtas žmogus (24,82 proc.), o ES šis rodiklis siekia 37 proc.

„Begalė skirtingų DI įrankių gali suklaidinti kiekvieną, o ką kalbėti apie tuos, kurie užaugo dar iki technologijų amžiaus. Todėl daliai vyresnio amžiaus žmonių gali pasirodyti, kad DI su jais „bendrauja“ kitaip. Nors statistika rodo, kad lietuvių virš 55 metų technologinių įgūdžių lygis yra žemesnis nei Europos Sąjungos (ES) vidurkis, skaitmeninio raštingumo mokymuose žmonės aktyviai domisi DI“, – teigia J. Markeliūnė.

Skaitmeniniai įgūdžiai padeda susikalbėti

Vyresnio amžiaus žmonės vis daugiau domisi naujausiomis technologijomis ir tuo, kaip saugiai jomis naudotis. DESI ataskaitoje teigiama, kad lietuvių virš 55 metų skaitmeninio raštingumo įgūdžiai pamažu, bet nuosekliai auga. Tokį augimą lemia tai, kad vis daugiau socialinio gyvenimo persikelia į nuotolinę erdvę.

„Žmonių susidomėjimas skaitmeninio raštingumo mokymais per metus išaugo bene dešimt kartų. Tie, kurie tik susipažino su skaitmeninio pasaulio pagrindais, jau aktyviai užduoda klausimus apie DI įrankius ir nori išmokti juos naudoti. Šiuose mokymuose susitinka moksleiviai, specialistai, darbingo ir vyresnio amžiaus žmonės, kurie tarpusavyje pradeda kalbėti ta pačia šiuolaikinių technologijų kalba“, – sako Rita Karpuvienė, Ryšių reguliavimo tarnybos (RRT) komunikacijos projektų vadovė.

Anot R. Karpuvienės, DI šiuo metu yra viena iš populiariausių mokymų temų. Vyresni žmonės pradeda nuo paprastesnių užduočių, pavyzdžiui, prašo surasti geriausių balandėlių receptą ar padaryti teksto vertimą, ir palaipsniui juda toliau. Didžiąją dalį labai domina DI įrankiai, kurie kuria turinį (angl. Generative AI).

„DI vyresniems žmonėms leidžia daugiau eksperimentuoti ar net pagražinti nuotraukas. Pavyzdžiui, su „ChatGPT“ jie gali sukurti laišką, nuotrauką-sveikinimą artimųjų gimtadienio proga arba juokingą paveikslėlį, kurį senjorai vėliau siunčia savo vaikams ar anūkams. Tai leidžia sumažinti technologinę atskirtį, nes vyresni žmonės pradeda aktyviai dalyvauti diskusijose socialinėse medijose ir bendrauti su kitais internete“, – teigia „Telia“ skaitmeninės įtraukties vadovė.

Kokie įrankiai senjorams paprasčiausi?

Pasak J. Markeliūnės, dalis vyresnio amžiaus žmonių pradeda naudoti DI po to, kai jie išbando įrankius ir pamato realią jų naudą. Pavyzdžiui, „Google“ paieškos puslapio viršuje esanti temos santrauka, kurią sudaro „Gemini“ įrankis. „Copilot“ ar „Perplexity“ gali padėti daug paprasčiau rasti informaciją, kurti tekstus arba planuoti žmogaus kasdienę veiklą.

„Vyresnio ir darbingo amžiaus žmonės pažintį su DI pradeda nuo populiariausių įrankių. „ChatGPT“ ir „Google Gemini“ jiems padeda susidaryti pirminių sąrašą, parašyti originalų gimtadienio sveikinimą buvusiems kolegoms. Šios programos taip pat gali išversti tekstą į kitą kalbą“, – sako skaitmeninės įtraukties vadovė.

RRT vykdo skaitmeninio raštingumo programą „Nė vienas nėra pamirštas“, kur dalyvauja „Telia“ savanoriai. Projekto tikslas – geriau supažindinti vyresnio amžiaus žmones su galimybėmis internete ir saugiu naršymu. Mokymų metu savanoriai vyksta į įvairius Lietuvos kampelius bei veda nuotolines paskaitas. Taip jie padeda žmonėms suprasti, kaip saugiai naudotis technologijomis, nepapulti į sukčių pinkles ir daugybę kitų dalykų.

Anot J. Markeliūnės, jei visgi nedrąsu atirai klausti klausimų ar mokymuose susipažinti su DI įrankiais, tai galima padaryti jums patogioje vietoje. „Telia“ salonuose galima nesigėdijant su specialistais konsultuotis saugumo internete klausimais būtent tam skirtomis senjorų valandomis. Skaitmeninės įtraukties iniciatyvos vietas ir laikus galite rasti [čia](#).

