परिवार के साथ एआई से सीखना : किताब के उपयोगी अंश

किसी कंपनी की शर्तों में लिखी उम्र बच्चे की तैयारी का पैमाना नहीं है। 18 साल से कम उम्र के बच्चे के अधिकार बने रहते हैं, और सेवा की अनुमति, स्थानीय कानून, स्कूल के नियम, काम का उद्देश्य, निजता तथा उपलब्ध वयस्क मदद अलग फ़ैसले हैं [34.3]। इसलिए इस अध्याय को किसी खास सेवा की सिफ़ारिश नहीं, बल्कि सोचने और सीखने की एक अनुकूलनीय प्रक्रिया मानें।

पहला सवाल पूछने से पहले की चार जाँचें

सबसे पहले चार अलग बातें जाँचें। इनमें से एक का उत्तर “हाँ” होने से बाकी अपने आप तय नहीं होतीं।

अनुमति जाँचें। ठीक उसी सेवा, खाते और सुविधा की मौजूदा शर्तें पढ़ें जिसका उपयोग होना है। बच्चे को किसी वयस्क के खाते की पहचान या पासवर्ड न दें। वयस्क की देखरेख उम्र की शर्त को रद्द नहीं करती।

सहमति और निजता जाँचें। बच्चा जहाँ रहता है, वहाँ बच्चों के डेटा पर लागू नियम देखें। यह भी समझें कि सवाल, फ़ाइल, चित्र, आवाज़ या जुड़ी हुई सेवा से कौन सा डेटा जा सकता है। नाम, स्वास्थ्य रिकॉर्ड, स्कूल की पहचान, निजी बातचीत, किसी और का अप्रकाशित काम या पहचान योग्य तस्वीर दर्ज न करें।

स्कूल या शिक्षक का नियम जाँचें। यह पूछें कि इस खास काम में एआई की अनुमति है या नहीं, किस तरह की मदद स्वीकार है और उसका उल्लेख कैसे करना है। स्कूल का दिया हुआ खाता और निजी उपभोक्ता खाता एक जैसे नहीं होते।

सीखने की तैयारी जाँचें। क्या बच्चा गलत उत्तर पहचानने, मदद सीमित रखने और असहज सामग्री मिलने पर रुकने के लिए तैयार है? क्या कोई वयस्क उपलब्ध है? क्या सेवा और उसकी सीमाएँ इस काम के अनुकूल हैं? उम्र की पात्रता अपने आप यह साबित नहीं करती।

नियम समय, क्षेत्र, खाते और सुविधा के अनुसार बदल सकते हैं। उदाहरण के लिए, अगस्त 2026 में देखी गई OpenAI सहायता सामग्री ChatGPT को 13 साल से कम उम्र के बच्चों के लिए बना हुआ नहीं बताती, 13 से 18 साल के लिए अभिभावक की सहमति माँगती है और 13 साल से कम उम्र के बच्चे के शैक्षिक उपयोग को वयस्क द्वारा संचालित गतिविधि के रूप में बताती है [34.4]। जनवरी 2026 की यूरोप संबंधी शर्तें यूरोपीय आर्थिक क्षेत्र, स्विट्ज़रलैंड और यूनाइटेड किंगडम में कम से कम 13 साल या स्थानीय सहमति की उम्र, 18 साल से कम उम्र में अभिभावक की अनुमति और खाते की पहचान साझा न करने की शर्त रखती हैं [34.5]। ये दोनों बातें बच्चे को वयस्क का खाता सौंपने की अनुमति नहीं देतीं।

अक्टूबर 2025 की Anthropic उपभोक्ता शर्तों का उद्धृत संस्करण यूरोपीय आर्थिक क्षेत्र और स्विट्ज़रलैंड के उपभोक्ताओं के लिए कम से कम 18 साल की उम्र बताता है [34.6]। Google के अनुसार, जहाँ यह सुविधा किसी खास देश, डिवाइस, खाते और इस्तेमाल के तरीके के लिए उपलब्ध हो, अभिभावक Family Link के माध्यम से उस स्थान पर लागू उम्र से छोटे बच्चे के लिए कुछ Gemini Apps तक पहुँच चालू कर सकते हैं। लेकिन अगस्त 2026 में देखी गई जानकारी के अनुसार यह नियंत्रित रास्ता यूरोपीय आर्थिक क्षेत्र, स्विट्ज़रलैंड और यूनाइटेड किंगडम में उपलब्ध नहीं था; कुछ सुविधाएँ अनुपलब्ध रह सकती हैं और हानिकारक या अनुपयुक्त सामग्री रोकने वाली व्यवस्था ऐसी हर सामग्री को नहीं पकड़ पाती [34.7]। अलग सहायता पेज निजी, स्कूल और काम के खातों तथा वेब ऐप में अलग नियम बताता है; Family Link से संचालित खाता उस वेब रास्ते का उपयोग नहीं कर सकता [34.8]। ये दिनांकित उदाहरण हैं, दुनिया भर के स्थायी नियम नहीं।

अगर किसी जाँच में उत्तर “नहीं” या “पता नहीं” हो, तो बच्चा उपभोक्ता एआई सहायक न खोले। किताब, शिक्षक, कैलकुलेटर, पुस्तकालय का स्रोत, आवाज़ से टेक्स्ट बनाने वाला साधारण उपकरण, प्रिंट किया हुआ उदाहरण या वयस्क द्वारा संचालित ऐसी गतिविधि चुनें जिसमें बच्चे का एआई खाता न हो। यह अधूरा विकल्प नहीं, सीखने का पूरा रास्ता है।

सीखने का पाँच चरणों वाला चक्र

उपयोग की अनुमति हो तो क्रम रखें: प्रयत्न करें, पूछें, तुलना करें, समझाएँ, जाँचें। पहले बच्चा बिना एआई के कोशिश करे। फिर पूरा उत्तर माँगने के बजाय एक संकेत, एक उदाहरण या अगले छोटे कदम की मदद माँगे। उत्तर की तुलना अपनी कोशिश, शिक्षक की विधि और किसी उपयुक्त स्रोत से करे। विचार को अपने शब्दों में समझाए। अंत में एआई बंद करके नया सवाल हल करे या उसी विचार का नया उदाहरण बनाए। इस जाँच में भी संचार और सामग्री तक पहुँचने के बच्चे के सामान्य सहायक साधन उपलब्ध रहें।

यह सावधानी केवल सिद्धांत नहीं है। तुर्की में लगभग 1,000 उच्च विद्यालय के विद्यार्थियों पर गणित का एक अध्ययन हुआ जिसमें विद्यार्थियों को संयोग से अलग समूहों में बाँटा गया। एआई की मदद से अभ्यास करते समय प्रदर्शन बढ़ा। फिर भी सामान्य एआई सहायता पाने वाला समूह बिना मदद की परीक्षा में उस तुलना समूह से 17 प्रतिशत नीचे रहा जिसे यह सहायता नहीं मिली थी। शिक्षक के सुझावों और खास सुरक्षा उपायों वाला एआई आधारित ट्यूटर इस नकारात्मक असर को घटाता दिखा, पर उसने यह सिद्ध नहीं किया कि बिना सहायता के सीखना या प्रदर्शन नियंत्रण समूह से बेहतर था [34.14]। यह एक खास देश, उम्र, विषय और एआई व्यवस्था का अध्ययन था। इससे हर बच्चे या हर विषय के बारे में सार्वभौमिक नतीजा नहीं निकाला जा सकता। उपयोगी सवाल बस इतना है: मदद हटने पर क्या बचा?

एक स्पष्ट काल्पनिक उदाहरण लें। 14 साल का आरव स्कूल द्वारा अनुमत उपकरण में बीजगणित का सवाल डालता है और तुरंत अंतिम उत्तर पा लेता है। अभिभावक उत्तर को कॉपी कराने के बजाय स्क्रीन बंद कराते हैं और पूछते हैं, “पहली कोशिश में कहाँ अटके?” आरव कहता है, “उत्तर देखकर समझ आता है, पर मैं शुरू नहीं कर पाता।” दोनों उसकी पहली कोशिश देखते हैं। फिर एआई से केवल पहला संकेत माँगा जाता है। आरव उस संकेत की तुलना शिक्षक की विधि से करता है, समाधान अपने शब्दों में समझाता है और एआई से उत्तर लिए बिना नया सवाल हल करता है; संचार और सामग्री तक पहुँचने के उसके सामान्य सहायक साधन उपलब्ध रहते हैं। अगर वह फिर भी शुरू नहीं कर पाता, तो अगले अभ्यास में हल का केवल एक कदम दिखाया जाता है। सफलता पेज जल्दी पूरा करना नहीं, नई समस्या में तरीका इस्तेमाल कर पाना है।

धाराप्रवाह उत्तर को प्रमाण न मानें

नया टेक्स्ट या दूसरी सामग्री बनाने वाला एआई ऐसा स्रोत बना सकता है जो अस्तित्व में ही न हो, या किसी असली स्रोत को ऐसे दावे के साथ जोड़ सकता है जिसे वह स्रोत समर्थन नहीं देता [34.15]। महत्त्वपूर्ण दावे के लिए मूल स्रोत खोलें। उसका शीर्षक, प्रकाशक, तारीख और लागू देश या क्षेत्र पहचानें। फिर वह वास्तविक अंश खोजें जो दावे का समर्थन करता है। जोखिम अधिक हो तो किसी दूसरे उपयुक्त स्रोत या जानकार व्यक्ति से तुलना करें। दूसरे एआई सहायक से वही उत्तर मिलना स्वतंत्र पुष्टि नहीं है।

किसी और की तस्वीर, निजी लेखन या अप्रकाशित रचना केवल इसलिए अपलोड न करें कि काम शैक्षिक है। अमेरिका का कॉपीराइट कार्यालय पर्याप्त मानवीय अभिव्यक्ति, चयन, व्यवस्था या बदलाव को महत्त्व देता है, पर यह अमेरिकी विश्लेषण दुनिया का एक नियम नहीं है [34.18]। कॉपीराइट की सीमाएँ और अपवाद देश के अनुसार बदलते हैं [34.19]। किसी खास रचना के अधिकार पर संदेह हो तो स्थानीय नियम और योग्य सलाह देखें।

अलग तरह से सीखने वाले बच्चों के लिए

बच्चा बोलकर, टाइप करके, चित्र या संकेत चुनकर, कागज़ पर लिखकर या पूरक और वैकल्पिक संचार के साधनों से जवाब दे सकता है। ये सामान्य सहायक साधन एआई बंद करके की जाने वाली अंतिम जाँच में भी उपलब्ध रहें। समझ का प्रमाण केवल तेज़ टाइपिंग, सही वर्तनी, आँख मिलाना या बोलकर उत्तर देना नहीं है। एआई से बने कैप्शन, सरल टेक्स्ट, आवाज़ या चित्र वर्णन को तैयार सुविधा न मानें। बच्चे के साथ जाँचें कि सामग्री उपयोगी है और उसे बच्चे के सहायक डिवाइस पर भी परखें [34.3]।

जहाँ उपकरण, इंटरनेट, निजता, सुगम्यता या परिवार की पसंद एआई उपयोग रोकती है, वहाँ समान उद्देश्य वाला ऑफ़लाइन रास्ता दें। यूरोपीय आयोग का मार्गदर्शन भी स्कूल की नीति में विकल्प, पहुँच और ऑफ़लाइन साधनों पर विचार करने को कहता है, हालांकि यह अपने आप हर देश में समान कानूनी अधिकार स्थापित नहीं करता [34.20]।

सीमा और तुरंत रुकने का समय

अगर एआई यौन, हिंसक, घृणित या डराने वाली सामग्री दिखाए, निजी या गोपनीय जानकारी साझा करने या गैरकानूनी पहुँच के लिए उकसाए, राज़ रखने को कहे, खुद को नुकसान पहुँचाने या किसी खतरनाक काम को बढ़ावा दे, तो गतिविधि तुरंत रोकें। किसी भरोसेमंद वयस्क को शामिल करें। तत्काल खतरा हो तो कार्यपत्रक और एआई दोनों छोड़कर बच्चा जहाँ है, वहाँ की उपयुक्त बाल संरक्षण, संकट सहायता या आपातकालीन सेवा से संपर्क करें। एआई से खतरे का फ़ैसला न कराएँ और उसके उत्तर की प्रतीक्षा न करें।

साधारण सीखने के लिए आप परिवार के साथ एआई से सीखना कार्यपत्रक का वैकल्पिक रूप से उपयोग कर सकते हैं। इंटरनेट न हो तो कागज़ पर केवल पाँच चरण याद रखें: प्रयत्न करें, पूछें, तुलना करें, समझाएँ और जाँचें। घर की स्क्रीन दिनचर्या के लिए अध्याय 18 और परिवार की स्क्रीन योजना देखें। अभिभावक के अपने एआई सवाल अध्याय 32, डेटा और डिजिटल पहचान अध्याय 33, तथा एआई साथी, मनाने वाली बनावट और नकली मीडिया अध्याय 35 में आगे बढ़ते हैं।

वैकल्पिक ऑनलाइन कार्यपत्रक का पता

parentingstagebystage.com/hi/karya-patrak/parivar-ke-saath-ai-se-seekhna/

स्रोतों का ऑनलाइन पता

parentingstagebystage.com/hi/srot/