

Umělá inteligence jako pomocník i riziko. Jak si k ní vytvořit zdravý vztah?

18.8.2026 - | Charita ČR

Umělá inteligence se stále více stává součástí našeho každodenního života. Dokáže poradit, usnadnit práci nebo během několika sekund zpracovat množství informací, které by člověku zabralo výrazně více času. Zároveň s sebou ale přináší otázky spojené se závislostí, bezpečností nebo tím, zda ještě dokážeme rozeznat skutečnost od obsahu vytvořeného umělou inteligencí. O jejích možnostech i rizicích mluví v podcastu ChariTALK odborník a lektor umělé inteligence Martin Krček.

Co v podcastu uslyšíte:

- Jak začít používat umělou inteligenci a k čemu může být užitečná?
- Jak si k AI vytvořit zdravý vztah a nestát se na ní závislými?
- Poznáme ještě, zda jsou fotografie, videa nebo hlasy skutečné?
- Jak může umělá inteligence pomáhat neziskovým organizacím, vědě a lékařství?
- A jaké dopady má rozvoj AI na životní prostředí?
- A mnoho dalšího...

Umělá inteligence může podle Martina Krčka fungovat jako pomocník, kterého máme prakticky neustále po ruce. Můžeme se jí ptát na každodenní věci, požádat ji o vysvětlení složitého tématu, využít ji při práci nebo s ní hledat řešení konkrétního problému.

"Já si to představuju tak, že mám toho kámoše, který dneska může být v tom mobilním telefonu nebo na tom desktopu na počítači, se kterým se můžu kdykoliv o čemkoliv poradit,"

říká Martin Krček.

Důležité ale je naučit se AI používat jako nástroj, nikoliv jako náhradu vlastního přemýšlení nebo mezilidských vztahů. V rozhovoru zmiňuje i zkušenost se studentem, který si z umělé inteligence vytvořil nejlepšího kamaráda, postupně se začal vzdalovat okolnímu světu a nakonec musel vyhledat odbornou pomoc. Právě mladí lidé se podle něj teprve učí, jak si k novým technologiím nastavit zdravý vztah.

S rozvojem umělé inteligence se zároveň stále snadněji vytvářejí falešné fotografie, videa i zvukové nahrávky. K napodobení hlasu může v některých případech stačit jen několik sekund záznamu. Podvodníci tak mohou například zavolat blízkým člověka jeho hlasem a pokusit se je přesvědčit, že se ocitl v nouzi.

Jednou z možností ochrany je podle něj ověřovat si identitu člověka pomocí informací, které znají pouze blízcí – například společného zážitku nebo předem domluveného slova. Technologie totiž může napodobit hlas, nemusí ale znát konkrétní způsob, jakým spolu dva lidé běžně komunikují.

AI přitom nepřináší pouze rizika. Velký potenciál má například v lékařství a vědě, kde dokáže během krátké doby zpracovat obrovské množství dat. Při vyhodnocování zdravotnických snímků může

upozornit lékaře na místa, kterým by měl věnovat pozornost. Konečné rozhodnutí ale podle Martina Krčka stále zůstává na člověku.

Podobně může umělá inteligence pomoci také neziskovým organizacím, které často nemají dostatek lidí na všechny potřebné činnosti. Dokáže například udělat rešerši, pomoci s přípravou textu nebo zpracovat velké množství podkladů.

"Umělá inteligence byla vytvořená v podstatě pro tady ty neziskovky, protože jim dává to, co oni nemají. To jsou ty ruce,"

říká.

Člověk by měl zůstat tím, kdo rozhoduje

Ani při využívání AI by se podle Krčka neměla vytratit autenticita. V podcastu jako příklad zmiňuje právě Charitu, která si stanovila pravidla pro používání umělé inteligence. Pokud AI pomáhá s textem nebo obrazovým materiálem, měl by za výsledkem stále stát konkrétní člověk, který jej zkontroluje a převezme za něj odpovědnost.

Umělá inteligence se přitom bude dál přesouvat z počítačů a telefonů také do fyzického světa. Roboti mohou v budoucnu pomáhat seniorům, nemocným nebo lidem s omezenou pohyblivostí s běžnými činnostmi, které pro ně mohou být obtížné. Podle Krčka si navíc lidé na jejich přítomnost pravděpodobně zvyknou překvapivě rychle.

Vedle velkých možností ale zůstává i zásadní riziko: každý mocný nástroj lze využít také proti lidem.

"My nevíme, na co to může být zneužitý a vždycky je skupina lidí, která to bude chtít zneužít, jako použili cokoliv jiného,"

upozorňuje odborník na umělou inteligenci.

Pro ty, kteří s umělou inteligencí teprve začínají, má přitom jednoduchou radu: dát jí šanci a postupně zjišťovat, co dokáže a kde má své limity. Zároveň je potřeba její výstupy ověřovat a nepřestávat používat vlastní úsudek. Jak ukazuje i jeho přirovnání k létání, nové technologie vyžadují důvěru, ale také zodpovědnost a kontrolu.

Martin Krček

Odborník, školitel a lektor v oblasti umělé inteligence. Pomáhá firmám, médiím i neziskovým organizacím pochopit, jak AI využívat smysluplně a s rozumem. Věnuje se praktickému využití nových technologií i otázkám jejich bezpečnosti, rizik a dopadu na každodenní život.

<https://www.charita.cz/aktuality/podcast-charitalk/podcast-charitalk/podcast-charitalk-martin-krcek>