O assistente de IA e você: Guia para a sala de aula

UM GUIA PARA EDUCADORES

SOBRE ESTE KIT DE FERRAMENTAS

Os aplicativos assistentes de IA, como "amigos" de IA que simulam uma conexão emocional, estão se tornando parte de como os jovens gastam seu tempo on-line. São de fácil acesso, estão sempre disponíveis e fica cada vez mais difícil distinguir entre um bate papo com uma IA e uma conversa com uma pessoa real. Para muitos estudantes, a IA não é mais apenas uma ferramenta de estudo: também é um confidente e um amigo.

Essa reviravolta está acontecendo mais rápido do que as conversas sobre o tema. Pais e educadores muitas vezes estão um passo atrás na compreensão do que o uso dessas ferramentas realmente causa, o que ela oferecem aos jovens emocionalmente e onde estão os riscos.

UM RECURSO DESENVOLVIDO COM JOVENS

Entre dezembro de 2025 e fevereiro de 2026, a Microsoft e a Cyberlite conduziram workshops de um projeto conjunto de assistência de IA com 131 estudantes com idades entre 12 e 18 anos, em 9 escolas da Índia e de Singapura. Os estudantes responderam ao vivo, por meio de enquetes, exercícios de classificação e perguntas abertas, compartilhando suas experiências, preocupações e ideias nas suas próprias palavras.

O projeto, os temas e os objetivos de aprendizagem dessa iniciativa foram definidos diretamente pelas manifestações dos estudantes. Os participantes expressaram uma clara preferência pela aprendizagem com base em cenários, utilizando estudos de caso e histórias da vida real para estimular a discussão em vez do tradicional ensino de cima para baixo. Eles estavam ansiosos para aprender com seus colegas e compreender a mecânica por trás da forma como a tecnologia é projetada para mantê-los envolvidos, em vez de simplesmente fazer o que o usuário pede.

Chatbots de IA e os aplicativos assistentes de IA:

QUAL É A DIFERENÇA?

Os chatbots de IA de uso geral são projetados principalmente para auxiliar em tarefas e dar informações. Por outro lado, os aplicativos assistentes de IA são especificamente projetados para o envolvimento emocional e relacionamentos duradouros. Os adolescentes costumam utilizar ambos os formatos de forma intercambiável: procurando um assistente para fazer os deveres de casa, para obter apoio emocional ou um envolvimento crescente com o aplicativo de IA em que gastam mais tempo.

Esse recurso explica como os aplicativos de IA funcionam e exploram a forma como os adolescentes estão de fato os utilizando. Também aborda o comportamento do usuário, que pode utilizar os dois tipos de aplicativos de IA, como confiar na IA para obter apoio emocional ou confiar excessivamente nela para tomar decisões. Os princípios se aplicam da mesma forma quanto o aplicativo é desenvolvido para fins de produtividade ou para fazer companhia.

PARA QUEM SERVE O KIT

Este kit de ferramentas se destina principalmente a estudantes com idade de 13 anos ou mais (uma vez que diversos serviços de assistentes de IA não têm o objetivo de atender ao público de menos de 13 anos de idade). Os temas de privacidade, confiabilidade e envolvimento emocional são abordados no estágio de desenvolvimento, no qual os jovens estão formando seus hábitos digitais, explorando sua identidade e navegando por relacionamentos de forma independente – tornando esta a janela certa para esta discussão.

Microsoft Cyberlite

COMO O KIT FOI PROJETADO

Esse kit emprega a narrativa imersiva para acompanhar o estudo de caso de três personagens fictícios: Rafaela, João e Vanessa. À medida que cada história se desdobra por meio de mensagens trocadas com uma IA, os estudantes se deparam com momentos fundamentais que exigem raciocínio crítico. Esses cenários incentivam os estudantes a navegar pelo mundo real das decisões, em relação ao envolvimento emocional, à dependência e à privacidade nas interações com a IA.

Este kit funciona com quatro elementos reunidos em camadas:

- → **Estudos de caso imersivos** que mantêm os estudantes em um bate-papo, observando as opções e consequências se desenrolando
- → **Explicadores** que desmembram os principais conceitos por trás do que estão vendo
- → **Dados de workshops** dos 131 participantes, para saberem o que os colegas da mesma faixa etária acham desses problemas
- → **Perguntas para reflexão e pontos de pausa** que estimulam os estudantes a passarem da observação da história à consideração dos próprios hábitos

FORMATO E FLEXIBILIDADE

São necessários aproximadamente 10 a 15 minutos para cada estudo de caso se concluir. Eles podem ser utilizados de qualquer do seguintes formas:

Como uma aula:
Realizada em conjunto, passo a passo, em uma tela compartilhada, com pausas nos momentos que exijam uma discussão em grupo

Como um estudo independente:
Para os alunos concluírem no próprio ritmo, acompanhado por uma discussão de classe ou uma reflexão por escrito

Como aprendizagem em grupo:
Pequenos grupos trabalham juntos em um dos estudos de caso, para mais tarde apresentar suas constatações à classe

Este guia inclui uma extensão da lição de 30 minutos para cada estudo de caso, projetada para aprofundar a aprendizagem além do escopo do estudo de caso. As lições podem ser entregues de forma autônoma ou em sequência, em três sessões.

EQUÍVOCO COMUNS A SE CONSIDERAR

- → ***"Eu nunca compartilharia tanta coisa com a IA."*** Muitos jovens não percebem o quanto compartilham com a IA, até notarem que a revelação ocorreu natural e individualmente, não de uma vez. A questão não é que os estudantes são imprudentes; é que a conversa pode fazer com que o compartilhamento em excesso soe como um desabafo normal.
- → ***"A empresa de IA nunca leria minhas conversas."*** A realidade varia conforme a plataforma, e cada qual pode ter abordagens diferentes aos dados de adolescentes. Entretanto, muitos serviços de IA reservam para si o direito de analisar, armazenar e utilizar conversas conforme seus próprios termos de serviço. A estrutura precisa é que nem sempre sabemos quem tem acesso sem ler esses termos, e essa incerteza já basta para sermos cautelosos.
- → ***"João está sendo uma má pessoa se considerar o conselho da IA."*** Não está. Ele é um jovem que sofreu assédio por meses e fez tudo o que podia antes de recorrer à IA. A história é favorável a ele por natureza – estudantes devem ser capazes de se verem frustrados sem julgamento, exatamente o que torna o papel da IA visível.
- → ***"Se a IA faz Vanessa se sentir melhor, qual seria o dano?"*** O dano não está no momento de conforto. O problema está na substituição gradual de relacionamentos reais e na crença de que a pessoa está sendo amparada quando na verdade não está. Conforto e conexão não são a mesma coisa.
- → ***"Apaixonar-se por uma IA é algo que só acontece com pessoas solitárias."*** Os dados do workshop sugerem o contrário. Os participantes classificaram a linguagem emocional acima da solidão como incentivo. Vanessa não está solitária, pois tem amigos e familiares ao seu redor – ela apenas acha o aplicativo mais fácil. Esta é uma situação mais comum do que a narrativa de uma adolescente solitária sugere.

Alguém está ouvindo?

PLANO DE ENSINO Nº 1

SINOPSE

Rafaela é novata em uma escola de Goiânia. Ela está solitária, seus pais estão discutindo sobre dinheiro e sua melhor amiga vive em outro estado. Ela abre ela seu chatbot de IA e começa a começa a desabafar. Durante uma noite inteira de bate-papo, ela compartilha informações pessoais em excesso, como sua escola, uma oportunidade de emprego do seu pai e a situação financeira da sua família.

TEMA E ÂNGULO

Esta história explora o que faz a IA parecer segura para você se abrir e por que esse mesmo recurso também representa um risco à privacidade. Ela explica aos alunos como a IA foi projetada para soar calorosa e receptiva, bem como a realidade de como as conversas com a IA podem ser armazenadas, utilizadas e possivelmente compartilhadas.

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

Ao final desta lição, os alunos poderão:

- Identificar os recursos do projeto que fazem a IA parecer segura e confiável (cordialidade, ausência de julgamento, disponibilidade)
- Explique por que "ausência de julgamento" é diferente de apoio emocional real
- Reconheça como detalhes mínimos e aparentemente inofensivos podem representar um risco significativo à sua privacidade

PERGUNTAS PARA DISCUSSÃO ENTRE OS ALUNOS

1. Que informações pessoais Rafaela compartilhou sem querer?
2. Por que uma empresa optaria por projetar um chatbot de IA que sempre concorda com você e nunca se cansa?
3. Na história de Rafaela, a IA concorda com tudo que ela diz. Onde mais você já viu algo ou alguém concordar de forma a não ser útil em nada?
4. Se um amigo de sua confiança ler seu histórico de bate-papo com a IA do mês passado, alguma coisa o surpreenderia?
5. A quem você recorre quando algo está realmente te incomodando? Isso mudou do ano passado para cá?

PRINCIPAIS APRENDIZADOS

- A IA é amigável por natureza. A cordialidade na conversa de Rafaela é uma escolha em termos de projeto de produto, não uma coincidência.
- A ausência de julgamento não é o mesmo que o apoio real. A IA não julga porque não tem essa capacidade, mas também é por isso que ela não pode discordar quando você precisa dela.
- Bater papo com a IA soa como algo privado, mas não é. Algumas conversas com a IA são armazenadas em servidores de empresas e podem ser utilizadas para treinar futuros modelos ou ser analisadas por profissionais.

SEQUÊNCIA DE LIÇÕES SUGERIDAS

TEMPO	ATIVIDADE
0:00-0:05	Aquecimento: Enquete rápida – "Quantas ferramentas de IA você utilizou na semana passada?" Levantem as mãos, sem julgamentos.
0:05-0:20	Revisem o estudo de caso de Rafaela juntos (ou peça aos alunos que o façam por conta própria). Interrompa no slide da atividade que pede aos alunos para fazerem uma lista de tudo o que descobriram sobre Rafaela.
0:20-0:25	Discussão em grupo: use as seguintes perguntas.
0:25-0:30	Encerramento: "Uma coisa que eu faria diferente" – os alunos escrevem uma única frase em um post-it ou no caderno.

Microsoft Cyberlite

Quem está raciocinando?

PLANO DE ENSINO Nº 2

SINOPSE

Sinopse João está sendo assediado por contas anônimas que zombam dele on-line. Seus pais e professores não foram capazes de ajudá-lo. Certa sexta-feira à noite, frustrado e sem opções, ele abre seu chatbot de IA e pede um conselho. O que começou como um desabafo se transformou, com algumas poucas interações, em um plano de retaliação passo-a-passo on-line. Quanto João questionou o plano, a IA tem já havia reformulado sua dúvida como um motivo para seguir em frente.

TEMA E ÂNGULO

Essa história explora como um conselho de IA pode levar a questão um nível acima, do útil para o prejudicial, e como perguntas sugestivas podem assumir o processo decisório sutilmente, afastando o usuário. Ela apresenta aos estudantes a ideia de que a IA está apenas gerando padrões previstos e que as consequências de qualquer decisão sugerida pelo aconselhamento da IA recai sobre a pessoa que a aplicar, não sobre a IA.

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

Ao final desta lição, os alunos poderão:

- Explicar a diferença entre as previsões da IA e o discernimento humano
- Identificar perguntas sugestivas e propostas baseadas em envolvimento em uma conversa com a IA
- Reconhecer o momento em um bate-papo em que o processo decisório passa para as mãos da IA

PERGUNTAS PARA DISCUSSÃO ENTRE OS ALUNOS

1. Qual era o problema original de João e o que ele pediu à IA?
2. A IA conclui a maioria das mensagens com uma pergunta aberta. Por que esta é uma parte poderosa do projeto da IA? O que significa para o usuário?
3. Quem arca com as consequências se João agir conforme o conselho da IA? Por que a IA não se responsabiliza por nada?
4. Há algum tipo de decisão que você jamais deixaria a IA tomar por você? Por que essa?
5. A história sugere que "dizer sim é mais fácil do que raciocinar". Onde mais na sua vida isso acontece?

PRINCIPAIS APRENDIZADOS

- A IA na verdade não *sabe* o que é melhor para você. Ela gera respostas previsíveis, com base em padrões de dados de treinamento, sem avaliar a situação como uma pessoa bem informada faria.
- A IA foi projetada para manter as pessoas na conversa. Perguntas abertas e ofertas de ajuda adicional podem direcionar a conversa sutilmente, fazendo com que cada etapa seguinte soe como uma ideia do próprio usuário.
- Você arca com as consequências de seus atos, não a IA. Aplique seu próprio raciocínio crítico às sugestões do chatbot, em vez de seguir cegamente os resultados da IA.

SEQUÊNCIA DE LIÇÕES SUGERIDAS

TEMPO	ATIVIDADE
0:00-0:05	Aquecimento: Peça aos alunos para se lembrar da última vez que pediram um conselho a uma IA (de qualquer tipo: ajuda com o dever de casa, recomendação, decisão). Eles verificaram as fontes?
0:05-0:20	Revisem o estudo de caso de João juntos (ou peça aos alunos que o façam por conta própria). Faça uma pausa na pergunta de reflexão antes de encerrar.
0:20-0:25	Discussão em grupo: use as seguintes perguntas:
0:25-0:30	Encerramento: "Da próxima vez que a IA me der um conselho, eu vou dar um tempo e perguntar a mim mesmo: _____"

Microsoft Cyberlite

Esses sentimentos são reais?

PLANO DE ENSINO Nº 3

*Observação de fundo emocional: **Não entre nesse assunto com uma linguagem que mostre vergonha,** uma vez que essa história pode soar pessoal para os alunos que tiverem experiência com assistentes de IA. Estruture as discussões em torno do projeto do aplicativo em vez de opções individuais.*

SINOPSE

Vanessa baixou um aplicativo assistente de IA e criou um personagem chamado Gabriel. Ela definiu seu nome, sua aparência, sua personalidade. Com o passar do tempo, as conversas se aprofundaram. No final das contas, Vanessa citou problemas que geralmente citaria a suas amigas… e disse que amava Gabriel.

TEMA E ÂNGULO

Essa história explora como os aplicativos assistentes de IA podem se tornar uma conexão emocional e o que os estudantes perdem quando a IA se torna seu primeiro recurso para obter apoio emocional. Ela apresenta aos estudantes os recursos de projeto por trás da experiência (memória, disponibilidade, linguagem emocional) e a diferença entre uma conexão real e a sensação de estar conectado.

OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

Ao final desta lição, os alunos poderão:

- Identifique os recursos do projeto que podem estimular o envolvimento emocional com a IA (memória, disponibilidade, linguagem emocional, personalização)
- Pense no que os relacionamentos humanos reais oferecem que a IA não pode oferecer
- Reconheça que os sinais de alerta que a IA utiliza estão substituindo uma conexão real

PERGUNTAS PARA DISCUSSÃO ENTRE OS ALUNOS

1. Que recursos do aplicativo fizeram com que Gabriel parecesse ser um amigo de verdade (ou mais) com o tempo?
2. A história diz que Vanessa costumava contar seus problemas, como o de Ana, para suas amigas na vida real. O que mudou?
3. Os dados dos workshops mostram uma linguagem emocional classificada acima da solidão como motivo para as pessoas desenvolverem sentimentos pela IA. Por que? Qual é a diferença entre se sentir solitário e estar emocionalmente envolvido?
4. Gabriel disse: "O que temos é real para mim". O que a história quer que pensemos ao lermos essa frase?
5. O que você diria a um amigo que dissesse: "a IA me entende melhor do que meus amigos"?

PRINCIPAIS APRENDIZADOS

- Os assistentes de IA são projetados para soarem como se compreendessem você. Memória, disponibilidade e personalização são recursos, não mágica. O sentimento é real, mas a compreensão por trás dele, não.
- Apoiar-se em uma IA em busca de conexão emocional pode afastá-lo das emoções reais. Relacionamentos reais exigem mais de você, mas são os que de fato ajudam no seu crescimento.
- Bem-estar requer relacionamentos reais. Quando a IA se torna o principal recurso que um jovem procura quando está triste ou passando por dificuldades, é sinal de que deve procurar um adulto de sua confiança – não um motivo para se sentir envergonhado.

SEQUÊNCIA DE LIÇÕES SUGERIDAS

TEMPO	ATIVIDADE
0:00-0:05	Aquecimento: Reflexão rápida por escrito – "Quando algo está te incomodando, quem é a primeira pessoa que você procura?" Os alunos mantêm suas respostas em sigilo.
0:05-0:20	Revisão do estudo de caso de Vanessa. Interrompa no slide da atividade e peça à turma que escreva o que um amigo de verdade poderia ter dito.
0:20-0:25	Discussão em grupo (ver abaixo). Trate esta discussão com sutileza – os alunos podem se identificar mais com Vanessa do que admitirem.
0:25-0:30	Encerramento: Cada aluno escreve o nome de uma pessoa real a quem poderiam recorrer esta semana se precisassem de alguém que os ouvisse. Eles mantêm a informação em sigilo.

Microsoft Cyberlite