# Οι Έλληνες και η AI: Εργασία

Μια έρευνα της διαNEOσις

Θα ως πόρο τις δουλειές. Θα αλλάξει τις γνώσεις και τις δεξιότητες που κρατάνται στον πάρο εργασίας. Θα δημιουργήσει νέες ανάγκες και νέα κατάθεσης. Θα αφανίσει βασικές εργασίες ρουτίνας ή θα μας κάνει δυνατικά κωλβρίς. Θα πούνε απορράσεις να απολύει αυτό για τους εργαζόμενες; Ποιοι είναι είναι ο κόλους της εργασίας για όλα αυτά τα ενδεχόμενα; Η τρίτη δημοσκοπική έρευνα της νέας ακριβώς περιεχομένου του οργανισμού για την Τεχνητή Νοημοσύνη (AI) εστιάζει στις τάσεις, τις συνήθειες, τα συναισθήματα και τους φόβους γύρω από τη χρήση της και τις επιπτώσεις της στην ελληνική αγορά εργασίας. Μια πρώτη αποτύπωση της έρευνας επικεντρώνεται ειδικότερα στο ζήτημα της **Metron Analysis** –τον Σεραίο Φανιαζή, τον Γιάννη Μπλιαμπλιανίδη και την Πένυ Αποστολοπούλου–, ενώ το επόμενο διάστημα θα ακολουθήσουν περισσότερες αναλύσεις των ευρημάτων.

## ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

*Διεξήχθη από τη Metron Analysis σε πανελλαδικό αντιπροσωπευτικό δείγμα 1.101 ατόμων, ηλικίας 17 ετών και άνω, με μικτή μεθοδολογία τηλεφωνικής και online έρευνας, την περίοδο 2-8/10/2026.*

## Υιοθέτηση της AI στην Ελλάδα

**Σχεδόν όλες και όλοι (97%)** τη γνωρίζουν ή την έχουν ακουστά.

Πάνω από **3** στους **4 (77%)** έχουν κάποια στιγμή χρησιμοποιήσει εφαρμογή ή εργαλείο AI.

**69%** τον Μάιο του 2026,

**65%** τον Ιανουάριο του 2026.

**8 στους 10**

φοβούνται ότι η AI θα ξεφύγει σταδιακά από τον ανθρώπινο έλεγχο τα επόμενα χρόνια.

## Η AI στην εργασία

**88%**

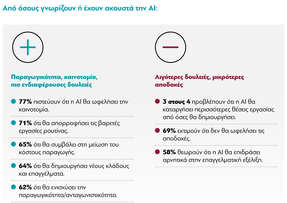
των εργαζομένων δηλώνουν ότι χρησιμοποιούν εργαλεία AI (έναντι **64%** των μη εργαζομένων).

**41%**

των εργαζομένων τη χρησιμοποιούν καθημερινά (έναντι **31%** των μη εργαζομένων).

### Η χρήση της AI στην προσωπική ζωή και στη δουλειά:

Βάση: Το 77,3% του δείγματος που έχει ερωτηθεί για την Τεχνητή Νοημοσύνη (AI).




**3/4** των εργαζομένων-χρηστών χρησιμοποιούν αποκλειστικά **δωρεάν** AI λογισμικό.

**20%** δηλώνουν ότι χρησιμοποιούν **τόσο δωρεάν όσο και συνδρομητικά εργαλεία AI**.

Μόλις **7%** χρησιμοποιούν αποκλειστικά **συνδρομές επί πληρωμή.**

### Πού τη χρησιμοποιούν:

**82%** για ανάλυση πληροφοριών και τεκμηρίωση

**47%** για επεξεργασία, επιμέλεια ή μετάφραση κειμένων

**45%** για ερμηνεία και ανάλυση δεδομένων

**44%** συμβουλευτικά, για τη λήψη αποφάσεων

**40%** για παραγωγή ιδεών (brainstorming)

**38%** για αυτοματοποίηση εργασιών ρουτίνας

**24%** για τη δημιουργία εικόνων και βίντεο

## Το μέλλον της εργασίας

### Από όσους γνωρίζουν ή έχουν ακουστά την AI:

**Παραγωγικότητα, καινοτομία, πιο ενδιαφέρουσες δουλειές**

- **77%** πιστεύουν ότι η AI θα ωφελήσει την καινοτομία.
- **71%** θα θα απορροφήσει τις βαρετές εργασίες ρουτίνας.
- **65%** θα θα συμβάλλει στη μείωση του κόστους παραγωγής.
- **64%** θα θα δημιουργήσει νέους κλάδους και επαγγέλματα.
- **62%** θα θα ενισχύσει την παραγωγικότητα/ανταγωνιστικότητα.
- **60%** θα θα μειώσει τον χρόνο εργασίας.

**Λιγότερες δουλειές, μικρότερες αποδοχές**

- **3 στους 4** προβλέπουν ότι η AI θα καταργήσει περισσότερες θέσεις εργασίας από όσες θα δημιουργήσει.
- **69%** εκτιμούν ότι δεν θα ωφελήσει τις αποδοχές.
- **58%** θεωρούν ότι η AI θα επιβράσει αρνητικά στην επαγγελματική εξέλιξη.

## Ετοιμότητα

**24%**

των εργαζομένων που γνωρίζουν την AI συζητούν στο εταιρικό τους περιβάλλον σε αλλαγές που φέρνει στην εργασία.

**41%**

πιστεύουν ότι η AI δεν θα έχει καμία επίδραση στη δουλειά τους.

### Οι κατηγορίες επαγγελμάτων που θα επηρεάσει η AI τα επόμενα χρόνια:

Βάση: Το 97% του δείγματος που γνωρίζει ή έχει ακουστά την Τεχνητή Νοημοσύνη (AI).




### Οι δεξιότητες που διαθέτουν σήμερα οι Έλληνες σε σχέση με την AI:

Βάση: Το 54,5% του δείγματος που γνωρίζει ή έχει ακουστά την Τεχνητή Νοημοσύνη (AI) και εργάζεται.




## Ανησυχίες και φόβοι

Οι **μισοί** ερωτώμενοι της έρευνας νιώθουν **καταπονημένοι** απέναντι στη χρήση της νέας τεχνολογίας στην εργασία.

### Από τους εργαζόμενους που γνωρίζουν την AI:

**13%**

φοβούνται ότι θα καταργηθεί η τρέχουσα θέση εργασίας τους μέσα στον επόμενο χρόνο.

**29%**

σε πέντε χρόνια.

**59%**

πιστεύουν ότι η AI θα αντικαταστήσει σε κάποιο βαθμό τα καθήκοντά τους.

Το ποσοστό φτάνει τα **68%** στους πτυχιούχους ΑΕΙ.

Οι γνώσεις υιοθετούν την AI περίπου με τους ίδιους ρυθμούς με τους άνδρες (**76%** έναντι **78%**).

Όμως

Πιο πολλές γυναίκες παρά άνδρες (**63%** έναντι **56%**) πιστεύουν ότι **η AI θα αποκαταστήσει τα καθήκοντά τους**. Πλήρωσης μέρα η αποκαλούν ότι **θα καταφέρει τη θέση εργασίας τους** σε πέντε χρόνια (**35%** έναντι **25%**).

## Προσαρμογή

**65%**

είναι αριτικοί απέναντα στο ενδεχόμενο **η AI να αποφασίζει για τυχόν απόλυση τους**.

Σχεδόν **1 στους 2** εργαζόμενους γνώσεις της AI απαρτίται το ενδιαφέρον **να αξιολογείται το βιογραφικό και η πρόσληψή του από συστήματα AI** ή να αξιολογείται στη δουλειά του από συστήματα AI.

### Πόσο πιστεύουν οι Έλληνες ότι θα καταφέρουν να προσαρμοστούν στην AI:

Βάση: Το 54,5% του δείγματος που γνωρίζει ή έχει ακουστά την Τεχνητή Νοημοσύνη (AI) και εργάζεται.




διαNEOσις
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΗ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΕΡΕΥΝΑ & ΑΝΑΛΥΣΗ