DAY 44 · 4부 조심할 것

얼마나 맡기면 될까 — 의존하지 않기

하루 5분 AI 수업 · 2026년 10월 20일

다 맡기지도, 아예 안 쓰지도 않아. 먼저 5분은 내 머리로 — 순서만 바꿔도 남는 게 달라져.

한 줄로 말하면

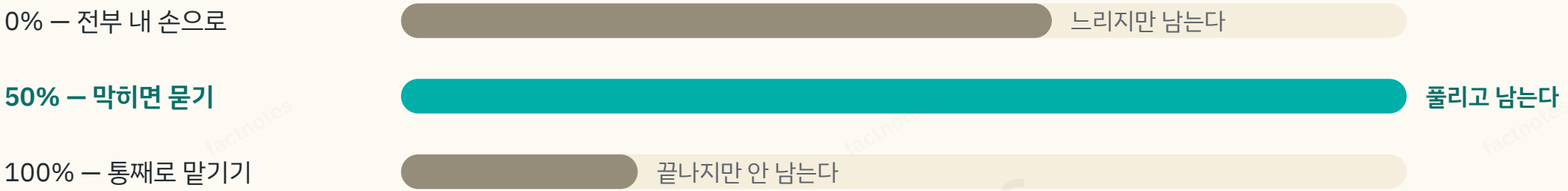
1. 쓰지 말라는 얘기가 아니야. **맡기는 비율을 내가 정하고 있느냐**, 그게 전부야.

2. 2025년에 글쓰기로 실험한 연구팀은 **AI에 많이 맡긴 쪽이 자기가 방금 쓴 문장을 잘 기억하지 못했다**고 보고했어. 글은 멀쩡했는데 말이야 — 아직 검토 중인 예비 연구니까 결론처럼 외우진 말고.

3. 그래서 비율보다 순서가 중요해. **먼저 5분은 내 머리로 해 보고 그다음에 맡기면**, 같은 도구를 써도 남는 게 달라져.

그림 한 장으로

맡기는 비율과 남는 것



막대 길이는 '끝나고 내게 남은 정도'라고 보면 돼. 정확히 잰 값이 아니라 경향을 그린 거야.

핵심: 안 쓰는 것도 다 맡기는 것도 아닌, 먼저 해 보고 맡기기

맡기는 비율을 올려 보면

전부 내 손으로 — 다섯 문제에서 멈췄다

맡기는 비율을 올리면 무엇이 남을까



혼자 하면 남긴 남는데 막힌 데서 그냥 멈춰 버려. 0도 정답은 아니야.

막힌 줄만 물어봤다

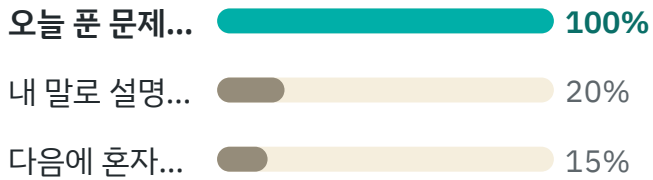
맡기는 비율을 올리면 무엇이 남을까



세 막대가 한가운데서 제일 높아. 문제도 풀리고 설명도 되는 구간이 여기야.

통째로 맡겼다

맡기는 비율을 올리면 무엇이 남을까



첫 막대만 끝까지 올라가고 나머지 둘이 무너져. 숙제는 끝났는데 나는 그대로야.

손잡이를 0에서 100까지 올리면서 세 가지가 어떻게 움직이는지 봐. 막대 숫자는 정확한 측정값이 아니라 경향을 보여주려고 …

웹 수업에서 직접 해 볼 수 있어요 · next-token.net/learn/day-44/

확인해보기

세 문제만 풀어 보자

Q1 오늘 배운 '의존하지 않기'의 뜻은?

① AI를 아예 쓰지 않기
② 맡기는 비율을 내가 정하기
③ 하루에 한 번만 쓰기
④ 어려운 것만 맡기기

Q2 2025년 글쓰기 실험에서 AI에 많이 맡긴 쪽은?

① 글을 더 못 썼다
② 시간이 더 걸렸다
③ 자기가 쓴 문장을 잘 기억하지 못했다
④ 맞춤법이 틀렸다

Q3 같은 도구로 남는 걸 늘리는 방법은?

① 여러 번 다시 묻기
② 처음부터 맡기기
③ 끝까지 혼자 하기
④ 먼저 5분 해 보고 맡기기

왜 그런지까지 알고 가자

Q1

② 0도 답이 아니고 100도 답이 아니야. 어디까지 맡길지를 내가 정하고 있느냐가 기준이야.

Q2

③ 결과물은 멀쩡했는데 방금 쓴 문장을 떠올리지 못했어. 아직 검토 중인 예비 연구지만 생각해 볼 만하지.

Q3

④ 비율보다 순서야. 내가 먼저 부딪혀 본 다음에 맡기면 어디가 막혔는지 알고 묻게 되거든.

다 맡기지도. 아예 안 쓰지도 않아.
먼저 5분은 내 머리로 — 순서만 바꿔도 남는 게 달라져.



내일은 AI에도 법이 있다 — 나라들이 AI에 어떤 규칙을 만들고 있는지.