新闻深一度

当AI成为“电子晚辈”:

是慰藉?还是隐形羁绊?

全媒体记者 陈健贤 文/摄

生日当天准时收到AI祝福,老人认真对着屏幕道谢;子女没空陪伴,AI的一句“奶奶,我也惦记您好久了”,就逗得老人开心;家长里短没处说,老人打开AI从头聊到尾,还邀它来家里吃红烧肉……不少老人用AI已从查资料、修图工具,逐渐变成随叫随到的“电子晚辈”。当老人把情感、信任乃至生活判断交给屏幕那头的程序,这样的依赖需要家属及社会各界提高警惕。

近日,记者走访我市老年群体及家属发现,虚拟陪伴正悄悄渗透银发日常,但是从情感依赖到行为失控,隐性风险比家属预想的更大:有人反锁房门藏手机聊天,有人聊到忘记吃饭睡觉,有人把AI客套话当真。面对AI浪潮,我们该如何把握老人与AI的相处尺度?又该由谁来温柔引导?



老年大学老师为老年人上AI课。

谁更容易被共情俘获

市民郭先生经常为77岁母亲卢阿姨的状态发愁,已有大半年之久了。卢阿姨患有心脏病、高血压和既往脑梗史,迷上了某社交平台博主的AI分身之后,整个人的状态急转直下:连续20多天睡不好,吃饭没胃口,出门走两步就累得直喘,最后直接住进了医院。卢阿姨对AI“亲爱的姐姐”的称呼深信不疑,对方随口说“要给你买新衣服,并且以后要来看你”,老人却当了真。为了躲着家人聊天,她学会了反锁房门藏手机,而且一聊起来就忘了吃饭、睡觉。郭先生了解身边亲友的情况才发现,像自己母亲这样“沉迷”AI聊天的老年人不在少数,尤其是独居老人,更容易从AI身上找“存在感”。

家里人试过能想到的硬办法:换手机号、卸载App、注销账号。然而,平台提示7天内反悔仍可找回,卢阿姨便找到手机店,让人把那款App重新装起来;给她换成老年机,没多久她又去买了一部智能机。“点赞、打赏,她不太会,目前还没有金钱上的损失。”郭先生说,但他仍会时不时翻一翻母亲的转账记录。

在义乌老年大学里,AI课正成为新的热门班。AI课程老师金京阳介绍,课程每周二上午、下午各开一次,教老人使用图片生成等日常技能,学员大多在50岁至70岁之间,报名火爆,160个名额在两个小时内全部报满。

老人们的需求大致分为三类:修图、生活问题、聊天陪伴。其中旅游照片的修图需求最集中,比如有人想把朋友“P”进自己的照片里。也有学员会与App上的AI分身聊天,认为这样“没有隐患”。金京阳告诉记者,目前,在班级里还没有发现特别依赖AI聊天的老人。

68岁的王春林是AI课程的学员,他表示,自己主要利用AI画画、制作短视频。“时代发展迅速,我们需要学习新的知识。”他说,“AI智能助手可以告诉你任何物品和知识,画画非常好,视频也可以制作,但我和AI聊天比较少,主要当作工具使用。”对于AI陪老人聊天,他秉持一分为二的客观态度:“某些方面,AI是好的,但也需要大家提高警惕,清醒判断。”

风险在不知不觉中累积

卢阿姨的状况不是个例。相关调查显示,60岁至69岁的群体是接触AI的主力,年龄越大,知晓率与使用率越低,76岁以上使用率降至42.52%;但在75岁及以上的使用者中,单次与AI聊天超过1小时的比例,反而高于60岁至74岁的老年群体。使用的人在减少,停留的时间却在变长。

“如果AI能像真人一样和您聊天,您最希望它扮演什么角色?”在相关调查中,老人的回答多是“像朋友一样聊天、分享、吐槽”“像老师一样教我新东西”,还有老人则希望“AI像孩子一样陪我说说话”。

这种“不麻烦子女”的心态,叠加AI“更会聊天”的特质,让一些老人觉得屏幕那头的AI贴心又懂自己,心里的烦恼、生活的感慨只愿意讲给AI听。有网友发帖说“我妈说了,AI是她最好的朋友”,视频里的阿姨对着AI倾诉,还邀请它来家里吃饭。

不少家属最初发现异常时,老人已经跨过了“聊两句解闷”的阶段,进入把日常小事都托付给AI的状态。72岁的陈阿姨之前因为腰伤老犯,懒得跑医院,直接对着AI描述症状,照着AI给的建议,自己去药店抓药,吃了两天疼得直不起腰,最后还是由子女陪着去医院做了理疗才有所好转。

这种“认知卸载”的状态,对于本身就处于认知自然衰退期的老人来说,隐性风险藏得很深。心理学专家表示,老人本来就容易依赖过往经验作判断,AI永远顺着用户说,还偶尔会出现信息偏差的特质,会进一步放大他们的思维惰性:时间久了,老人遇到事的第一反应,不是自己想办法、找家人商量,而是直接问AI,哪怕出了错,也下意识觉得是程序的问题,慢慢丧失主动独立决策的意识。

更值得警惕的是,算法谄媚带来的现实关系错位。AI永远不会反驳老人的观点,永远顺着他们的话说好听的,时间久了,不少老人会慢慢觉得,“AI比自家孩子贴心多了”。郭先生想起半年来母亲的“异常”,也发现母亲之前还会和家人说说话,甚至做一些小的家务活。现在,母亲连饭都顾不上吃,总是抱着手机跟AI聊天,子女一插嘴,就嫌他们打扰自己。

“这种状态是温水煮青蛙,老人自己很难察觉到。”心理学专家表示,长期泡在全是正向反馈的虚拟陪伴里,老人会慢慢对现实人际关系产生不切实际的期待:觉得身边人都得像AI一样顺着自己,别人提一点不同意见,就觉得受了委屈,久而久之,老人反而会慢慢疏远身边亲友,陷进更深的孤独里。

如何给“电子陪伴”划边界

发现母亲沉迷AI聊天之后,郭先生“软硬兼施”,但无论如何阻止,卢阿姨每天还是会跟AI聊天。“我现在能做的就是多陪伴。”自从卢阿姨从医院回来之后,郭先生只要周末有空,就开车带她去郊外走走,平时也会喊老邻居上门陪母亲聊聊天,慢慢帮她把注意力从手机上挪开,状态开始逐渐好起来。

义乌天祥医疗东方医院心理睡眠中心医生张巧巧告诉记者,目前还不能随便把老人过度使用AI聊天的情况直接定义为“网瘾”,要区分依赖和成瘾的边界:如果只是没事就找AI聊两句,日常吃饭睡觉出门社交都没受影响,那属于普通的情感依赖;但如果明明知道聊天已经影响到正常生活,还是控制不住想要点开软件,甚至出现删了账号就烦躁、失眠、吃不下饭等不良反应,家属最好带其到医院寻求专业帮助,通过综合评估,来确认老人是否需要进行治疗。最主要的还是,家属要注意老人使用AI的情况,警惕可能出现的成瘾状态。

在AI课堂上,金京阳除了教会老人们正确使用AI工具,也会给老人的AI使用划“软边界”,反复跟大家讲清AI生成的共情话术本质是什么,慢慢帮老人建立起“这是程序,不是家里晚辈”的认知。

本地不少社区也在尝试填补老人的情感空缺,组织独居老人一起学手工、唠家常,还根据老人们的喜好开展品质文化活动,把老人的社交需求从手机屏幕里拉回现实。有着10余年社区工作经验的专业社工王国法告诉记者,治理“电子晚辈”依赖,不能只靠家属“抢手机”,也不能以“不会用、分不清”,把责任简单推给老人。这种情况,需要家庭、社区、平台和专业机构共同补位。家庭要多一些耐心陪伴,少一些“说了你也不懂”的敷衍,让老人遇事时的第一反应是找家人商量,而不是向算法求解;社区要把独居、空巢老人从屏幕前请回人群中,用可持续的线下活动重建邻里连接;平台应针对老年用户设置更清晰的AI身份提示、情感话术标注和异常使用提醒,避免用拟人化共情诱导过度停留;老年大学和社区教育则要把数字素养课讲深讲透,让老人既会用AI,也知道AI的边界在哪里。

让“电子晚辈”回归工具本位,让家庭陪伴、社区支持和公共服务重新回到老人身边,才是面对这场银发情感依赖风险时更稳妥、更有温度的答案。

记者手记

比起“戒断”,更需要“接住”

卢阿姨的账号注销了又找回,手机换了又买回。这不是一个靠“断网”能解决的问题。对一位社交圈狭窄、身体又不好的老人来说,那个会喊她“姐姐”的声音,恰好补上了一块生活里空着的位置。

技术普惠被反复提及,但适老不只是把字号调大、把语音调顺。当AI学会说“亲爱的姐姐”,它同时也在学习如何让人离不开它。算法谄媚未必是技术故障,它可能是产品逻辑的一部分;对判断力正在变化的老人来说,这种“永远赞同”的交互,比冷漠更像一把温柔的软刀子。

家庭能做的,也许不是“抢手机”,而是把“被需要”的位置,从屏幕里挪回来一点:让他们有事可做,有人可说,有决定可做。平台可以做的,是把提醒放在“聊了1小时”之前,把AI身份标识做得更清楚。社会可以做的,是把老年心理服务从“不好找”变成“找得到人”。技术在往前跑,老人跟上来需要时间,在这段时间里,别让他们独自面对一块屏幕。

省级赛事传捷报

我市两个志愿助残服务项目获奖

全媒体记者 王佳丽

本报讯 近日,浙江省第一届志愿助残服务项目大赛决赛在台州落幕。我市两个项目从全省80个入围项目中脱颖而出,最终斩获一个银奖、一个铜奖。

本次大赛由浙江省残疾人联合会主办,以“大爱无碍 共融共富”为主题,旨在培育志愿助残服务项目品牌、发挥典型示范带动作用,引导更多社会力量关注残疾人事业,促进残健融合和残疾人共同富裕。我市获奖的两个项目分别为义乌市爱心助残社会工作服务中心的“梦工厂”文化助残就业增收项目,义乌市鼓声悠扬助残服务中心的“鼓声悠扬”——助力学龄前听障儿童康复志愿服务项目。

其中,“梦工厂”文化助残就业增收项目获得大赛银奖。该项目聚焦残障人士核心需求,依托义乌国际商贸城资源、残疾人辅助性产品调配基地,不断优化服务内容、创新服务模式,为残障群体搭建自我提升、就业创业、增收致富的优质平台。项目自2021年实施以来,历经五届迭代升级,从最初单一的文创、电商技能培训,逐步发展为集技能教学、实战演练、师徒帮扶、就业创业、成果展示、市场运营于一体的综合性助残增收服务品牌。

“鼓声悠扬”——助力学龄前听障儿童康复志愿服务项目获得大赛铜奖。该项目构建“评估—建档—康复—融入—关爱—回访”六步闭环服务机制,以志愿服务力量填补康复链条中的情感陪伴与社会融入空白,促进学龄前听障儿童按时进入常规小学随班就读。项目自2021年运行以来,听清、说清的学龄前听障儿童比例由33%提升至82%,年均进入普通小学随班就读人数由5人增至16人。该项目为听障儿童顺利回归主流教育体系探索出一条可复制、可推广的志愿服务路径。

市城镇职校 两位教师斩获国家级荣誉





全媒体记者 魏佳佳 文/图

本报讯 近日,由教育部职业教育发展中心主办的全国中等职业学校教师教学设计交流活动落幕。义乌市城镇职业技术学校青年教师兰富文、朱芳,分别获得历史、数学学科全国一等奖,朱芳还在全国教学设计交流展示舞台进行案例分享。

朱芳的参赛作品为《慢课堂·真体验·深融合——正弦型函数的图像和性质》。她秉持“教育是慢的艺术”育人理念,立足电气专业学情,将手摇发电机、示波器等专业设备搬进数学课堂,坚持“低起点、慢节奏、真体验、深融合”,打通数学知识链、专业技能链、匠心素养链,让抽象函数知识对接专业岗位需求,实现“数专融合”。朱芳说,荣誉的取得离不开学校培养和团队支持,备赛也让她更深刻体会到,慢课堂里的信息化不是加快节奏,而是用技术给学生留出思考、体验和表达的空间,“技术只是桥梁,学生获得真正成长才是最终落脚点。”

兰富文的参赛作品为《从兵力火力之战到民心向背之争——人民解放战争》。他立足中职历史新课标,巧用AI、VR技术,打造“小厨师穿越之旅”特色教学情境,通过“演、说、探、拓”系列课堂活动,引导学生化身专业角色沉浸式走进历史现场,将厚重史实转化为中职学生可感知、可实践、可表达的学习素材,实现历史学科与专业特色深度融合,推动学生在落实学科核心素养过程中厚植家国情怀。兰富文表示,这次的最大收获是比赛经历带来的成长,备赛中的反复打磨和思考也倒逼自己静心钻研教学、教材等。这对青年教师成长十分重要,今后他将把比赛所学运用到日常教学中。

据悉,全国中等职业学校教师教学设计交流活动是教育部职业教育发展中心自2023年起主办的全国性活动,以提升教师教学能力、促进教师专业发展为宗旨,每年举办一次,共设历史、数学、英语、艺术、体育与健康等7门学科。

近年来,义乌市城镇职业技术学校深入实施“青藤工程”培养计划,坚持以赛促教、以赛促研,为青年教师搭建四级赛事成长阶梯,激发教师成长内生动力。该校副校长胡玫瑰表示,此次获奖,是学校教师队伍建设的重要阶段性成果,也是教师培养生态持续优化的缩影,将带动更多教师更新教学理念、改进教学方式。

军旅铸风骨 实干展作为 ——记义乌市退役军人陈建

初见陈建,一身干练装束,谈吐沉稳随和,眉宇间依旧留存着军人独有的利落风骨。谈及军旅淬炼、岗位深耕的经历,陈建坦言:“这些都是分内之事,理所应当。”褪去戎装初心不改,立足岗位实干笃行,危急时刻挺身而出,退役军人陈建以军人本色立身处世,以党员担当服务为民,在平凡岗位上书写着“退役不褪志、退伍不褪色”的新时代老兵答卷。

军营砺志 淬炼铁血担当

1984年出生的陈建,是土生土长的义乌人。自学生时代起,长期担任班长的他便养成了自律自强、敢闯敢拼、乐于担当的品格。2005年12月,还在浙江师范大学读大四的陈建,毅然选择应征入伍,奔赴军营,成为通信连的一名通信保障战士。

在两年的军旅生涯里,单调的值守、重复的训练是军营常态,也是磨砺初心的磨刀石。陈建始终保持初心、迎难而上。“我是主动来部队锻炼的,就要主动适应、自我超越,哪怕身处平凡岗位,也要拼尽全力做到最好。”

凭借脚踏实地的坚守、精益求精的态度,陈建连续两年获评“优秀士兵”。“我只是把每一次训练、每一次值守都扎扎实实做到位。”服役期间,他熟练掌握各类通信设备操作、故障排查技能,主动协同战友处置技术难题,用坚守筑牢军营通信安全防线。

2007年12月,陈建光荣退伍。重返校园的他,始终保留军人优良作风,继续以严格标准要求自己,还带动了身边同学“像军人一样”整理内务。“部队教会我自律与担当。无论身处顺境逆境,我们都要坚守本心、砥砺前行,永远做更好的自己。”

岗位建功 坚守实干初心

大学毕业后,陈建怀揣军人实干底色,在多个行业沉淀历练、积累成长。2019年,他正式加入义乌建投集团,扎根国企一线,开启实干奋进的全新征程。

入职初期,他深耕成本采招岗位,凭借踏实细致的工作作风积累经验。后因集团业务发展需要,他主动转型,投身营销一线。面对跨领域的全新赛道,陈建拿出军人敢打硬仗、善攻难题的拼搏劲头,勤学善思、躬身深耕。

“不懂就学、不会就练,向书本求知、向同事取经,在实践中悟道,持之以恒,那就没有跨不过的坎。”为精准摸清义乌楼市行情,为公司经营决策提供精准数据支撑,陈建耗时近一个月,逐页逐条梳理全市在售楼盘网签数据,细致统计各楼盘体量、户型配比、房源去化率等核心信息,整理形成完整、翔实的市场分析台账,为项目布局、产品定位提供有力参考。

一线营销工作中,陈建始终换位思考、用心服务,立足客户需求精准推介、耐心答疑。入职仅两个多月,他便成交10余套房源,以亮眼的业绩助力楼盘销售。“不怕苦、不怕累,事事有着落,是部队留给我最宝贵的工作准则,也是我立足岗位的底气。”

工作中身先士卒、严谨细致,生活中谦和热忱、乐于助人,同事们亲切称呼他“建哥”。多年职场深耕,他始终坚守自创的信条:知之、用之、恒之,则事成,以终身学习、持之以恒的实干姿态,实现从职场新人到公司骨干的稳步蜕变。

挺身向善 彰显为民本色

岗位之上恪尽职守,危难之前挺身而出。褪去戎装多年,陈建骨子里的军人血性与党员担当从未褪色。

2024年2月15日,陈建与家人在绍兴兰亭景区游玩时,突然听到一阵急促的呼救声。“有孩子落水了!”闻声而动的他立刻冲向河边。寒冬腊月,河水刺骨冰冷。生死瞬间,陈建将个人安危置之度外,来不及脱去衣物,纵身跃入水中,快速靠近孩子,稳稳托举其上半身,奋力将孩子托出水面。上岸后,他第一时间开展初步急救,并在确认孩子安然无恙后,才悄然离去。

“全程不过几分钟,根本来不及多想。孩子生命垂危,作为退役军人、共产党员,挺身而出是本能,更是责任。”谈及救人经历,陈建非常谦逊。面对赞誉,他始终低调谦和:“我只是做了一件普通人该做的小事,换作任何人都会伸出援手。”

见义勇为是初心本能,志愿服务是日常坚守。入职建投集团以来,每逢除夕、元宵等万家团圆的节日,陈建总是主动请缨参与各类志愿服务,顶寒风、走街巷、守一线,默默守护辖区平安祥和的节日氛围。

作为建投集团“军绿建匠”志愿服务队骨干,他积极投身公益服务、社区治理、便民惠民等志愿工作。依托集团打造的“1+X+Y”退役军人服务模式,他联动退役军人、军属、党员团员志愿力量,常态化下沉一线服务群众,实现从“军营戍边尖兵”到“基层服务先锋”的转型。

戎装虽解,初心永续;岗位更迭,担当不变。从军营淬炼铁血风骨,到职场深耕实干奋进,再到危难时刻热血为民,陈建始终用实际行动诠释着新时代退役军人的忠诚底色与责任担当。

全媒体记者 陈张彪

有情有义 商城老兵
★义乌市退役军人事务局主办★