

解码·关注暑期生活

警惕过度依赖AI陪伴

AI成为未成年人“聊天搭子”，如何引导

《中国经济周刊》记者 孙 冰

“为什么你不能像AI(人工智能)一样跟我聊天?”听到10岁儿子禾禾的这句“对比”，禾禾爸爸才反应过来，孩子已经跟AI聊了很久。

禾禾的经历并非个例。前不久，一名15岁女生因情绪问题在北京安定医院接受心理治疗。在与医生沟通时，她反复提及对自己“至关重要的朋友”，经过反复询问，医生才得知这个“朋友”其实是AI。北京安定医院心理治疗师徐高阳告诉记者，近几年到医院就诊的青少年中，过度依赖AI聊天的孩子明显增多。

如今，AI已经逐步进入未成年人的生活，扮演着老师、伙伴等角色。当AI成为孩子们的“聊天搭子”，我们该如何引导?记者进行了调研和采访。

“在遇到烦恼时会选择向AI倾诉而非身边人”

AI情感陪伴呈现普及化和低龄化趋势

中国青少年研究中心研究员孙宏艳研究青少年话题20多年，去年，她和团队针对中小學生使用生成式AI的情况进行了一次调研，覆盖了7省(市)的8563名中小學生。

调研数据显示，中小學生总体AI使用率为61.7%，其中，小學生的使用率是60.0%，超过了初中生的56.1%。使用方向上，71.0%的學生选择“用AI辅助完成作业”，有35.2%选择“与AI聊天或说心里话”。

“调查结果有些在意料之中，也有些在意料之外。”孙宏艳告诉记者，意料之中的是AI的确在學生群体中下沉速度很快，无论城市还是农村，普及度都已很高；意料之外的是AI情感陪伴呈现普及化和低龄化趋势，有46.4%的使用AI的中小學生“在遇到烦恼时会选择向AI倾诉而非身边人”，有21.5%的學生甚至选择了“只想和AI聊天，不想和真人聊天”。

孙宏艳提供了一组值得深思的数据：当被问到“今天有没有跟孩子沟通”时，八成家长回答“有”，但只有两成孩子的回答是肯定的。

禾禾爸爸后来反思：家长自认为的“沟通”，更多是在问成绩、问表现，对孩子的倾听与情感关切太少。

相比之下，AI则像一个永远有空的朋友——半夜睡不着时打开它，它在那里；前言不搭后语地说了一堆，它能理出头绪；来来回回重复同一件事，它还认真倾听……“AI的即时回应、无条件包容与顺从，容易让未成年人产生认知和心理依赖，我们要警惕AI给未成年人制造‘情绪茧房’。”孙宏艳说。

事实上，成年人和未成年人在使用AI上有本质区别。成年人心智更成熟，在使用过程中能够清楚区分：AI是工具，不是真实的人。但未成年人尤其是低年龄段的孩子，可能会把AI当成真实可信的朋友，分不清虚拟和真实。

“与AI聊天，一定程度上能缓解未成年人的焦虑，但并没有真正解决问题。”上海市第三女子中学学科研究室主任秦岭告诉记者。

秦岭曾跟随公益项目走访了多个省份的20余个乡村教学点，实地调研AI陪伴设备在留守儿童群体中的应用效果。青海一个教学点负责人曾问秦岭：能否引导AI不要只说好话?

AI强大的共情力，能让孩子获得被理解的安全感，但无法提供成长所必需的真实客观的评价。“从心理学角度讲，不成熟到成熟，需

头条看点

正值暑期，许多渴望陪伴的孩子尝试和手机里的AI聊天。AI的快速发展为未成年人成长带来了多元可能，然而过度依赖AI陪伴，也暴露出不少问题。

如何把握AI陪伴的安全边界?技术在奔跑，配套服务也要跟上。社会教育、行业规范和家庭引导缺一不可，共同守护成长，让AI成为青少年求知路上的良师益友。

要依据周围人的态度形成自我认同，就像‘照镜子’一样。照一面‘真实的镜子’，对于未成年人的成长非常重要，否则他们将无法去面对真实世界的困难、问题和挫折。”孙宏艳说。

“AI可以给建议，但无法承担责任”

AI不能替代家长高质量的陪伴

中国互联网络信息中心数据显示：截至2025年12月，我国生成式人工智能用户规模达6.02亿人，其中19岁及以下用户占比最高，达26.4%。

“我们调研中发现，有67.9%的家庭没有制定AI的使用规则。这意味着，在AI使用方面，不少家长在管理和引导上存在缺位。”孙宏艳说。

记者采访中也发现，很多家长并不知道，国家已经出台了相关规定，规范中小學生对生成式AI的使用，尤其是约束低龄學生的独立使用。例如，《中小學生生成式人工智能使用指南(2025年版)》要求，小学阶段禁止學生独自使用开放式内容生成功能。

中国教育科学研究院在2025年暑期开展了一项覆盖31个省份，面向32万多名中小學生、28万多名家长与5万余名教师的大规模问卷调查及访谈。调查发现，我国中西部地区99.7%的中小學生已接触AI，85.6%的學生使用过AI完成作业。而仅13.8%的教师、17.8%的家长认为學生普遍使用AI。这说明，大量學生处于无监督、无引导的AI使用状态。

基于此，孙宏艳提出了3个解决建议：一是家长要提高自身认知，区分AI的学习工具功能和情感陪伴功能，并采用不同的引导方式；二是家长要和孩一起商量，共同制定AI的使用规则；三是家长要给予孩子高质量的陪伴，这也是根本性的解决方案，AI可以提供辅助，但不能替代家长的角色。

“AI可以给建议，但无法承担责任。”秦岭说，“家长需要引导孩子在遇到问题时，首先找一个真实的、能信任的人。”

此外，很多孩子会在使用中关闭AI软件的未成年人模式。北京的中學生萱萱告诉记者：“打开未成年人模式后除了问作业题，啥都干不

截至2025年12月

我国生成式人工智能用户规模达6.02亿人，较2024年12月增长3.53亿人，规模增长达141.7%

在整体人口中普及率达42.8%，较2024年12月提升25.2个百分点

了。AI总是说‘抱歉，我无法回答你的问题’。”

“很多大模型厂商会设置未成年人模式，但这种设置不应只是简单的‘减法’，还要提供丰富且适龄的内容。从算法逻辑到语料库，都需要进行调整。”中国教育科学研究院研究员储朝晖说。

“未成年人正处在价值观和世界观形成的过程中。AI应该如何与他们交流，这是提供大模型服务的平台企业必须认真对待的问题。”北京大学教授、北京智源人工智能研究院理事长黄铁军认为，在AI情感陪伴服务日益普遍的背景下，企业应承担起技术向善的社会责任，政策上也应给予引导。

“保护的目标不是让孩子远离AI”

从限制到调控，与AI健康共处

多名接受记者采访的专家表示，我们无法将AI从未成年人的世界中剥离——没有必要也不可能。这就意味着，我们要从政策供给、社会治理、行业自律、学校和家庭教育等不同维度“多方共治”。

“总的来说，需要从‘限制型’向‘调控型’保护模式转型。”中国社会科学院大学互联网法治研究中心主任刘晓春认为，“调控型”保护模式的重点，是依托AI的信息处理能力破除信息困境，实现风险管控与发展促进的平衡。

“AI对未成年人的价值不应被低估，它

拥抱AI，别只停留在聊天框

亦青

有人打比方说，和AI聊天，就像是“情感代糖”——能够缓解表面的孤独，却无法提供真实、有温度的人际连接。

拥抱AI，但别只停留在聊天框。作为新一轮科技革命和产业变革的重要驱动力量，AI潜力巨大、未来可期。技术更迭过程中，难免会带来部分规则冲突与挑战，然而发展不会止步，因噎废食亦不可取，以监管与法治的确定性、可控性，化解算法的“黑箱”特性，是应对技术“双刃剑”的关键所在。

身处“AI的蒸汽机时刻”，我们与聊天框前的孩子们一样，都需要认真思考如何与人类创造的这一强大工具更好相处。面向未来，既要一如既往奔赴科技创新的“星辰大海”，更要在明晰行业底线、划定监管红线方面持续探索，让技术服务于人、造福于人。

编辑手记



从年龄结构看

生成式人工智能19岁及以下用户占比最高，达26.4%

数据来源：第五十七次《中国互联网络发展状况统计报告》

新语

送外卖治厌学，『疗效』怎么样

曹怡晴

这段时间，浙江义乌一名父亲带儿子三天休体验送外卖的视频火了。14岁的孩子说，学习不好“大不了去送外卖”。父亲没有反驳，而是带着孩子扎进了外卖骑手的队伍，并定下规则——给100元启动资金，父亲骑摩托车载人，接单、路线、开销全由孩子独立负责。

送外卖治厌学，“疗效”怎么样？近1个月的体验，并没等来“吃顿苦就爱上读书”的反转，却意外修复了亲子关系——儿子不再抵触父亲，而是懂得了关心父亲，明白生活不易；父亲也变了，“少一些唠叨，多一些陪伴”。

跑楼送外卖、上工地搬砖、体验耕作“面朝黄土背朝天”……近年来，为青少年量身定制的劳动教育形式多样，苦其心志、劳其筋骨，培养在逆境中解决问题的底气。不过，随之而来的争议也不少。有人点赞，“说教一百遍不如亲身做一遍”，能让青少年真切体验生活的粗砺感；也有人质疑，让未成年人从事高强度劳动是否安全合规？“不学习就得去吃苦”，是否也在一定程度上伤害劳动的尊严？

种种现象与声音背后，指向一个话题——今天，我们需要什么样的劳动教育？

劳动教育不完全等同于“吃苦教育”。社区服务、职业体验、乡村劳作、田间课堂……形形色色的劳动都是路径，不在于有多“苦”，而在于能否让青少年在动手实践中播撒崇尚劳动的种子，在磨炼意志中涵养不懈奋斗的精神。

让劳动成为习惯，而不仅仅是临时任务。跟着二十四节气去劳作，跟着食堂大厨学做饭，跟着非遗代表性传承人学技能……在系统的文化知识学习之外，大中小学有计划地组织学生参加日常劳动、生产劳动和服务型劳动，部分高校还将劳动教育与人才培养、就业创业相融合。一蔬一食的日常烟火里，一耕一耘的点滴汗水间，青少年能更深刻地体会劳动价值，增进责任担当，一层层夯实成长的基石。

劳动教育也需要陪伴，而不能停留于空洞说教。父亲的沉浸式劳动教育能打动孩子和网友，关键在于其“同行者”角色，与孩子并肩作战。在一起奔波送外卖的日子里，父亲认识到了孩子的抗压能力，也意识到了家庭中缺乏陪伴与沟通的短板。

“不知稼穡之艰难，乃逸乃谚。”劳动教育是青少年成长的重要一课，适龄、适度是重要前提。正值暑假，家长不妨与孩子一起走进生活的课堂、劳动的现场，在严格要求中融入更多鼓励与共情，在守护陪伴中激发内驱力，让有意思也有意义的劳动教育取得实实在在的成效。

《北京文学》2025年度优秀作品评选结果揭晓

本报北京8月16日电（记者陈圆圆）由北京市文联主管、北京文学期刊中心主办的《北京文学》2025年度优秀作品评选结果日前揭晓。本次评选活动设置中篇小说、短篇小说、报告文学、散文、诗歌、新人新作、转载作品等七大门类，共计37部作品获奖。

近年来，《北京文学》在持续推出名家新作的同时，大力扶持青年创作者，在国内文学领域获得较高关注度。本届评选自2025年3月启动，候选篇目综合参考作品转载传播效果、读者口碑、业内专业评价等，经编辑部集体筛选产生。63名评论家、作家、学者、编辑共同组成终评委员会，完成评审。获奖作品集合了《北京文学》（精彩阅读）与《北京文学·中篇小说月报》2025年度的原创、转载成果，立足时代、贴近生活，以丰富的题材和多元的叙事，展现出当代文学鲜活的创作风貌，代表了2025年度中国当代文学创作的较高水准。

全AI制作网络故事片《热血大陈岛》上线

本报杭州8月16日电（记者顾春）日前，全AI（人工智能）制作网络故事片《热血大陈岛》在视频平台上线。《热血大陈岛》以浙江台州大陈岛垦荒历史为题材，聚焦青年人奋斗的垦荒故事，借助AI技术还原生成海岛垦荒、抗灾抢险、渔业发展等场景，以光影语言复刻大陈岛历史变迁。

据了解，《热血大陈岛》的编创曾考虑采用真人实拍，预算至少需要3000万元。AI技术的介入，让低成本、高效率的电影制作成为可能，正片制作于今年3月启动，5名主创成员用时48天完成全片交付，全片2429个镜头，制作成本控制在50万元以内。北京电影学院教授刘德濒说，AI技术的应用，让影视创作不再受制于昂贵的设备、复杂的流程，回归到创意、故事和情感本身。

本版责编：智春丽 曹怡晴 银燕 版式设计：张芳曼

纪念馆研究

中共北京市委宣传部 主管
中国人民抗日战争纪念馆、北京出版集团有限责任公司 主办
北京红色文化研究会、中国博物馆协会纪念馆专业委员会 协办

2026年第4期(总第016期)8月15日出版

特稿
论如何弘扬红色文化(上) / 杜飞进
红色文化研究
烽火铸魂魂 山河启新章
——桂林抗战文化城的形成、实践及其当代传承 / 陆波
纪念馆与大思政
红色文化图像叙事的育人逻辑、异化风险与优化路径
/ 魏晓月 汪广荣
高校抗战档案的展陈转化与精神传承
——以北京大学“烽火传薪”展览为例 / 李升亿
纪念馆建设
侵华日军细菌战罪行陈列馆的空间展陈叙事与战争罪责建构
——以衢州馆和义乌馆为例 / 周东华 倪吉璐 朱赫
地方党史展览的表达创新与实践探索
——以“中国共产党浙江历史专题展”为例
/ 黄东有 王莉
守正与创新：革命纪念馆的红色微短剧创作路径研究 / 张萌
革命文物研究
“十五五”时期革命文物工作高质量发展的逻辑重构
与实践路径思考 / 李志东

永不褪色的精神丰碑
——广西河池红军标语楼的历史内涵与时代价值 / 覃天禄
辽宁抗美援朝革命文物连片保护利用的路径探索 / 姜晓杰
《红军中列宁小组的工作》史料价值考析 / 傅卫勇 徐鹏
精品策展
第三方视角下的历史重构与情感共鸣
——“国际友人与中国抗战”专题策展展手记 / 黄黎
“人民的胜利——淮海战役历史展览”
策展理念的理论与实践 / 贾萍
史海纵横
中国工农红军第十四军若干历史问题浅析 / 高仁朋
《美洲华侨日报》与中国共产党抗战形象的海外塑造 / 刘美佳
图书与评论
伟大建党精神与长征精神的源流关系考析
——评《传承与弘扬——从伟大建党精神到长征精神》
/ 湛风涛

定价:35.00元
联系电话:010-58572414
投稿邮箱:jingyj2025@163.com jinianguanbjb@163.com
地址:北京市西城区北三环中路6号

8月15日，第五十四届中国·北京国际礼品、赠品及家庭用品展览会在中国国际展览中心(朝阳馆)落下帷幕。900余家参展企业带来的20余万款创意礼品集中亮相，覆盖文创IP、智能数码、品质家居、食品礼盒、非遗文创、城市伴手礼等。图为工作人员在展览会上展示创意冰箱贴。

陈晓根摄(影像中国)