

AI成为未成年人“聊天搭子”，如何引导？



作业做完，房间里安安静静，有同学不想出门玩耍，也不愿开口和家人诉说心事，就点开AI对话框。考试的压力、和朋友闹的小别扭、脑子里奇奇怪怪的想法，全都一股脑发给AI。

它永远在线，会耐心听你倾诉，温柔安抚你的情绪。不知不觉，AI就成了很多小伙伴专属的“聊天搭子”。

有了这个随时可以说话的伙伴固然

很美好，但也会遇到小麻烦：AI说的话不一定全都正确，倘若我们过度依赖它，慢慢就会懒得自己思考，也越来越少和身边的人面对面聊天。

不少专家也留意到少年们和AI相伴的日常。他们说，一味把AI隔绝在生活之外并不现实。想要好好和人工智能做朋友，需要社会、学校、家庭，像涓涓流水一样，慢慢陪伴我们学会和AI共处。

社会上的AI平台，不再只是简单屏蔽不好的内容。而是用心调整算法，挑选适合我们少年阅读的内容，让AI说出的话语，更贴合我们的成长。

走进校园，课堂上也悄悄多了AI素养小课堂。老师不会生硬告诉我们“不许用AI”，而是带着大家一起认识人工智

能。告诉我们什么时候可以找AI帮忙，哪些问题要坚持自己动脑，分清虚拟对话和现实生活的差别，慢慢练就辨别信息的本领。

在家里，爸爸妈妈也学着走近这项新科技。不会直接没收设备、粗暴禁止聊天。有空会听一听，我们都和AI聊些什么，更多时候陪我们出门散步、谈心玩耍。用实实在在的陪伴，填补心里的情绪角落，不让我们只向虚拟的机器倾诉全部心事。

AI本身没有好坏，只是我们要记得：AI替代不了真实的朋友与家人。只有我们学会用好工具，守住自己独立的想法，才能在人机共存的时代自在快乐地长大。

卧室堆满“谷子”居然会甲醛中毒

新闻里的“谷子”可不是田里种的稻谷粮食，是动漫爱好者的网络叫法，指动漫立牌、徽章、手办这类收藏周边。



事情经过

有位大姐姐特别喜欢动漫，在十几平方米的卧室里，密密麻麻摆了50多件谷子。

每天，看着心爱的收藏品她很开心。这样的日子才过了三天，每每走进卧室她便有了头晕等症状，最后胸闷难捱被救护车送进医院，检查发现是甲醛中毒。后来，她把卧室所有谷子全部搬走，身体很快就恢复了。

2 谷子会释放甲醛

谷子大多是廉价亚克力、劣质胶水、喷漆做的。单个小徽章、小立牌，有害物质很少，几乎没危害。

但几十件挤在密闭、不常

开窗的小卧室里，胶水、亚克力里的甲醛会一点点释放在空气中。

我们每天睡觉、写作业都待在卧室，整夜呼吸这些有毒空气，毒素会慢慢积累，就会伤害身体，出现头晕、恶心、嗓子疼等中毒症状。

3 三个安全道理

1. 卧室是睡觉休息的地方，不能堆满大量塑料制品。

卧室空间小、通风弱，大量塑料摆件、劣质玩具堆积，容易释放有害气体，影响我们身体健康。喜欢的手办、小摆件不要全堆卧室，可以放在客厅通风的柜子里。

2. 爱好很美好，但不能拿

健康换快乐。

收藏喜欢的东西没问题，但不要盲目囤积一大堆。再好看的玩具、动漫周边，集中大量摆放后，如果发现自己身在其中出现头晕等症状，就得及时减少摆放数量。

3. 房间一定要勤开窗通风。

不管有没有摆件，每天早晚开窗通风半小时，污浊空气排出去，新鲜空气换进来，就能大大减少甲醛、霉菌这些看不见的“隐形杀手”，守护我们的身体健康。

提醒

记得经常开窗通风，精简卧室里塑料制品。

好看的拼豆 原来竟暗藏危险

五颜六色的拼豆成了班里最火的手工。很多同学攒零花钱买了一大盒，每天在卧室里拼挂件，再用小熨斗熨烫定型，看着普通小豆子变成可爱卡通，心里别提多开心了。可最近有同学出现了头晕、嗓子干痒的症状，查询之后才知道，原来拼豆也有不安全的，劣质拼豆甚至属于违规玩具。

据说，没有3C认证的三无拼豆，大多用回收废塑料做成。经过熨斗高温加热，会释放甲醛等有毒气体。卧室空间小、不通风，有害气体慢慢堆积，不仅会让同学们头晕、咳嗽，伤害娇嫩的呼吸道，小颗粒豆子还容易误食噎住，带电小熨斗也有烫伤、触电等危险。现在国家已经开始整治这类违规拼豆产品了。