

“AI带娃”靠谱吗？

近段时间，“AI带娃”在网络社交平台悄然走红。不少博主分享相关攻略，声称“一部手机就能解放父母”“AI‘情感替身’可实现全程陪伴”，让忙碌的家长心动不已。“AI带娃”究竟是否靠谱？父母的陪伴真的能被人工智能替代吗？带着这些疑问，记者展开了深入调查。

社交平台热捧“AI带娃”，家长喜忧参半

记者在多个网络社交平台检索“AI带娃”关键词后，出现了不少分享帖。有家长在笔记中写道，孩子被AI大模型“吸引”数小时，专注于聊天、听故事，连吃饭都不愿放下手机；还有家长直呼“AI哄娃效果超预期”，堪称“带娃神器”。

除了常规的互动功能，部分AI工具还推出了定制“智能体”服务。通过预设指令，AI可以调整回答方式，甚至能克隆家长的声音和语气，打造专属“情感替身”，与孩子进行沉浸式对话。这种高度仿真的陪伴模式，让不少家长觉得既新鲜又实用，认为能在自己忙碌时填补陪伴的空白。

但并非所有家长都对“AI带娃”

持肯定态度。来自浙江的家长赵女士，向记者讲述了自己的糟心经历。为了缓解带娃压力，她给4岁的孩子下载了一款热门AI陪伴软件。起初，孩子确实变得乖巧懂事，赵女士也得以腾出时间处理工作和家务。可使用三个月后，孩子的变化让她始料未及。在幼儿园时，孩子不愿与其他小朋友一起玩耍。问及原因，孩子的回答让她揪心：“不要，我就要回家玩AI，玩AI比他们有趣多了。”

更让赵女士警惕的是，孩子的思维和社交能力出现了明显退化。原本遇到问题会主动思考的孩子，现在凡事都想直接问AI，彻底跳过了独立思考的过程；由于长

时间沉迷于和“脾气极好”的AI聊天，孩子减少了与同龄人的真实社交互动，变得不擅长用眼神、表情和肢体语言与人沟通。

“AI软件说话永远顺着孩子，语气一直很温柔，但现实生活根本不是这样。”赵女士坦言，现实中的沟通会有不同的语气、表情和情绪表达。如果孩子长期沉浸在这种舒适的沟通环境中，回归现实社会后，很可能无法适应复杂的人际互动，甚至产生社交恐惧。意识到问题的严重性后，赵女士果断卸载了AI软件，她的经历在社交平台发布后，引发了众多家长的共鸣，不少人留言表示自家孩子也出现了类似的沉迷问题。

沉迷虚拟陪伴，低龄儿童成长风险凸显

“AI带娃”是否能够发挥陪伴功能？盲目把手机交给孩子又会带来什么样的影响？清华大学社会心理服务研究中心管委会副主任倪子君表示，沟通心理学中有一个“55387”理论，即信息传递的55%来自身体姿态，38%来自语气语调，仅7%来自语言内容。

“AI陪伴本质上是单向的虚拟交互，它无法提供真人之间的眼神交流、肢体接触和情感共鸣。”倪子

君表示，长期依赖AI陪伴的孩子，会逐渐丧失与真人面对面沟通的能力，导致他们在现实交往中缺乏安全感和情感链接，进而产生孤独感。

对于3-6岁的低龄儿童而言，AI陪伴的潜在危害更为突出。倪子君强调，这个年龄段是儿童大脑发育和认知能力提升的关键期，最有效的促进方式是大动作训练和真实场景互动，比如攀爬、跳跃、奔跑、捕捉以及同伴游戏等，这些都是

AI无法模拟的成长体验。家长可以让AI成为养育孩子的辅助工具，但它绝对不能成为父母的替代。

“AI虽然能根据预设算法提供海量资源和即时回应，但它缺乏人类的共情能力和观察力。”有家长直言，父母能在日常生活的点滴中敏锐捕捉孩子的兴趣点、发现其天赋潜力，更能及时洞察孩子潜在的心理问题并给予引导，而这些都是AI难以企及的。

超六成未成年人使用过AI，需科学管理

中国青少年研究中心今年开展的一项专项调查，更直观地揭示了未成年人使用AI的现状与风险。该调查覆盖全国7个省份的8500余名未成年人，结果显示，超过六成未成年人使用过AI相关工具，而其中仅有三成多家庭为孩子制定了明确的AI使用管理规则。

调查报告显示，多数未成年人对生成式AI有较高度度的认可，超过六成未成年人认为使用AI提升了自己的学习兴趣。但与此同时，AI带来的潜在成长风险也不

容忽视：两成多未成年人存在“想依赖AI，不想自己思考”的惰性；两成多未成年人倾向于“只和AI聊天，不愿与真人交流”；还有两成多未成年人因为过度使用AI感到焦虑。

记者在多所中小学走访时发现，家长们普遍面临着如何管理孩子使用AI的困惑。部分家长认为，孩子将AI用于学习，能提升学习效率，不应过度干预；还有些家长表示，自己对AI技术了解有限，难以判断孩子的使用行为是否合理。而一些学生则坦言，AI软件获取答案更便捷，能否合理使用主要依靠自控力。

儿童心理研究学者表示，家长作为子女的第一监护人，必须承担

起AI使用管理的责任，建立明确且细化的使用规则。比如禁止使用AI的代写、直接提供答案等功能，限定每天使用时长，小学生使用时需家长全程陪同，避免孩子接触不良信息等。

教育学者建议，避免孩子沉迷虚拟交互，关键在于用真实生活体验减少对AI的依赖。家长应主动参与孩子的AI使用过程，同时多陪伴孩子参与户外活动、亲子游戏、社交实践等，让孩子感受到“现实比虚拟更生动”“真人交流更有温度”，帮助他们树立正确的价值观。此外，学校也应建立AI使用的管理制度与评价体系，引导学生合理利用AI技术，培养独立思考和创新能力。

据央视新闻

新闻速读

本地新闻

- 近日，烟台市教育局公布了我市义务教育阶段学校寒假放假时间，为2026年1月31日至3月4日，3月5日开学。
- 近日，烟台大学申报的“数学建模与智能控制院士工作站”顺利通过山东省科学技术厅备案。
- 近日，烟台市区景观灯光亮灯时间由原来的每天18:00-22:00调整为17:30-21:00。
- 近日，烟台啤酒醴泉文化艺术区项目正式破土动工。这片始建于1920年的工业遗址，即将转型为集文化、艺术、商业、旅游于一体的综合性城市文化新地标。
- 近日，2025中国顶尖舞者成长计划全国作品展演(个人组)在四川泸州举行，烟台姑娘梁嘉禾作为我省11-15岁年龄组唯一入选全国百强的选手参加了此次展演。她以精湛的舞技与独特的艺术表现力，成功演绎了由烟台新青年舞蹈学校校长傅园国与鲁东大学艺术学院舞蹈教师梁玉剑共同原创并指导的作品《春天》。

国内新闻

- 近日，中央广播电视总台《2026年春节联欢晚会》发布主题和主标识。总台马年春晚以“骐骥驰骋势不可挡”为主题，在欢乐吉祥、喜气洋洋的氛围中，与全球华人相约除夕夜，共赴一场昂扬奋发、喜庆温暖、满屏新意的文化盛宴。
- 自2026年1月1日起，我国将全面禁止生产含汞体温计和含汞血压计产品。这标志着水银体温计即将正式退出历史舞台。
- 近日，我国科研人员首次通过高温高压实验证实：在早期地球岩浆洋的极端高温下，大量水分通过矿物结晶过程，被高效封存于地幔深处，这些水很可能是推动地球从岩浆炼狱转变为蓝色宜居星球的关键力量。
- 济南市考古研究院院长郭俊峰近日表示，山东济南大明湖西南遗址考古发掘取得新成果。此次发掘的文物遗存丰富、延续时间较长。此前，通常认为济南建城史距今约2700年，发掘成果将这一年代提前了约1500年。
- 近日，我国申报的“赫哲族伊玛堪”通过评审，转入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。同时，“赫哲族伊玛堪”保护计划入选优秀保护实践名册。至此，我国已经有45个项目列入联合国教科文组织非遗名录、名册，总数位居世界第一。
- 近日，国家医保局、人力资源社会保障部印发《国家基本医疗保险、生育保险和工伤保险药品目录》以及《商业健康保险创新药品目录》(2025年)，新版药品目录新增114种药品，有50种是一类创新药，自2026年1月1日起正式执行。

