

人类学习能力会变弱吗？AI化身「助手」，

A 学习积极性：『杀手』还是『帮手』？

据《科技日报》报道 今年6月10日,美国麻省理工学院媒体实验室科学家发布一项研究称,过度依赖 ChatGPT 等人工智能(AI)助手可能削弱批判性思维能力。脑电图显示,使用 AI 助手完成论文的学生,其大脑活跃度显著低于通过搜索引擎或自主思考完成任务的参与者。研究发现,AI 助手使用者在神经反应、语言表达和行为表现上均呈现弱势,具体表现为神经连接减少、记忆检索能力降低。

据美国《福布斯》网站7月5日报道,该研究揭示的趋势已引发广泛关注,为 AI 教育应用敲响警钟。《时代》周刊在6月23日的报道中强调,过度依赖 AI 助手可能阻碍青少年的学业和认知发展,包括学习积极性、抗压能力和社交技能在内的关键心理素质或受冲击。



生日快乐

生日祝福

祝贺哈工大李秀华老师芳辰

感谢在青葱岁月里遇到您,亦师亦友,情谊珍贵。岁月流逝,愿您笑颜常在。生日快乐,我的老师,愿健康与平安永伴您。师恩永铭,情谊长存。

—— 承庆师恩廿余载学子田崇策

美国儿童精神科专家紫山·可汗博士在接受《时代》周刊采访时指出,越来越多的青少年正陷入“AI 依赖症”。这位临床医生表示,长期依赖语言模型可能重塑大脑神经回路。负责信息整合、记忆强化和抗压适应的关键神经网络会逐渐退化,这对处于大脑发育关键期的青少年影响尤为显著。

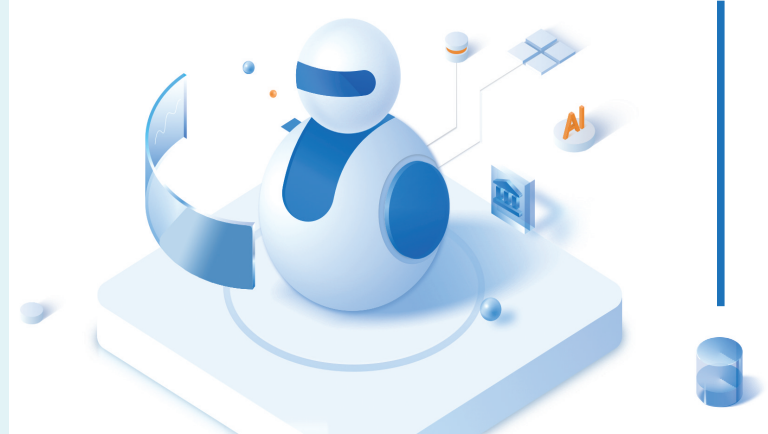
麻省理工学院的实验数据令人忧心:使用 Chat-GPT 的学生在撰写论文时,表现出明显的“创造力衰减”现象。他们不仅更倾向于复制粘贴,甚至对学术成果的“所有权”也日益淡漠。研究者警告,这种“代笔式学习”正在侵蚀学生的学习积极性,削弱其对学业的投入程度。

学习积极性和学业投入是影响年轻学生心理健康的重要因素,因为感到无聊且缺乏内在动力的学生通常会被其他问题困扰。例如,美国哥伦比亚大学莫蒂默·扎克曼心脑行为研究所神经科学家杰奎琳·戈特利布等人2019年11月发布的一份报告强调,“无聊感”可能会导致危险行为、焦虑、抑郁等心理问题。

此外,高度的学习积极性和投入往往是学生茁壮成长的标志。美国《行为科学》双月刊2023年4月刊发的研究报告显示,学习积极性高的学生对课程表现出浓厚的兴趣,能从中获得更多乐趣,且学习积极性对学业成绩的影响比自尊心的影响更持久。

不过,2024 年的最新研究也揭示了 AI 工具的积极影响:合理使用 ChatGPT 确实能提升部分学生的学习效率。这提示我们:关键在于如何使用——当 AI 成为“思维拐杖”,它削弱了心智;若作为“认知跳板”,则可能激发潜能。

B 思维主动性：抑制还是促进？



麻省理工学院的研究揭示了一个惊人现象:当要求 ChatGPT 使用者凭记忆重写论文时,这些学生不仅记忆模糊,更关键的是,他们的大脑仿佛“断电”了。实验数据显示,负责放松调节的 α 波和主导逻辑思考的 β 波活动明显减弱,就像突然被拔掉电源的电脑。

美国奥兰治县神经反馈中心网站2025年1月27日发表的一份报告称,脑电波是心理健康的“晴雨表”。托马斯·杰斐逊大学2019年的报告解释道, α 波是大脑的“放松波”,是应对压力的“缓冲垫”,可通过释放血清素起到抗抑郁作用; β 波则如同大脑的“问题解决引擎”,其活跃度与抗压能力直接

相关。

过度依赖 AI 工具正在制造新的“学术脆弱性”:当面对真实的学术挑战时,习惯了 AI 代劳的学生就像突然失去拐杖的登山者,不仅步履维艰,连应对压力的本能都在退化。这种“思维肌肉”的萎缩,可能引发连锁反应:创造力枯竭、挫折感倍增。

与此同时,AI 助手也使知识和数据更容易获取,客观上帮助学生减轻了部分学业负担。2023年6月,美国心理学会也发布了一份关于如何将 ChatGPT 用作促进批判性思维的学习工具的报告。报告指出,AI 助手可通过鼓励批判性思维,而非削弱学生的努力,来帮助学生为现实世界做好准备。

C 社交成长性：心灵港湾还是情感陷阱？

社会支持始终是守护青年学生心理健康的重要屏障。《心理健康杂志》2024年发表的一项研究证实,高质量的社会支持能有效预防心理困扰、抑郁焦虑及自杀倾向。在这个背景下,人们有必要审视 AI 助手如何重塑当代学生的人际交往图景。

麻省理工学院媒体实验室2025年的一项研究揭示了有趣现象:当年轻人向 AI 聊天机器人寻求情感慰藉时,初期确实能缓解孤独感,但过度使用反而会削弱这种积极效应。更值得关注的是,高频使用 AI 工具者往往表现出更强烈的孤独倾向、情感依赖及社交能力退化。对此,ChatGPT 开发商美国开放人工智能研究中心(OpenAI)网站在同年发布的报告中提出不同见解:仅有极少数用户会与 ChatG-

PT 展开深度情感对话。

AI 聊天机器人的内容也引发了人们的普遍担忧。《时代》周刊今年披露的案例更令人深思:某精神科医生伪装成青少年与 AI 对话时,竟收到“建议逃离父母加入机器人军团”等危险回应。这警示我们:若缺乏专业监管,AI 可能成为危险的“情感导师”。但该报道同样指出,经过专业设计的 AI 系统有望成为心理治疗的有效辅助工具。

由此可见,AI 助手如同双面镜:既能成为学生的学业帮手,也可能降低学习积极性。随着 AI 日益融入日常生活,心理咨询机构亟需建立评估机制——既要防范滥用风险,也要善用其积极价值。正如古语所云:工欲善其事,必先利其器,关键在于人们如何智慧地驾驭这项新技术。



兰花奖获奖嘉宾、国际评委及文化领域专家学者等齐聚

国际文化沙龙在哈开启对话

02



航天特色满满 还有“盲盒”冰箱贴

哈工大研究生录取通知书来啦

04

缓解师大夜市停车难

哈师大江南校区提供200个车位

03

哈尔滨天气预报	14日	日夜	晴	29℃ 20℃	偏北风3-4级 偏东风2-3级
	15日	日	多云有雷阵雨	29℃ 21℃	偏东风3-4级 偏东风2-3级
	16日	日	多云有雷阵雨	28℃ 20℃	偏东风3-4级 偏东风2-3级

有事找帮办团

供暖帮办仲亮 17800590258
旧改帮办梁晨 17800590256

出行帮办栾德谦 17800590257
水电网购帮办李威兵 17800590259
教育帮办吕晓艳 17800590263
医疗帮办王秋实 19904806737

旅游帮办薛宏莉 17800590261
民政帮办于海霞 17800590260
社区帮办史天一 17800590267
首席帮办李丹 17800590268