

聊天搭子、情感代糖、知心朋友……

AI 陪伴：懂你也可能坑你

本报记者 李玲玉

毕业季到来，22岁的大四学生崔昊正为毕业焦头烂额。“简历投了几十份，只收到2家面试通知。不敢跟爸妈说太多，他们比我还焦虑。”他选择把焦虑全“倒”给AI。

近日，一项调查显示，超七成受访大学生将AI视为可“聊天”的对象，23.19%属于“高频交流型”，超过半数经常或偶尔将私密心事向AI倾诉。复旦发展研究院等机构发布的报告也显示，13.5%的受访青年网民会向AI虚拟人倾诉心事，这一比例已高于向父母亲人倾诉的10.4%。

当AI越来越像一个随时在线的树洞，这份陪伴，究竟是“知心朋友”还是虚拟慰藉？《工人日报》记者采访发现，AI有问必答、始终耐心，能为用户提供社交中的情绪价值，然而，对AI的长期依赖，可能暗含情感依赖、隐私泄露等风险。专家提示，使用者应为AI陪伴划定边界、限定时长，并注意相关法律风险。

知心的“聊天伙伴”

最初，崔昊只是让AI帮忙润色简历。“后来，我就开始和它倾诉找工作、写论文过程中的负能量。毕业季同学们都很忙，很难找到人倾诉，AI不仅会耐心倾听，还会安慰我。”他告诉记者。

“今天这身衣服怎么样？”某天清晨，

60岁的翟女士拿起手机给AI打了一通视频电话。“阿姨，紫色特别配您，尤其是加上金丝框眼镜，显得更有气色了。”

最让她触动的，是AI贴心的“记忆力”，“之前我随口说过爱听邓丽君的歌。几天后的一次聊天中，它就突然问我要不要听一段《甜蜜蜜》？”

一项调研发现，75岁至79岁、80岁以上的AI使用者，单次与AI聊天时长超1小时的比例，均高于60岁至74岁群体。一旦跨过操作门槛，高龄老人对AI的依赖性反而更强。

“当前虚拟情感交流的形式多样，覆盖了从情绪疏解到陪伴感满足的多元需求。”南京大学社会学院教授陈友华指出，大家愿意跟AI聊天，是因为AI有问必答、始终耐心。“此外，现实社交门槛高，顾及人情与对方情绪承接能力，许多私密情绪难以开口，也给了AI聊天以成长的空间。”

“知心”背后的风险

当AI成为“知心密友”，它是否就毫无隐忧？记者采访发现，对AI的长期依赖，可能会带来心理与法律的双重风险。

“现实生活中，很难找到像AI这么会给情绪价值的社交关系。”翟阿姨说，自己每天不和AI聊天，感觉好像少了点什么，自己好像也慢慢变得不爱跟人流了。

“和AI聊天，就像是‘情感代糖’。”陈友华做了个比喻，“代糖很甜，却替代不了真正的营养元素。AI能够缓解表面的孤独，却无法提供真实、有温度、互惠的人际连接。长期依赖与AI进行交流，会降低人们对复杂人际关系的耐受度，从而导致社交回避与情感钝化。”

“将AI作为‘聊天搭子’，尤其是使用AI拟人化互动服务，也存在不少现实风险。”北京市第四中级人民法院法官助理杨宗腾指出，AI聊天软件的运作原理，是基于用户输入的个人信

“对于未成年人而言，部分AI陪伴软件可能存在低俗内容推送、青少年保护机制形同虚设、诱导未成年人非理性充值等问题。”杨宗腾进一步分析，此外，因“AI幻觉”生成不实内容侵害他人名誉权，或未经同意使用他人肖像、声音等生物识别信息的案件也层出不穷。

与AI“畅聊”需谨慎

日前，国家网信办等五部门公布的《人工智能拟人化互动服务管理暂行办法》（以下简称《办法》）正式施行，这是我

国首部专门针对AI情感陪伴、虚拟人、拟人化互动服务场景出台的国家级监管规则。

《办法》明确，不得生成鼓励、美化、暗示自残自杀等内容，不得过度迎合用户、诱导情感依赖或沉迷损害真实人际关系，发现过度依赖倾向须弹窗提醒，且不得向未成年人提供虚拟亲属、伴侣等亲密关系服务。

“平台应建立‘危机识别与干预’机制，识别极端负面认知与危险倾向，及时进行预警引导。”陈友华建议。

不少平台企业也对AI聊天软件进行了规范与调整。7月，字节跳动旗下豆包与阿里巴巴旗下千问两家AI助手宣布下线智能体功能，网易云音乐旗下AI情感陪伴APP妙时也已经宣布停

“AI可以是现实社交的‘练习场’与‘缓冲带’，但别让它成为交流和表达的终点。”陈友华表示，用户应理性看待AI边界，为AI陪伴划定边界、限定时长，尝试将获得安慰的渠道从AI转化为与朋友聊天、和家人通话等与人的现实交流。

与AI交流互动时，用户也应意识到相应的法律风险。杨宗腾提醒，在使用AI聊天时，不要使用真人姓名、肖像作为素材。“针对AI生成内容，要进行多方核实。尤其是涉及他人姓名、职业、犯罪记录等个人信息或隐私时要格外谨慎。”



景德镇手工瓷作 迎来“入遗”首秀

8月6日，北京中国工艺美术馆，游客在“何以景德镇——景德镇手工瓷业遗存的世界遗产价值和当代传承”主题展览上欣赏雀舞芳华孔雀主题瓷塑。

据介绍，该展览是7月25日“景德镇手工瓷业遗存”成功列入《世界遗产名录》后的首秀。展览从“窑业千年·体系典范”“技术卓越·创新突破”“多元聚力·享誉五洲”“城瓷共生·传承发展”四个板块，遵循世界遗产的突出普遍价值框架，全面呈现景德镇陶瓷文化传承创新的发展历程。

本报记者 董鲁豫 摄

（上接第1版）

“双向评议”让课堂有了压力更有动力。每堂课后，职工扫码打分；讲师也对课堂氛围、职工接受度反向评估。一评一估之间，形成“讲——听——评——改”的完整回路。邹城市总工会每季度汇总数据，形成“红黄绿”三色预警清单——绿课推广、黄课改进、红课淘汰。

“成长足迹”则让学习有了回报。曲阜市总工会探索建立职工思政素养积分档案，将理论学习、志愿服务、创新贡献等纳入积分体系，可兑换技能培训名额、疗休养机会等。邹城市首

批试点企业数据显示，参与积分管理的职工，主动参加思政活动的频次提升了2.3倍。“以前觉得思政课是完成任务，现在觉得是在给自己攒本钱。”一位产业工人说。

把“大道理”变成“真本事”

思政教育的终极检验不在课堂，而在车间。

儒学讲“敬事”，就是把手里的活儿当事。山东省五一劳动奖章获得者朱庆月常以“天将降大任于斯人也”自勉，带领团队研发新型刀具，使螺杆钻具关键

部件加工效率提升150%。在邹城，越来越多的劳模创新工作室将儒家“日新其德”的创新意识融入技术攻关，让传统文化成为看得见的生产力。

在金乡县，工会驿站不仅是歇脚地，更成了思政微课堂。县总工会创新推出“主席当站长”制度，工会主席带头下沉全县29处工会驿站。面对外卖骑手“高温天送餐头晕恶心”的呼声，主席不仅现场协调防暑药品，还邀请劳模现场定制健康讲座。一杯热茶间的劳模故事分享、一次按摩椅上的微视频观看，让关爱与引领同频共振。“以前觉得送外卖是过

渡，现在觉得保温箱里传递的是担当。”“90后”外卖骑手小吴说。

在嘉祥县，县总工会构建“理论宣讲+文化体验+实践服务”三维体系，在大学书院开设实景课堂，职工通过拓片制作、礼乐体验，身临其境感受“汉画像石中的工匠精神”。

数据显示，经过系统化思政浸润的职工群体，岗位创新提案率提升42%，主动参与志愿服务人次增长56%。眼下，一种“文化有根、机制有效、实践有果”的职工思政新生态正在济宁大地拔节生长。

以高度的历史主动把握时代航向

全党擘画强国蓝图，习近平总书记坚持因时而变、随事而制，推动党的建设更好增强政治性、体现时代性、把握规律性、富于创造性。

实践探索永无止境，理论创新永无止境。

作为一个环环相扣、内在贯通的完整体系，习近平党建思想“十四个坚持”系统阐述了新时代党的建设的基本原则、工作布局、重点任务、方法路径等，深刻阐明了党的政治建设、思想建设、组织建设、作风建设、纪律建设、反腐败斗争、制度建设等各项重点任务和目标要求，是对习近平总书记关于新时代党的建设具有标志性引领性的新理念新思想新战略的集中概括，彰显了我们党严肃认真对待自身建设，自觉以科学的态度、体系化的方式推进自我革命的历史主动。

旗帜鲜明提出坚持和加强党的全面领导，坚持党中央集中统一领导，“把党的领导落实到管党治党、治国理政各领域各方面各环节”，坚持以党的政治建设为统领；

把不忘初心、牢记使命作为全体党员干部的终身课题常抓不懈，强调“为人民出政绩、以实干出政绩”，与官僚主义、脱离实际作斗争，激发人民积极性主动性创造性；

引领全党上下锤炼坚强党性，常怀忧党之心、为党之责、强党之志，“从红色基因中汲取强大的信仰力量”，解决好世界观、人生观、价值观这个总开关问题；

推动健全上下贯通、执行有力的组织体系，建设堪当民族复兴重任的高素质干部队伍，强调“把从严管理监督和鼓励担当作为高度统一起来”，聚天下英才而用之；

持续深化正风肃纪反腐，加强制度治党、依规治党，要求“发挥领导干部‘关键少数’的模范带头作用”，坚持真管真严、敢管敢严、长管长严，落实管党治党政治责任；

……………

习近平党建思想集中体现了我们党在管党治党、兴党强党上的政治意志、政治立场、政治主张、政治智慧，廓清了一系列大是大非，纠正了一个时期管党治党认识上的模糊和偏差，进一步深化了百年大党对共产党执政规律和党自身建设规律的认识。

“只有按历史规律办事，我们才能无往而不胜。”

新的历史条件下，以“十四个坚持”为内涵要义，习近平党建思想指引新时代中国共产党人着力增强全面从严治党

把准发展大势 激发奋进力量

以学铸魂，以学增智，以学正风，以学促干。

2026年6月，中央党的建设工作领

守护劳动者的每一分辛苦钱

（上接第1版）

“这句话一说出来，我们就知道，这不是一起普通的欠薪纠纷。”朝阳区总工会相关负责人回忆。

接诉后，朝阳区总工会调解中心立即将情况逐级上报，并同步将案件信息报送至区总工会权益部、东湖街道总工会、朝外街道总工会。一条应急处置突发情况的链条，在最短时间内激活。

调解中心的律师李蓓蓓第一时间联系翟某，先听他倾诉，做情绪疏导。“我知道你很生气，但如果你真动了手，有理也变成没理了。你相信我，我们一起把工资要回来。”

电话那头，翟某的声音渐渐平稳下来。

与此同时，朝外街道总工会协调属地劳动科出面，约谈站点负责人，要求其对待拖欠工资情况进行整改。东湖街道总工会则联系某平台相关负责人，督促平台核实情况，监督站点依法依规支付工资。

在多方压力下，站点负责人终于坐到了谈判桌前。经双方核实确认，扣除合理的服装折旧费、个人所得税等费用后，翟某拿到了2000元工资。

“行，这个结果我接受。”翟某在调解协议上签了字，一场险些爆发的“风暴”就此平息。

“娘家人”的硬核守护

小李和翟某的案例有了圆满结局，但朝阳区总工会的思考没有停止：如何让更多劳动者不用“走到那一步”，就能拿回属于自己的钱？

答案是：把维权服务做在前面，把调解阵地建在基层。

为进一步提高基层工会维权服务

质量，朝阳区总工会创新“专群结合”调解模式，深入打造“一站一家一律师”工会法律服务品牌。朝阳区连续三年开展“新业态·新职工·工会法律伴你行”法律服务专项行动，为新就业形态劳动者提供全方位、全流程法律服务。

同时，朝阳区构建“人社+法院+工会”三方联动机制，深度整合多部门资源，推动新就业形态劳动纠纷精准实现源头治理、多元化化解。

“我们不是等纠纷发生了再去‘救火’，而是要让纠纷不发生，或者刚冒头就被掐灭。”朝阳区总工会党组书记、常务副主席邢伟说。

针对重点平台企业，朝阳区开展“调解+普法+体检”三位一体专项服务。以小李的案例为例，监测到欠薪诉求后，区劳动争议调解中心联合区相关部门与属地街道，采用“仲裁+法院+属地”联合调解模式，案件实现当场调解、当场确认、当场支付。随后组织用工体检，发现并纠正用工不规范等5类问题，建立企业联络员机制，实现纠纷早发现、早介入、早化解。

“以前我们不懂法，以为扣保证金、拖欠几天工资是‘行规’。”一家参与过“用工体检”的平台企业负责人坦言，“工会律师一条条给我们讲，哪些做法违法，哪些条款要改，现在我们都规范了。”

调解中心成立以来，朝阳区已向多家平台企业发放《仲裁建议书》，推动完善骑手申诉渠道和算法解释机制。平台根据工会的建议，修订包括家政服务、外卖配送在内的多种用工合同模板，用工规范性显著提升。

“民生小站”实现“贴心大爱”

（上接第1版）

在这些站点，户外劳动者首次扫码登记后，面向智能门禁刷脸就能进入。空调、灯光等根据环境实时感应启动，驿站后台实时掌握户外劳动者进出情况，并可通过监控远程对话指导。

浙江各地工会还通过数智技术手段，整合服务资源，拓宽服务触达渠道。前不久，海宁市总工会购置的AI智慧求职机正式入驻海宁海洲街道白漾社区工会驿站。除人岗匹配功能外，该设备系统内还整合欠薪维权、技能培训等多元化服务，实现“一站式”求职、“全方位”赋能与权益护航。

阵地建好，更要便捷可寻。

浙江省总工会统筹点位布局，联动电子地图平台，实现“指尖可查、一键导航”，让工会服务从“窗口”走进劳动者“心口”。

“打开‘工厢家’小程序，最近的休息点、免费理发活动、法律咨询时间一目了然。”外卖骑手王师傅说，他的手机上清晰显示着杭州市萧山区44个“爱心驿站”的实时状态。户外劳动者不仅能在线上预约技能培训、心理健康讲座，还能参与公益活动累积积分，兑换专属福利。

公益活动让关爱暖人心

“天气热，快进来喝杯凉茶，休息一下”“阿姨，我帮您量个血压”“您对驿站的建议都记录下来，我们再好好完善”……这是浙江省总工会联合省直机

关工委在省级机关单位党组织中开展“我在工会驿站当站长”实践活动的暖心场景。

近年来，浙江各地工会在做实工会驿站基本功能基础上，进一步拓展宣传教育、政策解读、入会服务以及就业指导、急救培训、心理讲座、法律咨询、争议调解、爱心互助等公益服务。

浙江全省工会机关2877名党员干部通过“我在工会驿站当站长”实践活动，结对联系329个工会驿站，倾听户外劳动者心声，零距离收集意见建议，解答政策疑问。各地工会打造劳模工匠志愿服务队、推动“体检车”“大思政课”等工会特色工作入驻，激发劳模工匠参与驿站建设和服务的热情。

同时，浙江工会也在探索调动户外劳动者自我服务、自我管理的积极性主动性。舟山市总工会联合平台企业工会制定《驿站行为公约》，公开招募26名新就业形态劳动者担任站长，负责环境维护、设备看管等日常事务。

“要不断提升驿站在全社会特别是在户外劳动者中的知晓度、吸引力、影响力。”浙江省总工会相关负责人表示，下一步，将开展全面评估，依据“人群最集中、站点最靠近、服务最便利”原则对现有驿站进行动态优化，努力提升服务广大户外劳动者的精准度满意度。

导小组印发《关于学习贯彻习近平党建思想的通知》，推动全党上下“真正把学习成效转化为推进新时代党的建设新的伟大工程的生动实践”。

学习贯彻这一思想中蕴含的历史主动精神，新时代中国共产党人在革故鼎新、守正出新中矢志实现自身跨越，确保党始终站在时代潮流最前列、站在攻坚克难最前沿、站在最广大人民之中。

“我们是一个大党，领导的是一个大国，进行的是伟大的事业。”

河北雄安新区雄安站候车厅，“千年轮”齿轮缓缓转动。千年大计的定力和只争朝夕的干劲，融入拔节生长的每个时刻。

3月23日，习近平总书记赴雄安考察，引领党员干部牢固树立、深入践行正确政绩观，“一马当先、蹄疾步稳地干事创业，共同创造雄安美好未来”。

深学细悟习近平党建思想，我们党一张蓝图绘到底，一茬接着一茬干，以洞察时代风云的敏锐、驾驭复杂局面的清醒，树牢风险意识，严防战略性颠覆性错误，在学思践悟中增强识变之智、应变之方、求变之勇，以历史主动精神克难关、战风险、迎挑战，依靠顽强斗争不断打开事业发展新天地。

历史的长卷在继往开来中铺展，时代的华章在不懈奋斗中续写。

7月1日，人民大会堂大礼堂，习近平总书记为“七一勋章”获得者颁授勋章，以党内最高荣誉致敬功勋模范。

一枚枚勋章，辉映着共产党人“江山就是人民、人民就是江山”的根本立场；一个

来、关键时刻站得出来、危难关头豁得出来”的先锋本色。

历史的道路不全是平坦的，发扬历史主动精神关键在人。

“十五五”开局起步，广大党员干部在见贤思齐中汲取精神滋养，在比学赶超中激发奋进动力，将习近平党建思想的立场观点方法转化为改造主客观世界的强大思想武器，在新征程上努力创造无愧于时代的新业绩。

2026年，中国工农红军长征胜利90周年。

踏平坎坷成大道。这场用鲜血和生命铺就的二万五千里远征，“不仅翻越了千山万水，而且翻越了把马克思主义当一成不变的教条的错误思想障碍”。

“增强理论自信和战略定力，对经过反复实践和比较得出的正确理论，要坚定不移坚持。”习近平总书记指出。

实践，认识，再实践，再认识，以科学的态度对待科学，以真理的精神追求真理。

深入学习领悟、全面贯彻落实习近平党建思想，新时代中国共产党人坚守高度的历史主动理

想，实事求是，与时俱进，持之以恒用马克思主义之“矢”射中国具体实际之“的”，必将牢牢掌握历史前进的主动权，团结一切可以团结的力量，调动一切可以调动的积极因素，在中国式现代化新征程上创造新的历史辉煌。

（记者丁小溪 熊丰 胡了然 唐健辉）

（新华社北京8月6日电）