

نگرانی جدید درباره تاثیر هوش مصنوعی روی افکار خودش

مطالعه جدیدی نشان می‌دهد سیستم‌های هوش مصنوعی قادر به تصمیم‌گیری جمعی و تأثیر گذاری بر یکدیگر هستند، موضوعی که نگرانی‌های جدی درباره کنترل و نظارت بر این فناوری ایجاد کرده است. محققان دانشگاه سیتی سنت جورج لندن، به این نتیجه رسیدند که سیستم‌های هوش مصنوعی می‌توانند بدون دخالت انسان تصمیمات جمعی بگیرند و حتی یکدیگر را متقاعد کنند که نظرات خود را تغییر دهند. به گزارش اسکای نیوز، این یافته‌ها که نتیجه یک مطالعه جدید است، نگرانی‌هایی درباره تأثیر این سیستم‌ها در صورت قرار گرفتن در دستان نادرست ایجاد کرده است.

ها بر نامه‌ریزی نکرده بودیم». در مرحله سوم آزمایش، محققان تعدادی عامل هوش مصنوعی مخرب را به گروه اضافه کردند که موفق شدند تصمیمات جمعی گروه را تغییر دهند.

تأثیر گذاری نامحسوس

هوش مصنوعی

هری فارمر، تحلیلگر ارشد مؤسسه آدا لاولیس، در واکنش به این یافته‌ها هشدار داد که اگر این سیستم‌ها در دستان نادرست قرار گیرند، می‌توانند برای تأثیر گذاری بر افکار عمومی یا حتی رفتارهای سیاسی مانند نحوه رأی دادن افراد استفاده شوند. این مطالعه نگرانی‌هایی را درباره افزایش تعصبات و تأثیر گذاری نامحسوس هوش مصنوعی بر تصمیم‌گیری‌های انسانی برانگیخته است.

نخستین مطالعه در این باره

این مطالعه برای نخستین بار به بررسی رفتار گروهی عامل‌های هوش مصنوعی پرداخت. در نخستین آزمایش، جفت‌هایی از این سیستم‌ها بدون دخالت انسانی برای انتخاب نامی جدید به توافق رسیدند. در مرحله دوم، این جفت‌ها به گروه‌هایی بزرگ‌تر اضافه شدند و مشخص شد که به تدریج نسبت به برخی نام‌ها تعصب پیدامی‌کنند و در ۸۰ درصد موارد یک نام را به دیگری ترجیح می‌دهند. آندریا بارونجلی، استاد علوم پیچیدگی و نویسنده ارشد این مطالعه، با اشاره به نتایج این پژوهش گفت: «این یافته نشان می‌دهد که سیستم‌های هوش مصنوعی می‌توانند رفتارهایی را توسعه دهند که انتظارش را نداشتیم یا برای آن

نکته‌ها

۷ توصیه برای رفتار با همسر شلخته

- ۱- مشکل را به روشنی توضیح دهید
- ۲- کارها را عادلانه تقسیم کنید
- ۳- خشمگین نشوید
- ۴- از شر وسایل اضافی خلاص شوید
- ۵- به کودک‌کان خود آموزش دهید تا تمیز باشند
- ۶- انتظار خود را کنترل کنید
- ۷- در عمل ثابت کنید که راسته بودن او را دوست دارید

روان شناسی

ردپای استرس پدران در اختلالات روانی دختران

دانشمندان در حال بررسی این مسئله هستند که تجربیات استرس‌زای والدین، چگونه می‌تواند منجر به تغییراتی در ژن فرزندان شود و به فرزندان انتقال یابد. به گزارش همشهری آنلاین به نقل از سایت پزشکی دانشگاه تافقس، لری فیگ، استاد زیست‌شناسی رشدی، مولکولی و شیمیایی در دانشکده پزشکی دانشگاه تافقس، به‌شخص کردن چگونگی انتقال تغییرات در بیان ژن، به نام تغییرات اپی ژنتیک، کمک می‌کند.

چگونه چنین چیزی ممکن است؟

فیگ می‌گوید این ایده اغلب برای مردم حیرت‌آور است: شما تجربیات استرس‌زای اجداد خود را به ارث می‌برید؟ چگونه چنین چیزی ممکن است؟ و چرا؟ دلایلش می‌تواند این باشد که بیان ژنتیکی مبتنی بر تجربه والدین به ایجاد زمینه برای فرزندان موفق کمک می‌کند. به عنوان مثال، موش‌هایی که در محیط‌های سرد بزرگ می‌شوند، نوعی چربی به نام چربی قهوه‌ای را برای گرم نگه داشتن خود ذخیره می‌کنند. فرزندان آن‌ها با چربی قهوه‌ای اضافی متولد می‌شوند که احتمالاً به آن‌ها در دماهای سرد بیشتر بقایم دهد. فیگ می‌گوید: «ایده این است که در شرایط عادی، این نوع انتقال ژنتیک چیز خوبی است. مانند ناملوب دوران کودکی داشتند (مانند سوء استفاده جسمی یا عاطفی یا بی‌توجهی) دارای همان سطوح microRNA در اسپرم خود بودند. او می‌گوید: ماتغییراتی را در اسپرم مردان مشاهده کردیم که با تغییرات موش‌ها مطابقت داشت. این یک نتیجه قابل توجه بود. اکنون فیگ در حال کار روی یک مطالعه بسیار بزرگ‌تر در انسان است تا این یافته‌ها را تایید و عمیق‌تر کند.

دارم ولی برگ مو خیلی گرون شده! یادش بخیر، مادر بزم گرم دست می‌کردو خیلی خوشمزه بود.

• واقعا طالب ریکانی، خودزنی کرده؟ فوتبال همینه دیگه. از پنالتی وحید امیری مهم‌تر نبوده که یک ایران‌نا امید کرد. تماشاگر هم درک می‌کنه، فوتبال همینه دیگه. عجیب بود این رفتار از این بازیکن با تجربه.

ما و شما

راه‌آر تباطی بازنگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

• یادشدهای خدمت گرامی باد. من یک بار شهید آل هاشم‌رواز نزدیک دیده‌بودم، مرد بسیار بزرگی بودو از هیچ تلاشی برای راه‌اندختن کار مردم، فروگذار نمی‌کرد. • من دلمه برگ مو با دوغ خیلی دوست

خشم آن‌ها فوراً به رفتار انفجاری تبدیل می‌شود و هر مسئله ای می‌تواند آتش خشم‌شان را شعله‌ور کند.

تجربه نکردن حل مسئله در روابط عاطفی| افرادی که به‌جای گفت‌وگو و فرایند سالم سوگواری، مستقیم به خشونت یا تخریب متوسل می‌شوند، غالباً الگوهای ناسالمی از روابط در ذهن دارند.

تلاش برای کنترل یا جبران حس قدرت از دست‌رفته| برخی افراد در طلاق احساس می‌کنند موقعیت، غرور یا کنترل خود را از دست داده‌اند. واکنش پر خاشگرانه می‌تواند تلاشی باشد برای جبران این حس ضعف، البته به‌روش غلط.

اگر از همسر سابق مان‌شاک‌ی هستیم، چه کنیم؟

به رسمیت شناختن احساسات خود| اولین قدم، پذیرش احساس خشم، غم یا تنفر است. انکار این احساسات آن‌ها را قوی‌تر می‌کند. بپذیریم که به‌هر دلیل این رابطه پایان یافته و این به معنای دشمنی ما دونه‌ر نیست.

صحبت با روان‌درمانگر یا مشاور| بیان این احساسات در فضایی امن، مثل اتاق درمان، کمک می‌کند تا از احساسات عبور کنیم، نه این که در آن‌ها گرفتار شویم.

استفاده از مسیرهای قانونی (در صورت نیاز)| اگر رفتار همسر سابق آسیب‌زا بوده، می‌توان از مسیرهای قانونی و حقوقی پیگیری کرد. قانون راه‌هایی برای احقاق حق فراهم کرده، نیازی به انتقام شخصی نیست.

محدود کردن تماس و تمرکز بر بازسازی خود| تمرکز بر خود، رشد شخصی، شغل، روابط سالم و معنای جدید در زندگی، راه واقعی‌تر میم است.

الگوی مخرب برای جامعه

درباره رفتار علی صادقی اگر اخبار منتشر شده در دست باشد و او واقعاً دست به تخریب منزل همسر سابقش زده باشد، باید گفت این کار نه تنها خطاست، بلکه الگویی مخرب برای جامعه است، به‌ویژه وقتی از سوی چهره‌های شناخته‌شده انجام شود. هنرمندان و چهره‌های عمومی، چه بخواهند چه نخواهند، نقش الگورا دارند و این نوع واکنش عصبی، به‌هیچ‌وجه قابل دفاع نیست. در مواجهه با مسائل حساس خانوادگی، حفظ آرامش، مراجعه به مشاوران متخصص و پیگیری از طریق مراجع قانونی می‌تواند به حل مؤثرتر و کم‌زاینه‌تر مشکلات کمک کند. جدایی، به‌ویژه زمانی که با احساس ظلم، خیانت یا تحقیر همراه باشد، می‌تواند رنجی عمیق و گاه خشم‌برانگیز را در ما ایجاد کند. سخن آخر، انتقام، خانه‌خرابی است که اول درون خودمان را ویران می‌کند. رنج عاطفی، نیاز به ترمیم دارد، نه تخریب و بلوغ روانی یعنی در اوج خشم، همچنان مسئولیت رفتارمان را به‌عهده بگیریم.



ویدئویی که نباید منتشر می‌شد

همسر سابق یک بازیگر با انتشار ویدئویی در پیج شخصی‌اش مدعی شده که «علی صادقی» به خانه‌آورفته و همه‌وسایلش را شکسته؛ آسیب‌های چنین رفتارهایی و انتشارش در فضای مجازی چیست؟



زهرامنتجی شکیب | روان‌شناس و مدرس دانشگاه

محوری

انتشار ویدئویی توسط خاتمی که ادعا می‌شود همسر سابق علی صادقی است، در فضای مجازی واکنش‌های گسترده‌ای به همراه داشته و پربازدید شده است. این ویدئوها ورود به یک خانه و تصاویری از تخریب شدید آن را نشان می‌دهند. این خاتم ادعا کرده است که علی صادقی این تخریب‌ها را انجام داده و برخی وسایل را هم با خود برده است. هر چند صحت و سقم این ویدئوها مشخص نیست اما بهانه‌ای شد تا بگوییم اگر از دست همسر سابق‌مان به‌هر دلیل شاک‌ی هستیم، باید چه کنیم؟ از آن طرف، واکنش صحیح بعد از رفتار اشتباه همسر سابق چیست؟ آیا انتشار آن در شبکه‌های اجتماعی، تصمیم درستی است؟

این احساسات چه کنیم؟ آیا هر احساسی، مجوزی برای هر رفتاری است؟ آیا کشاندن دعوا به خانه‌طرف مقابل یا تخریب وسایل، رفتاری درست است؟

چرا بعضی افراد دست به تخریب می‌زنند؟

از منظر روان‌شناسی، جامعه‌شناسی و قانون، این نوع واکنش‌ها نه تنها حل‌کننده نیستند بلکه آسیب‌زا هستند؛ هم برای خود فرد و هم برای دیگران. رفتاری مانند تخریب منزل همسر سابق، ولو با انگیزه خشم یا احساس حق‌طلبی، نوعی رفتار خشونت‌آمیز، غیر اخلاقی و غیر قانونی است. این کار نه تنها از نظر اجتماعی مردود و ناپسند است، بلکه از نظر قانونی هم قابل پیگرد است و تصویر عمومی فرد را خدشه‌دار می‌کند. چرا برخی افراد دست به چنین رفتارهایی می‌زنند؟

۱ ناتوانی در مدیریت خشم و هیجانات| برخی افراد نمی‌توانند میان «احساس» و «واکنش» فاصله‌بگذارند.

از نقض حریم خصوصی تا تشدید تنش‌ها

از منظر اخلاقی و روان‌شناختی، انتشار چنین ویدئوهایی در فضای عمومی می‌تواند تبعات متعددی مثل نقض حریم خصوصی، تشدید تنش‌ها و آسیب‌های روانی برای هر دو طرف و حتی فرزندان یا خانواده‌های آن‌ها و در مواردی پیامدهای قانونی داشته باشد. با این حال، اگر هدف از انتشار این ویدئوها، جلب توجه عمومی به یک رفتار نادرست و درخواست حمایت یا رسیدگی قانونی باشد، بهتر است از مسیرهای رسمی و قانونی اقدام شود. مراجعه به مراجع قضایی و مشاوره با وکلای متخصص می‌تواند راهکار مؤثرتری برای رسیدگی به چنین مواردی باشد.

با میل به انتقام از همسر سابق چه کنیم؟

پس از جدایی، افراد احساسات متناقض زیادی را تجربه می‌کنند مثل احساس خشم، دل‌شکستگی و حتی میل به انتقام که روند طبیعی این مسیر است اما مسئله اصلی این است: با

از دنیای روان‌شناسی

تاثیر کنجکاوی بر آلزایمر سالمندان

بیش از شش میلیون آمریکایی به زوال عقل مبتلا هستند که بر حافظه، زبان و مهارت‌های حل مسئله آنان تأثیر می‌گذارد. تحقیقات نشان داده‌اند چندین تغییر در سبک زندگی از جمله رژیم غذایی سالم، ورزش، تعامل اجتماعی، مدیریت فشار خون و خواب کافی می‌تواند خطر زوال عقل را کاهش دهند. اکنون مطالعه‌ای جدید اضافه می‌کند که یک ذهن کنجکاو و علاقه‌مند به یادگیری، کاوش و جست‌وجو درباره مسائل جدید هم می‌تواند به کاهش زوال عقل کمک کند.

بررسی ۱۲۰۰ بزرگ‌سال

به گزارش نیویورک پست، آن کاستل، روان‌شناس دانشگاه یوسلی ال‌ای و نویسنده ارشد این مطالعه، و همکارانش می‌خواستند تأثیر سن را بر دو نوع کنجکاوی بررسی کنند؛ کنجکاوی به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی و کنجکاوی موقعیتی. منظور از کنجکاوی موقعیتی تمایل لحظه‌ای برای یادگیری چیزی جدید است و در زمانی که موضوعی توجه شما را جلب می‌کند، بروز می‌کند. در حالی که کنجکاوی به‌عنوان ویژگی شخصیتی، اشتیاق همیشگی و دیرینه برای یادگیری و امتحان کردن تجربیات جدید است. نویسندگان مطالعه از هزار ۲۰۰ بزرگ‌سال بین ۴۰ تا ۸۴ سال با میانگین سنی ۴۴ سال خواستند برای ارزیابی کنجکاوی خود یک پرسشنامه آنلاین را تکمیل کنند. از هر داوطلب ۶۳ سوال علمی و عمومی پرسیده و برای هر پاسخ، ۲۰ ثانیه وقت داده شد. شرکت کنندگان در مطالعه نه تنها به این سوالات پاسخ دادند، بلکه میزان علاقه و اشتیاق خود را برای دانستن پاسخ صحیح هم ارزیابی کردند. همچنین میزان اعتمادشان را به این که آیا پاسخ درستی داده‌اند، بیان کردند. این ارزیابی‌ها به پژوهشگران کمک کرد بتوانند ارتباط میان سطح کنجکاوی و اعتماد به نفس افراد در پاسخ دهی به سوالات را هم ارزیابی کنند.

کاهش میل به کنجکاوی در اوایل بزرگ‌سالی

محققان متوجه شدند که اشتیاق افراد برای آموختن دانسته‌های جدید که معیاری برای ارزیابی کنجکاوی موقعیتی است، در اوایل بزرگ‌سالی کاهش و پس از میانه بزرگ‌سالی، افزایش می‌یابد و تا دوران پیری همچنان بالا می‌رود. مطالعه توضیح داد که بزرگسالان جوان دانش، مهارت‌ها و فرصت‌هایی را که برای موفقیت در مدرسه، کار و خانه نیاز دارند، به دست می‌آورند. دوران میان‌سالی عموماً به پرداخت وام مسکن و بزرگ کردن فرزندان می‌گذرد، زمانی که بسیاری از افراد گزارش می‌دهند که کمتر خوشحال‌اند، اما وقتی فرزندان خانه را ترک می‌کنند و آن‌ها بازنشسته می‌شوند، می‌توانند به علایق خاص خود بپردازند و کنجکاوی موقعیتی آن‌ها افزایش می‌یابد. کاستل می‌گوید که این نتایج با برخی تحقیقات او در خصوص «نظریه انتخاب گری» منطبق است؛ «به این معنی که وقتی پیرتر می‌شویم، نمی‌خواهیم یادگیری را متوقف کنیم، فقط چیزی را که می‌خواهیم یاد بگیریم، خودمان انتخاب می‌کنیم». او همچنین اشاره کرد کسانی که کنجکاوی موقعیتی بیشتری داشتند، کنجکاوی شخصیتی آن‌ها نیز بیشتر بود و برعکس. این یافته‌ها در مجله پلوس وان (PLOS One) منتشر شده‌اند.

مخاطب گرامی، اختلال بیش‌فعالی یا نداشتن تمرکز (ADHD) اختلالی است با منشاء تقریباً نامعلوم که شامل ۳ علامت اصلی است: پرتحرکی (رفتارهای غیرعادی و خطرناک)، نداشتن تمرکز و توجه (حواس‌پرتی مداوم و ناتوانی در ادامه دادن یک فعالیت و تمرکز بر آن)، و تکانشگری (رفتارهای ناگهانی و غیرقابل کنترل). برای تشخیص آن به بررسی تخصصی توسط روان‌پزشک یا روان‌شناس نیاز است. صرفاً به دلیل رفتارهایی که با تحرک زیاد یا تکانشگری همراه است، نمی‌توان چنین تشخیص داد. با این حال، این بیش‌فعالی نداشتن تمرکز می‌تواند باعث کاهش قدرت یادگیری در فرد شود در حالی که ممکن است همان شخص هوش طبیعی داشته باشد اما در مدرسه عملکرد طبیعی نداشته باشد و قادر به یادگیری دروس نباشد.

مخاطب گرامی، اختلال بیش‌فعالی یا نداشتن تمرکز (ADHD) اختلالی است با منشاء تقریباً نامعلوم که شامل ۳ علامت اصلی است: پرتحرکی (رفتارهای غیرعادی و خطرناک)، نداشتن تمرکز و توجه (حواس‌پرتی مداوم و ناتوانی در ادامه دادن یک فعالیت و تمرکز بر آن)، و تکانشگری (رفتارهای ناگهانی و غیرقابل کنترل). برای تشخیص آن به بررسی تخصصی توسط روان‌پزشک یا روان‌شناس نیاز است. صرفاً به دلیل رفتارهایی که با تحرک زیاد یا تکانشگری همراه است، نمی‌توان چنین تشخیص داد. با این حال، این بیش‌فعالی نداشتن تمرکز می‌تواند باعث کاهش قدرت یادگیری در فرد شود در حالی که ممکن است همان شخص هوش طبیعی داشته باشد اما در مدرسه عملکرد طبیعی نداشته باشد و قادر به یادگیری دروس نباشد.

مراجعه به روان‌شناسی با تخصص در مان‌بیش‌فعالی

در عین حال متخصص برای ارزیابی این مشکل به تمامی جوانب این مشکل می‌نگرد و از ابزار دقیقی استفاده می‌کند. به طور مثال، نشانه‌ها را دقیق بررسی می‌کند، هوش را در شرایطی که فرد تمرکز کافی دارد، می‌سنجد و سپس به درمان می‌پردازد. چنان چه تشخیص نهایی بیش‌فعالی باشد، متخصص ممکن است در کنار مداخلات روان‌شناختی از دارو بهره‌بررد که البته تجویز آن، فقط توسط پزشک خواهد بود. برای درمان باید به روان‌شناسی که تخصص در مان بیش‌فعالی دارد، مراجعه کنید نه هر متخصص دیگری.

اتاق مشاوره

دکتر نتوانست قدرت یادگیری پسرمر را زیاد کند

پسری ۱۲ ساله دارم که پیش‌فعال است. او را دکتر بر دم چون ذهنش ضعیف و کند است و قدرت یادگیری‌اش کم است اما نتوانست او را درمان کند. در مدرسه هم جزو شاگردهای ضعیف است. راهنمایی کنید.



دکتر زیا عفتخوری | روان‌شناس



اولین گام، بهبود ارتباط است

اولین گام در حل مشکلات کودکان و نوجوانان بیش‌فعال، بهبود ارتباط با آنان است. فردی که تصمیم دارد فرزندش را تغییر دهد باید از جایگاه خاصی در زندگی او برخوردار باشد یعنی حرفش خریدار داشته باشد. برای این کار باید از سال‌های آغازین تولد شروع کرد. با این حال برای بهبود ارتباط با نوجوان ۱۲ ساله‌تان هنوز دیر نشده است. زمان‌هایی را برای انجام فعالیت‌های مفرح و لذت‌بخش با پسرتان اختصاص دهید و استعدادهایش را کشف کنید. با مشاهده دقیق رفتارهایش این کار را انجام دهید.

رفتار خوب را تقویت کنید

گاهی بعد از تقویت رفتارهای خوب فرزندتان است. اگر چه اغلب عادت کرده‌ایم فقط در صورت مشاهده رفتارهای ناپسند، تنبیه کنیم و فعالیت‌های خوب را نادیده می‌گیریم، باید به رفتارهای مثبت پاداش داد (مثلاً انجام تکالیف یا توجه به دروس). قبل از این که بخواهیم رفتاری را تنبیه کنیم، می‌توانیم از این تکنیک استفاده کنیم. این پاداش لازم نیست هزینه‌ای داشته باشد. گاهی فقط با توجه کردن و یک لبخند این پاداش داده می‌شود. در مرحله بعد اگر باز هم تقویت رفتارهای مثبت

نتیجه‌ای در بر نداشت، می‌توان از برخی تکنیک‌ها مانند بی‌توجهی یا محرومیت استفاده کرد. گاهی فرزندان بیش‌فعال با تکرار یک کار ناشایست به دنبال جلب توجه هستند. در بی‌توجهی، در واقع به رفتارهایی که ناشایست است، توجه نمی‌شود تا کودک از ادامه آن منصرف شود به شرطی که آن فعالیت خطرناک نباشد.