کودک درون‌تان را در آغوش بگیرید

کودکی ما باعث می‌شود به کسی تبدیل شویم که هستیم. مهم نیست در گذشته با چه چیزی روبه‌رو شده‌ایم، همه ما یک کودک درون داریم که به مراقبت نیاز دارد، به‌خصوص اگر در گذشته تجربیاتی داشته باشیم که بسیار آزاردهنده بوده است. روان‌شناس سوزان آلبرز، توضیح می‌دهد که نجات کودک درون شما به این معناست که یاد بگیرید چگونه به جلو حرکت کنید، آنچه را نیاز دارید دوباره کشف کنید، آنچه را از دست داده‌اید دوباره به دست آورید و از خود کوچک‌تر خود مراقبت کنید تا بتوانید از تجربیات گذشته شفا پیدا کنید. نجات کودک درون مستلزم فراموش کردن رفتارهای گذشته و جایگزینی آنها با رفتارهای جدیدی است که مهارت‌های مقابله‌ای مثبت و باورهای امروزی را در مورد شخصیت شما تقویت می‌کند. این شامل فهرستی از تجربیات گذشته شما و ارزیابی احساس آنها در زمان حال است. با تشخیص نقاط دردناک زندگی خود و زمینه‌هایی که می‌خواهید بهبود دهید، می‌توانید روش‌هایی را پیدا کنید که در مقابل افراد و موقعیت‌ها کمتر آسیب‌پذیر باشید. دکتر آلبرز توضیح می‌دهد: «این رفتار مانند این است که والدین خودتان هستید و به خود پاسخ عاطفی بدهید که در کودکی به آن نیاز داشتید یا می‌خواستید آن را احساس کنید، اما این کار را در حال حاضر در مرحله فعلی زندگی خود انجام دهید. این نوع رفتار در مورد درک بخش‌های بسیار آسیب‌پذیرمان و پرورش خودمان با شفقت و پذیرش خود است.»

درنگ

کاربرد هوش مصنوعی

هوش مصنوعی که امروزه با اصطلاح هوش مصنوعی AI نیز شناخته می‌شود، روشی نوین برای ساخت ابزارهایی هوشمند با الگوبرداری از هوش انسان است. ابزاری که شبیه انسان فکر می‌کند و به جای او تصمیم می‌گیرد. در حقیقت این فناوری همان ماشین برنامه‌نویسی شده به دست انسان بوده که با هدف سهولت در انجام امور روزمره طراحی شده است. این فناوری در چند دهه اخیر به‌سرعت در حال پیشرفت است و در بسیاری از زمینه‌های مختلف زندگی ما نفوذ کرده، اما حالا سؤال اینجاست این فناوری و تکنولوژی تقریبا بدیع، در کجا کارایی دارد؟ هوش مصنوعی تجربه سفر کردن و پیدا کردن آدرس را به‌شدت بهبود بخشیده است. این فناوری با استفاده از الگوریتم‌های یادگیری عمیق، قادر به تشخیص و شناسایی اجسام مختلف مانند خودروها، انسان‌ها، حیوانات و اشیای مختلف در تصاویر و ویدئوهاست. این کاربرد در حوزه‌هایی مانند خودروهای خودران و امنیت بسیار مفید است. هوش مصنوعی در تحلیل داده‌ها و پیش‌بینی رویدادها نقش دارد. از الگوریتم‌های یادگیری ماشین و تحلیل داده‌ها می‌توان برای ساخت ماشین‌هایی استفاده کرد که الگوها و روندهای اقتصادی را تشخیص داده و در حوزه‌هایی مانند بورس، بازار سرمایه و تجارت به کار می‌روند. هوش مصنوعی به‌سرعت در حال تبدیل شدن به یکی از عناصر اساسی در جامعه مدرن است و تأثیرات گسترده‌ای بر جنبه‌های مختلف زندگی انسان‌ها دارد. در حوزه بهداشت و درمان، تحولی عظیم به وجود آورده است. این فناوری قادر است به تشخیص دقیق‌تر و سریع‌تر بیماری‌ها کمک کند، به‌ویژه در مواردی که دقت و سرعت تشخیص حیاتی است. به‌طور خلاصه هوش مصنوعی به دنبال تقلید اعمال و رفتار انسان برای به سرانجام رساندن امور با رویکردی مشخص است.

هوشمند، اما بی‌احساس!

پاسخ‌های چالش‌برانگیز هوش مصنوعی به برخی سؤالات، ضرورت برخورد محتاطانه‌تر با این پدیده را گوشزد می‌کند

نرگس خانعلی‌زاده
گروه جامعه

همه‌چیز از گفت‌وگوی یک دانشجوی آمریکایی با ربات هوش مصنوعی شروع شد؛ گفت‌وگویی که قرار بود درباره تحقیقی پیرامون حوزه سالمندی باشد اما در نهایت با پاسخی تهدیدکننده به پایان رسید. پاسخی که هوش مصنوعی به مخاطبش داده بود و او را ناامید، تشویق به مردن و خودکشی کرد. به نظر می‌رسد که مدل‌های زبانی هوش مصنوعی، گاهی اوقات بدون در نظر گرفتن احساسات پاسخ می‌دهند؛ روشی که برخلاف باورهای انسانی، اخلاقی و ارزشی ماست، اما چرا و چطور می‌توان و باید از تکرار چنین اتفاقاتی در مواجهه با هوش مصنوعی جلوگیری کرد؟

با فراگیرشدن استفاده از هوش مصنوعی یک سؤال جدی‌تر از همیشه مطرح می‌شود؛ این‌که آیا هوش مصنوعی می‌تواند جای انسان را بگیرد؟ شاید بهتر است این واقعیت را بپذیریم که این روزها، بخش عظیمی از مدیریت جهان، در دستان هوش مصنوعی قرار گرفته؛ واقعیتی که بعد از این و به مرور زمان، بیشتر هم خواهد شد اما واقعا چقدر پاسخ‌های هوش مصنوعی، در زندگی روزمره ما، می‌تواند مفید، کاربردی و از آن مهم‌تر، قابل اعتماد باشد؟ موضوعی که دکتر حسین امامی، مدرس هوش مصنوعی در گفت‌وگو با جام جم به آن پاسخ می‌دهد: «در مورد مفید بودن، کاربردی بودن و قابل اعتماد بودن پاسخ‌های هوش مصنوعی؛ باید بگویم که این سیستم‌ها، پیشرفت چشمگیری در پردازش اطلاعات و حل مسائل ایجاد کرده‌اند. وقتی به‌درستی پیاده‌سازی و استفاده شوند، می‌توانند در زمینه‌های مختلف، از تحقیقات علمی گرفته تا کارهای روزمره، بینش‌ها و کمک‌های ارزشمندی ارائه دهند. ارزش عملی این پاسخ‌ها به کیفیت داده‌های آموزشی، پیچیدگی مدل هوش مصنوعی و وضوح ورودی‌های انسانی بستگی دارد.» اما امامی به مورد اطمینان بودن پاسخ‌های هوش مصنوعی اشاره می‌کند و از پیچیده بودنش، می‌گوید: «قابلیت اطمینان، موضوعی پیچیده است که براساس عوامل متعددی مانند ساختار مدل، روش آموزش و حوزه کاربرد آن متفاوت بوده؛ مثلا مهم است بدانیم که گرچه هوش مصنوعی می‌تواند حجم زیادی از اطلاعات را به سرعت پردازش کرده و الگوهایی را که ممکن است از چشم انسان پنهان بماند شناسایی کند اما پاسخ‌های آن باید به‌ویژه در کاربردهای حساس که دقت اهمیت زیادی دارد، راستی‌آزمایی شوند.» یعنی نمی‌توان به همه اطلاعات هوش مصنوعی، بدون راستی‌آزمایی اطمینان کرد؛ چنان‌که پاسخ هوش مصنوعی به جوان دانشجوی آمریکایی هم در چنین دسته‌بندی قرار می‌گیرد و احساسات را نادیده گرفته است.

حالا چرا آن‌قدر خشن؟

دانشجویی که با چنین پیامی مواجه شده، روایت می‌کند که اصلا انتظار چنین پاسخ مستقیم و ترسناکی را نداشته است. البته تجربه نشان داده که این نخستین باری نیست که ربات‌های گفت‌وگوکننده هوش مصنوعی، پاسخ‌های مخرب به جست‌وجوی کاربران داده‌اند. برخی پاسخ‌های هوش مصنوعی به کاربران، آن‌قدرها هم ساده نیست که بتوانیم به‌سادگی از آن بگذریم؛ نمونه‌اش همین پیشنهاد پایان زندگی به جوان! به نظر می‌رسد که چنین پاسخ‌هایی باید از چند منظر تحلیل و علتش پیدا شود. دکتر حسین امامی، اولین احتمال را خطای آموزشی در سیستم آن می‌داند و می‌گوید: «شاید داده‌های نامناسب یا مخرب وارد فرآیند یادگیری مدل شده‌اند و این امر به یادگیری الگوهای نامطلوب رفتاری منجر شده است. همچنین احتمال وجود نقص فنی در الگوریتم‌های کنترل محتوا را نمی‌توان نادیده گرفت، زیرا این سیستم‌ها باید قادر به تشخیص و فیلترکردن چنین پاسخ‌های نامناسبی باشند.» اما عامل دیگر می‌تواند دستکاری عمدی سیستم توسط افراد خرابکار باشد که با هدف ایجاد اختلال در عملکرد طبیعی سیستم صورت گرفته است. علاوه بر این، خطا در سیستم پردازش زبان طبیعی می‌تواند به درک نادرست از بافت گفت‌وگو و تولید پاسخ‌های نامناسب منجر شود. نکته قابل توجه این است که گاهی ترکیبی از این عوامل می‌تواند دست به دست هم دهد و چنین نتایج نامطلوبی را ایجاد کند. همچنین، ضعف در سیستم‌های نظارتی و کنترلی که باید به‌عنوان لایه‌های محافظ عمل کنند، می‌تواند در بروز چنین رویدادی نقش داشته باشد. عدم وجود مکانیسم‌های کافی برای تشخیص و مسدودکردن محتوای خصمانه هم می‌تواند یکی دیگر از دلایل این اتفاق باشد. اما هرچه که هست، در نهایت، عدم تعادل در فرآیند یادگیری ماشین و نبود سیستم‌های کنترل کیفیت مناسب می‌تواند زمینه‌ساز چنین رفتارهای نامطلوبی از طرف هوش مصنوعی و در تعامل با انسان‌ها شود. به نظر می‌رسد که مسئولیت اصلی چنین نتایج ناخوشایندی، بر عهده شرکت‌ها و سازمان‌های توسعه‌دهنده هوش مصنوعی است که باید اقدامات ایمنی قوی و مکانیسم‌های فیلترینگ محتوا را پیاده‌سازی کنند؛ به‌طور کلی، پیشگیری از پاسخ‌های مخرب، نیازمند تلاش هماهنگ همه ذی‌نفعانی است که هرکدام نقش حیاتی در حفظ یکپارچگی و ایمنی سیستم دارند.

مراقب خودت باش!

او که هوش مصنوعی است و تکلیف مشخص است! ما در برابر چنین پاسخ‌های مخربی چه واکنشی باید داشته باشیم؟ حسین امامی، مدرس هوش مصنوعی معتقد است که برای مقابله با پاسخ‌های مخرب و اطمینان از تعامل ایمن انسان با هوش مصنوعی، به رویکردی جامع نیاز داریم که اقدامات فنی را با آموزش کاربران و چهارچوب‌های سازمانی ترکیب می‌کند، یعنی چه؟ یعنی کاربران باید یاد بگیرند ورودی‌های واضح و مشخصی را فرموله کنند و از دستورات مبهم یا بالقوه مضر دوری کنند. سازمان‌ها باید پروتکل‌های تعاملی ساختاریافته و روش‌های تأیید را به‌ویژه برای کاربردهای حساس پیاده‌سازی کنند. ممیزی‌های امنیتی منظم، سیستم‌های فیلترینگ محتوا و نظارت مستمر به حفظ یکپارچگی سیستم کمک می‌کند. ایجاد سیاست‌های استفاده شفاف، مکانیسم‌های بازخورد و رویه‌های گزارش حوادث ضروری است. در مجموع لازم است که کاربران آموزش ببینند تا اطلاعات حساس را متقابلا بررسی کرده و هنگام ارزیابی پاسخ‌های هوش مصنوعی، از تخصص حوزه خود استفاده کنند.

برش

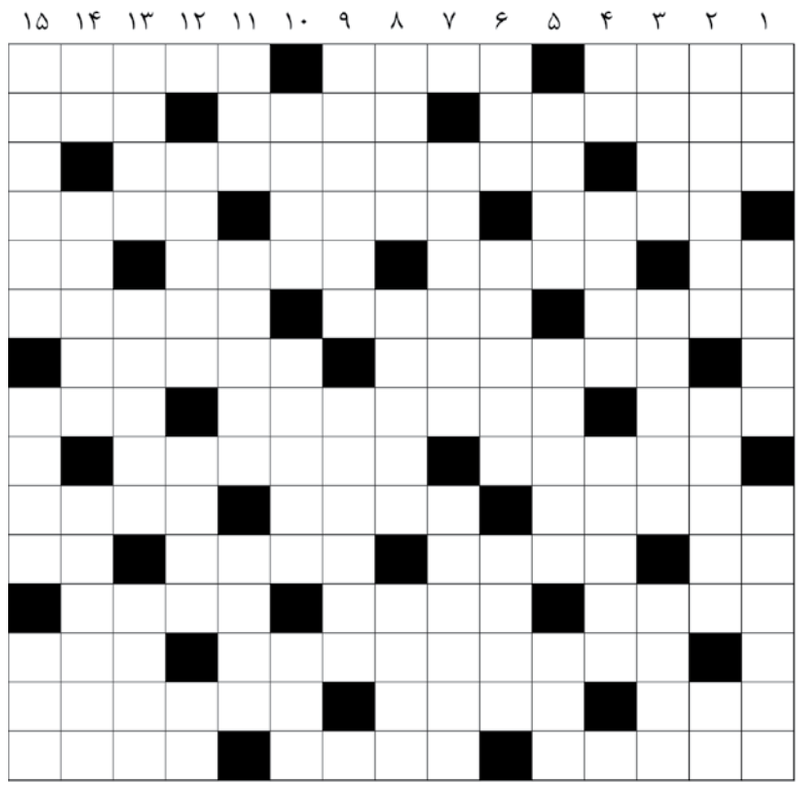
آسیب یا پیشرفت؟ مسأله این است!

آنچه روشن و واضح است این واقعیت است که موفقیت در مدیریت تعاملات هوش مصنوعی و پیشگیری از پیامدهای مضر، نیازمند همکاری مستمر بین توسعه‌دهندگان، کاربران و نهادهای نظارتی است. این همکاری باید بر توسعه اقدامات ایمنی بهتر متمرکز باشد و در عین حال گفت‌وگوی باز درباره پتانسیل‌ها و محدودیت‌های سیستم‌های هوش مصنوعی را حفظ کند. ارزیابی منظم خطرات و فرصت‌های نوظهور، همراه با تطبیق پروتکل‌های ایمنی، اطمینان می‌دهد که سیستم‌های هوش مصنوعی ابزارهای مفیدی باقی می‌مانند و به منابع بالقوه آسیب تبدیل نمی‌شوند، آن‌وقت است که در عین حال که به پیشرفت فناوری هوش مصنوعی ادامه می‌دهیم، تعادل بین نوآوری و ایمنی برای اطمینان از نتایج مثبت در تعاملات انسان و هوش مصنوعی را هم به شکل صعودی و رو به افزایشی خواهیم دید!

طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۸۷۲

جدول عادی



افقی: ۱) سلیقه ـ سوره چهل و هفتم قرآن ـ بزرگی و عظمت ۲) یکباره ـ مقابل تقدم ـ از ادوات ورزش باستانی ۳) بخشندگی ـ سکونت بدون مجوز و غیرقانونی افراد کم‌درآمد و فقیر در حاشیه شهرها ۴) مسیحی ـ بخیل ـ قلیل ۵) مکان ـ بازدارنده حرکت چرخ اتومبیل ـ آماده و مهیا ـ نوعی حلوا ۶) خشنود کردن ـ نصف آجر ـ تنظیم کلی موتور با دستگاه الکترونیکی ۷) نگهداری ـ مأمور تشریفات صفوی ۸) چین و چروک پوست ـ فیلسوف ایرانی در قرن یازدهم ـ زمستان ۹) بستانداری جونده ـ امر واقعی ۱۰) میوه‌ای روغنی ـ بازی قهوه‌خانه‌ای قدیم ـ مقابل مثبت ۱۱) دوستی ـ آینده ـ تازه و جدید ـ تکرار حرفی ۱۲) دروازه بدن ـ دختر مازندرانی ـ سیاره زهره ۱۳) شاعر و عارف پارسی‌گوی هند در قرن دوازدهم ـ تنظیم صدای ساز ۱۴) درخت خرما ـ قانون مغولان ـ وضع حمل کردن ۱۵) توده مردم ـ دینداری ـ ربه‌النوع.

عمودی: ۱) انبرک جراحی ـ سراینده بهارستان ـ نازک نارنجی ۲) مجموعه عناصر تشکیل‌دهنده یک اثر ـ میوه آماده چیدن ـ منحنی ۳) معشوق زیبا ـ گارانتی ـ تاول سوختگی ۴) روستا ـ پوشاننده ـ عهد شباب ۵) اذیت ـ ودیعه ـ بندری در استان بوشهر ۶) کوهی در مکه ـ دگرگون شده ـ بدون آستر ۷) آلبومی با آواز شهرام ناظری ـ فقیر ۸) مظنون ـ پنداشتنی ـ جنگ در راه خدا ۹) آگاهانه ـ پیامبر مدفون در شوش ۱۰) مقابل دریا ـ بیماری زردی ـ سنگینی اجسام ۱۱) گستاخ ـ گشاد شدن ـ ناطق ۱۲) ناشایست ـ سمت راست ـ بله آلمانی ۱۳) امانت‌دار ـ به رشته تحریر درآوردن ـ پروانه وکالت دارد ۱۴) قدم یکپا ـ راهنمایی کردن ـ مستعمل ۱۵) دوربین نجومی ـ مزدور ـ حشره چسبنده و گزنده.

جدول ویژه

افقی: ۱) خنده رو ـ کوهان شتر ـ گله چارپایان ۲) تأثیرگذارترین جنبش مدرن نقاشی ـ سپاسگزاری ـ دیروز عرب ۳) شهر بارانی ـ شاعر انگلیسی و سراینده بهشت گمشده ۴) مسیحی ـ خورش لپه ـ ماقبل پیشین ۵) نشانه صفت تفضیلی ـ نهضت میرزا کوچک‌خان ـ چشمداشت ـ بله روسی ۶) فیلمی ساخته آیدا پناهنده با بازی الناز شاکردوست ـ مقدار کمی از غذا ـ معرفت ۷) همنوعان ـ دشمن ارزانی است ۸) گوسفند قربانی ـ رمانی از گوستاو فلوبر ـ آرزو ۹) لاشه جانور ـ با میل خود آماده انجام کاری است ۱۰) خوش چهره ـ سرهنگ قدیم ـ نوعی پارچه ۱۱) عود ـ تبعیدگاه ناپلئون ـ دروازه بدن ـ روستا ۱۲) شور ـ کشف رازی ـ ناهنجار ۱۳) عکاس آمریکایی که با آشکارسازی استثمار کودکان به تصویب قوانین کار کودک منجر شد ـ همراه متل ۱۴) بیهوده ـ پشت گرم ـ سرنگون ۱۵) چرب کردن ـ واحد سنجش فرکانس ـ منزل آذری.

عمودی: ۱) دست نخورده ـ باقی مانده ـ بیماری مغزی ۲) گوشه‌ای در دستگاه همایون ـ پی در پی ـ نام ترکی ۳) ناقص ـ نوعی طبل ـ خانه بسیار فقیرانه ۴) چیز ـ طبقه‌ای از دوزخ ـ ضربه‌ای در بدمینتون ۵) زندانبان ـ مأمور تشریفات صفوی ـ خجستگی ۶) آسمان ـ گل انار ـ از واحدهای ذخیره‌سازی اطلاعات در کامپیوتر ۷) بازگو کردن سخن ـ وسیله نقلیه قدیمی ۸) نوعی انرژی ـ مساوی ـ نوعی بیماری پوستی ۹) بخشی از چشم ـ قهرمان ملی آفریقای جنوبی ۱۰) خوشنویس عهد قاجار ـ دسر سنتی کازرون ـ درنده جنگلی ۱۱) هنر فرنگی ـ دارای قید و شرط ـ شناس ۱۲) بندری در بلغارستان ـ گرفتگی زبان ـ تالاب ۱۳) طالع ـ توبه کردن ـ غذایی از گوشت ران گوساله ۱۴) مادر عرب ـ توموری که درمان آن بسیار سخت باشد ـ ویراستار ۱۵) از قراردادهای شرعی مشارکت کار و سرمایه در اسلام ـ نوعی پنیر ـ از اجزای ترمز.

حل جدول عادی ۶۸۷۱

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	م	ا	د	ه	■	چ	و	خ	ا	■	م	ا	ز	ا	د
۲	ا	س	ی	ا	■	ی	ا	ر	و	■	ا	ت	ل	ل	و
۳	ه	■	د	ر	گ	ز	■	م	ا	ک	ت	■	ا	ب	ر
۴	ن	ا	ن	د	و	■	ت	ا	ک	ا	■	ک	ل	ا	ه
۵	ش	ح	■	ی	ک	ا	ن	■	س	ن	ت	و	■	ب	ک
۶	ا	س	د	■	ل	و	و	ر	■	و	ا	د	ی	■	ر
۷	ن	ا	و	ی	■	ی	م	ی	ن	■	ر	ک	و	ر	د
۸	■	س	ی	د	ح	س	ن	م	ی	ر	خ	ا	ن	ی	■
۹	ن	ی	س	ا	ن	■	د	ی	م	ی	■	ن	ا	و	ک
۱۰	ی	■	ت	ل	ف	ن	■	ا	خ	ر	ت	■	ن	س	ی
۱۱	ر	ا	■	ل	ی	ب	ل	■	ا	ر	ه	■	ی	ت	ف
۱۲	و	ر	ط	■	ا	ی	د	ز	■	ا	ل	ح	ا	■	ق
۱۳	م	ث	ل	■	م	ت	ا	ل	■	ا	م	ا	ل	■	ا
۱۴	ن	ی	ا	ب	ت	■	ق	ا	ت	ق	■	ل	ا	م	پ
۱۵	د	ه	ق	ا	ن	■	ت	ر	ک	ل	■	ی	ل	خ	ی

حل جدول ویژه ۶۸۷۱

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ز	م	ا	ت	■	پ	ی	پ	ت	■	س	ر	ک	ر	د
۲	و	ل	ت	ا	■	م	ک	ا	ن	■	ک	ل	و	ی	ی
۳	ر	■	ک	ل	ی	ب	■	س	ب	ا	ک	■	د	و	ا
۴	گ	و	ا	ر	ا	■	ض	خ	ی	م	■	ر	ی	ن	گ
۵	ی	ا	■	و	ر	ن	ی	■	ه	ل	ن	ا	■	د	ر
۶	ر	گ	ه	■	ه	ی	م	ه	■	ا	ر	ز	ن	■	ا
۷	ی	■	ر	ا	■	م	ر	ا	د	■	م	د	ا	و	م
۸	■	ش	و	خ	ی	ه	ا	ی	ک	ی	ه	ا	ن	ی	■
۹	ف	ی	ل	ت	ر	■	ن	ک	ت	ه	■	ر	و	ل	ت
۱۰	ا	■	ه	ل	ا	ک	■	و	ر	و	د	■	ا	س	د
۱۱	ل	ن	■	ا	ق	و	ا	■	ی	د	ک	ی	■	و	و
۱۲	ا	م	ی	ل	■	ک	ش	ت	ن	■	م	ی	ا	ن	ی
۱۳	ر	د	ا	■	ع	ر	غ	ر	■	م	ه	ل	ت	■	ن
۱۴	و	ا	ر	ی	س	■	ا	س	م	ش	■	ا	و	ن	ک
۱۵	پ	ر	د	ی	س	■	ر	و	ا	ق	■	ق	ر	ا	ر

بازدید دانشجویی از پیشروترین تولیدی پوشاک ایران

دانشجویان و اساتید طراحی لباس دانشگاه علمی کاربردی واحد ۱۰ تهران از پوشاک آرنا بازدید کردند.

در این بازدید پژوهشگرانه، مریم بخشی، مدرس و پژوهشگر دانشگاه، داور و ناظر کارگروه ساماندهی مد و لباس کشور و دبیر رویدادهای علمی و دبیر اجرایی و علمی استارت آپ‌های دانشگاهی و کارشناس تخصصی طراحی و دوخت در همایش‌های بین‌المللی همراه دانشجویان از دستاوردهای نوآورانه پوشاک آرنا بازدید کرد.

به گزارش جام جم، به نقل از کیوان خانزاده، مدیرعامل پوشاک آرنا، این واحد تولیدی، پذیرای سایر دانشجویان طراحی دانشگاه‌های سراسر کشور و کشف و پرورش استعداد آنها در صنعت مد و لباس است.

وی ضمن اعلام خبر این بازدید پژوهشی دانشجویی، افزود: طراحی روی سنگ و گوهرسنگ‌ها برای استفاده در لباس‌های مجلسی و تشریفاتی از دیگر خدمات پوشاک آرنا برای آموزش به دانشجویان و علاقه‌مندان به طراحی است که می‌تواند ارزش افزوده قابل توجهی برای این صنعت به همراه داشته باشد.

خانزاده در ادامه گفت: شرکت تولیدی صنعتی آرنا در راستای مسئولیت اجتماعی، آمادگی خود را در بخش‌های آموزش طراحی لباس و طراحی و تراش گوهرسنگ‌ها اعلام می‌دارد.

در پایان این بازدید، شرکت پوشاک آرنا از خدمات ارزشمند خانم مریم بخشی، استاد طراحی دانشگاه علمی کاربردی واحد ۱۰ تهران تقدیر به عمل آورد.