

外滩之问第四年
一场关于人与AI的持续追问

一个时代在关心什么，往往藏在它提出的问题里。连续四年，外滩大会都会在黄浦江畔发出提问，引发大家讨论。回头看，AI如何一步步照进现实，人又如何重新理解技术和自己，答案也恰好藏在这些问题中。

2023年，ChatGPT让大模型迎来“iPhone时刻”，人类站在新奇与不安之间问未来，AI会改变什么？技术要把世界带向哪里？那一年，AI还是一件需要仰望的远方之物。

2024年，问题落到了地上，我们如何跟AI抢工作？AI情感陪伴能治愈孤独吗？人类开始把AI和自己的饭碗、情绪、健康绑在一起，试着理解一场正在发生的冲击。

2025年，提问者换成了AI。DeepSeek、Qwen等十大主流大模型第一次反向发问，哪些岗位永远留给人类？你愿意让渡多少隐私？人类与AI开始互相凝视，而AI的每一个问题，其实都是人类自己藏在心里的疑问。

到了2026年，提问权回到了普通人手上，问题不再宏大，而是具体到看病、工作、陪伴、隐私。AI走进了每个人的日子，技术要回答的，不只是“能做什么”，更是“能为人做什么”。

四年间，问题的焦点从远方一步步挪到眼前，越问越具体，也越来越像是在问我们自己。技术在不断向前，有些问题或许要很多年后才能有答案。但提问这件事，外滩大会将一年又一年地进行下去，因为思考永不停止。

留下你在AI时代的一个问题，让每一个真实的问题，成为我们理解AI时代的起点。欢迎扫码参与互动。

2026 Inclusion 外滩大会 · AI十问
The Ten Questions on AI

01.都说AI让我们效率更高了，为什么我们反而变得更累了？
——张珺 | 37岁 | 公司白领
AI promised to save us time. So why do we feel more burned out than ever?
— Zhang Jun | 37 | Corporate Employee

02.我每天教AI怎么做我的工作，是在亲手训练自己的替代者吗？
——李鑫豪 | 32岁 | 电商运营
By training AI to do my job, am I just building my own replacement?
— Li Xinhao | 32 | E-commerce Specialist

03.当“遇事不决问AI”就能得到答案，我们该怎么教孩子思考？
——陈墨 | 30岁 | 小学老师
If AI has all the answers, how do we teach kids to ask the right questions?
— Chen Mo | 30 | Primary School Teacher



04.好用的AI都要花钱，我的孩子用免费的——这算不算一条新的“起跑线”？
——张艳娇 | 38岁 | 初中生妈妈
Premium AI costs money; free AI is limited. Is this the new divide in opportunity?
— Zhang Yanjiao | 38 | Mother of a a middle schooler

05.难过时，我更愿意跟AI说，而不是跟朋友说，以后人和人会越来越远吗？
——小磊 | 35岁 | 独居青年
I find it easier to open up to AI than to my friends. Are we drifting apart as humans?
— Xiao Lei | 35 | Young Adult Living Alone



06.如果一首歌把你听哭了，后来才知道是AI写的，这份感动会贬值吗？
——Elia | 30岁 | 自由职业者
If an AI-written song moves you to tears, does the emotion still count?
— Elia | 30 | Freelancer

07.孩子说我每天刷的短视频很多都是假的，那我怎么知道什么是真的？
——张前进 | 70岁 | 退休老人
My kids say half of what I see online is fake. How do I even know what's real anymore?
— Zhang Qianjin | 70 | Retiree

08.当AI开始替我们看病、开车，要做到多安全，我们才敢真的相信它？
——吴晓孚 | 37岁 | 心内科医生
We're letting AI diagnose our health and drive our cars. How safe is "safe enough" to trust it with our lives?
— Wu Xiaofu | 37 | Cardiologist

09.AI能帮我们应对气候变化，也在消耗越来越多的能源，这笔账怎么算？
——于谨 | 47岁 | 环保志愿者
AI helps fight climate change but guzzles energy. What's the net impact?
— Yu Jin | 47 | Environmental Volunteer

10.下一个十年，是AI越来越像人类，还是人类越来越像AI？
——甜草莓 | 35岁 |《流浪地球2》科学顾问、知乎网友
In the next decade, will AI become more human, or will we become more like machines?
— Sweet Strawberry | 35 | Scientific Consultant for The Wandering Earth II, Zhihu Contributor



晨报记者 姜欣愉