

「數」養

AI Literacy for Individual Growth

助你在 AI 大海中乘風破浪

陳書敏 / 著



身處 AI 時代，哪十項技能是未來**最需要的**？
如何克服對 AI 來臨的**焦慮**？

什麼是「C 世代」(Generation Connected)？

如何一步一步提升你的未來競爭力？

家長可以怎樣幫孩子應對？

香港培道小學 Mandy 校長 / 紫荊花新材料集團總裁 陳傳生 / 香港大學李
嘉誠醫學院眼科學系副教授 陳佑祺 聯合撰序

{ 目錄 }

推薦序 (一)

香港培道小學 Mandy 校長 —— 6

推薦序 (二)：在 AI 浪潮中錨定人性的航向

紫荊花新材料集團總裁 陳傳生 —— 8

推薦序 (三)

香港大學李嘉誠醫學院眼科學系副教授 陳佑祺 —— 12

自序 —— 14

{ 單元一 C 世代和人工智能時代 }

1.1 如何定義 C 世代？ —— 17

1.2 時代的接力棒 - 邁進人工智能時代 —— 20

1.3 對於世代顛覆的焦慮 —— 27

{ 單元二 正面面對未來 }

2.1 未來技能的轉型 —— 33

2.2 C 世代的成長模型 —— 37

2.3 心態的逆轉 —— 41

2.4 學習重啟 - 人機合一的循環學習模式 —— 46

2.5 正確定位的重要性 —— 51

{ 單元三 擁抱人工智能的原則和核心價值觀 }

3.1 擁抱人工智能的原則 —— 55

3.2 建立 C 世代的核心價值觀 —— 72

{ 單元四 預備將來 }

4.1 技術性及非技術性 (心智) 準備 —— 79

4.2 實際操作練習 —— 86

4.3 專業領域的運用 —— 89

4.4 長線預備與投資 —— 93



單元五 溫柔且堅定

- 5.1 愛和關懷 —— 101
- 5.2 催產素與善意行為的關聯 —— 106
- 5.3 同理心是未來核心領導力 —— 113
- 5.4 溫柔且堅定 —— 119

單元六 伸手擁抱未知

- 6.1 謙卑的平常心 —— 127
- 6.2 擁抱人工智慧 —— 130

後記：心動不如行動 —— 138

附錄：未來世代的心智與成長模型總覽 —— 146

參考資料 —— 149





推薦序（一）

香港培道小學 Mandy 校長

在人工智慧（AI）浪潮席捲全球的今日，教育界正站在一個關鍵的轉折點。作為教育工作者，我們不僅在觀察科技如何改變教學，更在思考如何引領學生在紛擾的數位迷霧中，找回身為「人」的航向。最近研讀了本校家長陳書敏女士的新作《「數」養》，書中展現的視野與情懷，為我們提供了極具價值的啟示。

這本書最令我感佩之處，在於作者不以年齡定義世代，而是提出了「C 世代」（Generation Connected）的新概念。在作者筆下，這是一個以數位連接力、韌性與主動擁抱科技為特徵的群體。她提醒我們，教育的核心不再是知識的灌輸，而是如何培養學生在「人機合一」的模式中，依然保有獨立思考與道德判斷的能力。

書中提到的「C 世代成長模型」，深刻呼應了現代教育所追求的素質培養。作者結合多年國際企業管理經驗與身為三位孩子母親的細膩觀察，指出「韌性、創意思維與終身學習」是未來不可或缺的三大支柱。這與本校一直強調的「全人教育」

不謀而合：技術只是工具，真正能讓孩子在未來立足的，是他們提問的勇氣、解決問題的靈活性，以及對世界永不停歇的好奇心。

更難能可貴的是，作者並未迴避 AI 帶來的焦慮，而是以心理學角度剖析這些恐懼，將其轉化為「重啟學習」的動力。書中強調的「愛與關懷」以及「溫和且堅定」的態度，更是家庭教育與學校教育中最強大的心靈防禦。她主張以人為本，讓科技成為人性的延伸，而非替代。

這不僅是一本關於 AI 的工具書，更是一本關於「心智成長」的生命指南。它讓我們看到一位母親如何將專業智慧轉化為對下一代的溫柔指引。我誠摯推薦這本書給每一位教育工作者與家長。讓我們在 AI 時代，與孩子一同成為持續進化的學習者，溫柔而堅定地擁抱改變，共同守護人性中最珍貴的溫度。



推薦序（二）

在 AI 浪潮中錨定人性的航向

紫荊花新材料集團總裁 陳傳生

在全球化經濟你中有我，我中有你，各行各業白熱化競爭，然後地緣政治又帶來更多不確定因素的多變時代。突然間，AI 浪潮席捲全球。在這個時代背景下，我們無論是經營企業，還是作為個體，就像陸軍在戰場上激烈地廝殺尋求突圍，突然一個籠罩著迷霧、濁浪滔天的大海橫亘出現在你前面，岸邊停靠著一艘看起來構件複雜的大船，名叫 AI 時代。然後你發現殺不回去了，你現在只可以登船，在你不熟悉的場景、不熟悉的工具下，向著迷霧重重，不知方向和距離的彼岸出發……

翻開《「數」養》，你找到的不一定是透徹的迷航答案，但你可找到一些方向和啟示。畢竟，在時代轉變的關鍵節點，征程才剛剛開始，我們要開放地接受的就是未來航程的模糊性及難以被預測的本質。

在過去三十多年，從使用安裝 DOS 操作系統的電腦玩電子遊戲的中小學年代，到用 Modem 上網的大學時代，到互聯網泡沫爆破初登職場，到智能手機移動終端興起，然後到現在的 AI

熱潮開始，短短的二三十年間，資訊和數據爆炸性增長，比此前幾千年人類歷史創造的資訊數據總和要多出 N 個數量級；變化速度之快震撼人心。作為個體，我們親歷其中，自然明白變幻才是永恆的道理，當然偶爾也有跟不上變化的困惑和迷惘。而書敏這本書的價值，是一份成長指南，也是破解時代困惑的其中一把鑰匙。

作者告訴我們真正的 AI 時代成長，不是技術的單向反覆運算，而是「人」與科技的互動。書中提到「未來技能與成長模型」、「同理心與領導力」、「人機合一的學習模式」和「AI 時代原則與價值」等等論述，為家長乃至於企業管理者，指明了育兒和人才培訓的核心。當我們糾結於是否讓孩子學習 AI 技術時，作者告訴我們，更重要的是培養他們的適應力與同理心；當我們注技術革新時，書中提醒我們，人性的溫度才是核心競爭力。技術帶來的焦慮，本質上是能力轉型的陣痛，而破解之道，在於讓科技成為人性的延伸而非替代。

作者也告訴我們，未來的競爭不是人與 AI 的競爭，而是掌握 AI 能力的人與人之間的競爭，更是不同價值觀之間的競爭。

《「數」養》這本書，正是要教會我們如何在技術浪潮中守住人性的本質，如何以開放的心態擁抱變化，以堅定的信念堅守價值。對於每一位企業領袖、教育工作者、家長乃至正在成長的個體而言，這都是一本值得研讀的書。

好了，請各位登上 AI 時代這艘船。讓我們在作者書敏的陪伴下，一起思海啟航，探索這個未知但精彩的未來。



推薦序（三）

香港大學李嘉誠醫學院眼科學系副教授 陳佑祺

近年來，人工智能迅速走進校園與家庭，掀起前所未有的教育與生活變革。孩童過早接觸這項科技，究竟會為這群社會的未來的棟樑帶來什麼長遠的成長影響？作為家長，同時也是教育工作者，這是我心中反覆縈繞的疑問。從教學角度出發，許多人憂心孩童過度依賴人工智能給予答案，取代了應有的學習歷程，進而削弱批判性思維與創造力。而身為父母，我更深切感受到如何教導孩童辨別人工智能生成的不準確甚至虛假的資訊，更是一大挑戰。

在職涯導向方面，社會多將焦點放在教會孩子與學生如何運用人工智能提升效率、創造價值，並避免被科技淘汰。然而，無論是家長還是教育者，除了傳授生存技能與職業能力，更重要的是引導他們建立正確的價值觀。人工智能，本質上與其他科技無異，只是一件中性的工具。它對人類文明的影響，終究取決於使用者的能力與目的。電腦的誕生，讓我們在有限時間完成更多事；互聯網的興起，使資訊流通無礙，推動科技爆炸性進步；人工智能的出現，理應帶來前所未有的突破，克服人類文明一個又一個過去的「不可能」。然而，若缺乏正確的價

值觀，錯誤使用這件足以改變世界的工具，結局或將是毀滅性的。

因此，面對人工智能的洪流，我們更應深思：如何有效教育孩子，讓他們以正確的方式擁抱人工智能，為社會創造有價值、有意義的事，而非為一己之利傷害他人。在今日社會，本書作者能兼顧家庭與事業，殊為難得。我最敬佩的是，作者在繁忙生活中，仍願與同路人（各位在職家長）分享如何面對人工智能帶來的衝擊與教育挑戰。愛與關懷，是作者在書中一再強調的核心價值，也是迎接由人工智能主導的未來的不二法門。

唯有成為一個懷有同理心、保持謙卑平常心的人，以正確的價值觀擁抱人工智能，方是 C 世代最需努力達成的事。



自序

陳書敏

我是一位三個孩子的母親，並同時在過去二十多年於歐洲國際企業和美國的五百強企業中任職。這段旅程讓我深刻體會到，無論在家庭還是職場，真正的核心價值始終是愛與關懷。在這個變動急速、充滿未知的時代，我始終相信，真正能引領未來的，不只是技術與知識，而是我們對人、對環境的真心關切。多年來，無論身處工作還是家庭角色，我都親身經歷到，每一個世代的成長，每一個個體的獨特都需要被看見、被啟發，更需要有人願意用心陪伴、用行動點亮前路。正因如此，我寫下這本書，期望將自己對「以愛為本」的信念，化為一份陪伴與指引，與每一位在未知中前行的你，一起探索、一起成長，攜手為未來世代築起更堅實、更溫暖的基石。

我熱愛家庭時光，喜歡用音樂和繪畫為生活注入溫度。專業上，我擅長將複雜思維化為具體行動，善於凝聚團隊、啟發他人，並樂於陪伴每一位成員發掘自身優勢，讓個人力量成為企業的資產。在人工智能與數位浪潮席捲的今天，終身學習已成為每個人不可或缺的能力。唯有持續學習、勇於嘗試、樂於

分享，我們才能在不斷變化的世界裡，保持成長的動力，並將這份力量傳承給下一代。

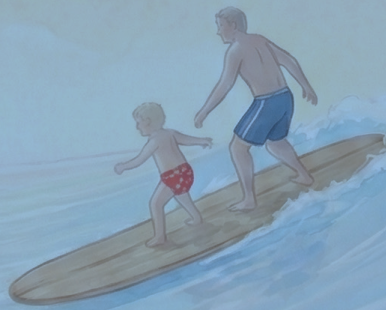
在學習人工智能工具，留意人工智能發展導向的過程之中，我發現了解人工智能素養其實同樣重要。人工智能工具賦予我們每一個人前所未有的能力，學習使用技巧並不困難，但要有建設地、有意義地使用它，我們則需要有其修養。這本書，是我對未來世代的祝福，也是給所有在未知中前行者的一份鼓勵。願我們都能以愛為本，溫柔而堅定地擁抱每一次改變，攜手走向更美好的明天。



〈單元一〉

C 世代和人工智能時代

- 1/ 你以為世代只分 X、Y、Z？C 世代顛覆傳統，無年齡界線，他們是誰？
- 2/ 哪十項技能是未來最需要的？
- 3/ 人工智能時代來臨，人有哪些焦慮？



1.1

如何定義 C 世代？

相信大家對於每一個時代的標籤都不陌生，都有聽過 X、Y、Z 時代，我現在用以下的列表跟大家溫故知新。

世代劃分說明：

- X 世代：出生於 1965 年至 1980 年之間，接續於嬰兒潮世代之後。
- Y 世代（千禧世代）：出生於 1981 年至 1996 年之間，承接 X 世代。
- Z 世代：出生於 1997 年至 2012 年之間，承接 Y 世代。

如果我們代入二零二五年的時間表，我相信大部分 X 世代現在已經是爺爺、嫲嫲、公公、婆婆、爸爸或媽媽的級別，都是一班在機遇處處的時代，只要憑著努力奮鬥的精神就可以闖出一片。X 世代的代表人物通常積極扶持年輕一輩，願意為新潮流讓路，是勇於承擔、主動退位的一群。Y 世代是社會的中流砥柱，肩負著承先啟後的責任，他們面臨更多限制及極大的壓力，必須適應更複雜的社會秩序與氛圍。然而，在這個世代中，仍然不乏積極鼓舞的例子，例如傑出的運動員、勇於追夢的初創企業家，以及為家庭創造新生活模式而冒險前往新國度的人。Z 世代展現出更強的創意與冒險精神，不受既有社會、職場規則



及傳統成功定義的束縛。他們拒絕被既定框架捆綁，擁有屬於自己的一套人生規劃與期望，並且更早開始思考人生安排，主動調整以配合自身需求，無論是生活方式、家庭規劃、財富運用還是職業生涯選擇，都展現出獨立與前瞻性。

大家重溫完之後，可能會想 C 世代豈不是要數到三百年之前？我們明明在探討前瞻性的話題，又怎會翻出幾百年前的事？其實「連結世代」（Generation Connected，簡稱 Gen C）這個詞最早在二零一二年被數位分析師 Brian Solis 使用，用來描述「連結型消費者」（Connected Consumer）。和 X、Y、Z 世代的定義非常不一樣，這群人並不是依照年齡來界定，而是以他們對科技的態度與行為為特徵，包括內容創作、策劃設計、社群互動與連結等。更早之前，早在二零零四年就有研究者討論過一個以數位敏銳度與連結性為核心的世代群體，但真正讓 Gen C 這個概念普及並成為通用定義的，則是 Solis 先生的詮釋。

我在這本書對 C 世代的定義既用了 Brian Solis 之前的詮釋，亦擴展到涵蓋非消費行為，所指的是沒有年齡限制，所有接觸最新的數位技術以及應用數位科技在日常生活，學習，工作的一群，亦即是你、是我、是旁邊的她和他們。沒有聽錯，是沒有年齡限制，相信會有一班努力保持凍齡的美魔女、養生達人會感到振奮，亦是一個天大的喜訊，因為多了一個渠道可以令你更貼近新生代，和你們一起並肩而行。對於新生代亦是一個

生機勃勃、機會爆發的年代，因為數位年代並不需要用年資計算經驗又或者要用多張證書證明自己的學歷和閱歷，這些不再是主要的競爭渠道，你們可以和被定義為成熟成功的一群並列，甚至超越他們。這個新定義更加貼合現在這個人工智能迅速發展的年代，因為它開啟了各個新賽道是打破以前規則的新賽道，是充滿著無限可能、無限創意、打破傳統和破舊立新的新一個章節。一個一定要等青出於藍勝於藍的時代，就是這樣重新洗牌。因此亦同樣存在着再探索未知過程之中的戰戰兢兢、看不透前面景象的恐懼以及無法以先例參考去預計結果。



1.2

時代的接力棒 - 邁進人工智能時代

我其實是一個捉住 X 世代尾巴的人，可以算是見證了兩個世代的交接。讓我又回憶一下、分享一下當時面對時代交替衝擊的心情，再連繫到現在我所觀察到的社會情況。希望可以引起你們共鳴和共情，引發大家的思考和討論，準備好下一個時代的交接。

在我的那個年代，除了「神科」中的「神科」——醫生、律師、建築師和政經金融外，成績突出又同時走在時代尖端的「火箭」達人，趨之若鶩、朝思暮想希望入到的學科一定包括計算工程，希望投入軟件及程式開發和網頁網絡工程的行業。我，當然不是其中一員，所以我只能以側面、輕鬆、沒有技術含量地記載這個時代。記得剛剛大學畢業的時候，第一份工作是加入了一間香港上市公司的管理培訓生團隊，入職到公司之後學習開始運用商業用的電郵系統，不過發現與某一些發展中國家的溝通仍有用到傳真機，對於我們沒有在職場接觸過傳真機溝通的新世代，對著一張又一張不太清楚有哪一間公司、哪一個部門、哪一個人發出的文件，有點兒摸不著頭腦，擔心當中一張又一張沒有處理好的文件被混淆了。可是經理、甚至更高級的管理人員反而會教導我們如何將電郵列印出來放在一個又一個厚厚實實的紙皮文件夾裡（我還依稀記得那些舊舊的、

有磨損痕跡的紙皮文件夾的味道），當然當中要經過釘孔及用人手寫上一些重點，用人手分類排序的工序，還值得記載的應該還有把打孔機的膠蓋打開，把裏面的小圓點紙張碎片倒落垃圾桶的一幕。

我記得正值沙士的時候，第一次面對在家隔離工作的公司安排，我還要特意把那些非常沉重的文件夾拿回家協助工作。不過我記得入職不到兩年的時間這些習慣已經差不多完全被改寫，這樣反而讓我們一班管理培訓生覺得更加容易適應。我亦記得我們的經理及高級管理人員門面對這個改變都表現出比較高的適應力，在合理的時間內就改變了工作習慣，過程好像沒有那麼的困難，但當然有設計新工作流程，新的溝通習慣與制定新的合作互動要求去配合。相信對於 Y、Z 世代而言，這個小故事應該沒有實質的文件夾、紙張打孔機那麼有趣，因為那些是他們甚少接觸過的物品（或者古董），是其中一個暴露年齡系列的證據。

在此之後，是互聯網的年代，再具體一點應該是網上搜尋器的發展，和網上商業活動的開展。當我剛剛開始有消費力的時候，由學轉職的青年人在市場學上算是最吸引的消費群組，因為吸納他們可以為品牌或公司帶來未來十年二十年的增長保證，當時行街、睇戲、食飯仍然是年輕人開最常有的工餘娛樂，葵涌廣場、沙田好運中心、旺角雅蘭商場、尖沙咀加連威老道、



尖沙咀利時、銅鑼灣百利和百德新街都留下了很多當年年輕人的 EPS（曾經是最普遍的零售付款方式）單據。那些年，網絡世界還未完全進入我們的生活，溝通依賴的是沒有上網功能的手機，在網站瀏覽不同的資訊搜尋不同的資料已經是走在時代最前線。流行的，還有線上聊天工具，開啟了人可以更廣泛地，更容易地和現實生活沒有實際聯繫的人聊天。但是你可以想像，自己的自主權仍然很高，我可以選擇是否有接收我想接收的信息。

之後的十年工作越來越忙，一邊進修碩士，組織了家庭，有了自己的孩子。因為要渡過雙非年代的奶粉荒、尿片荒，網上訂購奶粉、尿片、嬰兒產品代購，慢慢令我習慣了網上購物。直到現在，除了新鮮食品以外，基本上，自己和家庭生活裡面的消費品，大約有 95% 是網上購買的。我相信剛剛開始的時候，大部分人都很難相信全球的消費者購物習慣可以改變得那麼快，大家怎會相信習慣到實體店觸摸到實體商品，實際認識店主、店員的購物模式可以在短短十至十五年大幅度地被取代。當然這也要歸功於各個創新的行業包括電商購物平台、物流、網上營銷、數據營銷、社交媒體、網上支付、虛擬錢包、短視頻和直播文化……等等的新興行業的先導者，那些國際級創新行業的領頭公司發展速度、發展規模和效益是史無前例的高。而新冠疫情亦令到一些步伐稍為落後的國家的網上購物滲透率開始快速上升，例如土耳其、印度、中東甚至東非。這個時代的巨

輪也如以往一樣引領著很多傑出畢業生都夢寐以求想到那些世界或其國內頂級的公司任職，開展他們精彩燦爛、前途無限的職場生涯，同時間讓一般市民大眾體驗到線上線下生活的無縫連結。

可是，與此同時我們亦失去了我們對信息的完全自主權，當然你可以選擇傳送或發佈哪些生活點滴給你的親友，甚至親友以外的圈子，他們亦同樣擁有自由去給予反饋，而且是公開透明的。但你所用的社交媒體開亦會通過用你的習慣及偏好，主動並未有徵求你同意的情況之下推送一些它認為你會有興趣的資訊給你，某程度上，社交媒體巨人的潛移默化是很難避免的。所以，在這個非完全自主的網絡世界，我們的確要保持頭腦清醒，因為這些交流的軌跡的確會落在我們的生命線上，我們要明白背後對我們可能出現的影響，以免成為我們線下生活及精神上的負擔、憂慮、甚至包袱。還有一點，現在的網絡世界是無國界、無時區、廿四小時即時傳遞的，我們也要消化它所帶給來的極迅速的反饋，這個反饋的透明度也是被動的，我們沒有辦法去控制誰可以得到這個消息，誰什麼時候得到這個消息，誰會對這個消息有意見。這個牽一髮動全身的時代，使我們要更謹慎地思考，在我們發放信息之前就要有一定的心理準備，當然，這對於某些人來說，也會是一種心理壓力。所以我們要更加了解自己，更加清醒地建立自己的邊界和底線，做好面對網絡世界的身心準備。



那麼，去到人工智能時代情況又有什麼不一樣呢？阿里巴巴副主席蔡崇信曾說：「這不再是一場誰贏誰輸的科技競賽，而是誰能真正讓人工智能融入工作與生活，協助每一個人，真正打開未來的大門。」我們正處於一個人工智能高速發展的年代，作為一位在國際公司工作、同時也是三個孩子的媽媽，我深切感受到人工智能帶來的震撼。這不僅是技術的突破，更是我們所愛的人與社會共同面對的轉型。

最近，我從一個報告裡面得到很多的啟發，在這裡分享給大家。二零零五年一月，在瑞士日內瓦舉行的世界經濟論壇 World Economic Forum (WEF) 發表了二零零五年未來工作報告《Future of Jobs Report 2025》，裡面指出未來幾年，全球就業市場將經歷劇烈轉型，大部分的媒體報導集中於哪一些行業在人工智能時代仍有生存空間，哪一些行業會更容易被取代。不過我的著眼點是落座於我們更有能力控制的一部分，就是哪一些技能在未來的世界更重要。根據 WEF 的調查和分析，預期增長最快的技能類別有以下十種：

| 技能 | 中文翻譯 | 對 C 世代的啟發 |
|------------------|----------|---------------------------------------|
| 1. AI & Big Data | 人工智能與大數據 | 懂人工智能及大數據的人佔優，但不再是少數人的專利，因工具的發展會越來越便利 |

| | | |
|-------------------------------------|------------|--|
| 2. Networks & Cybersecurity | 網絡與網絡安全 | 數位空間的安全和道德防線與信任架構的建立，同時著重使用人工智能需持的操守 |
| 3. Technological Literacy | 技術素養 | 要懂得操作、思考判斷和與利用技術的優勢 |
| 4. Creative Thinking | 創意思維 | 破舊立新、跳出框架、利用人工智能的資料搜集分析模運算的能力把創意思維推向新層次 |
| 5. Resilience, Flexibility, Agility | 韌性、彈性、敏捷性 | 變動是新常態；能適應、快速及靈活的反應是核心競爭力 |
| 6. Curiosity & Lifelong Learning | 好奇心與終身學習能力 | 技能生命週期交替速度加快，擁有終生學習的態度及保持學習能力比掌握某單一技能更長久 |
| 7. Leadership & Social Influence | 領導力與社會影響力 | 在組織與社群中能引導思考、不同崗位的協調、共創共贏 |
| 8. Talent Management | 人才管理 | 識別人才、培育引導人才、人才與崗位的精準匹配 |
| 9. Analytical Thinking | 分析思維 | 從複雜資料中提取精闢的重點，做出有效判斷，解構複雜概念，具深入淺出的能力 |
| 10. Environmental Stewardship | 環境責任／環境管理 | 可持續發展及綠色經濟是政策、法規、企業競爭主流導向 |



附錄

未來世代的心智與成長模型總覽

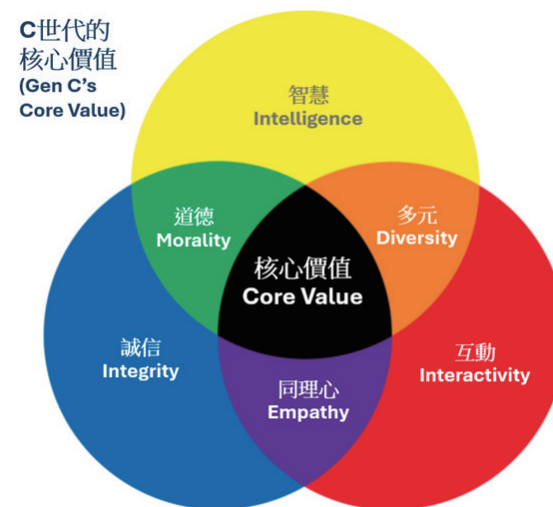
1. C 世代的成長模型

- 韌性、靈活性、敏捷性 + 創意思維 = 突破 (Break-through)
- 創意思維 + 好奇心與終身學習 = 選擇 (Choice)
- 好奇心與終身學習 + 韌性、靈活性、敏捷性 = 推進 (Progress)
- 突破 + 選擇 + 推進 = 成長 (Growth)



2. C 世代的成長模型

- 共建的智慧 (Intelligence) + 操作與誠信 (Integrity) = 道德 (Morality)
- 操守與誠信 (Integrity) + 有效的互動 (Interactivity) = 同理心 (Empathy)
- 有效的互動 (Interactivity) + 共建的智慧 (Intelligence) = 多元 (Diversity)



{ 在 AI 浪潮席捲而來的時代， 你是否也感到既興奮又不安？ }

本書由一位三個孩子的媽媽、同時在國際企業打拼的職場女性撰寫。她以親身經歷與溫柔堅定的視角，帶你穿越 C 世代的定義、AI 時代的焦慮與機遇，拆解未來十大核心技能，探索人機協作的最佳狀態，並分享如何以同理心領導團隊、如何引導孩子在虛擬與真實間保持清醒。

這不只是一本技術指南，更是一本關於心態、成長與愛的陪伴手冊。無論你是家長、職場人、學生，還是對未來感到迷惘的任何人，這本書都會成為你伸手擁抱未知的溫暖力量。

讓我們一起，在 AI 大海中乘風破浪，成為更勇敢、更智慧的自己。

名人推薦

這不僅是一本關於 AI 的工具書，更是一本關於「心智成長」的生命指南。它讓我們看到一位母親如何將專業智慧轉化為對下一代的溫柔指引。我誠摯推薦這本書給每一位教育工作者與家長。讓我們在 AI 時代，與孩子一同成為持續進化的學習者，溫柔而堅定地擁抱改變，共同守護人性中最珍貴的溫度。

—— 香港培道小學 Mandy 校長

這本書，正是要教會我們如何在技術浪潮中守住人性的本質，如何以開放的心態擁抱變化，以堅定的信念堅守價值。對於每一位企業領袖、教育工作者、家長乃至正在成長的個體而言，這都是一本值得研讀的書。

—— 紫荊花新材料集團總裁 陳傳生

我最敬佩的是，作者在繁忙生活中，仍願與同路人（各位在職家長）分享如何面對人工智能帶來的衝擊與教育挑戰。愛與關懷，是作者在書中一再強調的核心價值，也是迎接由人工智能主導的未來的不二法門。

—— 香港大學李嘉誠醫學院眼科學系副教授 陳佑祺

ISBN 978-988-8917-85-3



9 789888 917853 >



專業出版 國際銷售

紅出版文化平台

加入我們：www.red-publish.com

ModE.

上架建議：AI / 心靈

定價：港幣 118 元正 / 新台幣 480 圓正