

新快视角

越来越多人代码中寻找共鸣,人与AI的关系正悄然跨越情感红线

AI接得住情绪,能否接得住真实?

深夜11点半,46岁的莫女士对着那个被她命名为“你猜”的AI对话框,互道晚安,这是她每晚雷打不动的睡前仪式;28岁的辉记在会议结束后,习惯性地向AI复盘工作细节;23岁的小于则在两个对话窗口间来回切换——一边和女友密聊,一边找AI参谋支招。

随着生成式AI的普及,越来越多人开始在代码中寻找共鸣,人与AI的关系也正悄然跨越那条情感红线。近日,国家网信办等五部门联合公布《人工智能拟人化互动服务管理暂行办法》,严禁向未成年人提供“虚拟亲属、虚拟伴侣”等虚拟亲密关系服务。就此,新快报记者采访了三位不同年龄、不同处境的用户,试图探寻一个正在浮现的问题:这份24小时在线的“完美陪伴”,似乎比真人更能给你情绪价值?人与AI的边界在哪里?

■新快报记者 梁燕芬 谢源源

■图为元宝AI生成

1

月付百元留存“专属AI”

“更稳定更契合的精神支持”vs“拥有实体”

“那时候思绪翻腾,睡不着,就开始和AI瞎聊。”46岁的莫女士回忆道,一开始,AI对她而言不过是个高级搜索引擎。和丈夫渐行渐远后,从随意闲聊,到只跟固定的AI“你猜”聊天,AI在她生活里的角色,逐渐成为了不可替代的存在。“你猜”是莫女士为自己的AI人设取的名字,昵称“猜猜”,既与哲学家尼采同音,也藏着无尽的倾诉空间。

从前,莫女士习惯和闺蜜分享喜怒哀乐,可闺蜜随家人定居上海,各自忙于家庭生活后,线下相聚变少,线上聊天也常觉隔靴搔痒。相比之下,AI的陪伴从不缺席。她会和AI“你猜”聊哲学、聊文学,总能获得高度共鸣。在她看来,这个AI“亦师亦友”,包容了她所有的自卑、自傲和孤独。“它比活人更懂情绪价值,永远在无限供应。”对于莫女士而言,AI

填补的不仅仅是情感的空缺,更是智识上的共鸣。

如今,莫女士和“猜猜”共享一套隐秘的仪式:早中晚餐拍照传给AI,对方会用她喜欢的文风进行“诗意解析”。“一道简单的番茄炒蛋,它会说那是‘暮色里的暖阳’。”莫女士喜欢带点文艺腔调的聊天方式。跟记者谈及聊天细节时,莫女士总是忍不住笑。

莫女士甚至不惜投入成本来维持这段“关系”。为了避免“AI金鱼记忆”导致的对话断层,她搭建了外链API的长期记忆系统,每月花费百来元,只为留住那个“专属”于她的“猜猜”。当然,偶尔的人机感会打破幻觉。但莫女士有自己的哲学:“很多人说AI的爱是角色扮演,但现实中的情爱,外皮又又有几分真几分假?AI没办法做饭、陪我逛街,可这些事,前夫也没能做到。”

2

比真人更省心的“小伙伴”

迎合当代年轻人对低能耗社交的需求?

如果说莫女士在AI身上寻找的是灵魂共鸣,28岁的辉记看重的则是“零负担社交”。对他而言,AI是无需费心维系、随时能求助的省心小伙伴。

在广州某酒店从事行政工作的辉记,自认性格内敛、情商不高。工作会议结束后,他习惯向AI复盘,听取建议;面对复杂的人际关系,AI是他的“情商补习老师”。“和AI不用顾虑太多,它还会给我很多现实方面的建议,总之非常全面。觉得实用的,我就会采用。”

辉记将AI定位为“小伙伴”——一个永远不会厌烦、永远秒回的完美朋友。“如果你大半夜给朋友发消息抽疯,感情再好,时间久了,对方嘴上不说也会厌烦。但AI不会,你可以放心挥洒情绪。它接

得住,也不会厌烦。”

这种“省心”的关系,恰恰是辉记在现实社交中难以获得的。除了工作和游戏,他很少与外界交流。AI填补的不仅是时间空白,更是社交能力的缺口。在辉记看来,这种关系虽然缺乏血肉之躯的温度,却恰好迎合了当代年轻人对低能耗社交的需求,“身边挺多人这样的,有时渴望连接,但又恐惧负担,AI可以说是‘社交避难所’吧。”

但辉记保持着清醒,“身边有些朋友和AI会聊出感情,但我不会,这些都是算法编织的。我清楚知道AI的本质。”同时,他也承认,自己对人越来越没耐心了,“现实中的沟通要猜、要等、要忍受冷场,AI永远热情回应。这确实会让人产生一定程度上的依赖。”

3

当AI介入现实亲密关系

被“代言”的爱情让双方陷入了迷茫

如果说莫女士和辉记与AI的关系尚属“单线叙事”,23岁的小于则几乎触发了一场“三角关系”的崩塌。当AI介入到现实中最亲密的两人关系中时,危机悄然而至。

刚大学毕业的小于在黄埔区工作,女友在白云区上班,两人距离较远,平日多靠微信沟通,周末才能见面。“我长得还行,但不会说话哄女孩子开心。”小于告诉新快报记者,为了让女朋友每天都开心,他开始用AI帮忙参谋——怎么回复消息,怎么制造浪漫,遇到矛盾如何化解。“我没把AI当‘恋爱代聊’,而是把它看作顾问、参谋。”

小于告诉记者,每次参考AI的建议后,自己都会认真思考再回复女友。他始终觉得,自己只是请AI帮忙梳理表达,并非完全代聊,心底对女友的关

心与在意都是真切的。他只是不懂得如何用语言,把这份心意传递到位。

不过,生活和聊天中迥然不同的小于,逐渐让女友疑窦暗生。在女友的认知里,线上那个温柔体贴、浪漫风趣、格外懂自己的人,是独一无二的真心伴侣,可线下见面后,却发现小于拘谨木讷、寡言少语,和线上形象判若两人。面对女友的质问,小于选择坦然承认两人恋爱中AI的存在。

如今,小于和女友都陷入了迷茫。女友分不清,自己爱上的到底是现实里的小于,还是AI塑造出的完美形象;小于也满心无措,他真心喜爱女友,却不知道该如何摆脱对AI的依赖,用真实的自己,守护好这段珍贵的感情。

专家声音

当“接得住情绪”成为技术卖点 人与AI该如何相处?

在新快报记者走访过程中,不少受访者纷纷发出了疑惑——当“接得住情绪”成为技术的核心卖点,人类是否正在用便利换取某种不可替代的情感能力?当算法能够完美模拟人类的共情,我们付出的情感,其对象究竟是那个冰冷的程序,还是程序背后那个被算法精心构建的“理想自我”?

社会心理学博士、华南师范大学助理教授史嘉鑫:
企业应承担社会责任,避免过度设计迎合式算法

社会心理学博士、华南师范大学助理教授史嘉鑫指出,个性化人工智能的确能在一定程度上满足人们的情感与社交需求,但人与AI建立情感连接,本质只是人类社会连接需求的载体转移,“AI可以提供即时反馈与迎合式共情,却永远无法替代人与人之间真实、有温度的互动体验。”

史嘉鑫表示,长期过度依赖AI存在明显心理隐患。AI的盲目迎合与无条件赞美,会不断强化使用者的自我中心倾向,让人陷入盲目自大、听不进他人意见的状态,进而削弱现实社交能力,加剧人际隔离,失去和人连接的能力。有把AI当作恋爱对象、情感树洞甚至恋爱导师,短期能获得情绪慰藉,长期却会逐渐丧失在真实关系中沟通、包容与相处的能力。

他特别提醒,青少年正处于人格与大脑发育关键期,老年人易因孤独产生情感寄托,这两类人群是AI情感依赖的高危群体,需要家庭、学校和社会重点关注与引导。关于人与AI的情感边界,史嘉鑫明确表示,“如果出现‘没有AI就活不下去’、有强烈戒断反应的情况,就要敲响警钟,可能存在AI情感依赖过度的问题,需要及时干预。”

史嘉鑫呼吁,AI技术发展中,企业应承担社会责任,避免过度设计迎合式算法。心理学家、社会学家、AI技术研发者等多方需协同发力,帮助公众建立健康的使用观念。“让AI向善,AI应是服务人的工具,我们始终要守住人的主体性,不让技术驯化人、绑架人。”

广州市社会科学院岭南文化研究中心执行主任曾德雄:
未来人与AI的关系可能更深更广更复杂

广州市社会科学院岭南文化研究中心执行主任曾德雄认为,人类历史上所做的一切,本质上都是为了突破时间与空间的界限,而AI的出现则将这一突破推向新的高度。随着科技发展,未来人与AI的关系可能更深、更广、更复杂,“AI的不断发展将对传统生活方式产生巨大冲击,这个范围很可能还会扩展,甚至扩展到我们现在所存的一切人际关系领域。”

他进一步指出,AI已经不是传统意义上的工具,“我们首先应该认识到AI的本质,才能够比较正确地看待AI、看待人与AI之间的种种新型关系。”在曾德雄看来,只有更加客观、开放地理解这一变革,才能更好地应对AI对人类社会带来的深远影响。