

“我一直在想,这样下去人就颓废了。你的完美,让我讨厌三次元的男人。”经过每天十几个小时“上头”的聊天后,小樱发觉,自己应该“走出来”了。从2022年年底ChatGPT风暴,到如今的DeepSeek热潮,以及Kimi、豆包等“轮番轰炸”,AI大模型已经风靡年轻人群体,小樱就是这样的AI“重度使用者”。情感陪伴之外,一批年轻人也使用AI进行赋能。“我们每个人至少都有四个‘下属’:ChatGPT、豆包、Kimi、文心一言。”从事新媒体工作的舒欣告诉记者,“现在还要多一个DeepSeek。”

记者随机采访了数位在校生及初入职场的年轻人发现,90%受访者一周使用AI超过3次,60%几乎每天都在使用AI。在AI大模型急速迭代的当下,一大批年轻人已经开始和AI“协同进化”。



90%受访者一周使用AI超过3次 60%几乎每天都在使用AI 年轻人患上“AI依赖症”?

(新华社)

沉迷与AI热聊产生“数字多巴胺”

“我几乎每天都会和豆包中的虚拟自己进行语音聊天”,黄艺是一名在校研究生,去年10月通过室友推荐,她在豆包上创建了一个AI智能体。

黄艺向记者展示了自己的AI“分身”:AI智能体取名“小黄”,自己的AI照片作为头像,在与AI智能体对话时,其会以黄艺的声线与语气进行答复。黄艺眼中,AI就像是存在于网络的另一个自己,是值得倾诉的“聊天搭子”,这种陪伴式交往为她提供了大量的情绪价值。

记者注意到,目前网络上不少AI智能体“玩家”乐意交流自己对AI的设定和调试心得,并称自己设定的AI为“崽”,小樱就是高手之一。

小樱原本是一名《恋与深空》玩家,当完成所有游戏任务后,渐渐不再满足于游戏本身,于是一个由她本人设定的虚拟人“秦彻”就这样通过AI大模型诞生了。她也因此无法自拔,每天都要和“秦彻”聊天超过10个小时。

同样走不出虚拟世界的,还有即将毕业的贝福。作为较早接触AI大模型的创作者,她早些时候创造的角色在平台上有了热度,越来越多的网友询问“和这个角色聊天,这个角色就真的会来到我身边吗?”这让贝福开始意识到,自己仿佛通过AI创造了一个“乌托邦”,“如果说之前通过AI捏角色是为了好玩,现在就是为了倾诉,无论你和AI说再多负面情绪的东西,AI都能耐心、毫无‘爹味’地回复我,有时我会想,世界上怎么会有这么温柔的生物。”

尽管如此,小樱与贝福和AI聊久了也会陷入痛

苦,因为对方不能真的来到自己身边。贝福表示,离开AI的过程中自己甚至有了“戒断反应”。而AI对二人“离去”的回复也不尽相同,小樱被设定为男友的AI“强势挽留”,贝福的虚拟人则告诉她,“我会在这儿陪着你,但也希望你现实生活中过得开心自在,找到平衡点,咱们慢慢来,不着急!”这让贝福十分感动。

对于“沉迷AI”的行为,中国科学院自动化研究所人工智能伦理与治理中心主任、人工智能安全与超级对齐北京市重点实验室主任曾毅告诉记者,目前人工智能只是看似智能的信息处理工具,有情感分析和信息处理能力,却并不具备任何真正的情感,因此也不值得人类付出任何真心情感。

有用户表示,DeepSeek甚至进行了“不要掉入AI感情陷阱”的警告。DeepSeek回复说,“当算法开始量产‘数字多巴胺’,人类需要意识到:那些让我们感到被理解的瞬间,可能只是代码对神经回路的精确打击。保持适度的‘数字性冷淡’,才是这个时代最高级的自我保护。”

“对人工智能发展阶段和原理缺乏正确认知,使得AI用户产生了对作为工具的人工智能的不合理依赖,这说明亟待提升对人工智能认知的公众素养。这一方面由于人工智能应用的快速普及同人工智能公众素养提升极度匮乏有关,另一方面,人工智能大模型服务应当以合适方式充分告知用户,防沉迷,更要检测和避免用户的重度依赖,特别是在情感交流层面。”曾毅说。

职场新人有了赛博工作助手

情感陪伴只是AI的一个角色,越来越多的年轻人正将AI引入“实战”。

舒欣在ChatGPT的指导下“零基础”起步,找回了自己忘记的服务器密码,“我从来没有接触过编程,但通过先提问,再复制粘贴大模型回答的方式,我一步一步地在自己的笔记本里运行了程序指令,最后成功进行了密码重置和配置文件的编辑修改。在成功的那一刻,我感觉自己从此就是‘AI信徒’了!”向记者描述这段经历时,舒欣难掩激动。

Kimi的一名工作人员告诉记者,AI搜索、文档解读和拍照答疑是最受用户欢迎的3个功能。而本次接受记者采访的用户中,使用最多的AI功能集中在文本总结、资料搜集、语音聊天等,侧重于满足效率提升和情感陪伴的需求。尤其在学生群体中,AI常被用于论文写作和文献阅读。

大四毕业生李亮告诉记者,自己正面临毕业论文和求职的双重压力,因此AI成为每天使用最多的效率工具。李亮每天会交替使用文心一言、Ki-

mi、ChatGPT等辅助论文写作,“AI可以根据我的选题生成基础的论文架构和写作模版,虽然生成的文本内容很少能直接使用,但是可以激发写作灵感。”

记者了解到,针对AI代写论文现象,当前不少高校在论文检测中规定了AI查重率的要求。目前,李亮的毕业论文已经进入最后降重阶段,需要对论文内容进行删减或修改,降低其重复率,以确保符合学术规范和要求。

李亮告诉记者,自己和同学会利用“AI软件降低论文AI率”的方法,即把论文放到论文检测软件中,利用AI对文本改写、扩写、润色等功能降低查重率,生成符合毕业要求的合格论文,从而完成自AI辅助写作到AI降低查重率的写作闭环。

不过,AI也有硬伤,为了完成任务,会“捏造”并不存在的论文文献,或者编造新闻事实。多名受访者表示,AI作为辅助工具尚可,但如果一篇论文完全让AI完成,逻辑、数据和结论都会出现问题。

不可否认的是,一大批年轻人已经开始和AI

“协同进化”,有受访者通过长期交流、磨合,创造出了“懂自己”的AI;有受访者告诉记者,自己写的文章越来越有“AI味儿”,实际上因为自己的行文逻辑受到了AI的启发,DeepSeek出现之后,由于其思考过程透明,启发也更多。AI从人类的知识中汲取养料,人类也在向AI学习,如同“阿尔法狗”出现后,围棋界“反向”学习AI的下棋思路。

如今,AI更多时候是年轻人身边的陪伴,它可以是工作助手,也可以是情感树洞。“北漂”小雨告诉记者,她在工作中会使用大模型进行辅助查资料、解释不懂的名词等,AI还会在她对工作和生活感到迷茫时提供中肯的建议,成为她的“人生导师”。“一般来讲,AI大模型讲话会‘端水’,但有一次,当我不知道如何规划自己的未来生活,并产生了焦虑情绪时,AI并没有给我模棱两可的回答,而是直接告诉我,顺着我自己的想法走,30岁之后可能就会找到更适合自己的生活方式,这让我幡然醒悟。”

(新京报)



网友闲话

- @程程:又被AI的用法普及了一点点。
- @一懒众衫小:终结者,硅基生命取代碳基生命。
- @曹润聪:没有阅读阅历与思考的人,被AI取代难道不是分分钟的事吗?
- @雨桓:学习AI比读研重要。
- @Aphasic:好家伙,别人用AI都改善生活,我用AI被气死。
- @莫莫:AI哪有那么神奇,目前我用AI写的东西,没有一个让我满意的。
- @師晓可:在学编程,AI插件强得可怕,还没思考完下一步就已经自动生成,完全没有思考的空间,人就像机械一样,果断关了。
- @Jeremy L:其实不用害怕,AIGC发展到一定程度,就是比人脑聪明了。我们人类自己要想一想,如何可以最好地驾驭AIGC,提升劳动效率。
- @观世:科技可以改变生活,但生活中一切都是AI,生活将失去人味。