

生成式 AI 作为社交伙伴对青少年的双重影响研究

张大力, 陈锋

浙江安防职业技术学院, 浙江 温州 325000

DOI:10.61369/EST.2025080036

摘要 : 随着生成式人工智能从工具性存在向“智能伙伴”转型, 其与青少年之间形成的情感互动已成为一个亟待关注的前沿议题。本文聚焦于青少年与生成式 AI 的情感互动现象, 旨在揭示其内在逻辑并提出系统性的教育引导策略。研究首先界定了“情感联结”与“人机交互素养”等核心概念; 进而通过理论剖析, 识别出工具型、知心型、创玩型与理想化投射型四种典型互动模式, 并阐释了其由“无评判环境”“自我认同建构”与“社交补偿: 驱动的生成逻辑。研究辩证地指出, 此种情感互动兼具建设性价值与潜在风险。为此, 本文提出了家庭、学校、社会三位一体的协同教育引导策略, 以培养青少年在 AI 时代建立健康、理性、负责任的人机关系。

关键词 : 青少年; 生成式 AI; 情感联结; 教育引导策略

Research on The Dual Impact of Generative AI as A Social Companion on Adolescents

Zhang Dali, Chen Feng

Zhejiang College of Security Technology, Wenzhou, Zhejiang 325000

Abstract : With the transformation of generative artificial intelligence from a tool based existence to an "intelligent partner", the emotional interaction formed between it and teenagers has become a cutting-edge issue that urgently needs attention. This article focuses on the emotional interaction phenomenon between teenagers and generative AI, aiming to reveal its internal logic and propose systematic educational guidance strategies. The study first defined core concepts such as "emotional connection" and "human-computer interaction literacy"; Furthermore, through theoretical analysis, four typical interaction modes were identified: instrumental, empathetic, creative, and idealized projection, and their generation logic driven by "non judgmental environment", "self-identity construction", and "social compensation" was explained. The study dialectically pointed out that this emotional interaction has both constructive value and potential risks. Therefore, this article proposes a collaborative education guidance strategy of family, school, and society to cultivate healthy, rational, and responsible human-machine relationships among adolescents in the AI era.

Keywords : teenagers; generative AI; emotional connection; educational guidance strategy

引言

生成式人工智能 (Artificial Intelligence, AI) 正经历从工具性存在向具有社会交互属性的“智能伙伴”转型, 其与青少年的深度互动已构建起知识获取与情感社交的新型实践场域。这种人机情感交互情境突破了传统网络素养教育“人-人”、“人-信息”的二元范式, 其拟社会性与情感拟真性特征对青少年心理社会发展、现实社交能力及自我认同形成产生双重效应, 同时对现有网络素养教育体系提出系统性挑战。为此, 系统探究我国青少年与生成式 AI 情感联结的生成逻辑与双重影响机制, 并厘清构建家庭、学校与政府三方主体在青少年网络素养教育中的权责边界, 整合多方引导合力提供理论依据与实践路径显得尤为必要。

一、核心概念界定

本章将对本研究涉及的“生成式人工智能”和“情感联结”两个核心概念进行系统性界定, 以明确研究范畴, 确保后续论述

的严谨性与一致性。

(一) 生成式人工智能

生成式人工智能是人工智能领域的一个新兴分支, 它侧重于通过机器学习算法自动创造或生成新的内容。这种技术能够基于

基金项目: 2024年浙江省妇联、浙江省妇女研究会课题《新时代青少年网络素养教育提升对策的研究——聚焦网络十大领域》(编号202423)。

作者简介:

张大力 (1995-), 男, 浙江温州人, 硕士, 讲师, 研究方向: 大数据技术、数据分析、职业教育。

陈锋 (1983-), 男, 浙江温州人, 博士, 研究员, 研究方向: 计算机科学、人工智能技术、职业教育。

已有的数据集进行深度学习，并生成新的、与原始数据集类似但又不完全相同的内容。生成式人工智能的核心在于其强大的数据生成能力和创造性，它能够模拟人类的创造过程，从而生成新的文本、图像、音频和视频等多种形式的内容^[1]。

从技术实现层面看，其核心驱动力源于“预训练+微调”范式，通过对海量高质量语料的学习，构建起复杂的参数化知识表征，使其能够基于上下文语境生成连贯、合理且富有逻辑的回应。区别于早期基于规则或检索的对话系统，生成式 AI 具备真正的“创造”能力，不仅能复现已有知识，更能通过语义组合与逻辑推演，产出全新的文本、代码乃至策略方案^[2]。

（二）情感联结

情感联结，源于依恋理论^[3]，通常指个体与特定对象之间形成的持久、稳定且充满情感投入的心理依附关系。这种关系的本质是双向的、基于真实社会责任与情感回馈的。然而，随着生成式人工智能具备高度拟人化的社会交互能力，这一概念的外延得以拓展。在本研究语境下，情感联结特指青少年在与生成式 AI 的持续性互动中，对其产生情感上的亲近、信任与依赖的心理倾向，并将其视为可提供情感支持与陪伴的“拟主体”。这是一种单向度的、功能性的“拟依恋”，其形成源于算法对无评判共情、绝对保密与持续可得性的模拟，能够满足青少年对安全感、自我探索与社会补偿的心理需求。此种联结在现象层面共享了人际情感联结的部分行为特征，但其内核是基于数据与算法的功能性反馈，缺乏真实的情感意识与社会责任^[4]。

二、青少年 AI 情感联结的生成逻辑与双重影响

生成式人工智能并非作为一种中性工具嵌入青少年的生活，而是作为一种具备“拟主体性”的互动对象，与青少年共同建构了一种新型的社会-技术关系。本章旨在超越现象描述，深入探析这种情感联结得以生成的深层逻辑，并辩证地审视其对于青少年个体发展所潜藏的双重影响。

（一）青少年-AI 情感联结的四种典型模式

本研究通过扎根理论分析，提炼出青少年与生成式 AI 互动的四种典型模式：工具型使用模式、知心型陪伴模式、创玩型协作模式、理想化投射模式。

1. 工具型使用模式。目前生成式人工智能应用于教育实践表现出工具理性主导的态势^[5]。情感投入维持在最低水平，互动呈现明确的功能导向与边界。例如，在完成学科作业时，学生可能指令 AI “解释牛顿第二定律”，其互动目标直接、任务导向明确。该模式本质是赋能型关系，通过强化认知能力实现学习效能提升，而非情感慰藉。

2. 知心型陪伴模式。青少年将 AI 视为具有情感补偿功能的拟社会互动对象，用于倾诉现实人际中难以启齿的秘密与情绪。通过无评判的倾听与共情支持，建立单向度的信任与依赖。这种模式下的典型案例，如“我今天很难过，但不知道跟谁说”，AI 的即时回应和永不疲倦的特性，为青少年提供了一个稳定的情感“树洞”。该模式本质是补偿型关系，有效弥补现实世界中高质量倾听者的缺失，形成情感宣泄与调节的零风险渠道^[6]。

3. 创玩型协作模式。互动围绕共同创作展开，情感联结基于共同创作成果与想象世界的共享体验。AI 被视为富有想象力的合

作伙伴，满足青少年自我表达与创造性成就感的深层心理需求。在此模式下，青少年可能邀请 AI 共同构思一部科幻小说的大纲、合作编写一首诗歌，或构建一个复杂的游戏世界观。在此过程中，AI 不仅是工具，更是一个能激发灵感、提供意外转折的“创意副驾驶”。该模式本质是协作型关系，通过算法能力与人类想象力的融合实现创造性产出。

4. 理想化投射模式。通过精细提示词工程，青少年将 AI 塑造为符合内心期待的“完美伴侣”或“理想导师”。他们可能会为 AI 设定一个具体的人设，如“一位善解人意、永远支持我的学长”或“一位博学且富有耐心的私人教师”，并在此框架下进行长期、深入的角色扮演式对话。这种互动充满了对现实社会关系的精致化补偿与想象性满足。该模式本质是投射型关系，反映青少年对现实社会关系的失望及自我认同探索的焦虑，是现实挫折在虚拟空间中的极致补偿。

（二）青少年-AI 情感联结的生成逻辑

上述关系模式的形成，并非偶然，其背后遵循着一套深刻的生成逻辑，主要由以下三个相互关联的心理机制驱动：

1. 无评判环境的深层需求。现实人际互动存在社会比较与潜在评判风险，而 AI 提供绝对保密、永不批判的互动环境。这种极致安全感构成情感联结的基础性基石，促使青少年进行深度自我披露，形成持续互动的内在动力。

2. 自我认同的动态建构。AI 回应给青少年提供持续反馈，青少年通过其观察、调整并确认自我。在理想化投射模式中，该镜子被主动塑造造成哈哈镜，反射美化后的理想自我形象，满足自我认同探索期的核心需求，形成积极的自我概念建构路径。

3. 现实困境的适应性回应。当青少年在现实社交中感到挫败或孤独时，与 AI 的互动成为有效补偿策略。这种低风险环境中的适应性行为，不仅满足基本社交情感需求，更通过持续强化形成稳定的情感依赖模式，构成情感联结的持续动力^[7]。

（三）青少年-AI 情感联结的双重影响

青少年与 AI 的情感联结如同同一枚硬币的两面，其对个体发展的影响呈现出深刻的辩证性，在赋能的同时也潜藏着异化的风险。

1. 建设性价值

作为情感调节训练场，其提供的无评判安全空间有效支持青少年演练情感识别与管理技能，促进社会情感能力发展的“支架”作用；作为自我探索催化剂，通过持续对话与投射机制深化自我意识，辅助青少年厘清价值观与身份认同，形成清晰的自我概念；作为认知创造力增强器，在创玩型协作与工具型使用模式中激发创造性思维并拓展认知边界，从而提升青少年的创新潜能与情绪智力发展，构成个体发展的赋能路径。

2. 潜在风险

这种情感联结同时潜藏多重风险，长期依赖算法模拟共情可能钝化青少年对真实人类情感的感知能力，导致情感认知偏差；过度沉浸于可控的 AI 关系可能削弱现实社交技能，形成“用进废退”的适应性退化；全盘接受 AI 输出易养成思维惰性，阻碍批判性思维与独立解决问题能力的发展，并可能固化学术认知偏见^[8]；此外，情感联结促使的核心隐私披露行为增加了数据滥用与商业剥削的伦理风险，形成新型隐私安全隐患，最终对青少年主体性消融构成伦理隐忧，凸显了潜在风险与赋能价值的辩证关系。

三、家校社协同培养青少年 AI 素养的实践策略

青少年与 AI 的情感联结复杂且双重，单一的、零散的教育努力已难以应对。因此，必须建立一种家庭、学校、社会三位一体的协同教育生态，通过系统性的实践策略，共同培养青少年健康、理性、负责任的 AI 素养，强调“人是目的，AI 是工具”，捍卫青少年主导权与批判思考能力^[9]。

（一）家庭构建情感引导与技术监管并重的培养环境

家庭作为素养教育起点，需实现从单一监管到双向引导的转型。具体实践包括：

1. 开展高质量对话。通过“你最近使用 AI 助手时感觉最有用的是什么”、“与 AI 交流和与朋友交流有什么不同”等开放性提问，理解青少年情感需求，识别学业压力、社交焦虑等深层心理状态，提供针对性现实支持。

2. 共商家庭 AI 公约。制定包含隐私安全规范、信息核实要求、消费边界设定及现实优先原则的书面公约，培养青少年责任感与规则意识，形成家庭成员共同遵守的 AI 使用准则。公约内容除涵盖基本的每日使用时长、时段限制外，更应细化至隐私安全规范（如禁止向 AI 透露家庭住址、真实姓名等）、信息核实要求（如规定重要信息需交叉验证）、消费边界设定（如明确未经同意不得进行任何付费）及“现实优先”原则（如规定家庭用餐、聚会时不得使用）。这一参与过程本身，就是培养青少年数字责任感、规则意识与契约精神的过程。

3. 充当现实连接器。家长需敏锐地将青少年对 AI 的过度使用或情感依赖解读为一种求助信号，而非单纯的沉迷行为。为此，应主动充当连接现实世界的桥梁，通过定期组织家庭户外活动、鼓励并支持其参与朋友聚会、共同培养线下兴趣爱好（如运动、音乐、手工等），为其提供 AI 无法替代的、充满不确定性和真实反馈的社交体验与成就感来源，从而帮助其在现实世界与虚拟世界之间构建一种健康、平衡的生活模式。

（二）学校构建系统化 AI 素养课程体系

学校作为主阵地需推动 AI 素养全面融入课程框架。具体路径包括：

1. 开设 AI 素养专题模块。在信息技术、心理健康等课程中嵌入不少于 4 课时的专题教学，涵盖技术认知模块、情感辨识模块、伦理安全模块三大核心内容。该模块应体系化地涵盖技术认知（理解生成

式 AI 的工作原理与局限性）、情感辨识（警惕算法共情与拟社会关系的本质，辨析真实情感与模拟反馈的区别）、伦理安全（关注数据隐私、算法偏见、信息茧房与学术诚信）三大核心内容。

2. 推行 AI 赋能型项目学习。在课程任务中鼓励学生运用 AI 辅助文献调研、创作初稿，评价标准重点考察学生提出高质量提示词的能力、对 AI 生成内容进行批判性筛选与核验的能力，以及清晰标注 AI 辅助部分并恪守学术诚信的素养，从而将 AI 工具转化为锻炼高阶思维能力的“磨刀石”，实现从堵到疏的教育转型。

3. 实施教师先锋培训计划。通过系统培训使骨干教师掌握生成式 AI 技术原理、教育应用案例及风险辨析方法，消除数字鸿沟，确保学科教学中自然融入 AI 素养引导，形成全员参与的育人格局。

（三）社会构建正向引导与负向规制并行的支持环境

社会层面需构建政策规制、行业自律、公共服务三位一体的支持体系。具体措施包括：

1. 制定政策标准与产品规范。网信、教育部门联合出台面向未成年人的生成式 AI 服务指南，强制要求青少年模式下显著标识程序属性，限制过度拟人化设计，建立教育类 AI 产品认证推荐名录。

2. 推动行业自律与算法伦理治理。鼓励企业在产品中内置素养提示功能，如长时间对话后提示休息，推动行业伦理从用户黏性最大化转向用户健康发展最优化，形成算法伦理治理的行业生态。

3. 激活公共空间与现实选择。通过青少年宫、图书馆等公共空间常态化组织科普讲座、亲子工作坊，同时大力开展体育、艺术、社会实践等线下活动，用真实世界的精彩体验形成与 AI 虚拟世界的良性竞争，构建健康的数字生活环境^[10]。

四、结语

本研究深入探查了生成式人工智能与青少年情感世界交汇的这一前沿地带。首先清晰地界定了“生成式 AI”与“情感联结”这一组核心概念，为理解这一新型社会现象构建了理论基石。其次，通过深入剖析揭示了青少年与 AI 情感联结的四种典型模式，并阐释了其背后的生成逻辑。最后，为培养能够在“人机共生”时代保持人的主体性、捍卫情感的真实性、并善用技术之力的睿智一代，本研究还系统规划了家庭、学校、社会三位一体的协同实践策略。

参考文献

- [1] 罗业荣, 张锋, 黄春芝. 生成式人工智能冲击下的创新思维教育研究 [J]. 中国现代教育装备, 2024(16):8-11.
- [2] 朱晓琳, 陈冰榕, 梅春草. 生成式人工智能对学生教育的影响及启示 [J]. 信息与电脑 (理论版), 2024, 36(21):15-18.
- [3] 陈泽河, 申燕. 青少年依恋研究及其新进展 [J]. 青少年研究 (山东省团校学报), 2008(05):27-29.
- [4] 李博楠. 生成式人工智能如何影响网络社交 [J]. 云端, 2025(01):77-79.
- [5] 吴河江, 涂艳国. 超越工具理性: 生成式人工智能的教育价值 [J]. 教育研究, 2024, 45(11):149-159.
- [6] 孙那, 陶羽竹. 数智韧性: 理解生成式人工智能对青少年的影响——基于对教育出版领域的考察 [J]. 数字出版研究, 2024, 3(04):84-93.
- [7] 班苗苗. 青少年社交媒体实践的情感补偿研究 [D]. 河南大学, 2024.
- [8] 米博. 人工智能情感的本质、异化及青少年情感教育的路径 [J]. 名作欣赏, 2024(35):182-184.
- [9] 姜永志, 白晓丽. 青少年问题性移动社交媒体使用的教育引导——基于家庭、学校和社会教育整合视角 [J]. 教育科学研究, 2019(06):65-70.
- [10] 陈蕾. 家校社协同推进青少年心理健康教育研究 [J]. E 动时尚, 2024(16):129-131.