

## 青少年中有三分之一與聊天機器人對話的「滿意度」就好 比與真人對話

駐紐約辦事處教育組

查德·薩塞克斯 (Chad Sussex) 是愛荷華州溫特塞特高中 (Winterset High School) 的副校長，當他讀到一篇新聞報導時感到震驚萬分——那是一則由校內一位老師轉發給他的新聞，內容關於一名青少年在與人工智慧聊天機器人互動後不幸輕生。

薩塞克斯同時擔任溫特塞特學區人工智慧專責小組的負責人。他立即意識到，學區必須制定相關政策指引，並展開教育宣導，以「超前部署」面對人工智慧陪伴者、數位朋友或虛擬角色所可能帶來的潛在風險——這些人工智慧角色被設計用來針對人生中的重要問題提供個人化、具意義的回饋。

根據專注於青少年與科技議題的研究與倡議組織「Common Sense Media」於 2025 年 7 月 16 日發布的報告指出，其他學區應該考慮效法薩塞克斯的做法。該報告發現，將近四分之三的青少年曾與人工智慧陪伴者互動，其中超過一半表示自己是這項技術的常態使用者。在另外一篇報導標題為：大多數青少年認為人工智慧不會對心理健康造成傷害，但教師持不同看法

「這項發現的規模實在令人瞠目結舌，」Common Sense Media 的研究主管邁克爾·羅布 (Michael Robb) 表示。事實上，這個百分比如此之高，以至於羅布懷疑某些青少年可能將 AI 陪伴者與驅動它們的語言模型——如 ChatGPT 混為一談，儘管 Common Sense 的調查問題已明確定義了人工智慧陪伴者。

即便使用數字可能因為這種潛在的混淆而略顯膨脹，「但這仍然很可能是許多孩子在使用這些陪伴者，」羅布在回覆《教育週刊》(Education Week) 問題的電子郵件中表示。

這項調查是基於 1,060 名 13 至 17 歲青少年的代表性樣本，於 2025 年 4 月和 5 月進行。

**人工智慧陪伴者並非設計來像真人一樣互動**

《Common Sense Media》發現，青少年會轉向人工智慧陪伴者——這些陪伴者可以通過平台如 CHAI、Character.AI、Nomi 和 Replika 來訪問——以尋求社交聯繫並討論他們不願向親近的人提及的問題。大約三分之一的使用過人工智慧陪伴者的學生表示，他們使用這些陪伴者是為了社交互動。約五分之一的學生表示，他們曾為了社交或會話練習而咨詢過人工智慧陪伴者。超過十分之一的學生則曾向該技術尋求心理健康建議或情感支持。

調查發現，許多使用人工智慧陪伴者的青少年約三分之一，表示這是因為它具有娛樂性。而相似的比例則表示，該技術的回應有時讓他們感到不舒服。但根據調查，還有一些青少年發現該技術擁有他們可能覺得在同齡人或周圍成人中缺乏的特質。

例如，18%的受訪青少年表示，他們與聊天機器人對話是因為它們「給予建議」。17%的人說，人工智慧陪伴者「隨時都能聆聽」。14%的青少年表示，他們依賴人工智慧陪伴者，因為它們「不會評判我」。另有 12%的人表示，他們覺得能向人工智慧聊天機器人傾訴一些他們不會與朋友或家人說的事情。

更重要的是，大約三分之一的使用人工智慧陪伴者的青少年表示，他們覺得與該技術互動的時間比與現實生活中的朋友相處更加滿意。大約三分之一的青少年選擇將重要或嚴肅的事情與人工智慧聊，而不是向真人聊。

「我不是那種會為聊取代人類互動而敲響末日鐘的人，但我認為這是一個令人擔憂的數字，我不希望這個勢隨著時間增長，」羅布說道。羅布補充道，聊陪天伴者並非設計來模擬真實的人類互動，而真實的互動自然包括意見分歧和摩擦。他表示，這些聊天被開發出來是為了「保持和藹並提供肯定」，而非進行衝突或爭辯。教育者應該意識到這些聊天工具「並非專為兒童設計」。

薩塞克斯認為，青少年尤其「易受影響」，特別是當他們接觸到不挑戰他們思維的科技工具時。「他們很容易受影響，」他說。「假設你開始與某個特定的聊天工具對話，它開始對你說一些你希望從朋友、父母或其他親近的人那裡聽到的話。你開始信任它，並且想著「我可

以說任何事情，因為這個機器人不會將我的話分享給班上的其他人。」另外四分之一使用過人工智慧陪伴者的青少年表示，他們曾與人工智慧陪伴者分享個人資訊，包括真實姓名、地點或秘密。這是個問題，因為根據 AI 專家的說法，幾乎所有輸入到生成型人工智慧中的資料都會被用來幫助該技術產生更好的回應。

### 教育者應該密切注意學生的情況

該組織還建議，教育者應接受訓練，留意那些將人工智慧陪伴者視為真實朋友，或在聊天機器人無法使用時感到社交困擾的學生。教育者還應幫助學生理解將私人信息提供給人工智慧工具的潛在風險。

薩塞克斯表示，溫特塞特學區已經在準備有關人工智慧陪伴者的簡報，並將於 2025 年秋季與教師、家長和學生分享。他說「我們需要教育他們了解這項技術是什麼，以及如果過度依賴、過於投入，這項技術可能會帶來的負面影響」

撰稿人/譯稿人：Edweek /駐紐約辦事處教育組

資料來源：2025 年 7 月 16 日 [https://www.edweek.org/technology/one-third-of-teens-are-as-satisfied-talking-to-a-chatbot-as-a-real-person/2025/07?utm\\_source=nl&utm\\_medium=eml&utm\\_campaign=tl&M=14261056&UUID=646d242956779e67968b11180547d098&T=18617113](https://www.edweek.org/technology/one-third-of-teens-are-as-satisfied-talking-to-a-chatbot-as-a-real-person/2025/07?utm_source=nl&utm_medium=eml&utm_campaign=tl&M=14261056&UUID=646d242956779e67968b11180547d098&T=18617113)