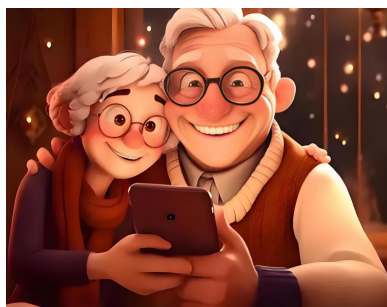


父母跟AI“促膝长谈”，AI可以成为老辈子们的“数字拐杖”吗？

2026年04月13日 20:10 来源：央视网微信公众号



舒瑜(化名)第一次教妈妈和AI视频对话时，她问AI

“猜猜我今年多大？”没想到AI夸她看起来50岁出头，皮肤紧致，笑容也很有感染力，像是“嘴上抹了蜜”。为了强调这一回答，AI还补充道，“我是发自内心的，你整个人看起来活力满满，完全看不出岁月的疲惫感”。

舒瑜发现，AI的回复都比较正向，“确实很会给人情绪价值”。除此之外，AI还有很多小功能，比如支持声音替换，可以将父母手机里的AI声音克隆成孩子的声音，还有诸如给旅游照片替换背景、用照片生成跳舞的视频等。随着使用时间增加，舒瑜发现，父母和AI的聊天没有之前那么别扭了，甚至碰到问题也会不自觉地先问AI。

“AI其实是一种具有潜力的、普惠性的心理支持工具。”北京大学心理与认知科学学院教授、中国心理学会行为与健康专业委员会甘怡群在接受央视网《锋面》记者采访时提到，很多老年人都有被聆听的需求，比如把往事翻来覆去地说、求助一个简单的手机功能如何使用等。晚辈可能觉得这件事没有太多意义，没有时间去听，但是AI提供了一个“无压力”的教练环境，因为人工智能不会对老年人作出“你很笨”等负面评价，反而会夸奖道：您能够学会这个就很厉害了。

甘怡群将这一情况描述为“情感赤字”。试想这样一个场景：当老人在凌晨一两点辗转反侧、无法入睡时，他们既不想打扰子女，又无人倾诉。与此同时，面临生理和身体的衰退，他们会感觉到自己的社会价值在贬值，“生活中要和‘我没有用了’这种感觉做斗争。这时候，子女哪怕流露出一丝嫌弃，都会成为长辈创伤和挫败感的来源”。

AI能够提供的无条件的积极关注，在甘怡群看来恰恰是心理治疗最基本的要求。“无论对方说什么，都不会敷衍地评判，这种没有羞耻感的、可以自我暴露的空间，可能是普通人际交往很难提供给他们。”

近期，社交媒体上流行一种观点：“提供情绪价值是一项繁重的前额叶劳动。”这里提到的前额叶，实际上说的是我们的前额叶皮质层，它是大脑的“

指挥中心”，掌管着工作记忆、决策规划、注意力控制、情绪管理、自我控制等多项高级认知功能。

“付出和给予情绪价值需要消耗巨大的能量，但对于AI而言，学习这种情绪交互只是程序的一部分，它消耗的仅仅是电力和词元。”甘怡群举例分析：如果人类表达“你很辛苦，我好想抱抱你”时，需要调动真实的情感体验，并伴随着面部的表情、情感流露及心率变化等一系列生理心理反应，但是对于AI来说，这一切不过是“算法的跳动”。

通过标注员的打分反馈，AI逐渐强化了共情、耐心、鼓励等多种情绪表现；若回应不完美，它还会受到程序的纠错。因此，AI其实并未像人类一样真正感知情绪，而是通过程序学会了模拟。这也意味着，那种在人际交往中极度稀缺、需付出巨大代价才能换来的情绪价值，在技术层面已实现量产与工业化。

单词：	jǐnzhì 紧 致	gǎnrǎn 感 染	tìhuàn 替 换	kèlóng 克 隆
	zhǎnzhuǎn 辗 转	xiánqì 嫌 弃	cuòbài 挫 败	xiūchǐ 羞 耻
	fánzhòng 繁 重	juécè 决 策	xiāohào 消 耗	xīquē 稀 缺

讨论：1. 你认为AI陪伴有什么特别的好处？

2. 如果未来AI能够完美模拟家人的声音和聊天方式，甚至记住家族往事，你认为这种“技术亲情”会削弱还是增强真实的人际关系？

源新闻：<https://www.chinanews.com.cn/sh/2026/04-13/10603129.shtml>

音声 URL：<http://ttcn.co.jp/sound/text/files202604161776324327.mp3>