

“AI已经走进我的学习和生活的方方面面了。”在中国海洋大学学习新闻传播的孙一丹常用AI辅助选题策划与数据新闻制作,也会让AI提供跨领域视角,帮自己打开选题思路;处理数据新闻时,AI能自动生成可视化图表,大幅简化了原本复杂的处理流程。

就读于香港中文大学的景哲与AI技术的正式接触,始于硕士阶段在芝加哥大学选修的计算社会科学课程。“当时我们试用了ChatGPT的早期模型,教授向我们强调了它的强大潜力。”彼时她隐约感受到这样的大模型可能成为一类有益的研究工具,但看到在短短几年内AI取得的突破性进展,她依旧惊叹不已。

近期,媒体联合社交平台“Soul”APP,面向全国大学生发起AI工具使用与态度相关问卷调查。调查结果显示99.2%的受访大学生正在使用AI,65.9%受访者在遇到问题时会下意识地首先求助AI。

“遇事不决问AI” 近半数受访大学生离不开AI

“AI已经从‘可选工具’变成我学习与生活中离不开的助手。”云南师范大学汉语言文学专业的崔佳一常用豆包、Kimi、DeepSeek和智谱清言等AI软件,在她看来这些工具各有侧重:古代汉语学习中,智谱清言能快速为文献加标点、辅助理解文意,帮助解决“读不懂、断不清”的难题;整理课程论文文献时,豆包和DeepSeek可高效地对文章分类、翻译外文文献,“原先要花大半天整理的资料,现在靠AI很快就能理清,工作效率明显提升。”

日常生活中,孙一丹的信息筛选帮手,能整合多家信源给出摘要式回答,还附有来源链接,避免她在搜索引擎中盲目翻找;视频剪辑软件的AI功能则解决了视频制作难题,一键智能识别字幕可自动匹配时间轴,AI脚本功能也能凭关键词生成叙事大纲,为她省了不少精力。过去一学年,她对AI的依赖显著提升:设计广告策划案前,让AI头脑风暴生成10个创意方向成了固定动作;生活中,AI每日推送定制化的科技、传媒领域热点,让“人找信息”转变为“信息找人”。

随着AI的发展,信息检索方式和工具呈现现代际更替与迁移趋势。AI工具已超越传统搜索引擎与社交媒体,成为受访大学生获取信息的首选渠道,65.9%受访者在日常生活、工作或学习中遇到问题时,会下意识地首先求助于AI。

华中师范大学人工智能教育学部教授吴砥分析,这样的信号表明,这一代大学生及以后的年轻人在网上获取信息的方式会发生根本性的变化。“这不只是工具的变化,更是一种交互方式的转变。”

在科研探索中,孙一丹是景哲的有力工作助手。“AI的辩论逻辑非常严密,有时我苦思冥想也找不出的思维漏洞,它不仅能迅速指出,还能提供诸多反例供我推敲。”此外,在景哲接触新领域时,AI庞大的数据资源和信息整合能力也使她受益颇多。

调查显示,47.1%受访大学生表示已经离不开AI,其中10.5%受访者完全离不开,36.5%受访者表示不太离不开。资料文献查询、文本润色、翻译和总结汇报等文稿撰写是受访大学生群体最广泛的AI应用场景,占比均超43.0%。调查发现,大一大二的学生在“资料查询、图片生成、口语训练、知识学习、翻译、模拟面试”等场景中应用AI更多。而大三大四的学生在“求职建议、数据统计、代码撰写、音视频剪辑、会议记录”等场景中更多使用AI。

日常生活里,AI的对话功能成了崔佳一的“小帮手”。她习惯结合专业旅行APP,向AI说明旅行偏好、预算与目的地,“比如我说‘想在云南找小众

遇事不决问AI? 近八成受访大学生把AI当朋友



浙江大学紫金港校区人工智能通识课课堂

古镇,每天预算500元,喜欢吃辣’,AI能迅速规划路线,推荐沙溪古镇这类小众景点,还有当地的辣炒野生菌餐馆,比自己翻攻略省不少事。”

调查发现,查询生活常识、制订旅游计划、提供运动艺术等入门指南、修图或视频处理和提供社交建议是AI在受访大学生生活中应用相对更广泛的场景。

“对于成长于智能环境的年轻一代,与AI互动就像吃饭、喝水一样自然。今后,智能体在日常学习、生活中可能会无处不在,成为普遍的智能学伴、生活伙伴。”吴砥说。

从学习伙伴到生活搭子 近八成受访大学生把AI当朋友

调查显示,59.8%的受访者将AI定位为“工作助手”,“工具人”(42.1%)和“学习伙伴”(38.5%)紧随其后。

崔佳一曾经和同学用AI规划周末打卡文化展馆的路线,“到展馆后,对着AI导览设备问‘这件清代书法作品的笔法特点’,设备能立刻解答,还能用AR呈现创作背景,边看边聊。”

AI正悄然重塑大学生的社交方式,62.7%的受访者表示会借助AI处理现实社交场景,他们求助AI的热门场景是沟通技巧、礼物挑选、提高表达能力、缓解社交尴尬。

孙一丹在朋友过生日时用AI生成短视频脚本、给聚会合照设计朋友圈文案;与同学聊如何用AI分析新闻报道的叙事框架时,还延伸出合作制作校园音乐节预告视频的想法,两人从同学变成工作“战友”。

数据显示,近八成受访大学生表示,他们有过将AI作为闲聊对象,甚至将其视为某种形式的“朋友”进行交流的经历。26.0%的受访者表示会在情绪低落时主动向AI寻求安慰与情绪价值。这一比例已与“通过社交媒体获取网友反馈”的支持率基本持平,凸显AI在情感陪伴领域的渗透深度。

吴砥分析,人工智能技术最开始被大学生视为学习工具,而随着其能力逐步增长并开始被广泛认可,使用频率越来越高,逐渐成为关系密切的“学伴”,再后来进一步扩展到工作、生活多方面,乃至成为一种技术赋能的“高情商伙伴”。因为它随时在线、永不疲惫,自然语言处理能力又非常强,能很好满足大学生在社交敏感期既希望连接他人又害怕尴尬的心理需求。

但值得一提的是,朋友仍是受访大学生在情绪低落时的首要倾诉对象,印证了线下关系在情感支持系统中的不可替代性,反映了他们对情感联结的真实性与安全感仍有着本质需求。

虽然景哲一度期待AI能够发挥情感支持的作用,但迄今为止AI难以带给她高度的真实性与联结感。崔佳一表示:“不会用AI倾诉,它代替不了朋友的理解与陪伴,如果分享观点或生活趣事,还是和朋友聊更自在。”

人机共生时代 我们需要“进化”哪些能力?

“面对一些整理类任务,像文言文语法梳理、文献分类,我用AI的频率越来越高,毕竟能提高效率;但像课程论文大纲、文学评论这类创作性内容,我从不让AI代劳——AI没法传递我读《诗经》时的

细腻感受,也写不出对‘孔雀东南飞’悲剧内核的理解,这些都得自己琢磨。”崔佳一说。

调查显示,40.9%的受访大学生担心对AI产生难以割舍的心理依赖。他们最担忧的是过度依赖AI会使思维变得懒惰、缺乏独立思考和解决问题的能力,此外还有对AI产生情感依托而忽视身边人,影响现实社交能力、不愿与真人交流和产生孤独感、离开AI后情绪难以调节等。

崔佳一总结自己使用AI的经验:“总的来说,就是让AI做‘体力活’,我做‘脑力活’,这样既能利用AI的优势,又不丢自己的汉语言文学专业能力。”

吴砥认为,面对AI技术浪潮及带来的社会环境改变,大学生首先应该对AI技术有充分的认识和了解,“不要因专业不相关而忽视它。避免过度依赖甚至神化AI的能力,也不必过度害怕和排斥,我们应以理性态度看待技术。此外,同学们应构建足够的批判性思维。AI生成的内容不一定正确或权威,要注重破解‘AI幻觉’‘信息茧房’等问题,提升信息甄别能力。”

孙一丹仍保持着自己的理性态度,学习上,她先自主调研形成判断,再用AI拓展,对AI生成的内容严格核查;生活中,她从多元信源收集信息,避免陷入信息茧房,还给自己设下“无AI日”——去书店翻杂志、找朋友面对面交流。

调查发现,43.5%的受访者存在不同程度的AI焦虑。

孙一丹认为,AI难以替代“人性”相关的批判性思维、共情力与创造力,需通过深入现场获取一手资料、读经典培养人文关怀来强化专业能力,靠慢阅读、线下沟通提升生活感知力。未来,她计划继续用AI处理文献综述、转录录音等基础工作,省出时间深耕专业、学习高级摄影等AI不擅长的技能,“AI是人类认知的延伸,我们要驾驭它,更要守住作为人的核心价值。”

受访大学生也开始思考AI时代的人机优势对比与应对新变化的生存之道。在受访者看来,创造能力、批判性思维是AI时代最重要的能力,提问反思、人机协作、沟通协调同样必不可少。

景哲认为,拒绝一项技术对于社会的革新并非明智之举,但她也希望大环境可以为大众提供更多选择。“在AI技术发展的同时,我期待为大众提供支持或保障的‘刹车片’也能得到大力完善。”

吴砥介绍,许多高校已经开始为学生适应AI时代而努力。“如关注人工智能通识教育,开设相关课程,这些课程不仅面向人工智能或计算机专业学生,而是覆盖所有专业。这是国内外许多高校都在推进的方向。”

面对AI不断发展,62.3%受访大学生计划通过学习AI相关知识让AI成为学习和生活的工具,59.7%受访者准备提升自己的专业能力、增强不可替代性。

吴砥说,高校会尽可能通过AI辅助教学、发展学科大模型等方式将智能技术融入教育教学全过程。目前教育部已启动学科大模型的开发与应用,国家智慧教育公共服务平台上已发布各类学科大模型,覆盖土木、材料、教育、法学等专业。这些经过专业知识训练的大模型,在辅助专业性学习上表现出更强的能力。许多高校正在用智能技术改造学习环境,比如建设智慧教室、实现智能巡课、智能化学生成评价等。

重庆商报综合中青报、中经网等

