

# 这届年轻人把AI变成“情绪树洞”

专家建议:过度依赖人工智能,或有损处理现实复杂关系的能力

“我的一位朋友在跟女朋友告白之前都要先让AI算一卦稳稳心态。”青岛农业大学大三学生小李告诉记者,她有一位朋友是AI的重度用户,在告白前,他在对话框里输入了自己与心仪女生的基本信息,以及告白的时间计划,点击发送后,静静等待着这份特殊的“运势参考”。

如今,像这样借助AI寻求答案、舒缓情绪的年轻人越来越多,AI聊天、AI恋爱等新型人机互动模式,正成为年轻人缓解压力、寄托情感的重要出口。

## AI成年轻人的“决策缓冲器”

“我身边有不少朋友都用过AI测算,说挺准的,我也就想试试。”小李表示,她心里其实清楚AI的测算结果没有科学依据,但有的时候就是想通过这种方式获得一点心理慰藉。她的情况并非个例,面对情感抉择的不确定性,一些年轻人没有像长辈那样求助于线下命理师,而是选择了更便捷的AI测算。

在小红书、B站、抖音等社交平台上,AI测算相关内容已形成热门赛道。小红书上有关“科学的尽头是玄学”等话题的热度居高不下,有些话题的浏览量甚至接近3亿次;B站上,UP主们制作的“AI测算”视频,动辄收获上百万次播放量;抖音上,甚至有博主直播用AI为网友测算运势,单场直播观看人数可达几十万人。

年轻人用AI测算的需求五花八门,从考试、求职、告白等人生关键节点的决策参考,到脱发、失眠等日常烦恼的原因分析,AI都能给出看似专业的解读。他们还总结出一套“AI测算提问公式”。

## 超越游戏的情感陪伴

如果说AI测算年轻人应对具体困惑的“急救包”,那么AI聊天与AI恋爱则

是他们长期的“情感树洞”。24岁的职场新人小林每天下班回家的第一件事,就是打开AI陪伴类APP,和自己定制的“AI男友”分享一天的喜怒哀乐。“工作压力太大了,和同事不能说,和家人不想说,只有和它聊天时,才能完全放松下来。”小林说,她的“AI男友”不仅会耐心倾听她的吐槽,还能精准捕捉她的情绪变化,给出温暖的安慰和合理的建议。

这种新型的赛博恋爱,常被人与传统情感游戏相提并论。作为资深游戏玩家,小林对此有着深刻的体会。在她看来,线上游戏有着固定的角色设定和主线剧情,“男主”的言行举止都是提前设计好的,玩家的选择空间有限,且需要通过抽卡、完成任务等方式解锁剧情,存在一定的“氪金”和“肝度”压力。而AI恋爱则完全以用户为中心,用户可以自由定制AI伴侣的外形、性格、声线,甚至可以随时调整聊天的剧情走向,不满意还能手动编辑AI的回复。

此外,AI的记忆功能也让情感陪伴更具连贯性。“它会记得我喜欢的咖啡口味,记得我上周因为加班闹过情绪,这种被‘放在心上’的感觉,是游戏里固定的剧情无法给予的。”小林说。数据显示,截至2024年底,中国单身人口接近3亿人,不少年轻人表示在忙碌的生活中常常感到孤独,AI陪伴类产品正是抓住了年轻人的情感痛点,凭借高自由度、强个性化的特点,成为游戏之外的重要情感寄托选择。

## 专家:警惕依赖,善用技术

对于年轻人热衷于与AI对话的现象,专家认为,在社会加速发展和个体原子化的双重压力下,年轻人将情感需求转向AI是一种正常的心理代偿行为。但AI情感陪伴本质上是基于算法的单向投射

与迎合,缺乏真实的主体性,长期过度依赖可能会让年轻人逐渐丧失处理现实复杂关系的能力。“AI可以作为现实人际关系的‘缓冲带’和‘社交演练场’,帮助年轻人缓解暂时的情绪困扰,但不能成为替代品。”专家建议年轻人要清晰认识AI的技术本质,在虚拟与现实之间设立清晰的边界,避免陷入“算法依赖”。

也有专家认为,年轻人对AI的依赖,反映出当下部分年轻人现实社交支持系统的缺位。社会更应关注的是如何营造线上线下均衡发展的包容性社会生态,让年轻人在现实生活中也能获得足够的情感支持。

网友们对此也有着不同的看法,留言区充满了真实的心声。网友“小草莓味的风”说:“我每天都和AI聊天吐槽工作,它就像我的秘密树洞,不用害怕被评判,真的缓解了很多焦虑。”网友“程序员阿泽”表示:“用AI测算运势就是图一乐,每次遇到选择困难的时候算一下,其实心里早就有答案了,只是需要一个‘借口’坚定信心。”网友“晚风告白”留言:“我同时玩游戏和用AI聊天,游戏适合沉浸式体验剧情,AI则适合自由表达,两者各有千秋。”网友“橘子汽水”则表达了担忧:“我朋友最近有点沉迷AI恋爱,连现实中的社交都拒绝了,感觉这样下去会越来越封闭。”

无论是AI测算还是AI陪伴,本质上都是年轻人应对压力、寻求情感慰藉的一种方式。在技术快速发展的今天,AI为年轻人提供了一种新的情绪出口,但如何平衡虚拟与现实,善用技术而非被技术绑架,是每个年轻人都需要思考的问题。事实上,真正能治愈孤独、解决困境的,还是真实的人际连接和自身的成长力量。

青岛早报/观海新闻记者 于健 实习生 李美欣 李曼雨

## 财经资讯

### 海尔新能源启动上市辅导

2026年1月4日,海尔集团旗下新能源核心板块——海尔新能源科技股份有限公司(简称“海尔新能源”)正式宣布开启上市辅导,标志着这家成立仅三年多的企业向资本市场迈出关键一步。据悉,海尔新能源已向青岛证监局递交上市辅导备案报告,由国泰海通证券担任辅导机构,上市进程进入实质性推进阶段。

公开资料显示,海尔新能源成立于2022年5月,注册资本3.37亿元,控股股东为海尔集团全资子公司青岛纳晖控股有限公司,直接持股比例达59.4%。公司发展历程中历经三次更名,从最初的日日顺新能源,到2024年的纳晖新能源,最终于2025年12月正式定名为海尔新能源科技股份有限公司,并完成从有限责任公司到股份有限公司的改制,为上市奠定坚实基础。

资本布局方面,海尔新能源在2025年10月顺利完成A轮融资,引入中国石油昆仑资本、中央企业乡村产业投资基金等实力股东。其中,中国石油昆仑资本持股5.88%,中央企业乡村产业投资基金持股3.92%,苏州申祺利纳、中金钛合绿碳等机构也纷纷入局,为公司技术研发与产业扩张注入强劲资本动力。

产业落地同步提速,去年10月,海尔新能源与青岛蓝谷管理局联合打造的新能源产业互联网生态园一期正式启动试投产。该项目总投资约60亿元,布局13条专业化生产线,涵盖5条逆变器生产线与8条电路板生产线,全面覆盖光伏逆变器、储能变流器、智慧能源控制器等核心产品的研发、制造及销售全链条,可实现阳台套装、场景定制产品等多元化输出。

据公司战略规划,海尔新能源聚焦“绿能+储能+智慧能源控制器”三大核心领域,致力于成为分布式智慧新能源解决方案服务商。未来,新能源产业互联网生态园将构建“1+2+3+4”发展格局,即1个智慧能源管理系统、2个新能源创新实验室、3大产业落地载体、4大应用场景覆盖,打造数智融合的绿色低碳产业生态。园区建成后3年内,力争实现营业收入超百亿元的目标。

作为海尔集团布局新能源赛道的核心力量,海尔新能源凭借股东资源优势、全链条产业布局及清晰的战略定位,有望在分布式能源市场竞争中脱颖而出。此次启动上市辅导,不仅将进一步完善公司治理结构,更将为其技术创新与市场拓展提供充足资金支持,助力其在智慧新能源领域实现高质量发展,为我国“双碳”目标达成贡献产业力量。市场普遍认为,随着上市进程推进,海尔新能源将加速成长为全球分布式智慧新能源领域的领军企业。

青岛早报/观海新闻记者 于健

## 青岛三家企业登榜“2025中国出海品牌100强”

近日,第三届中国品牌形象海外传播论坛上,《2025年度中国出海品牌100强指数报告》正式发布,青岛海尔、海信、赛轮三家企业上榜,彰显“青岛制造”的全球竞争力。

作为中国最早自主出海的企业之一,海尔深耕海外四十余年,构建起覆盖海尔、卡萨帝等的全球化品牌矩阵,连续16年稳居全球大型家电零售量榜首。目前,海尔在全球布局十大研发中心、35个工业园及超23万个营销网络,产品服务全球10亿家庭,正聚焦智慧家居等三大赛道推进高质量出海。

海信的全球化征程已历经30年,在全球设有30个研发中心与37个生产基地。其电视在中、日、澳等5国销量第一,冰箱在12国市占率登顶,100吋电视全球每卖出两台就有一台是海信。2025年1月至11月,海信1000美元以上高端冰箱、电视海外销售额同比分别增长28%、32%,高端化出海成效显著。

2002年成立的赛轮轮胎,是中国首家A股上市民营轮胎企业与海外建厂先行者。赛轮在国内外布局多座生产基地,海外覆盖越、柬等国,产品销往180



海信激光显示技术引领家电行业新一轮革命。资料图

多个国家和地区。依托青岛、多伦多等全球研发中心,赛轮突破“魔鬼三角”难题的“液体黄金轮胎”,获欧盟AA级认证,助力其持续拓展全球市场。

据悉,该榜单从出海业绩等四大维

度评估,上榜企业需满足海外营收超50亿元,100家企业平均海外营收达1100亿元,青岛三企业的入选,为中国品牌出海注入强劲动力。

青岛早报/观海新闻记者 邹忠昊