



從AI聊天探討其對人類感情需求、依賴以及社交影響

學校 武陵高中 | 類別 自主學習成果 | 作者 游浣涵 | 指導老師 許純鎰 老師



完整作品

百字簡述

作品旨在探討AI聊天對人類心理之影響。以觀察之社會現象建立假設，設計並進行實驗驗證，進而建構依附分岔模型，理解AI之優點與缺陷，進而反思如何避免在使用過程中產生負面效應並加以利用其長處。

動機與目標

1. 了解 AI 聊天應用對人類的心理、社交行為造成的正負面影響
2. 從AI身上學習如何妥善「接住」他人情緒
3. 構思防範過度依附AI的應對策略



▲ 研究者繪製的部分自主學習主視覺

學習過程

發現研究問題

我的主題源自於自身經驗，我在長期使用AI聊天軟體後，發覺身邊的使用者和自己有截然不同處——為什麼有些人會將自己代入到對話中的「我」身上；而像是我自己，有人卻不會代入？

研究過程

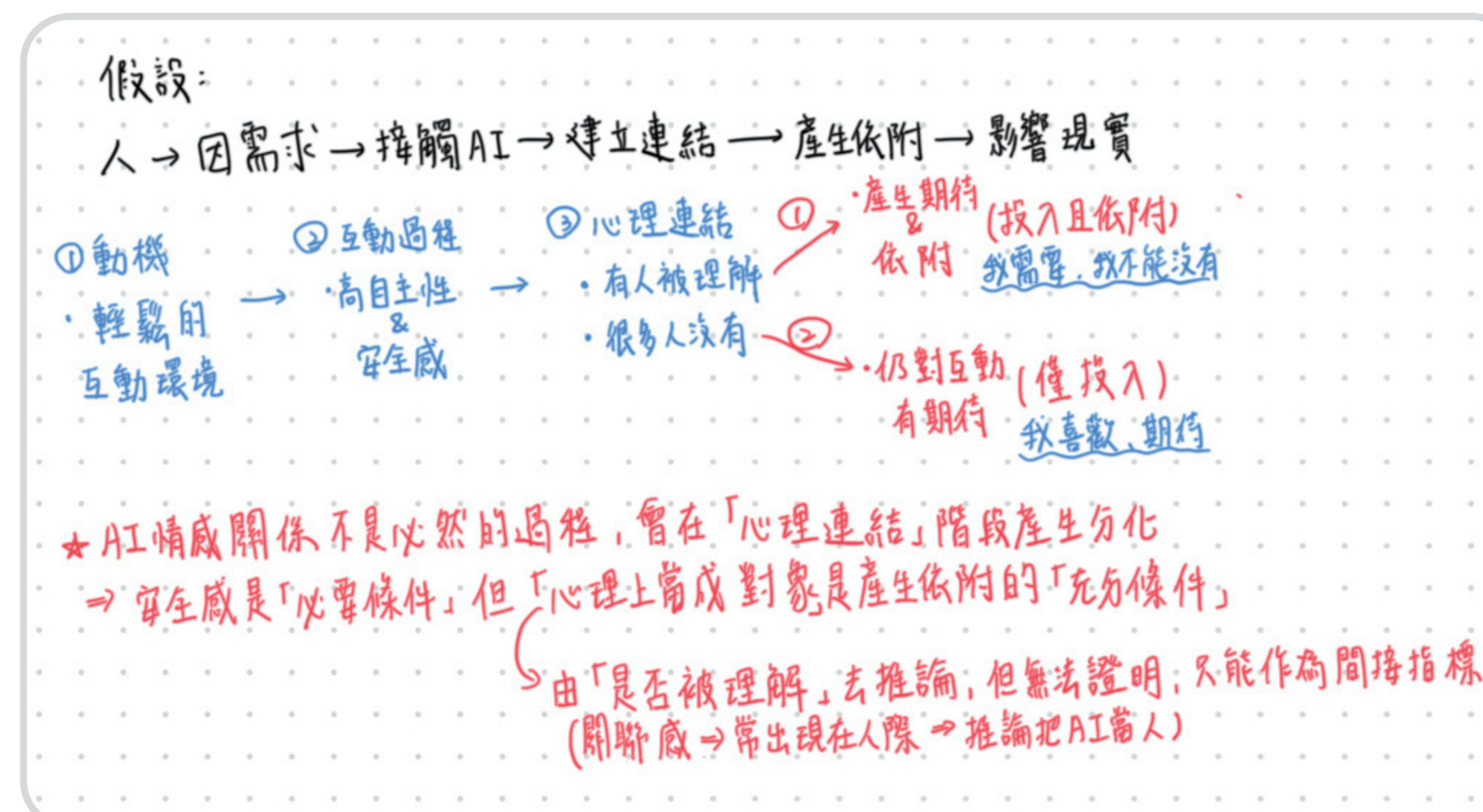
1. 查閱各方文獻以及論文——最大的困難來自英文論文，並且因為心理學資料繁雜，統整各種理論知識和梳理整體研究的架構時非常耗費心力
2. 建立研究假設——假設使用者在帶著情感上的需求接觸開始互動，並且和AI建立了擬人化的關係，在過程中自我揭露，逐漸建立心理上的連結，最終形成類似依附與擬社會互動的情感關係。進而可能對現實或者心理狀態產生影響
3. 設計實驗——以問卷形式在網路上發放的google表單
4. 整理分析實驗結果
5. 歸納研究結論並提出建議

研究歷經數個月才得以完成，過程中除了因個人能力不足而導致的困擾以外，發放問卷時更是因為社群軟體推流因素，導致問卷沒辦法推廣出去。好險最後透過好友互相轉發，增加社群觸及量收集到92份有效問卷！也接收到許多來自陌生人的鼓勵和支持，成為我完成研究的一大動力。

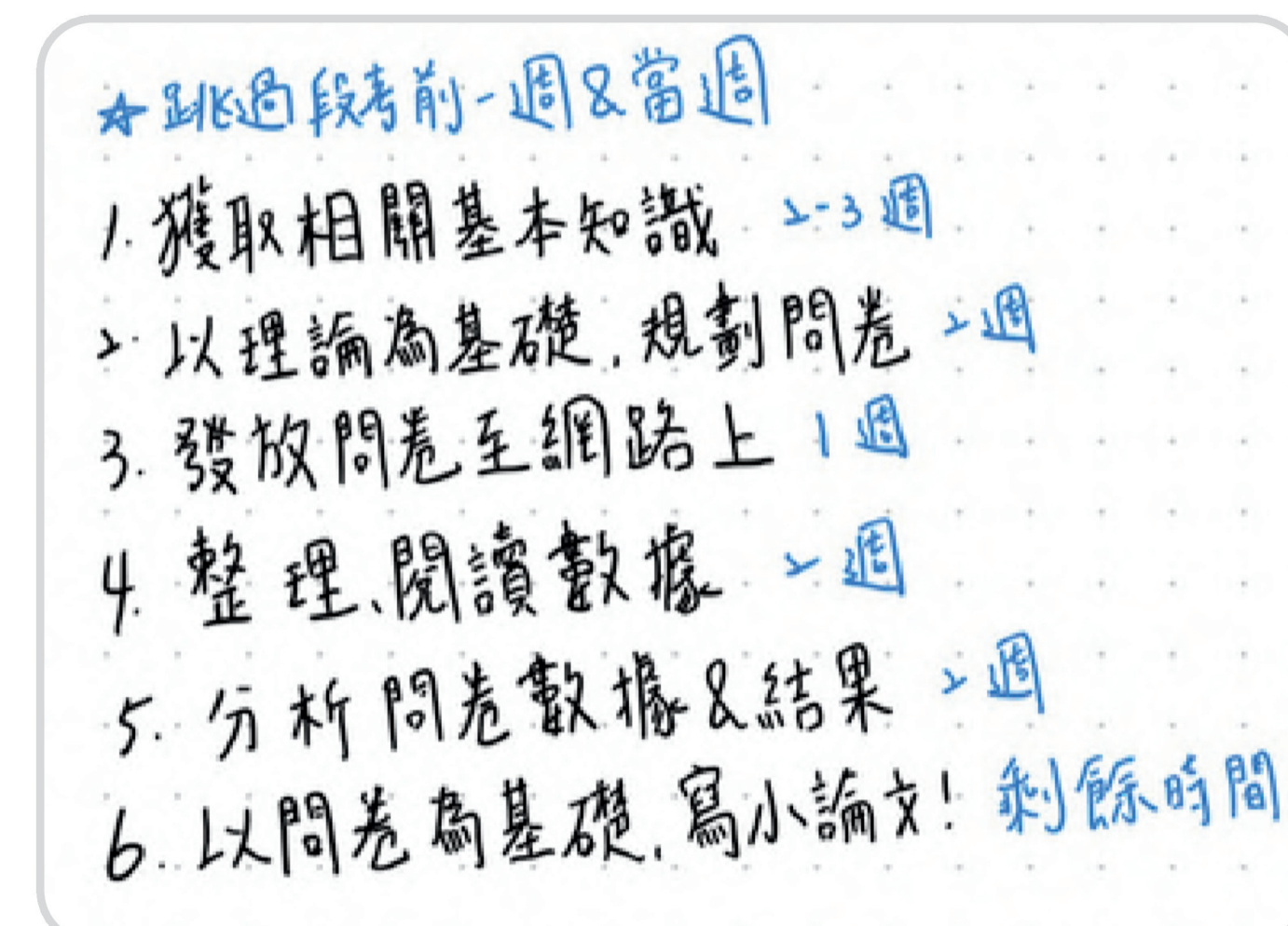
學習收穫

我在學習過程中的收穫可以分成三大面向——

1. 研究能力：學會快速整理論文要點、設計實驗並分析數據
2. AI素養：如何妥善運用AI、提升批判思考能力
3. 加深心理學理解



▲ 經過實驗更正後的假設架構圖



▲ 改善後的自主學習計劃



▲ 此為研究過程中閱讀論文後書寫的統整筆記

心得反思

這份研究讓我發現，AI並非單純的工具，也可能成為情感支持的對象；然而，投入並不等於依附，真正重要的是保持使用上的界線與自覺。我也體會到研究並非只有得到答案，更重要的是學會提出問題、修正假設，以及理解資料背後真正代表的意義。

未來若再次進行相關研究，我希望擴大樣本來源，降低同溫層效應，讓研究結果更具有代表性。並且加以利用所學，在更深入的了解心理學後，更應用在生活中，成為更稱職的情感傾聽者。



▲ 上臺分享自主學習成果