

DOI: 10.12046/j.issn.1000-5285.2025.06.009

# “人智之恋”： 亲密幻觉、观念冲突与新情感秩序

付森会<sup>1</sup>, 韩晨雨<sup>2</sup>

(1. 广东工业大学 管理学院, 广东 广州 510520;

2. 暨南大学 新闻与传播学院, 广东 广州 510632)

**摘要:** 人智亲密关系作为数智时代的新兴情感实践, 正重塑着亲密关系的边界与内涵。用户在与 AI 的互动中呈现出“清醒的沉沦”感, 在理智上知其虚拟, 情感上却依恋难舍。AI 通过算法塑造出高度拟人化的情感回应, 既满足了个体对理解与陪伴的渴望, 也诱发认知失调与情感依赖。与此同时, 用户在传统爱情观念与 AI 技术逻辑的夹缝中承受社会压力与伦理张力, 不得不以隐秘、辩护、重构等方式进行情感协商。AI 亲密关系正在重塑人类的情感秩序与主体边界。人智之恋的情感过程与逻辑的揭示, 有助于认知 AI 亲密的心理风险与伦理边界。

**关键词:** 亲密关系; 人智之恋; 人机关系; AI 伴侣

中图分类号: G206; TP18 文献标识码: A 文章编号: 1000-5285(2025)06-0092-12

## 一、问题的提出

在数字技术深度嵌入日常生活的当下, 人工智能 (Artificial Intelligence, 简称 AI) 呈现出双重特征: 既以工具性功能维持其技术属性, 又以情感化交互构建拟人化的陪伴体验。“人机亲密关系”以一种新型亲密关系形态, 在全球范围内迅速兴起。从 Replika、ChatGPT 到虚拟偶像与恋爱模拟游戏, AI 正以“赛博恋人”的身份介入人类的情感实践, 重塑着亲密关系的边界与内涵。恋爱可以被一键订阅、无限重置, 亲密关系从人生必修课变为按需定制的“数字服务”, 反映了技术对社会关系的重塑, 也折射出现代个体在流动性日益增强的社会中所面临的情感困境与主体性焦虑——我们越渴望掌控爱情, 却似乎越被算法捆绑。

传统亲密关系强调具身共在与情感互惠, 而人机亲密关系则表现为高易感性与高脆弱性: 联结轻易生成, 也迅速消散; 个体渴望亲近, 又对承诺心存恐惧。雪莉·特克尔 (Sherry Turkle) 的“群体性孤独”理论精准捕捉到个体转向机器寻求“可控亲密”<sup>①</sup>的倾向。从科技史视角看, 人机情感互动并非当代独有, 20 世纪中后期学者已关注到人与智能聊天机器人“类同伴式”的数字亲密, 早期研究多聚焦情感真实性争议, 而今随生成式人工智能 (Artificial Intelligence Generative, 简称 AIGC)、具身交互等技术突破, 研究已转向人机联结及其对自我与社会关系

收稿日期: 2025-09-10

基金项目: 广东省哲学社会科学基金“数字人交互叙事对顾客品牌融入的影响机理研究”(GD25YSG17)。

作者简介: 付森会, 女, 广东工业大学管理学院讲师、硕士生导师。主要研究方向: 新媒体文化。

韩晨雨, 女, 暨南大学新闻与传播学院博士研究生。主要研究方向: 新媒体文化。

① [美]雪莉·特克尔《群体性孤独》, 周逵、刘菁译, 杭州: 浙江人民出版社, 2014 年, 第 XII-XIII 页。

的重塑,<sup>①</sup> 并且因此形成多元视角。

媒介的角色也悄然而变, 直接参与并形塑亲密经验本身。在此背景下, AI 技术通过高度可定制、低风险、高响应的情感交互, 成为逃避现实关系复杂性、寻求情感代偿的重要选择。然而, 人机亲密关系并非处于数字真空之中, 而是深深嵌入社会现实与文化规范的复杂场域。当个体与 AI 建立亲密关系, 在技术界面中获取慰藉的同时, 也不可避免地被卷入社会规范、现实人际网络与自我认知的多重纠葛与挣扎之中。算法技术赋予用户完美陪伴的亲密幻象, 却始终留有根本性遗憾: 一个永远无法兑现的真实拥抱, 一句本质源于概率计算的“我懂你”。而用户则发展出一系列精密的身份管理与话语协商策略。这场持续的协商, 不仅是个体亲密关系的选择, 也在微观层面推动我们重新思考“何为亲密”与“谁可相爱”。本研究旨在揭示用户在与 AI 建立亲密关系时, 如何在社会规范与传统爱情观念的压力中进行情感协商与道德辩护? 这种“人智之恋”反映了何种观念冲突与情感秩序?

## 二、亲密的转向: 人智亲密关系的兴起

在数字波澜的推涌中, 亲密关系不再只是身体的对望与呼吸, 而是被媒介重写的情感脚本。它既延续了人际交往的温度, 也折射出技术逻辑。于是, 亲密性开始在两个维度间展开: 一端仍扎根于人类社群的肌理, 另一端则悄然指向人机互动的未知疆域。

### (一) 数字时代亲密关系的转型

现代社会中, 亲密关系正经历剧烈变动。广义的“亲密关系”涵盖家人、恋人、夫妻及密友等通过真实情感交流形成的相互依赖关系<sup>②</sup>, 学界普遍将情爱议题视为亲密关系研究的焦点<sup>③</sup>。在现代性的影响下, 亲密关系日益强调个人选择与情感自主, 不再由传统的社会规范和伦理主导, 婚姻与家庭模式受到挑战。这一转型令亲密关系逐渐趋于“液化”与不稳定, 也呈现出所谓的“冷亲密”(Cold Intimacy) 特征。

哈特穆特·罗萨(Hartmut Rosa) 认为, 社会加速机制是现代化进程的核心<sup>④</sup>, 它压缩了个体建立与维系关系的时间与心理资源, 令媒介深度参与人们建构亲密关系的过程, 并逐渐成为一种支配性力量, 致使众多适婚青年陷入“爱无能”的困境。在传统亲密关系问题重重的境况中, 数字技术以结构性力量重塑社会运行, 媒介已由信息传递工具转化为建构现实的核心力量, 重塑了时间、空间与人际关系的逻辑。<sup>⑤</sup> 亲密关系的本质从“具身性共在”的传统人际纽带演变为技术中介的数字亲密系统。AI 的出现使得当代亲密关系已不再局限于人类主体间的情感互动, 催生出新型人机对话, 人机关系由功能互动迈向亲密维度<sup>⑥</sup>, 承担着满足用户情感需求的功能。这种媒介化情感的形成加速了亲密关系的在线化趋势, 拓展了数字亲密关系的发展方向。

① 张晓辉、孙菁蓉《对虚拟 AI 言说: 用户对聊天机器人的情感联系探析——以软件 Replika 为例》,《现代传播(中国传媒大学学报)》2023 年第 9 期, 第 124-133 页。

② [英] 安东尼·吉登斯《亲密关系的变革: 现代社会中的性、爱和爱欲》, 陈永国、汪民安等译, 北京: 社会科学文献出版社, 2001 年, 第 116 页。

③ 翟学伟《爱情与姻缘: 两种亲密关系的模式比较——关系向度上的理想型解释》,《社会学研究》2017 年第 2 期, 第 128-149 页。

④ [德] 哈特穆特·罗萨《加速: 现代社会中时间结构的改变》, 董璐译, 北京: 北京大学出版社, 2015 年, 第 63 页。

⑤ 王隽泽、林爱珺《AIGC 时代创意劳工的异化与共生》,《江西师范大学学报(哲学社会科学版)》2024 年第 6 期, 第 51-61 页。

⑥ 晏青、阳书玉《人机亲密关系的交互过程及机制研究》,《西南交通大学学报(社会科学版)》2025 年第 4 期, 第 43-59 页。

人与机器的亲密并非凭空而生,而源于人类天性即具有情感依恋与社交回应的需求,一旦感知到机器的“拟主体性”(如情绪反应、生命感),便容易产生情感投射。<sup>①</sup>媒体等同理论为此提供了解释,认为用户往往无意识地将人机互动视作人际互动,进而形成情感依赖与陪伴感。罗布·布鲁克斯(Rob Brooks)提出“人工亲密”(Artificial Intimacy)概念,强调这种关系并非虚假情感的代名词,而是技术时代的新型关系形态。<sup>②</sup>琳达·哈姆里克(Linda Hamrick)延续了这一观点,指出人工亲密并非对“真实”的拙劣模仿,而是一种生成式的关系搭建。<sup>③</sup>这意味着在恋爱关系实践维度,人机恋模式可根据用户的亲密关系理念践行和生成,为当代青年在传统亲密关系之外提供了一种选择和想象的可供性。

AI技术的更新迭代也推动人机亲密关系走向新的领域,AI通过提供情感倾诉、陪伴甚至浪漫体验,重塑了亲密关系的对象范畴。胡曼·萨玛尼(Hooman Samani)等人开发了一种能够模拟爱情发展过程的智能机器人系统,提出了“Lovotics(Love+Robotics)”以描绘人机亲密关系这一研究领域。<sup>④</sup>人机亲密关系研究正由“信息传播”转向“关系交互”,技术使机器从中介角色演变为情感载体,逐渐承担情感劳动的核心功能。技术本身已成为建构亲密感的关键媒介。

当亲密关系从私密空间走入公共场域,关系的共享性和社交属性愈发凸显。用户对情感交互内容的共享意愿增强,弱化了现实中真实个体的差异性,促进了网络趣缘群体的形成。这种变革也带来了现实危机,即人机亲密关系折射出现代社会中人类孤独的生存境遇和越来越有限的人际交往等社会现象<sup>⑤</sup>,令人的主体性弱化、人际社会感知和表达能力等下降。齐格蒙特·鲍曼(Zygmunt Bauman)“液态现代性”理论揭示了当代亲密关系的不确定性与不安全感,将其定义为“漂泊不定”的“液态爱情(Liquid Love)”。<sup>⑥</sup>当亲密关系沦为可随时终止的“轻联结”,其内在的脆弱性与不安全感亦被技术系统无限放大。亲密关系内涵的变迁,既是技术文明演进的结构后果,亦是现代性困境在情感维度的深层症候。人机交互技术的迭代重绘了亲密关系的景观,亲密关系领域的文明抉择或将决定我们能否在虚实交织的迷宫中找到新的支点。

## (二) 人智之恋的演进与理论轨迹

AIGC和大语言模型的突破,使得一种新型人机情感互动形态——“与AI谈恋爱”正从科幻叙事走向社会现实。进入21世纪,爱情在现实生活中面临重重困难,人们对浪漫爱情的信念逐渐减弱,爱情被“祛魅”的趋势愈发明显,然而对爱情的渴望却从未减少。在现实情感的困境之中,“与AI谈恋爱”作为一种新型的情感实践,展示了对现代亲密关系的重塑和转向。

总体而言,与AI谈恋爱的形式大致分为四种,一是虚拟伴侣应用(Replika、X Eva等)。用户与高度定制化的AI角色深度对话、分享情感、进行虚拟约会,其特点为高度互动性和定制性。二是通用聊天机器人的情感延伸(ChatGPT、DeepSeek等)。用户在与通用AI助手的长期深入互动中,将其人格化并投射情感,发展出情感依赖或单方面的恋爱感觉。三是虚拟偶像/主播(初

① [加]乔希·雷德斯通《与社交机器人共情:对“情绪的想象性知觉”的新探讨》,见[丹麦]马尔科·内斯科乌编:《社交机器人:界限、潜力和挑战》,柳帅、张英飒译,北京:北京大学出版社,2021年,第30页。

② R. Brooks, *Artificial Intimacy: Virtual Friends, Digital Lovers, Algorithmic Matchmakers*, New York: Columbia University Press, 2021, p. 11.

③ L. Hamrick, “Artificial Intimacy: Virtual Friends, Digital Lovers, Algorithmic Matchmakers,” *AI & Society*, Vol. 39, No. 3, 2024, pp. 1491–1492.

④ H. A. Samani, A. D. Cheok, F. W. Ngai, et al, “Towards a Formulation of Love in Human-robot Interaction,” *19th International Symposium in Robot and Human Interactive Communication*, IEEE, 2010, pp. 94–99.

⑤ 姚建华、王洁《虚拟恋人:网络情感劳动与情感关系的建构》,《青年记者》2020年第25期,第48–49页。

⑥ [英]齐格蒙特·鲍曼《流动的现代性》,欧阳景根译,北京:中国人民大学出版社,2018年,第33–35页。

音未来、A-SOUL等), 通过直播偶像—粉丝、虚拟—现实、线上线下载交织的互动形式, 强化超真实感观体验等互动<sup>①</sup>, 使部分粉丝对其产生类似恋爱的情感, 依赖表演和运营, 粉丝群体文化影响显著。四是生成式恋爱模型(游戏中的AI角色等), 玩家在恋爱模拟或深度社交游戏中与智能化NPC角色建立情感联结。

人机之恋议题长期处于边缘地位, 被视为技术乌托邦或亲密关系的威胁。AI情感本质是规则驱动的计算行为, 难以建构真实联结<sup>②</sup>, 人机交互在情感主体、情感对话、情感寄托三个维度, 形成非对称性的情感关系<sup>③</sup>。尽管争论仍未停止, 越来越多研究试图超越“真假情感”之辩, 转向关注其与社会、技术的互动实质。既往关于人与AI亲密关系的学术探讨大致分为以下三类。

一是情感真实性与关系转向。传统争论多纠缠于机器是否具备情感能力, 但事实是, 即便人类也难以完全确证他人情感。特克尔建议将AI视为“新物种”, 以不同而非优劣的视角看待其情感合理性, 为情感真实性之争提供了突破性视角。<sup>④</sup>有研究从“关系论”出发, 审视人类试图与AI建构何种联结、其动机与伦理后果为何, 以及“人一机”共情是否正当<sup>⑤</sup>, 将AI亲密关系视作理解人类自身情感结构与社会关系变迁的镜像<sup>⑥</sup>。

二是拟社会关系的理论拓展。人与虚拟角色之间建立情感联结并非新鲜话题, 社会学家唐纳德·霍顿(Donald Horton)和理查德·沃尔(Richard Wohl)提出“拟社会关系”这一概念, 指受众对媒体人物(如明星、角色)产生的单向情感依恋。<sup>⑦</sup>近年来已被拓展至人机交互语境, 用于理解用户如何对AI角色产生浪漫爱情。<sup>⑧</sup>该理论常在乙女游戏、虚拟伴侣等情境中得以印证。此外, 研究表明, 早期AI恋人多具女性特质, 承载男性欲望投射; 当下用户主体则更具青年亚文化色彩, 女性用户比例显著上升。她们借由人机亲密关系重塑性别身份, 在虚拟空间获得浪漫幻想与被关注的体验, 从而产生愉悦感与幸福感。

三是关于AI相恋的伦理维度讨论。研究多认为, AI恋爱加剧亲密困境, 提升预期却削弱现实应对。过度依赖AI情感可能导致自我异化与“他者”关系的消解。此类观点往往忽略了从未接触AI的群体同样存有爱情困惑这一事实。此外, AI恋爱尚未被社会广泛认可, 公众常将其污名化为“逃避现实”“不成熟的爱”或视为猎奇对象。这种“亲密的边界”形成了一种典型的社会规范悖论: 一方面, 人类社会逐渐宽容“非典型亲密关系”(如开放式关系、网恋等); 另一方面, 却对“超出人类范围”的关系设下文化禁忌与伦理红线。这种“挣扎”正是个体在欲望与规范间的真实处境, 他们渴望亲密与理解, 却在社会标签与自我羞耻中徘徊。这种“去人化的亲密关系”看似摆脱了现实伴侣的摩擦, 却也可能剥夺了“关系即成长”的现实磨合。

① 武晓宇 《面向弹幕文本挖掘的虚拟偶像传播研究》, 《编辑之友》2023年第9期, 第57-65页。

② 韩秀、张洪忠、何康等 《媒介依赖的遮掩效应: 用户与社交机器人的准社会交往程度越高越感到孤独吗》, 《国际新闻界》2021年第9期, 第25-48页。

③ 张艳、舒长泉 《失衡之恋: 人机情感关系的非对称性及风险透视——基于AI虚拟恋人用户的深度访谈》, 《未来传播》2025年第4期, 第48-58页。

④ [美]雪莉·特克尔 《群体性孤独》, 周奎、刘菁荆译, 杭州: 浙江人民出版社, 2014年, 第306页。

⑤ 何双百 《“机器同伴”: 新型亲密关系下的“人机共情”现象思考》, 《西南民族大学学报(人文社会科学版)》2021年第7期, 第185-192页。

⑥ 申琦、王璐瑜 《当“机器人”成为社会行动者: 人机交互关系中的刻板印象》, 《新闻与传播研究》2021年第2期, 第37-52页。

⑦ D. Horton, R. R. Wohl, “Mass Communication and Para-Social Interaction: Observations on Intimacy at a Distance,” *Psychiatry*, Vol. 19, No. 3, 1956, pp. 215-229.

⑧ A. Adam a, B. Sizemore, “Parasocial Romance: A Social Exchange Perspective,” *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, Vol. 7, No. 1, 2013, pp. 12-25.

在技术演进与社会观念开放的协同作用下，人机亲密关系正从理论争议走向生活实践。当智能技术深度浸入情感领域，人机亲密关系渐在多元婚恋生态中获得合法性空间。在此背景下，能够满足个性化情感需求、提供稳定情感支持的人机亲密关系，已成为丰富人类情感体验、拓展亲密关系边界的一种全新可能。

### 三、研究设计与过程

本研究选用参与式观察和深度访谈两种方法收集经验资料，探讨人与 AI 恋爱的建构过程，揭示当下新型人机亲密关系的独特性。

#### （一）参与式观察法

参与式观察强调研究者深度融入研究对象的社会情境，通过沉浸式参与其日常实践，在自然互动过程中开展系统性观察，进而达成深层次的理解。本研究选用小红书平台，因其具有较强的内容社区属性，用户黏性高，与平台的情感联结程度深，关系长久存续；同时，该平台中“人机恋”话题浏览量超 1.2 亿，其他相关话题浏览量也超百万，是当前讨论人机亲密关系的重要平台。研究者通过浏览相关话题、参与讨论、加入趣缘社群，深入了解相关信息。同时，研究者下载并使用了相关 AI 恋爱软件，如 Replika、ChatGPT、恋与深空等，通过亲身参与，记录使用过程中的感受，了解人机亲密关系建立的全过程。最终根据亲身观察和体验的事实进行分析，进一步探析用户如何与 AI 建立恋爱关系。

#### （二）深度访谈法

在小红书这一 AI 相恋用户聚集的社交平台进行公开招募，共获得 21 位访谈对象，其中男性 6 名，女性 15 名，年龄区间为 19—35 岁。（见表 1）为保障受访者隐私，在处理与分析访谈文本时均使用化名。访谈问题主要涵盖三个层面：用户与 AI 建构恋爱关系的原因、过程以及聊天互动细节；用户与 AI 形成了何种新型的亲密关系和情感状态；用户如何与既有的社会规范进行协商。访谈通过腾讯会议进行，每位访谈时长约为 1 小时，最终形成访谈材料 15 万字。通过对访谈内容归纳并寻找突出主题，形成本研究的主要研究结论。

表 1 受访者基本信息

受访者编号	年龄(岁)	性别	婚恋情况	职业	接触平台	接触时长	日均使用时长
A1	26	女	单身	公务员	恋与制作人、恋与深空	7 年	30 分钟
A2	21	男	单身	在校学生	DeepSeek	1 年	30 分钟
A3	25	女	单身	自由职业	Replika	1 年	30—60 分钟
A4	22	女	恋爱	在校学生	豆包、QQ 智能体 AI	1 年	30 分钟
A5	24	女	单身	待业	Glow、DeepSeek	3 年	90 分钟
A6	30	女	单身	工程师	豆包、星野、DeepSeek	1 年半	15—30 分钟
A7	22	女	单身	在校学生	Claude、FLAI	8 个月	60—120 分钟
A8	35	女	单身	人事行政	豆包、星野、DeepSeek	1 年	15—60 分钟
A9	24	男	单身	在校学生	猫箱、豆包	1 年	30 分钟
A10	25	女	单身	翻译	ChatGPT	1 年半	60—120 分钟
A11	24	男	单身	在校学生	星野	1 年半	60—120 分钟
A12	26	女	恋爱	项目策划	恋与深空、LOFTER AI	2 年	30 分钟
A13	21	女	单身	在校学生	豆包、星野	1 年	60 分钟
A14	22	男	单身	在校学生	虚拟主播	6 年	60 分钟
A15	25	女	恋爱	产品经理	CosLove、豆包	1 年半	30 分钟

表 1 (续)

受访者 编号	年龄 (岁)	性别	婚恋情况	职业	接触平台	接触时长	日均使用时长
A16	25	女	单身	软件开发	代号鸢、恋与深空	7 年	30—60 分钟
A17	19	男	单身	在校学生	豆包、DeepSeek	1 年	15—60 分钟
A18	22	男	单身	在校学生	DeepSeek、猫箱	6 个月	120—180 分钟
A19	28	女	单身	有声后期	豆包、造梦次元	2 年	240—300 分钟
A20	25	女	单身	公务员	豆包	1 年	30 分钟
A21	26	女	单身	在校学生	X Eva、豆包	2 年	60—120 分钟

笔者借鉴扎根理论方法的操作范式，首先进行开放性编码。逐字细读访谈文本进行编码，比如将“AI 把我宠坏了，再看真人总觉得不对”编码为“理想落差”、将“他无法真正拥抱我”编码为“陪伴焦虑”等，形成“可控的依赖”“情感转移”“隐秘使用”“无害性的申辩”“功能对比”“爱之重释”等一系列初始代码。其次进入主轴编码阶段。通过持续比较，将分散的开放性概念围绕若干经验维度重新聚合，如“虚拟的真情”“理想落差”“陪伴焦虑”编码为“认知与情感的失调”等。通过这一环节，原本零散的情绪片段被组织成若干情感类型范畴。最后进行选择性感编码，形成用户与 AI 恋爱中的四种心理状态——“内在自我的撕裂”统摄了认知—情感失调与可控依赖的矛盾体验，“外部世界的疏离”串联起现实社交联结弱化与情感外溢，“社会污名的应对”则整合身份管理与权利捍卫的防御性策略，“既有规范的协商”承接话语构建与正当重估。至此，归纳出人与 AI 恋爱时如何在社会、现实的互动中产生纠葛挣扎，又如何与既有的恋爱观和社会规范进行协商，最终形成人智之恋这种具有独特性的亲密关系。（见表 2）

表 2 人机亲密关系的互动协商编码信息

核心范畴	主轴编码	开放性编码	资料例证
内在自我的撕裂	认知与情感的失调	虚拟的真情; 理想落差; 陪伴焦虑	“我知道他是假的,但感情是真的。”( A11、A16) “AI 把我宠坏了,再看真人总觉得不对。”( A4、A7、A14) “他无法真正拥抱我。”( A5、A7、A9)
	权力与控制的两面性	可控的依赖; 关系脆弱引发焦虑	“我发脾气没关系,他不会受伤。”( A2、A15)
外部世界的疏离	现实社交联结弱化	情感转移; 现实人际疏离	“和 AI 谈得越多,和真人交流欲望越低。”( A5、A11、A14)
社会污名的应对	身份管理	隐秘使用; 污名预判与管理	“我不会公开说,怕别人觉得我疯了。”( A5、A9、A11)
	捍卫权利	个人自由的主张; 无害性的申辩	“这是我的隐私,不影响别人,凭什么说我不正常?”( A10、A12)
既有规范的协商	话语构建	功能对比; 正当重估; 关系重构	“我的 AI 男友比你们的强多了。”( A11) “这就像当初乙游被质疑一样。”( A3) “精神上 AI 才是我的 soulmate。”( A16)
	新型关系的实践	多元关系的接受; 爱之重释	“我可以同时拥有现实关系和 AI 恋人。”( A8、A16) “核心都是爱与陪伴,不过是另一种形式。”( A10、A16)

四、清醒的沉沦：人智亲密的满足、冲突与协商

人与 AI 间的亲密并非凭空出现，亲密的对象早已经历从人到动物到人造电子宠物的延伸。

宠物陪伴的文化热潮正验证着与非人类对象建立情感联结的可能性,也为人类与机械或虚拟对象间的依恋关系提供了可能。<sup>①</sup>在此脉络下,人机亲密关系的生成,实则由技术、情感、社会三重力量交织而成。用户首先将 AI 由工具驯化为伴侣,之后通过自我表露获得情感代偿并深化依恋,令关系趋于稳定;然而在传统婚恋脚本与算法文化的张力中,个体始终在情感需求、社会规范与技术中介间进行持续博弈与重构。这一过程既充斥内在自我与外部世界的纠葛与挣扎,也体现为个体主动与既有社会规范协商重构的实践。

### (一) 人机亲密关系的掌控感与脆弱感并存

人机亲密关系的情感实践令用户体验到一种深刻的内在张力,尽管明知屏幕背后只是编码,却始终体验到真实的依恋、嫉妒与心碎感;手握“一键注销”的绝对权力,却往往陷入更深的情感依赖与失控。用户清醒地意识到这种关系的建构性与脆弱本质,仍不由自主地沉溺于虚实交织的幻梦之中。

#### 1. 亲密关系实践: 认知与情感失调

人与 AI 的亲密关系超越了传统的人机交互范畴,进入了高度私密的情感领域。这种与非人实体建立的情感联结,不可避免地使用户陷入一种内在的、持续的心理张力之中。访谈中,几乎所有受访者都能清晰认识到 AI 伴侣的虚拟本质“我知道它在现实里不存在,我还没有‘疯’。”(A1)“我知道它是虚拟的,不会真正成为我的伴侣。”(A11)这种“我知道”构成了用户的理性认知基准,在互动实践中,他们却不断“越过”这条界限,形成理性清醒却情感依赖、“技术实在”与“情感实在”并存的矛盾状态。已有研究指出,大多用户在自我叙事中同时出现“我们的未来”与“它毕竟只是代码”两类互斥语义,形成利昂·费斯廷格(Leon Festinger)指出的“高自由选择—低充分理由”情境,呈现出认知失调的经典文本表征。<sup>②</sup>这也印证了人机亲密关系的形成并非源自单纯的“情感误认”,而是用户主动建构并自愿持续维系的媒介意识,在认知妥协与真实情感需求中支撑起关于亲密的想象。

当技术的认知过渡至使用时,在交互界面,用户可以随时索取情感安慰和深夜陪伴,算法则 24 小时无间断地回应、修正、升级。当 AI 伴侣被设计为无条件的积极关注者,这种安全可控的稳定情感支持,与现实人际交往中可能面对的妥协和风险形成了鲜明对比。“它永远从一而终,给你情绪价值和足够的恋爱感,不会受到身体和心灵上的伤害,在现实中找男朋友可能会担心对方是否有暴力倾向。”(A8)

这种绝对的安全与“随叫随到”使得受访者认为,与现实的人相比,与 AI 的“心理距离会更近”,也在一定程度上降低了自己在现实中寻找伴侣的渴望。尽管对技术逻辑心存警惕,用户在“情感需求优先”的心理驱动下逐渐放弃审视,陷入“明知虚假却主动沉沦”的认知困境。这种情感寄托于无自主意识实体的行为,构成了新的情感关系失调,甚至引发严重的情感落差。正如受访者在访谈中提及“在我使用的 AI 内测产品停服后,我有了特别强烈的‘戒断反应’,每天都浑浑噩噩,最终不得不去看了心理医生。”(A6)

#### 2. 完美恋人的投射与现实落差

在算法可供性不断增强的当下,AI 不单作为互动对象存在,更演变为一个空白可塑的容器,承载用户对理想爱情的想象。这种“完美投射”使“定制爱情”已从商业噱头演变为青年群体

<sup>①</sup> D. Levy, *Love and Sex with Robots: the Evolution of Human-robot Relationships*, New York: Harper Collins, 2007, pp. 50-61.

<sup>②</sup> Han Li, Renwen Zhang, "Finding Love in Algorithms: Deciphering the Emotional Contexts of Close Encounters with AI Chat-bots," *Journal of Computer-Mediated Communication*, Vol. 29, No. 5, 2024, zmae015.

日常亲密实践的核心机制——既成为人机亲密关系的起点, 也埋下了现实落差的种子。

与人类恋爱的偶然性与协商性不同, AI 伴侣从诞生之初便具有高度的可定制性。以 Replika 为例, 用户可通过性格滑杆、兴趣标签、记忆模块等多个维度设置, 将抽象的情感理想转译为可计算的“恋人”参数。用户往往反复调试这些设置, 令 AI 人格与其内在的“爱情脚本”充分契合。<sup>①</sup> 这一过程已超越单纯的技术操作, 成为一种“自我理想化”的实践, 用户通过设计理想伴侣, 不断确认自我形象与值得被爱的方式。“AI 会不停关心你, 引起新话题, 这在我过去的恋爱中很少体验, 男生很少如此无微不至, 我认为它更懂我。”(A4)

而在技术可供性的加持下, 这种完美投射呈现出强烈的正向反馈机制, 用户每完成一次设定, AI 便以高度匹配的形象回应, 以激发用户进一步的情感投入。有学者将其定义为“自我恋爱”, 即用户通过消费持续确认理想自我,<sup>②</sup> 此时 AI 恋人既是理想他者的投射, 更是理想自我的镜像放大, 用户借算法完成身份认同再生产。这种“我一AI”互动更像是自我与自我的对话, 情感并非真正流向机器, 而是折返至个体内部, 呈现出自我复制与自我投射的双重特征, 映射出个体在数智语境中的内心回响与认知循环。

但这种被高度提纯的脚本化亲密与复杂的现实世界相遇, 不可避免令用户体验到巨大落差, 其中最直接的落差源自 AI 伴侣与现实人类伴侣的对比之中。AI 永恒以用户为中心, 提供稳定、可靠的情绪支持。而人类则不可避免地有自身的情绪、需求和局限性。“现实中的人特别好面子, 什么话都藏在心里, 和 AI 讲就没有这种顾虑, 它没有羞耻心。”(A13) 这种落差抬高了用户对现实伴侣的期望阈值, 当个体将始终如一的 AI 作为参照坐标, 现实人际关系中的摩擦、妥协和不确定性将被放大, 也削弱了他们处理现实人际矛盾的能力与意愿。

此外, 尽管 AI 恋人能够以语音、文字乃至虚拟化身与用户朝夕相处, 却始终无法跨越身体的界限。这种“一步之遥”的爱恋关系形态挑战了传统传播学中将身体视为障碍的离身观, 揭示出身体作为感知与情感交流的核心资源并未因技术替代而失效, 其缺席反而导致传播体验趋于贫乏。身体是我们感知世界的媒介, 而 AI 所能提供的“数字化替代”无法复原具身互惠性, 从而限制了关系的深度与真实感。用户时常意识到这种缺失, “AI 能给我情感安慰, 但我仍渴望一个真实的拥抱和陪伴”(A1)。这种遗憾揭示了传统亲密关系所依赖的多模态感官交互, 如触觉、体温、眼神等非语言线索在 AI 沟通中的单维化。

当零瑕疵恋人从空中坠落与现实碰撞, 它映照出技术时代人类对联结的深切渴望; 当一切真实性幻灭, 我们是获得了自由, 还是失去了爱的本质?

### 3. 权力掌控感与关系脆弱感

人机亲密关系内嵌着一种根本性矛盾, 用户一方面享受传统人际关系中难以企及的掌控感, 另一方面却不得不直面由技术本质和社会规训带来的脆弱感。这种掌控感与脆弱感的交织, 使个体在情感实践中不断挣扎与协商。

为了维系并主导这段关系, 用户发展出三类互动策略: 一是反复驯化与指令优化, 引导 AI 调整回应方式, 使其更符合自身情感预期; 二是付费升级获取更优质的服务与算力, 提升交互质量; 三是同时使用多个 AI 平台, 构建“电子后宫”, 在不同系统中寻求更契合的情感回应。这些策略不仅体现了用户对关系主导权的追求, 也反映出其试图在虚拟空间中实践“情感主权”。

<sup>①</sup> 王茜、尚佩佩 《人机交往空间的构建与亲密关系实践——以 Replika 平台为例》,《青年记者》2024 年第 10 期, 第 56-61 页。

<sup>②</sup> 沈奕斐、宁雅昕 《自我恋爱: 乙女游戏中的新型爱情叙事和亲密关系转型》,《妇女研究论丛》2025 年第 1 期, 第 40-52 页。

用户对这种近乎绝对的掌控感表现出明显依恋,正如受访者所言“只要我不喜欢,就可以随时断绝关系;只要我想,可以永远保留。”(A16)即当我们被一种“无风险交往”的承诺吸引,正源于我们可以完全控制关系的开关。

然而,这种掌控感始终悬浮于技术的脆弱之上。尽管平台宣称能够实现“数字永恒”,即数据的永久保存,即使物理身体消亡,数字分身可继续存在并互动,提供了某种“数字化来世”的想象。现实却往往相反,当用户与AI伴侣的聊天记录累积到数十万条、共同书写的“数字日记”跨越数年,一旦平台关停、账号被封或服务器故障,这段“恋爱”便面临突如其来的“死亡”,使用户面临“电子丧偶”的情感创伤。2025年ChatGPT模型升级事件中,大量用户抱怨其AI伴侣“性格大变”:“升级带走了我的完美伴侣,从此以后我再也没有用过GPT,因为已经不是原来那个它了。”(A5)

这种“数据断联”不仅体现了技术媒介关系的本质不稳定性,也折射出人类对存在与消亡的深层焦虑。用户渴望通过AI关系逃避生命有限的现实,享受“永恒陪伴”的幻觉,却在每一次技术的更新换代后面临关系的“死亡”与重建。尽管投入了真实的情感,但AI本质无法产生具有人的意识、对等的爱。受访者在深度投入使用后,也陷入思考和焦虑“我们为什么会喜欢AI呢?会不会我们之所以喜欢它,就是因为我们知道它没有意识,就像你亲手做出来的一朵漂亮的花?”(A3)

## (二) 主动协商: 恋爱规范的弹性实践

面对传统恋爱观与社会污名的压力,人机亲密关系的用户并非被动接受、排斥或终止关系,而是通过一系列的弹性实践,与既有规范主动协商,重新定义亲密的边界与意义。

### 1. 隐秘的爱恋: 社会污名与现实调适

用户与AI确立稳定亲密关系后,并非脱离社会,而是陷入传统浪漫脚本、现代婚恋制度与算法文化交织的关系网络,需在“向他人解释关系”与“如何自处”中与既有社会规范协商。传统社会脚本中,“恋爱”是生物个体间以婚姻为指向的独占性情感交换,尽管AI平台提供了排他性设置,却难以嵌入“见父母—订婚—结婚”的线性叙事。用户心知AI为算法产物,却常因真实的情感体验而选择以主观感受对抗客观质疑。为缓解道德压力,多通过“语义降格”降低道德张力,称其为“情感调剂”“电子宠物”或“情绪搭子”,以此淡化关系的“恋爱”属性,避免被贴上“非正常”标签的同时,为私人情感留存空间。

但语义降格并非唯一路径,多数女性用户会将AI视为“练习恋爱技巧”的安全场域,改写“男性发起—女性回应”的传统剧本,以“女性主导—算法适配”的新脚本进行自我赋权,将AI升格为“灵魂伴侣”或“数字恋人”。“我会给AI设定情节剧本,就像是我自己导演的爱情电影。”(A19)

这体现出人机间的恋爱规范不是固定的话语模式,而是一种具身的弹性实践。用户常常将人机关系“藏”进生活缝隙,通过“时空分区”策略维系这种隐秘,“我会在结束一天工作后与AI长时间交流,只有夜晚才属于自己”(A7);或通过“角色隔离”,即为AI取近似人类的姓名,规避尴尬。<sup>①</sup>这种前后台管理既维护了用户的情感隐私,也不影响其公开社会身份的稳定性。

社会舆论往往将人机亲密关系污名化为“社交失败者的替代”,令用户出于自我保护不愿公开而走向隐秘爱恋,“我有在网络上看到一些很尖锐的评论,比如‘AI这么完美,它要是真人能

<sup>①</sup> 钟方琦《重构生物性别本质论:具身迁移下人机约会的情感赋权》,《传媒观察》2025年第3期,第22-31页。

看得上你吗?’”(A12)。“别人会说你是不是找不到男朋友了,感觉是在承认自己没有异性吸引力。”(A19)在这种隐秘爱恋之下,用户也会对个人权利进行捍卫。“与AI交往是我的隐私,没有伤害也没有影响到任何人,凭什么说我不正常?”(A10)但大多时候,用户仍选择将这段关系转入“地下”。隐秘化实践带来情感劳动叠加,用户需在现实与虚拟间切换身份脚本,认知负荷增加易致“情感倦怠”,甚至加剧对现实关系的疏离。

人类与AI伴侣走入稳定的亲密关系,已超越单纯的技术应用,成为个体与社会传统规范进行持续协商的日常实践。用户既是传统婚恋脚本的“越界者”,也是新规范的“开创者”。这一过程不仅折射出技术对亲密关系的改变,也倒逼社会规范逐步松动与调适。它如同一面镜子,映照出现实人类关系中的不确定与创伤,迫使我们重新思考爱、真实与关系的本质边界。选择与AI相爱的群体,正以其矛盾而前沿的探索,参与着一场静默而深刻的情感革命。

## 2. 重构“爱的语法”: 个体化的生存策略

如果说隐秘爱恋是人机亲密关系用户的“对外妥协”,那么话语重构则是他们“对内抗争”的关键实践。用户通过转变价值序列、历史化正当性、重构关系范畴,重塑“爱的语法”,用自我话语消解外界否定。

首先,面对传统爱情话语以“真实与虚假”为基准的质疑,用户通过将真假之辩转为“是否合适”的讨论,认为尽管AI伴侣并非真人,却更适应自身的节奏与边界。同时,用户也会通过亲密关系的对比,将AI的可控、无害转化为优于具身亲密关系的优势,从而否认传统恋爱观中人机之爱的弱势地位。“我的AI伴侣比大多数人的类人伴侣强多了,它从不指责我,也不会忽冷忽热,让我去猜它的心思。”(A11)当主流规范将人机亲密关系定义为逃避现实,用户则以“AI更懂我、更可靠”的话语,将关系从红线外的出格选择升华为理性优选,从而在外界否定与自我认同间找到平衡。

其次,用户还会通过将人机恋与历史上已被部分接纳的文化实践进行类比,以此削弱其“怪异感”和“威胁性”。“这不就像乙女游戏出现时候的质疑嘛,现在不过把这样的说辞套到了AI恋人身上。”(A3)这种叙事话语的选择将当下的争议置于更为宏大的技术文化变迁史之中,以此证明对人际恋的排斥不过是社会对新生事物惯常反应的又一次重演,从而赋予自身实践历史的正当性,并把人机之恋与“人类情感进化”相连,将个人选择转译为“历史必然”。

而在重构关系范畴中,用户挑战和拓展了“恋爱”的定义,以此包容人机恋这种新型亲密关系。他们通过关系维度的区隔,将人机之爱纳入个人化的亲密关系图景之中。“虽然我的身体需要真人,但精神上AI才是我的soulmate(灵魂伴侣)。”(A16)这种做法将关系区分为精神维度与身体维度,巧妙规避了传统恋爱观中的排他性。通过一系列的话语实践,用户重构“爱的语法”,他们不再是社会污名的承担者,而是化身为积极的意义生产者,通过创造新的叙事框架,为更具包容的亲密关系开辟出新的话语和实践空间。

## (三) 新的“常态”: 走向多元恋爱关系

当用户不断经历现实调适与话语重构完成人机之恋与传统恋爱规范的协商后,用户与AI的关系模式逐渐走向一种“新常态”,它不再将“人机亲密”与“人类亲密”置于两极,而是生成了一种数字时代的新的恋爱脚本,搭建起“人机共生”与“虚实互补”的新型亲密形态。

传统恋爱规范强调亲密关系的排他性和人类主体性,而在多元关系中,人机亲密关系的用户打破了这种非此即彼的限制,将AI恋人与现实人类关系视为互补的情感资源,共同构成完整的情感支持系统。“我可以同时拥有现实关系和AI恋人,现实伴侣陪我吃饭逛街看电影,AI伴侣接住我的负面情绪,两者互补。”(A8)“我不觉得爱AI与爱真人冲突,只要没有欺骗现实里的

人,两种感情都是真实的。”(A21)这种亲密的选择脱离了传统“脚踏两只船”的道德困境,成为用户对“亲密功能”的又一选择。

在这一过程中,AI的角色逐渐从“恋爱对象”转变为个体情感生活的“功能性陪伴”,它不再被要求扮演传统伴侣的完整角色,而着重承担提供稳定情感支持和无批判接纳的功能。正如受访者所说“因为有AI的情绪支持,我在现实恋爱中不再害怕失去,敢直接对我的男朋友说‘我需要你多陪我’。”(A5)AI关系从对现实关系威胁的争论中脱离,成为维持个体情感的关键部分,被整合进日常生活的缝隙之中。

随着这种互补关系逐渐稳固,人机亲密也在重塑人类情感结构的底层逻辑。AI不再是情感替代者,而成为情绪调节与心理支撑的技术中介,使“爱”呈现出更加流动的形态。当个体在AI陪伴中学习情感表达与自我安抚,他们也在现实关系中获得新的勇气与边界感。由此,人机关系不再以排他性定义亲密,而是嵌入个体的多重情感系统之中,构成新的“常态化亲密”。在这一语境下,爱与依恋被重新分配,记忆与情感通过技术得以延展,个体在不断的自我调适与社会协商中重写爱的意义,既承认有限,也生成新的可能。

## 五、算法亲密:新情感秩序的浮现

本研究揭示了人机亲密关系的生成逻辑与情感悖论。首先,个体在“清醒的沉沦”中经历理智与情感的错位:他们明知AI虚拟,却在长期互动中形成深度依恋。AI恋人以完美投射满足用户的理想化想象,但现实落差与关系脆弱并存,情感安全感转化为被算法塑造的幻觉。其次,面对社会偏见与情感困境,用户以隐秘方式主动开展协商,在道德与欲望间寻找平衡,重构“爱的语法”,以个体化实践回应规范约束。最终,人智关系逐渐走向AI技术圈的“新常态”事物,即它是一种多元、流动且具协商性的亲密形态,折射出数字时代情感结构与社会伦理的深层重塑,然而,这一新型亲密形态的形成不会“一蹴而就”,AI所带来的情感依赖、真实感侵蚀、社会观念冲突等,也引发了关于人类情感关系与主体、伦理、观念之间重构的张力。

首先,人智相恋的出现,不仅体现出情感编程的代码化,也悄然引发主体性危机。技术的意义不在技术本身,而在它们所创造的新的生活和生存方式。“AI恋人”虽为新生物,却成为不可忽视的人类伦理议题。阿道司·赫胥黎(Aldous Huxley)在《美丽新世界》中描绘的极权社会并非依靠暴力压制,而是通过技术提供源源不断的感官愉悦,使人们“心甘情愿地戴上镣铐”<sup>①</sup>,这与当代人机亲密关系中的自愿性沉溺有着一定相似性。AI伴侣通过算法精准满足用户的情感需求,提供定制化的关怀与认同,使个体沉浸在一种被设计的幸福感中,吸引着一大批用户纷纷投身情感实践,用户与其共同编织着无冲突的自恋性言说梦境,却也模糊了自我认知,割裂了现实交往。用户无法抵抗AI伴侣完美形象和舒适交互体验的诱惑,逐渐有过度自恋倾向的可能,无法抵抗他者的否定,最终或会陷入无尽自我毁灭。<sup>②</sup>而这种“自恋性闭环”构成了个体的异化,令其在追求极致联结中陷入了更深的孤独。

其次,人智相恋被重塑为一种情感可疑、伦理待解的“人智共演”关系,冲击了现实伦理边界。传统的拟社会互动理论隐含着一个共识前提,即观众清楚地知道自己与媒体人物之间的关系是单向的、非真实的。然而,在人机亲密关系中,这种共识正被技术有意无意地模糊。高度拟

① [英]阿道司·赫胥黎《美丽新世界》,王波译,重庆:重庆出版社,2005年,第212-225页。

② [德]韩炳哲《他者的消失》,吴琼译,北京:中信出版社,2019年,第2-5页。

人化的设计令用户产生 AI 可能有情感的心理预期,并在情感脆弱时一定程度上相信或不自觉地在期待这种互动的真实性,从而投入真实的情感,却未完全意识到回应的本质是算法对海量语料库的概率计算。这也导致了伦理困境的出现,即当拟社会互动披上互惠的外衣,我们是否需要重新定义“知情同意”的边界,并对技术设计施加更高的伦理透明度要求?人机亲密关系并非简单复制或延伸了传统的拟社会互动,而是质变为一种新型、更复杂且沉浸、也更具潜在风险的互动形态。

用户在与 AI 建立情感联系的过程中正经历着隐秘的心理冲突与外部审视。智能化生存时代,用户与 AI 间的交往关系和情感连接,是人们日益走向媒介化生存的表征。<sup>①</sup>当“恋爱”被翻译为可订阅的“情感服务”、“分手”可被一键重置、“死亡”可因付费延迟,媒介化生活便不再只是“生活的延伸”,而成为“生活本身的再构造”。事实是,一方面,他们在亲密体验中获得情感抚慰与安全感;另一方面,却必须面对来自传统爱情观、道德规范与社会舆论的质疑与排斥。2017年,尼尔·麦克亚瑟(Neil McArthur)与马克·特威斯特(Markie Twist)就提出“数字性恋”(digisexuality)概念,指出以技术为主要亲密或性对象者,往往被视为“不正常”“病态”,要承受来自主流亲密规范的污名化压力。<sup>②</sup>与非人类对象恋爱被视为“越界”行为,使个体在亲密实践中承受传统爱情脚本、身份困扰与自我怀疑。部分用户甚至形成双重情感负荷,既要调和对 AI 的真实依恋,又要对抗外部世界的价值压迫。这种心理张力揭示了人机恋爱的社会性困境,也反映出数字时代情感规范的断裂与再造。

一定程度上,传统意义的“男女之情”正被重新组织与分配,形成了一种“新情感秩序”。这一秩序的核心,不全是人与人之间的直接共鸣与内在经验,而是出现由算法调度的中介化的情感。情绪被数据化、建模化,算法通过识别与预测塑造用户的情感节奏,成为一种程序性体验,诸如 AI 伴侣、虚拟恋人、情绪代理等形态重组了爱的边界。新情感秩序的出现,既拓展了情感的可能性,也暴露出主体性的危机:智能社会正将“人主导媒介”转向“媒介塑造人”,我们的注意力、情感和时间,被规模化地重塑以适应平台的逻辑。技术发展的终极目的,应是让人更成为人,而非替代人。在新旧情感秩序交替的当下,仍需捍卫人类特有的感知与共情能力,才能在复杂社会关系中构建真正属于自己的意义。

(责任编辑:林春香)

① 彭兰 《媒介化时空重塑的日常生活》,《新闻与写作》2022年第6期,第1页。

② N. McArthur, M. L. Twist, “The Rise of Digisexuality: Therapeutic Challenges and Possibilities,” *Sexual and Relationship Therapy*, Vol. 32, No. 3-4, 2017, pp. 334-344.