

人工智能时代青少年生命意义构建的路径研究

肖姗姗

广西大学 马克思学院，广西南宁，530004；

摘要：大数据和人工智能根据人们的喜好，精准推测每个人的个性所需，使每个人都能找到自己的舒适点。对于辨别和自控能力有限的青少年而言，难以分辨人工智能模型响应的正确性，因为这些人工智能系统给出的答案具有诸多不确定性，甚至可能具有欺骗性和误导性，导致青少年缺失生命意义感。人工智能的迅猛发展给青少年树立正确的生命价值观带来了重大挑战。为了帮助青少年在人工智能时代树立正确的生命价值观，本文将从生命意义的基本内涵出发，分析人工智能与青少年生命意义构建之间的关系，从认知、情感、价值和实践等多方面探索路径，助力青少年在人工智能时代更好地构建生命意义。

关键词：人工智能；青少年；生命意义

DOI：10.69979/3029-2735.26.01.095

引言

快速发展的人工智能正在刻画并定义青少年的生活时代，人工智能(Artificial Intelligence, 简称AI)的影响已经渗透到社会方方面面^[1]。从早晨醒来到晚上入睡，人工智能不经意间影响着人们的思想，以各种方式参与其中，正悄然改变人们的生活、工作和社交方式^[2]。在人工智能技术变革的时代，青少年作为社会变革的见证者和未来社会的建设者，成长环境与生活方式都经历着深刻变革。人工智能的多场景应用时刻影响着青少年的认知方式、情感体验和价值观塑造，为他们构建正确的生命意义带来了巨大的机遇和挑战。

1 人工智能时代青少年生命意义构建简介

1.1 人工智能的概念

人类自称为 *Homo sapiens* (智慧的人)，智能(intelligence)在人类的生存与发展历程中占据着至关重要的地位。“数千年来，我们始终不懈地试图理解自身的思考方式，即如何凭借少量物质的组合，去感知、理解、预测和操控一个远大于自身且远比自身复杂的世界”^[3]。正是这种对人类自身探索的好奇心，促成了人工智能产生。在1956年，约翰·麦卡锡(John McCarthy)等科学家在美国达特茅斯学院(Dartmouth College)召开的学术会议上第一次提出“人工智能”这个概念。人工智能(AI)以超大规模神经网络为基础，海量数据样本为学习库，高性能计算机为大脑，能快速学习、模

拟、延伸乃至超越人类智能^[4]。近年来先进的半导体技术和芯片设计技术为训练高度智能AI提供了关键基础保障，使AI技术快速融入人们的生活。无论是虚拟AI大模型，还是大模型赋能的实体机器人，都在引发社会结构和运行模式的深刻变革，对社会各个领域的运转和变革产生着深远影响^[5]。以ChatGPT和DeepSeek为代表的人工智能技术，深刻影响着青少年的认知、情感和价值体系。

1.2 生命意义的基本内涵

生命意义关乎个体对自身存在的认知与理解，解答着“我为何而活？”“活着的意义何在？”等核心问题，最早源于存在主义哲学^[6]。Adler在1931年提出“真正的生命意义建立在社会基础之上”^[7]。心理学家维克多·弗兰克尔(Viktor·Frankl)进一步将生命意义具具体化，认为人的生命意义是个体在理解生活本质的基础上，主动体验并追寻人生价值^[8]，即个体感到自己的生活可以被理解、自己被有价值的目标指引并且感到生活有价值时的感受^[9]。Krause在原有的研究理论基础上，进一步将生命意义归纳为价值观、目的、目标和反思四个领域^[10]。因此，生命意义是一个涉及哲学、心理学、社会学等多领域的复杂多元概念，既依托个体内在体验，也深受社会文化与环境的影响。

2 人工智能与青少年生命意义构建的关系

青少年的成长伴随着人工智能环境下的技术变革，

信息过载、现实与虚拟交错的体验使得他们可能在构建生命意义的过程中面临更大的挑战。埃里克森认为青少年在探索自我与社会关系的过程中，正处于身份认同发展的关键阶段，需要构建对自身存在的认知^[11]。一方面，由人工智能产生的海量信息，能给青少年在对生命意义的探索上开拓广阔的眼界；但另一方面，人际关系的变化收到虚拟世界的冲击，导致在探寻生命意义的过程中面临更多的困惑。

2.1 人工智能对青少年认知发展的影响

青少年通过搜索引擎获取相关知识，但通常都需要使用者自行选择有用信息。在人工智能时代，推荐系统和生成式人工智能可以直接向用户提供结果。生成式系统的问答模式让学生逐渐失去独立思考的能力，无法甄别信息的正确与否。缺失的这种独立判断能力将极大限制青少年的创造能力^[12]，通过循环反馈机制迭代，有可能将青少年引入错误的发展方向，而青少年却无法察觉。

教育青少年辩证地看待人工智能给出的回答，不能一味地相信人工智能，需要加上自己的思考与判断。对于人工智能开发者或者政府部门，采取更有效的技术手段管控人工智能模型，避免产生误导性的结果。人类不能给予人工智能模型太多自由空间，若不加以监管，人工智能不仅对青少年，甚至对整个人类来说都会产生消极的后果。

2.2 人工智能对青少年情感发展的影响

广泛应用的人工智能技术重塑了青少年的情感体验。快速发展的短视频丰富了现代年轻人的生活体验，年青人足不出户便可了解天下事。然而人工智能加持下的互连网内容也开始逐渐变味，AI 视频和 AI 特效擅长捕捉算法或推荐算法，让青少年陶醉在虚幻的世界中。

智能算法对人的检测是无形的，很多青少年甚至成年人都容易困在算法里面。生成式人工智能也逐渐在发展聊天机器人、虚拟伙伴等应用，这些潜在的风险让青少年掉入虚拟交际中，缺乏对真实的人，真实的社会关系的理解。正如马克思在《关于费尔巴哈的提纲》中，所提的观点：“人的本质不是单个人所固有的抽象物，在其现实性上，它是一切社会关系的总和。”这表明，人不是孤立存在的，而是由其所处的社会关系构成的，人的本质是历史的、变动的，并随社会发展而变化。如

果青少年陶醉于虚拟交际，缺少真实的社会交际和社会存在，那么人的价值和意义就很难体现出来。情感体验是构建人生意义的重要依托，不仅影响个体对世界的感知，也帮助他们理解和体验生命的价值。在人工智能时代，真实的情感体验、稳定的情绪调节能力、现实社会中所建立深层次的情感联系是构建青少年生命意义的关键。

2.3 人工智能对青少年价值观塑造的影响

价值观决定着人们如何评判事物的好坏、对错、美丑，并影响他们的行为和决策。价值目标是一切教育活动的主题和灵魂，它贯穿于教育实践的全过程，并统领指导教育活动的方方面面^[13]，因此可以说价值观是生命意义构建的核心要素，而人工智能的广泛应用正在影响青少年的价值观塑造。

在人工智能技术的影响下，青少年对人类能力、创造力和劳动价值的认知也发生了很大变化。人工智能准确向青少年推送信息，大数据显得同质化。这可能会导致价值观的简化，使青少年难以接触到多元观念，并影响他们对世界的全面认知^[14]。一些青少年可能倾向于“把技术放在第一位”，认为人工智能比人类更聪明、更高效，对自己的能力和社会责任感到困惑。人工智能带来的隐私保护、数据安全和算法歧视等伦理问题也引发青少年思考科技发展的道德困境，影响对公平、正义和责任等价值观的理解。

青少年从小就接触互联网和智能设备，大数据和人工智能深刻影响着青少年价值观。在培养青少年批判性思维能力方面，误导性信息潜移默化地影响他们的信仰和行为，以不符合道德或社会责任标准的方式塑造他们的生命价值观。价值观的同质化也是人工智能时代青少年面临的主要挑战之一。人工智能算法倾向于创建舒适区，用户主要接触与其现有兴趣和信念一致的内容，可能导致对世界的狭隘理解，促使青少年可能不会遇到其他价值观、文化或思维方式。共同的价值观有时可以促进社会和谐，但过度的同质化观念可能削弱社会创造力和批判性思维。青少年的价值观被技术蒙蔽，思想政治教育中蕴含的人文主义精神和意义世界将在人工智能的驱动下偏离启蒙生命的正确轨道^[15]。引导青少年保持独立思考的能力，在现实社会中树立正确科学的价值观，

培养责任感和使命感，实现生命的社会价值。

3 人工智能时代青少年生命意义构建的现实困境

信息围绕在人们的生活周围，时刻影响着青少年的认知、情感和价值。人工智能带来信息过载、情感交流简化和道德判断依赖性增强等问题都在潜移默化地影响青少年对生命的理解和构建。

3.1 认知困境

海量互联网信息容易导致青少年价值观认知混淆。在人工智能时代，青少年面临前所未有的快餐式内容，沉迷于观看视频和网页，不可避免地接触到一些虚假和不良的信息。这些信息干扰青少年不成熟的价值体系，削弱对生命意义的理解，影响青少年自我认同和生命价值体系的形成。青少年通过智能模型直接获取答案，其便捷性远超搜索引擎，青少年不再需要思考如何从万千网页中甄别出正确的答案，不通过查阅书籍、深入思考来解决问题，AI的便捷性前所未有^[16]。虽然AI在一定程度上节省了信息筛选时间，提高了青少年的学习效率，可过于依赖技术，导致思考方式更加依赖外部工具，忽视独立思考和深度理解能力的培养，在生命意义的构建过程中，因缺乏深入的思考而影响个体对自我存在意义的深层理解。

3.2 情感困境

人际关系的发展进一步削弱了人与人之间的交际关系。人工智能在社会和日常生活中的广泛应用，导致青少年与机器之间的情感互动逐渐转变。聊天机器人、智能语音、视频游戏成为青少年情感交流的对象。青少年过度依赖机器忽视与真实人类的情感互动，从而削弱社交过程。青少年在现实生活中往往产生一种孤独感或疏离感，难以建立和维持健康的人际关系，进而影响他们对生命意义的探索和实现^[17]。AI技术或将青少年的情感体验变得单一化。人工智能生成的内容往往经过算法筛选，以人工智能为媒介的娱乐活动尽管可以带来即时的情感满足，但在情感的深度沟通和真实的情感联结方面，却常常有所欠缺。长期沉浸在一些短视频平台推荐的风格雷同内容，导致青少年的情感体验更多集中在娱乐、搞笑等浅层情绪，缺乏机会感受和领悟诸如历史的

厚重感、艺术的深邃等深层次情感体验，直接影响对生命意义的多维理解。

3.3 价值观困境

对于青少年来说，过度依赖人工智能可能会削弱其批判性思维、人文素质和道德判断能力，更倾向接受算法推荐的结论，而忽视人类价值观的思考。人工智能不仅改变了人们的生活方式，也在挑战人们的自由意志。人工智能系统可以通过分析和优化大量数据为个人提供最佳选择^[18]，但这也减弱了青少年的道德观和价值观，难以明辨是非曲直。人工智能技术总是追求最优决策，最有效率，而人类的决策通常受道德、情感和社会价值观的影响。这种决策取向的差异，导致技术进步与人文关怀之间发生决策冲突^[19]。长期过度依赖AI技术，会削弱青少年的社会认同感，从而影响人际关系，影响在社会问题和科学认知方面的判断。

4 人工智能时代青少年生命意义构建的路径探索

青少年在人工智能时代面临多方面挑战。从认知、情感、价值和实践四个方面探索生命意义，在实践中探索生命意义，帮助青少年在人工智能时代找到属于自己的方向，形成积极的生命观，更好应对未来的变化与挑战。

4.1 认知方面：提升批判性思维能力

加强青少年批判认知能力的训练。人工智能时代的信息获取途径较为方便，但对有真实性和价值性信息的甄别能力却十分困难。青少年教育要以智能技术赋能思维训练为重点，通过智能技术对思想状态的准确把握，培养青少年的批判性认知能力，把握生命意识变化趋势。在探寻生命意义的过程中，教育者将抽象的生命概念具体化，借助可视化教学深入理解生命的意义，通过视觉工具和平台帮助青少年更好地理解他们与世界的关系，利用PPT、动画、虚拟现实等形式将抽象的生命概念具体化。在教育内容中融入批判性思维，激发青少年对知识背后深层次的思考，帮助青少年在海量信息中筛选有价值的信息，加深对生命意义的认识。科学技术的进步使信息呈现方式多样化，尤其是视觉技术的应用，让青少年对复杂的知识和概念有着更直观的理解，帮助青少

年更好地理解他们与世界的关系，鼓励青少年从多种角度直观地理解生命的意义。

4.2 情感方面：增强现实社交能力

虚拟社交平台为青少年提供了便捷的沟通方式，但总是基于聊天软件的交流通常会掩盖彼此的真实情感，容易导致情感交流肤浅，甚至会使交流的双方造成错觉。青少年在享受虚拟社交互动便利性的同时，也要注重面对面地真实互动，融入社会，参与实践，体验千姿百态的人生。平衡虚拟与现实之间的情感交流。通过鼓励青少年参与集体活动，进行面对面的交流与合作，教育工作者可以有效地培养青少年的社交技能和情感表达能力。家长和老师引导青少年在现实世界中建立真正的人际关系时，可以采取志愿服务、社会实践等身临其境的实践活动，增强青少年的责任感。参与团体运动、户外旅游等活动，可以帮助青少年深刻体会到团队力量、合作价值以及有意等情感要素，使青少年在互动中增强感知和理解生命的意义，从而在群体中找到自己的角色。

4.3 价值观方面：强化思想政治教育

人工智能赋能思想政治教育，帮助青少年在多样化的信息环境中更快找到正确方向。一方面，通过虚拟现实技术，强化思想政治教育，使青少年直观了解国家、民族和个人生活之间的关系，沉浸式体验历史、文化和社会知识，摆脱空洞乏味的文字教学。培育人的主体精神、发展人的主体意识是思想政治教育的内在旨趣。面对人工智能对人的主体性的冲击，教育理论研究聚焦学生独特的精神世界和生命意义的生成，就要高度关注交往、对话、沟通之于学生发展的巨大价值。通过这些技术，青少年能深刻理解革命先辈的坚定信念和奉献精神，拓展他们对生命价值和意义的认知，树立正确的世界观、人生观和价值观。另一方面，加强科技伦理道德教育。人工智能的发展不可避免会产生伦理问题，青少年在接触人工智能等科学技术时，需要对他们进行科技伦理道德教育，增强对伦理、人文问题的思考，有助于青少年在面临道德困境和技术选择时，做出符合人类价值的判断，形成理性且负责任的生命观。

4.4 实践方面：构建生命意义教育体系

家、校、社协同共育，筑牢生命成长基石，为青少

年创造一个良好的成长环境，树立正确的生命价值观。Frankl 在他的意义治疗学说中指出，家庭是“元意义来源”，家庭环境不仅是影响子女心理健康的重要因素，也对孩子的生命意义起到最初建构作用。家庭是青少年价值观形成的第一课堂。作为父母，需要密切关注孩子，与孩子进行开放深入的对话，了解他们的感受和想法，提供必要的心理支持，引导正确的生活态度和生命价值观。

思想政治教育的最终目的是实现人的全面发展，而实现人的全面发展，积极的生命意义感必不可少。学校要将生命意义教育纳入课程体系，结合先进的人工智能设备，设立相关课程，通过角色扮演、志愿服务等活动，形成多元化的教育方式，让学生深刻体会生命的意义。此外，学校多开展“朋辈交流”活动，鼓励同辈互助。同龄人之间更容易沟通和理解，通过同辈互助会，不同背景、不同观念的学生可以分享学习经验、交流人生感悟、探讨生命意义。同辈间的互动分享能为彼此提供情感支持与新的认知视角，促进青少年对生命意义的思考与探索。

习近平总书记在 2021 年 3 月提出了关于“大思政课”的重要论述，指出“思政课不仅应该在课堂上讲，也应该在社会生活中来讲。”这一重要论述为推进新时代思想政治课的改革创新指明了方向，提供了方法论指导和遵循。生命教育是现代教育不可或缺的一部分，旨在帮助青少年珍惜生命、实现生命价值。“大思政课”强调打破传统思想政治教育的局限，整合各类教育资源，实现全员、全过程、全方位育人。生命意义感教育作为思想政治教育的组成部分，也应该借助这一理念。全社会营造积极向上的文化氛围，打造现代化学习环境，让青少年更多地参与到数字文化馆、VR 生命体验场所中。利用空间实时计算、4D 技术，采用 LBVR 技术形式打造大空间多人行探索式红色沉浸数智交互空间，实现用现代化技术赋能青少年生命意义感的文化实践。

5 结束语

人工智能技术日益改变着人们的学习与生活方式，给青少年生命意义的构建带来了机遇和挑战。思想政治教育是一项过程性育人活动，要把人工智能的运行机理作用于思想政治教育全过程，将人工智能的技术优势全面融入到人的生命意义之中。在日新月异的科技浪潮中，

学校、家庭和社会各方力量应共同努力，从认知、情感、价值观和实践等方面培养青少年清晰的思维模式，将自然生命融入到社会生活实践之中，树立正确的生命意义观，为青少年的生命意义构建保驾护航。

参考文献

- [1] 薛二勇,傅王倩.人工智能对青少年教育体制机制变革的影响[J].中国青年社会科学,2018,37(04):1-6.
- [2] Ramya VV, Khandelwal A. Smart Living: The Influence of AI on Daily Activities, Day-To-Day Work and Life-Style[C]//Proceedings of the 2nd ICSSR Conference on “India Towards Viksit Bharat@2047”, 13th-14th, September, 2024.
- [3] [美]罗素(Stuart J. Russell)[美]诺维格(Peter Norvig):《人工智能:一种现代的方法》(第3版),殷建平等译,北京:清华大学出版社,2013年,第3页。
- [4] 孙伟平.人工智能与人的“新异化”[J].中国社会科学,2020,(12):119-137+202-203.
- [5] 涂良川.唯物主义视域下人工智能智能性的获取、升华与超越——从“人是机器”到“机器是人”谈起[J].同济大学学报(社会科学版),2024,35(06):20-29.
- [6] 刘亚楠,张迅.生命意义研究:积极心理学的视角[J].中国特殊教育,2020,(11):70-75.
- [7] 王贤.高中生生命意义感对生涯适应力的影响及干预研究[D].闽南师范大学,2024.
- [8] 孙彩平,王冰倩.学校道德氛围对青少年格局的影响:生命意义感的中介效应[J].教育研究与实验,2024,(05):14-24.
- [9] George L S, Park C L. Meaning in life as comprehension, purpose, and mattering: Toward integration and new research questions[J]. Review of general psychology, 2016, 20(3): 205-220.
- [10] Krause N. Stressors arising in highly valued roles, meaning in life, and the physical health status of older adults[J]. The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 2004, 59(5): S287-S297.
- [11] 李辉.关于引导青少年树立正确的世界观、人生观、价值观的几点思考[J].中国青年研究,2013,(04):43-45+78.
- [12] Else H. BY CHATGPT FOOL SCIENTISTS[J]. Nature, 2023, 613: 423.
- [13] 徐曼,卜凡钦.数智时代网上思想道德教育分众化、精准化的价值、特质与实践进路[J].思想教育研究,2025,(01):26-33.
- [14] Jinghua P, Jiazen L, Yong J L. Human - AI adaptive dynamics drives the emergence of information cocoons[J]. Nature Machine Intelligence, 2023, 5(11), 1214-1224.
- [15] 胡华.智能思政:思想政治教育与人工智能的时代融合[J].思想教育研究,2022,(01):41-46.
- [16] 方增泉,祁雪晶等.《互联网平台未成年人保护发展报告》2022[J].父母必读,2023,(S2):10-22.
- [17] 谭颖.社会渗透理论视角下人机交互亲密关系建立研究[D].上海外国语大学,2023.
- [18] 远征南.人们对自主机器道德决策期望的探索性研究[D].浙江大学,2019.
- [19] 谢洪明,陈亮.如何认识人工智能的伦理冲突?——研究回顾与展望[J].外国经济与管理,2019,41(10):109-124.