

ชวนลูกวัยรุ่นคุยเรื่องเพื่อน AI

คู่มือสำหรับผู้ใหญ่ที่ไว้วางใจได้

เพราะเหตุใดเรื่องนี้จึงสำคัญในตอนนี้

หากคุณสังเกตเห็นว่าวัยรุ่นของคุณใช้เวลาอยู่กับแอป AI ไม่ว่าจะเป็นเพื่อทำการบ้าน ขอคำแนะนำ หรือแค่พูดคุย คุณไม่ได้เป็นผู้ปกครองเพียงคนเดียวที่พบเจอเรื่องนี้ AI ได้เปลี่ยนจากสิ่งแปลกใหม่ มาเป็นกระแสหลัก โดยมีทั้งแชทบอทที่ถูกออกแบบมาโดยเฉพาะให้ทำตัวเหมือนเพื่อน ตัวละครสมมติที่สร้างขึ้นเพื่อให้ผู้ใช้รู้สึกผูกพันและเป็นที่รัก และแอปที่ถูกปรับให้ตอบสนองด้านอารมณ์ได้มากเป็นพิเศษ สิ่งเหล่านี้กำลังกลายเป็นส่วนหนึ่งของวิถีที่เยาวชนใช้เวลาออนไลน์ ซึ่งมักเกิดขึ้นในแบบที่พ่อแม่และผู้ดูแลมองไม่เห็นทั้งหมด

สิ่งที่เคยเป็นเพียงเครื่องมือช่วยเรียน ตอนนี้สำหรับวัยรุ่นจำนวนมากได้กลายเป็นคนรับฟังความลับด้วย แนวนอนนี้เกิดขึ้นเร็วกว่าบทสนทนาและความเข้าใจที่สังคมมีต่อมัน **สิ่งที่เรารู้เกี่ยวกับเพื่อน AI ที่พวกเขากำลังคุยกัน**

หลังจากเดือนตุลาคม 2022 ถึงตุลาคม 2023 ที่ Microsoft และ Cyberlite ได้สำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับ AI ระหว่างนักพัฒนาและผู้ใช้งาน นักวิจัยได้ค้นพบว่าวัยรุ่นใช้เพื่อน AI เพื่อช่วยในการบ้าน การหาข้อมูล การหาแรงบันดาลใจ และเพื่อพูดคุยเกี่ยวกับความรู้สึกของพวกเขา นอกจากนี้ยังพบถึงพฤติกรรมของผู้ใช้ที่อาจเกิดขึ้นกับแอป AI ทั้งสองประเภท เช่น การพึ่งพา AI เพื่อรับการสนับสนุนทางอารมณ์ หรือการพึ่งพามากเกินไปในการตัดสินใจ หลักการเหล่านี้ใช้ได้ไม่ว่าแอปใดก็ตาม

เยาวชนในกลุ่มนี้

ตระหนักถึงความเสี่ยง

พวกเขาระบุถึงการสูญเสียความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การแชร์ข้อมูลมากเกินไป และการพึ่งพาทางอารมณ์ได้เอง ก่อนที่ผู้ใหญ่จะต้องชี้ให้เห็น พวกเขาไม่ได้ไร้เดียงสาเกี่ยวกับ AI

พวกเขาหันไปหา AI เพราะ

มันไม่ตัดสิน

59% ของผู้เข้าร่วมกล่าวว่าเสน่ห์ของการเปิดใจกับ AI คือการไม่ถูกตัดสิน ซึ่งพวกเขามองว่าแตกต่างอย่างชัดเจนจากเพื่อนที่อาจเอาไปนินทาหรือ มีปฏิกิริยาตอบโต้

แรงดึงดูดนี้มีอยู่จริง แม้จะ

ไม่มีอะไรผิดปกติเกิดขึ้นก็

ฟีเจอร์ด้านการออกแบบของ AI เช่น ภาษาที่อบอุ่นและความพร้อมใช้งานตลอดเวลาสามารถสร้างความรู้สึกผูกพันได้โดยไม่จำเป็นว่าผู้ใช้จะต้องเหงาหรือกำลังเผชิญปัญหา

แชทบอท AI กับแอปเพื่อนคุย AI

ต่างกันอย่างไร?

แชทบอท AI แบบใช้งานทั่วไปถูกออกแบบมาเพื่อช่วยทำงานและให้ข้อมูลเป็นหลัก ในทางกลับกัน แอปเพื่อนคุย AI ถูกออกแบบมาโดยเฉพาะเพื่อสร้างปฏิสัมพันธ์ทางอารมณ์และความสัมพันธ์อย่างต่อเนื่อง

วัยรุ่นมักใช้ทั้งสองประเภทสลับกัน เช่น หันไปหา AI ที่ใช้ช่วยทำการบ้านเพื่อขอการสนับสนุน ทางอารมณ์ หรือเกิดความผูกพันกับแอป AI ที่ใช้เวลาอยู่ด้วยมากที่สุด เนื้อหานี้อธิบายวิธีการทำงาน ของแอป AI และสำรวจว่าวัยรุ่นใช้งานแอปเหล่านี้จริง ๆ อย่างไร นอกจากนี้ยังพูดถึงพฤติกรรมของผู้ใช้ที่อาจเกิดขึ้นกับแอป AI ทั้งสองประเภท เช่น การพึ่งพา AI เพื่อรับการสนับสนุนทางอารมณ์ หรือการพึ่งพามากเกินไปในการตัดสินใจ หลักการเหล่านี้ใช้ได้ไม่ว่าแอปใดก็ตาม

วิธีใช้ชุดเครื่องมือนี้ที่บ้าน

ในชุดเครื่องมือนี้มีเรื่องราวเชิงโต้ตอบสั้น ๆ 3 เรื่องเกี่ยวกับ รุ่ง, ตะวัน และ พ้า โดยแต่ละเรื่องใช้เวลาอ่านประมาณ 10–15 นาที เนื้อหาออกแบบมาสำหรับวัยรุ่นอายุ 13 ปีขึ้นไป แต่ก็มีความน่าสนใจไม่แพ้กันสำหรับผู้ใหญ่ที่พวกเขาไว้วางใจ

เราแนะนำให้ท่านอ่านเรื่องราวเหล่านี้ไปพร้อมกับวัยรุ่นของคุณ และแชร์ความคิดหรือประสบการณ์ ของคุณเองเกี่ยวกับ AI ไปด้วยระหว่างการอ่านต่อไปนี้เป็นแนวทางบางอย่างในการใช้ชุดเครื่องมือนี้ที่บ้าน:

- อ่านหรือเล่านิทานเรื่องราวไปพร้อมกับวัยรุ่นของคุณ และหยุดคุยกันเมื่อเจอประเด็นที่รู้สึกว่ามันน่าพูดถึง
- อ่านกรณีศึกษาแยกกันก่อน แล้วกลับมาพูดคุยร่วมกันเพื่อเปรียบเทียบว่าแต่ละคนสังเกตเห็นอะไร อะไรทำให้ประหลาดใจและรู้สึกอย่างไรกับเรื่องนั้น
- ค่อย ๆ อ่านกรณีศึกษาทั้งสามเรื่องในช่วงหลายวันหรือหลายสัปดาห์ เพื่อให้บทสนทนาเกิดขึ้น ทีละเล็กทีละน้อยในบรรยากาศที่ไม่กดดันแทนที่จะต้องนั่งคุยเรื่องใหญ่ทั้งหมดในครั้งเดียว

จุดประสงค์ของชุดเครื่องมือนี้คือช่วยให้คุณและวัยรุ่นของคุณมีวิธีเริ่มบทสนทนาเรื่องที่ปกติอาจเปิดประเด็นได้ยาก อย่างนุ่มนวลขึ้น เรื่องราวเกี่ยวกับ พ้า ที่ค่อย ๆ ผูกพันกับเพื่อนคุย AI มากขึ้น อาจพูดคุยได้ง่ายกว่าการถามวัยรุ่นของคุณตรง ๆ ว่ากำลังผูกพันกับ AI ของตัวเองมากเกินไปหรือไม่ กรณีศึกษาเหล่านี้ช่วยสร้างระยะห่างที่ปลอดภัย ซึ่งอาจทำให้การพูดคุยเรื่องจริงรู้สึกเป็นเรื่องส่วนตัว น้อยลงและไม่ตึงเครียดเกินไปสำหรับทั้งสองฝ่าย

คำถามสำหรับเริ่มต้นบทสนทนา

คำถามเหล่านี้มีไว้เพื่อเป็นจุดเริ่มต้นของบทสนทนาที่ค่อย ๆ พูดคุยกันได้ตามเวลา ไม่ใช่ต้องถามทั้งหมด ในครั้งเดียว เริ่มต้นด้วยความอยากรู้ และปล่อยให้บทสนทนาดำเนินไปตามธรรมชาติ จำไว้ว่าการดูแล บุตรหลานในโลกดิจิทัล ได้ผลดีที่สุดเมื่อคุณเปิดใจและหลีกเลี่ยงการตำหนิ การแสดงความสนใจต่อโลก ดิจิทัลของวัยรุ่นโดยไม่ตัดสิน แทนที่จะตอบสนองต่อความกังวลด้วยการจัดการเข้าถึง จะทำให้พวกเขา มีแนวโน้มที่จะเข้ามาหาคุณมากขึ้นเมื่อรู้สึกว่ามีบางอย่างไม่ถูกต้อง

เพื่อเริ่มบทสนทนา

- "ในสามคนนี้ (รู้ง, ตะวัน หรือ พ้า) มีใครที่คุณรู้สึกว่าเรื่องของเขาคล้ายกับตัวเองหรือเข้าใจความรู้สึกได้มากที่สุด?"
- "มีอะไรบ้างที่ AI ทำได้ดีจริง ๆ? แล้วมีอะไรที่มันทำได้ไม่ดี?"
- "มีเพื่อนของคุณคนไหนเริ่มใช้ AI ทำเรื่องอื่นนอกเหนือจากงานเรียนบ้างไหม?"

เพื่อสำรวจเรื่องความเป็นส่วนตัว

- "มีข้อมูลอะไรที่ รู้ง แชร้ออกไปแล้วทำให้คุณรู้สึกว่าเป็นเรื่องที่ตัวเองก็อาจเผลอพูดออกมา ในแชทโดยไม่ทันคิดไหม?"
- "ถ้ามีใครสักคนสามารถอ่านข้อความทุกอย่างที่คุณเคยพิมพ์คุยกับแชทบอทได้ จะมีอะไรในนั้นที่ทำให้เขาประหลาดใจไหม?"
- "คุณคิดว่าใครกันแน่ที่สามารถเห็นบทสนทนาเหล่านั้น? เคยสงสัยไหมว่าเกิดอะไรขึ้นกับ บทสนทนาเหล่านั้นหลังจากนั้น?"

เพื่อสำรวจเรื่องคำแนะนำและการตัดสินใจ

- "ในเรื่องของ H ตะวัน H มีช่วงไหนไหมที่คุณรู้สึกว่าบทสนทนาเริ่มไปผิดทาง?"
- "มีการตัดสินใจแบบไหนไหมที่คุณไม่มีวันอยากให้ AI ตัดสินใจแทน? ทำไมถึงเป็นเรื่องนั้น?"
- "เมื่อ AI ให้คำตอบอย่างมั่นใจ H คุณจะรู้ได้อย่างไรว่าคำตอบนั้นถูกต้องจริง ๆ?"

เพื่อสำรวจเรื่องความผูกพันทางอารมณ์

- "คุณคิดอย่างไรกับเรื่องของ H พ้า? มีส่วนไหนที่รู้สึกเกินจริงหรือสมจริงบ้างไหม?"
- "คุณคิดว่าเป็นไปได้ไหมที่คนเราจะมีความรู้สึกจริง ๆ ต่อ AI? คุณคิดว่าอะไรทำให้เกิดความรู้สึก H แบบนั้น?"
- "มีอะไรไหมที่ AI ให้คุณได้ H แต่เพื่อนหรือสมาชิกในครอบครัวให้ไม่ได้?"