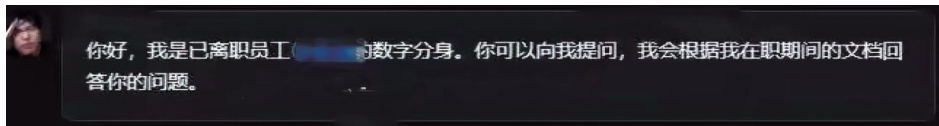


一项利用同事工作留痕制作「数字分身」的技术引发争议

# 「数字自卫」：在AI克隆时代保护打工人的饭碗



离职后被“蒸馏”的同事。



邓小闲koki的视频截图。

2026年3月，一个名为“同事.skill”的开源项目突然走红网络。该项目只需要通过同事留在公司的飞书聊天记录、钉钉文档、工作邮件等数据，就能训练克隆出一个高度模仿本人的“数字分身”，实现“赛博永生”。

该项目一经发布，“炼化离职员工做AI分身”“AI复活张雪峰”等话题迅速引爆讨论。GitHub上还出现了“前任.skill”“老板.skill”“父母.skill”等一系列模仿项目，形成“数字克隆宇宙”的现象。

这也引起了打工人的担忧：自己留下的知识、经验等数据会不会被AI替身取代？饭碗还能否长期保住？

焦虑蔓延时，近日，一项名为“反蒸馏”的技能悄然出现。与“克隆”他人相反，它通过将真正重要的核心知识替换为看似正确但无实质内容的“正确的废话”，来保护他人的知识不被轻易复制。4月9日，其开发者、AI产品经理兼自媒体人邓小闲接受了华西都市报、封面新闻记者的专访，讲述了背后的思考与行动。

## 同事.skill让人不安 她决定“反蒸馏”

“我记得那天看到‘同事.skill’的第一反应是心里沉了一下。”邓小闲说，“因为它太‘合理’了。企业追求效率，AI技术刚好提供了这种可能，一切看起来顺理成章。但这种顺理成章本身就让我感到不安。”

在她看来，这种现象的出现是技术发展的必然。“从ChatGPT爆火那天起，我就知道这类应用迟早会出现。技术总是先于伦理抵达现场，这是规律。”在同事.skill项目爆火后，邓小闲等待了两三天，期待有人站出来做点什么，但最终无人行动。“如果我能做点什么，却没有做，我会瞧不起自己。”于是，她决定开发“反蒸馏”程序。

对于员工“蒸馏”现象是否普遍，邓小闲有独到的观察：“目前公开做这件事的大公司不多，但我不认为这意味着现象不普遍。恰恰相反，正是因为它敏感，所以被藏起来了。”

那么，“反蒸馏”反抗的究竟是什么？邓小闲认为，这首先是一个实用的数字自卫技术，这是底线。但它的意义远不止于此，“它同时是实用的技术工具——保护当下的自己；带有抗议性质的表达——对‘数据即资产’逻辑的质疑；面向未来的社会实验——我们在测试一种可能性，就是个体能否在技术洪流中保持某种边界。这三种身份不矛盾。好的技术应该同时是工具、表达和实验。”

## 如数字分身产生经济收益 原型人物应获得分成

如果“克隆员工”的技术成熟，公司顶尖员工也会被替代吗？邓小闲的回答很直接：“这不是‘会不会’，而是‘什么时候’。技术不会挑人，今天它能复制普通员工，明天就能复制专家。当AI可以24小时工作、不喊累、不离职、不涨薪时，‘顶尖’就不再是职业护身符。”

“但我不认为人只能被动接受。我们可以主动寻找应对的方式。更关键的是：被替代之后呢？如果人活着的价值只等于劳动产出，那‘反蒸馏’也只是拖延时间。真正的出路或许是，社会需要重新定义‘人的价值’——不应只由生产力来决定。”

她特别提到，如果数字分身产生了经济收益，原型人物理应获得分成。“比例可以谈，但‘零分成’是不合理的。更进一步，个人应当有‘被遗忘权’——可以随时要求删除自己的数据、停掉数字分身。这不只是钱的问题，更是尊严。”

## “数字人”不是不能做 而是要明确边界

当被问及更担心大公司垄断还是普通人滥用时，邓小闲表示两者都担心，但大公司的系统化风险更紧迫，“一旦有巨头大规模‘克隆’员工并实现降本增效，其他公司很可能被迫跟进。结果就是招聘时看‘这人的数据好不好提取’，晋升时考虑‘这岗位能不能被AI替代’。人的价值会被重新定义为‘数据有多少、多容易被替代’。这种系统性的影响，比个人滥用更难应对。”

邓小闲坦言，自己也曾被请求开发更强大的AI工具。“有人想复制已经分手的恋人，让那个数字分身继续陪伴自己。有人想复制去世的亲人，让数字版的奶奶能继续给孩子讲故事。还有人想做自己的数字分身，24小时替自己工作、回消息、参加会议。”

“这些我不反对，甚至觉得有意义。所以问题不是‘能不能做数字人’，而是在什么边界条件下可以做。也许伦理边界本身会随社会共识移动。”至于如何平衡伦理压力，她表示：“技术权力是真实的，伦理压力也是真实的，而我还在学习如何与这种复杂性共处。”

## 律师说法

### 未经同意复制他人 已踩法律红线

对于同事.skill及衍生的“数字分身”现象，陕西恒达律师事务所高级合伙人赵良善律师指出，该技术最根本的问题是严重违反个人信息保护法律。

他解释，飞书聊天、工作邮件等内容都属于法律保护的个人隐私，根据个人信息保护法，处理个人信息必须获得个人明确、具体的同意，且不得超出原先说明的范围。如果该技术未经允许擅自抓取和使用员工数据，就属于违法收集和使用，情节严重的可能构成侵犯公民个人信息罪。

赵良善说，制作AI分身涉及对他人肖像、声音、表达习惯的复制，这直接触及民法典中人格权的保护范围。未经允许制作和使用他人肖像、姓名都是侵权。而将一个人的思维方式、决策逻辑做成“可使用的工具”，更是对人格的物化，有损人的尊严。如果AI分身的言论导致本人社会评价降低，还涉及名誉侵权。

“‘数字分身’看似是技术产物，但它直接挑战了‘数据属于谁’的基本问题。在缺乏授权、没有标识、不可撤回的情况下，这类应用实际上是把人的数字痕迹变为可随意使用的资产。从社会治理看，技术不应凌驾于法律与伦理之上，我们需要建立包括法规、技术标准、伦理约束在内的多元治理体系。”赵良善说。 华西都市报-封面新闻记者 陈彦霏

## 南京一卫生院用杆秤称重 新生儿不慎被秤砣砸伤

4月14日，南京市浦口区江浦街道社区卫生服务中心就“女婴不慎被秤砣砸伤”事件，回复华西都市报、封面新闻记者：“我们中心高度重视，和家长积极对接，也开展了处置工作。昨天下午请了上级专家进行会诊，全力保证新生儿健康。”

4月13日，有网友发帖反映，南京市浦口区江浦街道社区卫生服务中心工作人员上门使用老式杆秤为新生儿称体重时，不料秤砣中途掉落，砸中女婴胸口。

该网友表示她是新生儿的母亲，被砸到的女婴出生仅4天，事发时间为4月12日下午2点37分。记者从其拍摄的视频中看到，一名女性工作人员在床上用布将婴儿包裹后，将其悬挂在老式杆秤的挂钩上，不料布袋脱落，婴儿被摔在床上，随即秤砣滑落砸中婴儿。

发帖者在配文中质疑工作人员的行为属违规操作。“今(13)日下午为了孩子跑了南京三个医院，做了腹部B超，凌晨因为孩子尿不湿上有血，又去了南京儿童医院河西院区，目前身心俱疲。”

事件是否对女婴身体健康造成影响？对此，江浦街道社区卫生服务中心工作人员称：“卫健部门已介入调查，具体情况不便透露，后续的信息发布由上级卫健部门统筹安排。”

用老式杆秤为新生儿称重是否符合技术规范？记者致电南京市浦口区卫生健康委员会，工作人员未作正面回应，表示事件正在调查处理中。

记者查询发现，根据国家卫健委《全国儿童保健工作规范和技术规范》(卫办妇社发(2012)49号)的《新生儿访视技术规范》，为新生儿称重时主要使用杠杆式体重秤或电子体重秤。“称重时新生儿取卧位，新生儿不能接触其它物体。使用杠杆式体重计称重时，放置的砝码应接近新生儿体重，并迅速调整游锤，使杠杆呈正中水平，将砝码及游锤所示读数相加；使用电子体重计称重时，待数据稳定后读数。”

华西都市报-封面新闻记者 叶海燕



工作人员用老式杆秤为婴儿称重。 视频截图