



*Tehnologija z umetno inteligenco je posegla tudi na področje duševnega zdravja. Tu se vse več pozornosti namenja klepetalnim robotom z umetno inteligenco (ang. artificial intelligence chatbots – AI chatbots), ki lahko pomagajo obvladovati duševne težave. Kaj so pravzaprav prednosti in pomanjkljivosti teh aplikacij, ki z umetno inteligenco ustvarijo medsebojen odnos, podoben terapevtskemu?*

## Novice

### Prednosti in pomanjkljivosti klepetalnih robotov z umetno inteligenco (AI chatbots) za obvladovanje duševnih težav

**Njihova prednost** je najprej v tem, da so **dostopni kadarkoli in kjerkoli**. V primeru težav z duševnim zdravjem **lahko ponudijo takojšnjo pomoč** – ta je lahko še posebej koristna v kriznih trenutkih. Poleg tega so **dostopni po vsem svetu**, ne le v višje razvitih državah. Nadalje je njihova odlika ta, da **lahko zagotovijo zasebnost in anonimnost**, kjer lahko človek **spregovori o svojih težavah brez strahu, da ga bo kdo obsojal**. Tako **lahko pripomorejo k zmanjšanju občutka stigmatiziranosti**. Če človek nima občutka zaznamovanosti z duševnimi težavami kot nečim družbeno nesprejemljivim, bo o svojih težavah **laže spregovoril z drugimi ljudmi** oziroma poiskal pomoč pri človeškem terapevtu.

Poglejmo si še njihove pomanjkljivosti. Klepetalni roboti z umetno inteligenco za duševno zdravje **morejo razumeti in se vživeti v človeške duševne težave tako dobro kot človek**. Zato ne morejo ponuditi **takšne pomoči**, kot jo lahko človeški terapevt. To je njihova glavna pomanjkljivost. Poleg tega vedno **obstaja tveganje, da pride do zlorabe podatkov**, ki jih človek deli z njimi. Obstaja pa tudi **tveganje, da se bo človek preveč zanašal nanje**.

Vir: Petracek, L. J., AI Chatbots for Mental Health: Opportunities and Limitations, dostopno na povezavi <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-psyche-pulse/202407/ai-chatbots-for-mental-health-opportunities-and-limitations>



### Imate težave s stigmo?

Preverite s pomočjo [vprašalnika](#) na naši spletni strani!

### Svetovni dan duševnega zdravja 2024

Svetovni dan duševnega zdravja 2024 Ob letošnjem svetovnem dnevu duševnega zdravja bomo pri programu OMRA kot sestavni del širšega dogajanja pripravili tudi razstavo likovnih del, izbranih na našem natečaju za nevladne organizacije, ki delujejo na področju duševnega zdravja. Več o celotnem dogajanju na naši [spletni strani](#).



Stopite v stik z nami



Partnerji programa



ZRC SAZU



INSTITUT  
KARAKTER



Program OMRA sofinancira Ministrstvo za zdravje RS.



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE