

Süni intellekt həyatımızda

2022-ci ilin sonlarında "ChatGPT 3.5" ortaya çıxdıqdan sonra generativ süni intellekt cəmiyyət üçün həm maraq, həm də narahatlıq mənbəyinə çevrildi. Daha çox insan bu texnologiyadan istifadə etməyə başladıqca, onun psixi sağlamlığa mümkün zərərləri haqqında xəbərlər də ortaya çıxmağa başladı. Bu narahatlıqlara çatbotların intihar riskini artırma bilməsi və ya sayıqlamaları (delusiya) kimi ehtimallar daxildir. Tədqiqatçılar süni intellekt istifadəsi ilə depressiya və təcridolunma arasında əlaqələr tapmış, eyni zamanda psixi sağlamlıq mövzularını müzakirə etmək üçün öyrədilmiş çatbotların potensial faydalarını da qeyd etmişlər. Harvard Tibb Məktəbindən aparıcı müəllif dr. Roy Perlis və Harvard Kennedy Məktəbinin global kommunikasiya professoru Metyu Baumun da daxil olduğu həmmüəlliflər tərəfindən aparılan yeni araşdırma amerikalı yetkinlərin süni intellektdən necə və nə qədər istifadə etməsi ilə onların depressiya simptomları göstərmə dərəcəsi arasındakı əlaqəni araşdırıb.

Süni intellektdən istifadə depressiya ilə necə əlaqəlidir?

Harvard
Tibb Məktəbi



Süni intellektdən daha çox istifadə daha yüksək depressiya, narahatlıq və əsəbiliklə əlaqələndirilir

"JAMA Network Open" jurnalında dərc olunan "Generative AI Use and Depressive Symptoms Among U.S. Adults" adlı son məqalədə tədqiqatçılar 20.000-dən çox insanın iştirak etdiyi sorğunu təhlil ediblər. Araşdırmada irq və gəlir kimi demoqrafik xüsusiyyətlər, həmçinin narahatlıq və depressiyanı ölçən skrining anketlərinin cavabları da nəzərə alınıb.

Onlar müəyyən ediblər ki, süni intellektdən gündəlik və ya tez-tez istifadə daha yüksək səviyyədə depressiya simptomları ilə əhəmiyyətli şəkildə əlaqəlidir. Süni intellektdən hər gün istifadə edən insanlar arasında ortasəviyyəli depressiya bildirmə ehtimalı 30% daha yüksək olub. Tədqiqatçılar narahatlıq və əsəbilik simptomları üçün də oxşar nəticələr müşahidə

ediblər.

Gündəlik süni intellekt istifadə edən 45-65 yaşlı insanlar üçün ən azı ortasəviyyəli depressiya bildir-mə ehtimalı 50% daha çox olub.

Süni intellektdən tez-tez istifadə edən qruplar

Tədqiqatçılar müəyyən ediblər ki, tez-tez süni intellektdən istifadə bəzi qruplarda daha geniş yayılıb. Bunlara daxildir:

- Kişilər
- Gənc yetkinlər

- Şəhərlərdə yaşayan insanlar
- Daha yüksək təhsil səviyyəsinə malik şəxslər
- Daha yüksək gəliri olan insanlar.

Depressiya simptomları süni intellekti şəxsi məqsədlərlə istifadə edənlərdə və xüsusilə 25-44 yaş arası insanlarda ən yüksək səviyyədə müşahidə olunub.

Süni intellekt və əhvali-ruhiyyə arasındakı əlaqəni anlamaqda növbəti addım nədir?

Tədqiqatçılar qeyd edirlər ki, iki randomizə edilmiş klinik sınaq sosial mediadan müvəqqəti imtinanın bəzi insanlar üçün müsbət (lakin çox kiçik) təsir göstərə biləcəyini göstərib. Müəlliflər süni intellekt istifadəsi ilə bağlı da oxşar yanaşmaların araşdırılmasını mümkün hesab edirlər.

Araşdırmanın nəticələri səbəb-nəticə əlaqəsini deyil, yalnız statistik əlaqəni göstərdiyinə görə tədqiqatçılar həmçinin süni intellekt istifadəsi ilə insanların əhvali-ruhiyyəsi arasında mümkün səbəb əlaqəsinin daha dərinəndən araşdırılmasını təklif edirlər.

Oruc
MUSTAFA YEV

- Süni intellektdən hər gün istifadə edən insanlarda depressiya əlamətləri daha çox görünür.
- Belə insanlar arasında ortasəviyyəli depressiya ehtimalı təxminən 30% daha yüksəkdir.
- 45-65 yaşlı gündəlik istifadəçilərdə bu ehtimal təxminən 50% daha yüksək olub.
- Onlarda narahatlıq və əsəbilik də daha çox müşahidə olunub.