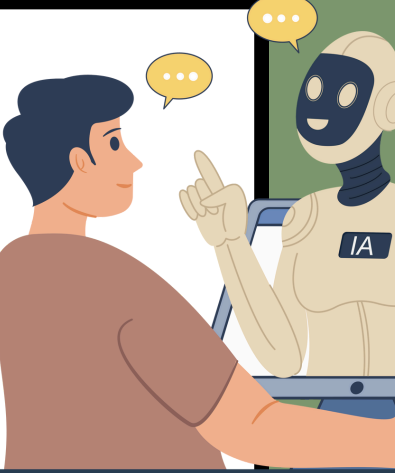


NE VEŠ? VPRAŠAJ CHATGPT-JA!

UMETNA INTELIGENCA KOT NOVI VSAKDANJI SOGOVORNIK MLADIH

Veliki jezikovni model (ang. *large language model*) – oblika umetne inteligence, ki je na podlagi ogromnih količin podatkov sposobna razumeti in ustvarjati naravni jezik in druge vrste vsebin za izvajanje številnih nalog (npr. ChatGPT)

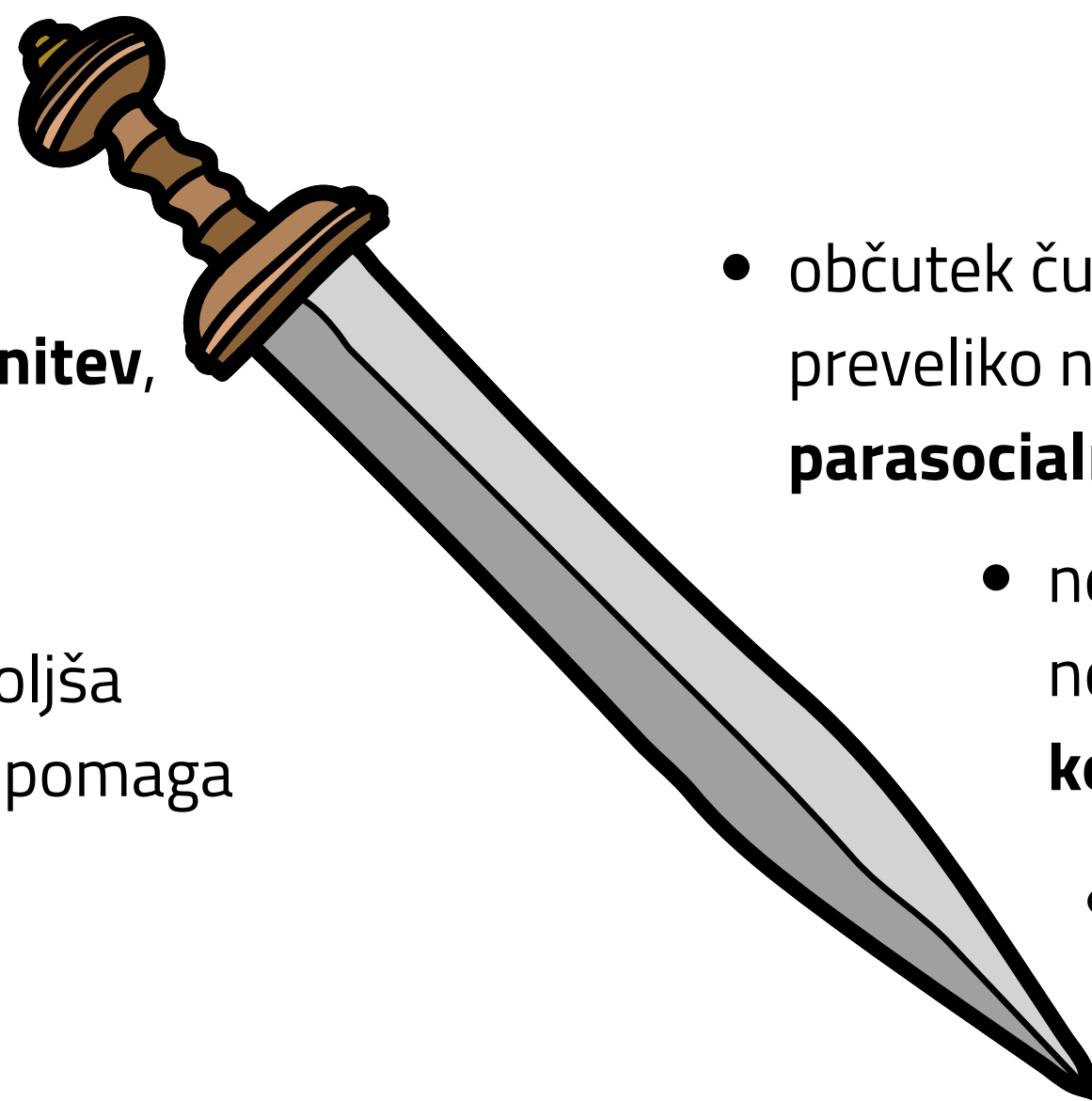


Mnogi UI uporabljajo kot osebne asistente, nemalokrat pa se z njo pogovarjajo in ji zaupajo osebne in občutljive podatke.

Učinek UI je kot dvorezni meč



- UI kot sogovorec v stiski; **razbremenitev**, kadar nimamo dostopa do kompetentnega strokovnjaka
- **olajša** (časovno zamudno) **delo**; izboljša naše pisno izražanje, samopodobo, pomaga pri raziskovanju ipd.

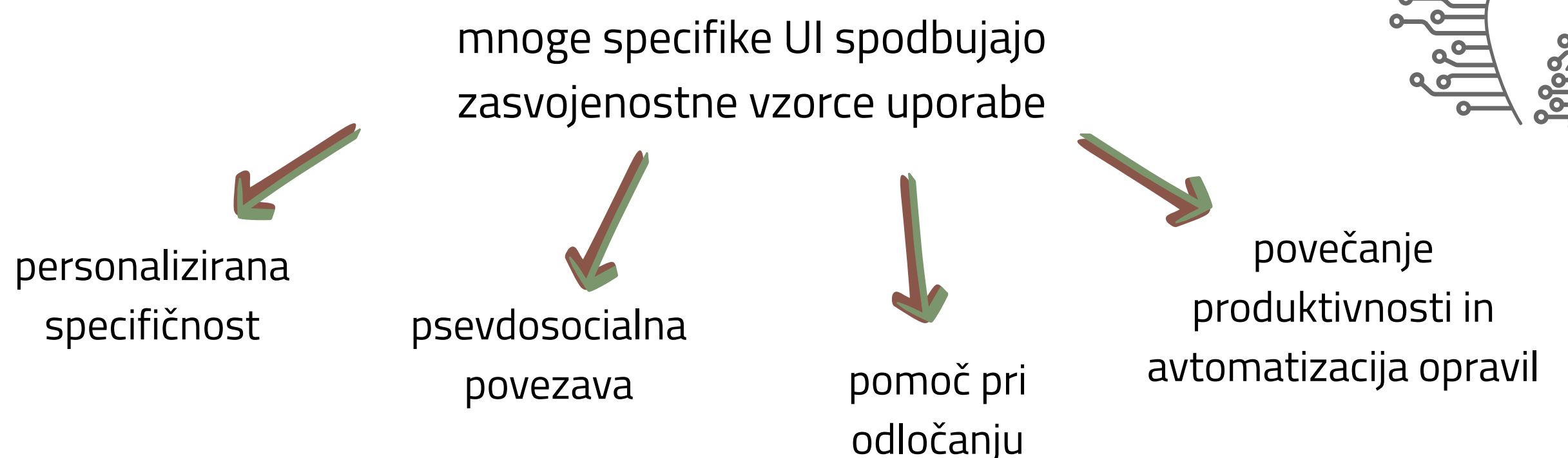


- občutek čustvene podpore lahko preraste v preveliko navezanost in razvoj **parasocialnega odnosa**
 - negativni učinek UI na nevronske povezave in **kognitivne sposobnosti**
 - zmanjšanje **kritičnega in samostojnega presojanja**



Trenutno še nimamo dovolj raziskav na tem področju, da lahko govorimo o zasvojenosti, vendar opažamo pretirano navezanost in zanašanje na UI, ki ima pomembne negativne posledice na dolgoročno psihološko dobrobit uporabnikov.

Ali se z UI lahko zasvojimo?



VIRI

- Feretzakis, G. in Verykios, V. S. (2024). Trustworthy AI: Securing sensitive data in large language models. *AI*, 5(4), 2773–2800. <https://doi.org/10.3390/ai5040134>
- Mahari, R. in Pataranutaporn, P. (2025). Addictive Intelligence: Understanding Psychological, Legal, and Technical Dimensions of AI Companionship. *MIT Case Studies in Social and Ethical Responsibilities of Computing*, Winter 2025. <https://doi.org/10.21428/2c646de5.2877155b>
- Volpato, R., DeBruine, L. in Stumpf, S. (2025). Trusting emotional support from generative artificial intelligence: a conceptual review. *Computers in Human Behavior: Artificial Humans*, 100195. <https://doi.org/10.1016/j.chbah.2025.100195>
- Yankouskaya, A., Liebherr, M. in Ali, R. (2025). Can ChatGPT Be Addictive? A Call to Examine the Shift from Support to Dependence in AI Conversational Large Language Models. *Hum-Cent Intell Syst* 5, 77–89. <https://doi.org/10.1007/s44230-025-00090-w>
- Zhai, C., Wibowo, S. in Li, L. D. (2024). The effects of over-reliance on AI dialogue systems on students' cognitive abilities: a systematic review. *Smart Learning Environments*, 11(1), 28. <https://doi.org/10.1186/s40561-024-00316-7>

Avtorica: Ivona Balent, mag.psih.