

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

[zapisz się](#)

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Sztuczna inteligencja wskazuje najkrótszą drogę do szczęścia

Artykuł stanowiący naukowe tło dla bezpłatnej aplikacji samopomocy - FuturSelf - opublikowała na łamach pisma „Aging-US” firma Deep Longevity Ltd we współpracy

z Nancy Etcoff z Harvard Medical School.

FuturSelf to bezpłatny serwis zdrowia psychicznego online, który oferuje wskazówki w oparciu o ocenę profilu psychologicznego przez sztuczną inteligencję.

Autorzy wykorzystali dane z amerykańskiego badania „Midlife in the US” do stworzenia dwóch cyfrowych modeli psychologii człowieka.

Pierwszy model to zespół głębokich sieci neuronowych, które wykorzystują informacje z ankiety psychologicznej do przewidywania wieku chronologicznego respondentów i ich dobrostanu psychicznego za 10 lat. Model ten pokazuje trajektorie związane ze starzeniem się ludzkiego umysłu. Pokazuje, że wraz z wiekiem wzrasta zdolność do budowania znaczących relacji, autonomia psychiczna i panowanie nad środowiskiem. Jednocześnie wskazuje, że systematycznie spada koncentracja na rozwoju osobistym, a poczucie posiadania celu w życiu spada po 40-50 latach.

Drugi model to samoorganizująca się mapa opracowana jako podstawa silnika rekomendacji dla zastosowań związanych ze zdrowiem psychicznym. Ta technika dzieli wszystkich respondentów na klastry w oparciu o ich ryzyko rozwoju depresji i identyfikuje najkrótszą drogę do klastra stabilności psychicznej dla każdej osoby.

"Istniejące aplikacje dotyczące zdrowia psychicznego oferują ogólne porady, które mają zastosowanie do wszystkich, ale nie pasują do nikogo. Zbudowaliśmy system, który jest naukowo uzasadniony i oferuje doskonałą personalizację" - wyjaśnia Alex Zhavoronkov, główny specjalista Deep Longevity.

Aby zademonstrować potencjał tego systemu, Deep Longevity udostępniło serwis internetowy FuturSelf, darmową aplikację online, która umożliwi użytkownikom wykonanie testu psychologicznego opisanego w oryginalnej publikacji i zapisanie się do programu poradnictwa, który zapewni stały napływ zaleceń wybranych przez sztuczną inteligencję. Dane uzyskane z FuturSelf zostaną wykorzystane do dalszego rozwoju cyfrowego podejścia Deep Longevity do zdrowia psychicznego.

"Badanie to oferuje interesującą perspektywę na wiek psychologiczny, przyszłe samopoczucie i ryzyko depresji oraz pokazuje nowatorskie zastosowanie podejścia do uczenia maszynowego i kwestii zdrowia psychicznego. Poszerza również sposób, w jaki postrzegamy starzenie się i przejścia przez etapy życia oraz stany emocjonalne" - komentuje potencjał FuturSelf

czołowy ekspert biogerontologii, profesor Vadim Gladyshev z Harvard Medical School.

Autorzy planują kontynuować badania nad psychologią człowieka w kontekście starzenia się i długoterminowego dobrostanu oraz pracują nad dalszym badaniem wpływu szczęścia na fizjologiczne miary starzenia.

Firma Deep Longevity opracowuje systemy sztucznej inteligencji do śledzenia tempa starzenia się na poziomie molekularnym, komórkowym, tkankowym, organowym, systemowym, fizjologicznym oraz psychologicznym, jak również systemy dla rozwijającej się dziedziny medycyny długowieczności, które umożliwiają lekarzom podejmowanie lepszych decyzji dotyczących interwencji, jakie mogą spowolnić lub odwrócić procesy starzenia.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/31368.html>



23-06-2026

Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

[Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#)

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

[Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#)

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

[Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

Przyjemnych snów życzy anestezyjolog

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.



22-06-2026

Za mało siedzenia także może szkodzić

Od lat lekarze i naukowcy powtarzają, że należy mniej siedzieć i więcej się ruszać.

Informacje dnia: [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Partnerzy