



AI för att förhindra och förebygga arbetsrelaterad psykisk ohälsa

Populärvetenskaplig sammanfattning: **Jessica Chen, Emma Englund**

Stress och annan arbetsrelaterad psykisk ohälsa blir allt vanligare. Hur kan AI nyttjas för att förebygga och förhindra psykisk ohälsa på arbetsplatsen?

Artificiell intelligens (AI) är en teknologi som växer i snabb takt och har potentialen att förändra sättet vi hanterar psykisk ohälsa. I takt med att psykisk ohälsa blir allt vanligare, är behovet av effektiva och tillgängliga verktyg större än någonsin. Här har AI stor potential och kan erbjuda personligt anpassade behandlingar, öka tillgången till resurser och bidra till mer precisa diagnoser.

I samarbete med Prevas South i Malmö har ett examensarbete genomförts för att utforska hur AI kan användas och designas för att förebygga och förhindra psykisk ohälsa på arbetsplatserna samt identifiera de hinder som kan uppstå vid användningen av AI inom detta område.

Fyra olika datainsamlingar gjordes för att kartlägga behov och krav för användning av AI. Resultatet av detta blev tre olika nyckelteman; *Jämförelse mellan människa och AI, organisatoriskt och design.*

Den första aspekten vid utveckling av AI-system för psykisk ohälsa poängterar vikten av att förstå *skillnaderna mellan AI och mänsklig interaktion*. AI kan vara ett kraftfullt verktyg, men det bör inte ersätta det unika stöd och den empati som människor kan erbjuda.

Det är också möjligt att *organisationskulturen* och *arbetsmiljön* påverkar användarnas förtroende och

inställning till AI. Genom att skapa en atmosfär av tillit, trygghet och samarbete kan AI integreras på ett sätt som kompletterar och stärker de befintliga insatserna för välmåendet.

Den tredje och sista viktiga aspekten är *designen* av AI-systemen. För att skapa en positiv användarupplevelse bör interaktionen vara personlig och kort, anpassad efter ens individuella behov. Det handlar om att göra teknologin intuitiv och enkel att använda, samtidigt som användarnas integritet och säkerhet bevaras.

Hur dessa tre huvudaspekter kan tillgodoses exemplifierades som en datorapplikation, där användaren svarar på fyra frågor gällande mående och den psykosociala arbetsmiljön. Konceptet nyttjar AI för att ge snabb feedback, hitta trender och ge anpassade tips baserat på användarens svar och historiska preferenser för att förbättra den arbetsrelaterade psykisk ohälsan. Vid test och utvärdering med användaren erhöles mycket positiva resultat.

Med ökad förståelse för AI:ns möjligheter och begränsningar samt med rätt strategier och designprinciper kan vi skapa en framtid där teknologi och människan går hand i hand för att främja den psykiska hälsan och skapa en bättre värld för oss alla.

EXAMENSARBETE Design of AI to prevent and counteract mental illness at work

STUDENT Jessica Chen, Emma Englund

HANDLEDARE Günter Alce (LTH), Moa Holmström (Prevas), Helena Guatam (Prevas)

EXAMINATOR Johanna Persson (LTH)