



# Psikolojide Teknolojik Uygulamalar Yarışması Ön Değerlendirme Raporu

**Proje Adı: Sözlerinizin Anlamını Deşifre Edin**

**Takım Seviyesi: Üniversite**

**Takım Adı: PsikoPilot**

**Takım ID: 548116**

**Başvuru ID: 2204223**

## İçindekiler Tablosu

|  |   |
|--|---|
| <b>1. PROJE ÖZETİ</b> .....                          | 3 |
| <b>1.1. Proje Kapsamı ve Amacı:</b> .....            | 3 |
| <b>1.2. Proje Kapsamı ve Yönetimi:</b> .....         | 3 |
| <b>2. SORUN / İHTİYAÇ</b> .....                      | 3 |
| <b>2.1. Problem Tanımı ve Mevcut Çözümler:</b> ..... | 3 |
| <b>3. ÇÖZÜM</b> .....                                | 4 |
| <b>4. YENİLİKÇİ YÖNÜ</b> .....                       | 4 |
| <b>4.1. Özgünlük ve Yerlilik:</b> .....              | 4 |
| <b>5. KULLANILACAK YÖNTEM</b> .....                  | 4 |
| <b>5.1. Yöntem Seçimi ve Rasyonel:</b> .....         | 4 |
| <b>5.2. İzlenecek Yöntem:</b> .....                  | 4 |
| <b>6. PRATİK FAYDA VE UYGULANABİLİRLİK</b> .....     | 5 |
| <b>6.1. Hedef Kitle:</b> .....                       | 5 |
| <b>6.2. Pratik Yararı:</b> .....                     | 5 |
| <b>7. Proje Takvimi:</b> .....                       | 5 |
| <b>8. KAYNAKÇA</b> .....                             | 6 |

## **1. PROJE ÖZETİ**

### **1.1. Proje Kapsamı ve Amacı:**

Bu proje, günlük ve haftalık konuşmaların analiz edilmesiyle bireylerin psikolojik durumlarını değerlendiren bir yapay zeka tabanlı uygulama geliştirmeyi amaçlamaktadır. Projenin esasında, kullanıcıları gerçek bir psikolojik danışman gibi dinleyecek ve konuşacak bir simülasyon bulunacaktır. Uygulamanın temel hedefi, kullanıcıların psikolojik sağlıklarını izlemek, onlara telkinlerde bulunmak ve gerektiğinde profesyonel yardım alabilmeleri için yönlendirme yapmaktır. Bu simülasyon, kullanıcılara empatik bir ortam sunarak psikolojik destek sağlamayı hedeflemektedir.

### **1.2. Proje Kapsamı ve Yönetimi:**

Projenin kapsamı, yapay zeka modelinin geliştirilmesi, veri analizi algoritmalarının oluşturulması, kullanıcı arayüzünün tasarlanması ve uygulamanın test edilmesi süreçlerini içermektedir. Proje aynı zamanda, bireyleri gerçek bir psikolojik danışman gibi dinleyecek ve konuşacak olan simülasyonun entegrasyonunu da içermektedir. Projenin yönetimi, bir proje yöneticisi tarafından yapılacak ve takım üyeleri arasında görevlerin dağıtımı, zaman çizelgesinin oluşturulması ve proje ilerlemesinin izlenmesini içerecektir. Ayrıca, simülasyonun geliştirilmesi için gereken ek kaynaklar ve zaman çerçevesi de dikkate alınacaktır.

## **2. SORUN / İHTİYAÇ**

### **2.1. Problem Tanımı ve Mevcut Çözümler:**

Günümüzde, bireylerin psikolojik sağlığını izlemek ve olası sorunları tanımlamak için kullanılabilecek etkili ve kullanıcı dostu araçlar eksikliği mevcuttur. Mevcut çözümler genellikle profesyonel danışmanlık hizmetlerini gerektirir ve kişinin kendisinin belirli bir sorununun farkında olmadığı durumlarda yetersiz kalabilir. Ayrıca, bu tür hizmetlere erişimde bazı engeller olabilir, bu da ihtiyacı olan kişilere yardım sağlanmasını zorlaştırabilir.

### **3. ÇÖZÜM**

Bu projenin temel çözüm fikri, günlük ve haftalık konuşmaların analiz edilmesi yoluyla bireylerin psikolojik durumlarını değerlendirmek ve gerektiğinde yardım sağlamaktır. Yapay zeka tabanlı bir uygulama kullanılarak, kullanıcıların konuşmaları incelenecek ve belirli anahtar kelimeler, diğer dil özellikleri analiz edilerek psikolojik sağlık durumları hakkında bilgi edinilecektir. Bu bilgiler, kullanıcılara tavsiyelerde bulunmak için kullanılacak ve ciddi durumlarda profesyonel yardım sağlamak için yönlendirme yapılacaktır. Bu çözüm, kullanıcıların psikolojik sağlık durumlarını izlemek ve gerektiğinde yardım alabilmeleri için daha erken müdahale imkanı sunacaktır.

### **4. YENİLİKÇİ YÖNÜ**

#### **4.1. Özgünlük ve Yerlilik:**

Projenin özgünlüğü, psikolojik sağlık izleme ve yardım sağlama amacıyla yapay zeka tabanlı Gerçekçi deneyim sunan simülasyon içeren bir uygulama geliştirmekte yatmaktadır. Bu tür bir uygulama, özellikle geleneksel yöntemlerle erişilemeyen veya zor ulaşılabilen psikolojik destek hizmetlerine erişimi genişletmek için yenilikçi bir yaklaşım sunmaktadır. Proje kapsamında Psikolojik danışmanlar ve mühendisler beraber çalışarak iki bilim dalını birleştirmişlerdir.

### **5. KULLANILACAK YÖNTEM**

#### **5.1. Yöntem Seçimi ve Rasyonel:**

Projemizin amacı psikolojik sağlık izleme ve destek sağlamaktır. Bu nedenle, somut ve yapılandırılmış bir yaklaşım olan bilişsel davranışçı terapi (BDT), projenin hedeflerine uygun görünmektedir. BDT, düşünce ve davranış değişikliklerini vurgulayan ve psikolojik destek sunmak için ideal bir seçenektir. BDT'nin sağlam bir bilimsel temele dayandığı bilinmektedir. Bu terapi yaklaşımının etkili olduğu birçok araştırma tarafından kanıtlanmıştır. Dolayısıyla, projemizde BDT'yi temel alarak yapay zeka tabanlı bir uygulama geliştirmek, projenin bilimsel geçerliliğini artıracaktır.

#### **5.2. İzlenecek Yöntem:**

gereksinim analizi, yazılım geliştirme (BDT prensiplerine uygun yapay zeka algoritmaları oluşturma), uygulamanın test edilmesi ve geri bildirimlerin alınması, doğrulama süreci.

İyi bir iletişim ve işbirliği ile kaynakların etkili bir şekilde yönetilmesi, projenin verimliliğini artıracaktır.

## 6. PRATİK FAYDA VE UYGULANABİLİRLİK

### 6.1. Hedef Kitle:

Projenin hedef kitlesi, psikolojik sağlık hizmetlerinden faydalanmak isteyen ve bu tür bir uygulamaya erişimi olan bireylerdir. Özellikle genç yetişkinler ve iş hayatında aktif olan bireyler, yoğun stres altında olanlar veya psikolojik destek hizmetlerine erişimde zorluk yaşayanlar bu uygulamadan fayda sağlayabilir.

## 6.2. Pratik Yararı:

Projenin pratik yararı ve hayata geçirilmesi, toplumun genel refahını artırır. Psikolojik destek hizmetlerine daha kolay erişim sağlanır. Bu, erken müdahale ve daha iyi sağlık sonuçlarını teşvik eder. Ayrıca, farklı sosyoekonomik arka planlardan insanlara daha kapsayıcı bir hizmet sunulur. Bu nedenlerle, projenin uygulanması, psikolojik sağlık alanında önemli bir iyileşme ve toplumsal fayda sağlar.

## 7. Proje Takvimi:

| FAALİYET ADI          | OCAK | SUBAT | MART | NISAN | MAYIS | HAZİRAN | TEMMUZ | AĞUSTOS | EYLÜL |
|-----------------------|------|-------|------|-------|-------|---------|--------|---------|-------|
| EKİBİN OLUŞTURULMASI  | ✓    |       |      |       |       |         |        |         |       |
| KONU BELİRLENMESİ     | ✓    |       |      |       |       |         |        |         |       |
| LİTERATÜR TARAMASI    |      | ✓     |      |       |       |         |        |         |       |
| TAKVİM OLUŞTURULMASI  |      |       | ✓    |       |       |         |        |         |       |
| UYGULAMA BAŞLANGICI   |      |       |      | ✓     | ✓     |         |        |         |       |
| DETAY RAPORU          |      |       |      |       |       | ✓       |        |         |       |
| TEST ETME SÜRECİ      |      |       |      |       |       |         | ✓      |         |       |
| HATALARIN GİDERİLMESİ |      |       |      |       |       |         | ✓      | ✓       |       |
| PROJENİN SUNUMU       |      |       |      |       |       |         |        | ✓       | ✓     |

## 8. KAYNAKÇA

- ÇENESİZ, Z.G, (2015) Kaygı Durumunda Gevşeme Egzersizi ve SistematiK Duyarsızlaşma Kullanımı: Bir Vaka Örneđi, AYNÄ Klinik Psikoloji Dergisi, 2(1), 40-48.
- TÜRKMENOĞLU, C., (2015) Türkçe Metinlerde Duygu Analizi, İstanbul Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Bilgisayar Mühendisliđi Lisansüstü Programı – Yüksek Lisans Tezi.
- TOKCAER, S. (2021) Türkçe Metinlerde Duygu Analizi, Journal of Yasar University, 16-63
- ALSANCAK AKBULUT, C., (2018) Depresyonun Duygu Süreçlerinin İncelenmesi, Klinik Psikiyatri Dergisi, 21, 184-192.
- SARP, N., TOSUN, A., (2011) Psikiyatride Otobiyografik Bellek, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 3, 446-465
- BÜYÜKÖZTÜRK, Ş., (1997) Araştırmaya Yönelik Kaygı Ölçeğinin Geliştirilmesi, Eğitim Yönetimi, 4, 453-464.
- DEMİRBAĞ, T., SARI, T., (2023) Klinik ve Ruh Sağlığı Psikolojik Danışmanlığı Dergisi, 1, 1-18