



Uticaj algoritama preporuka na mentalno zdravlje korisnika TikToka

Vukašin Novaković

21. januar 2026

Mentor: dr Jelena Graovac

Sadržaj

- 1 Uvod
- 2 Funktionisanje algoritma
- 3 Etički aspekti
- 4 Uticaj na mentalno zdravlje
- 5 Dopamin i pažnja
- 6 Zaključak

Uvod i značaj teme

- TikTok je jedna od najuticajnijih platformi među mladima
- Algoritmi preporuka oblikuju sadržaj koji korisnici vide
- Direktno utiču na pažnju, emocije i ponašanje
- Razumevanje algoritama je ključno za zaštitu mentalnog zdravlja

Kako funkcioniše TikTok algoritam

- Zasniva se na veštačkoj inteligenciji i mašinskom učenju
- Analizira:
 - vreme gledanja sadržaja
 - interakcije korisnika
 - obrazce ponašanja
- Cilj je maksimalno zadržavanje pažnje

Etički i pravni aspekti

- Algoritmi su netransparentni za korisnike
- Fokusirani su na profit i angažovanje
- Koriste dopaminske mehanizme nagrađivanja
- Poseban rizik za mlade i maloletnike

Način rada TikTok algoritma



Slika: Prikaz rada algoritma TikTok aplikacije

Uticaj algoritama na mentalno zdravlje

Pozitivni efekti:

- podrška i zajednica
- osećaj pripadnosti
- kreativno izražavanje

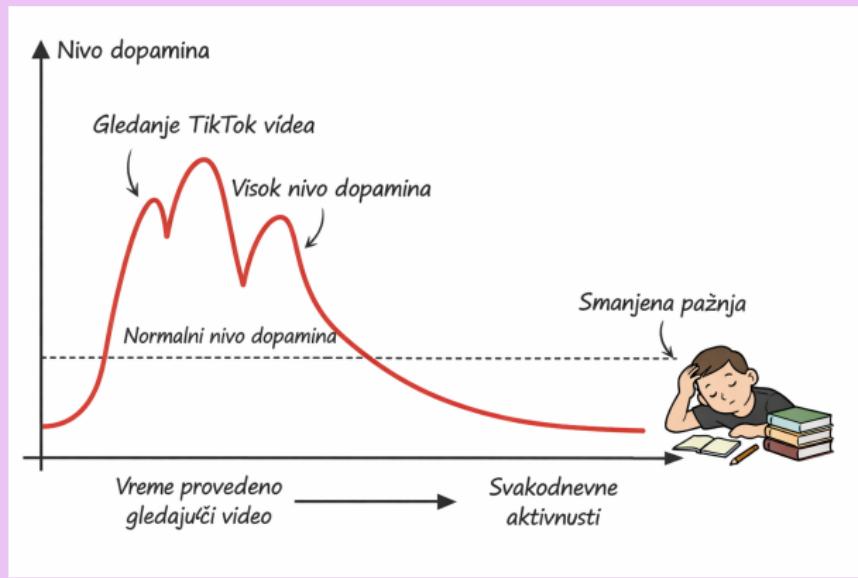
Negativni efekti:

- zavisnost
- gubitak pažnje
- poređenje sa drugima

Dopamin i posledice po učenje

- Kratki sadržaji izazivaju snažno lučenje dopamina
- Mozak se navikava na brzu nagradu
- Opada sposobnost duže koncentracije
- Negativan uticaj na učenje i produktivnost

Graf dopamina i učenja



Slika: Prikaz grafikona povećanja dopamina tokom razlicitih radnji

Kako se odupreti negativnim efektima?

- Svesno ograničiti vreme provedeno na TikToku
- Pravljenje pauza i smanjenje pasivne upotrebe
- Razvijanje digitalne pismenosti i kritičkog mišljenja
- Jačanje navika koje zahtevaju dužu koncentraciju
- Edukacija mladih o radu algoritama

Hvala na pažnji!