

AI와 감성지능 시대의 인간관계 변화

(글로벌 인재포럼 2025)

이지영 교수

서울디지털대학교 상담심리학과

국제 전문 코치(ICF 공인)

상담심리사1급, 임상심리전문가

(subblack@hanmail.net)

저서: 『나를 잃어가면서 지켜야 할 관계는 없다』

『내가 먼저 나를 아껴야 남도 나를 아껴준다』

『정서중심적치료(Emotion-Centered Therapy):
변화를 위한 체험적 심리치료』

『나는 왜 감정에 서툴까』

『생각이 크는 인문학: 감정』

『어린이 심리스쿨』, 『정서조절코칭북』 등

정서조절코칭센터(blog.naver.com/subblack)

정서조절코칭 연구소(www.emotioncoach.co.kr)

- 1 인공지능(AI)의 확산이 인간관계에 미치는 변화 분석
- 2 AI 확산으로 인한 인간관계 문제점
- 3 인간다움이란 무엇이고 AI가 모방할 수 없는 인간다움은?
- 4 AI 시대에 감성지능의 중요성과 역할

I. 인공지능(AI)의 확산이 인간관계에 미치는 변화 분석

1. 인간관계에 영향을 미치는 AI 기술

1) Messenger

- AI 기술 활용 : 자동 번역, 스마트 답장 제안, **chatbot**

2) 메타버스

- AI 기술 활용 : **NPC(Non-Player Character)**, **avatar** 생성

3) 검색 엔진

- **추천 algorism**

4) 다양한 사이트(youtube, netflex 등)

- **콘텐츠 추천**

5) **생성형 AI**

- ChatGPT, Claude, Midjourney 등

I. 인공지능(AI)의 확산이 인간관계에 미치는 변화 분석

2. AI 확산이 **인간관계 형태**에 미치는 변화

1) 소통 방식의 **디지털화 : 비대면 중심**

(1) 기계를 **매개**로 한 대화 방식

- 직접 대면 방식에서, 기계를 매개로 한 대화 방식이 주를 이룰 것
 - 메신저, 메타버스, 화상을 통한 대화
 - 메타버스(가상 공간)를 통해 인간관계 활동(게임, 놀이 등)

(2) 우연한 만남의 증가

- 특정 목적이 있는 만남이 아니라, 알고리즘을 통해 **우연한 단순 만남**
 - 소셜미디어(페이스북, 인스타 등) 피드와 같은 다양한 매개를 통한 우연하고 단순한 만남 ↑

(3) 메시지와 이모지 중심의 소통 방식

- **비언어적 신호(표정, 제스처, 음성톤 등) 정보 부족**

I. 인공지능(AI)의 확산이 인간관계에 미치는 변화 분석

2) AI의 능력이 **인간의 능력 대체**

(1) 정보처리능력

- 지식과 정보 제공, 추론 및 판단 등



AI에게 **조언 및 자문** 구함

(2) 운동 능력

- **단순 및 복잡한 노동** 가능 → AI가 인간의 일자리 대체
- 가사 업무 및 돌봄 제공하는 **돌봄** 로봇



Service AI system

(3) 대화 기술

- Social AI system(챗봇, 버추얼 캐릭터-홀로그램)
 - LLM(large language model, 거대언어모델)에 기반해 **대화**기술



고립되고 인간관계 맺기 어려운 사람들에게 **의사소통 기회** 제공

I. 인공지능(AI)의 확산이 인간관계에 미치는 변화 분석

2) AI의 능력이 인간의 능력 대체

(4) 공감 능력

- **감정 인식 기술**의 발달
- 축적된 텍스트 바탕으로 **정서 상태 추론** 가능
- Emotionalized AI system 등장
 - 정서 모방
- 공감적 대화 가능
 - 정서적 지지 제공
 - 정서적 대화 가능(Xu et al., 2025)
 - **공감 능력** 갯춤(Sharma et al., 2022; 진효진, 차미영, 2024)



AI 대상을 **의인화**, 친밀감을 통해 정서적 유대감 및 애착 형성 가능

I. 인공지능(AI)의 확산이 인간관계에 미치는 변화 분석

3) **피상적인** 인간관계 : 깊이는 얇고 폭은 넓어질 것

(1) **지리적 제약이 사라짐**

- 비대면 소통 방식이 일반화되면서 지리적 제약이 사라짐
- 화상을 통해 대화를 하고 가상의 공간에서 아바타를 통해 활동을 함께 할 수 있음

(2) **약한 인간관계 연결의 폭발적 증가**

- 깊은 대화를 나누기 보다 **가벼운 대화를 나누는 관계 형태 증가**

(3) **친밀한 관계를 형성하기 위한 투자 감소**

- **매개를 통한 얇고 폭이 넓은 관계와 AI와의 관계**가 실제 친밀한 관계를 형성하기 위한 소통 시간을 감소시킴



인간관계 대부분 피상적, 친밀한 관계의 결여

I. 인공지능(AI)의 확산이 인간관계에 미치는 변화 분석

3. AI 확산이 대화 방식에 미치는 변화

1) 대화 방식의 단순화

용건만 간단히

디지털 대화

- 상대의 상황이나 기분 상태를 읽기 어려움
- 탐색 및 표현 모두 어려움
- 서로의 상황을 설명하거나 인사말이 불필요하게 지각되는 경향

AI 대화

- AI의 상황이나 기분을 고려할 필요가 없음
- 대화의 목적과 용건을 정확하고 분명하게 전달하는 것이 보다 효율적인 대화를 이끔



인간관계 대화 방식 또한 용건 중심의 단순화된 상호작용이 주를 이룰 수 있다.

I. 인공지능(AI)의 확산이 인간관계에 미치는 변화 분석

3. AI 확산이 대화 방식에 미치는 변화

2) 자기중심적인 대화 방식

AI 대화

- AI는 철저히 사용자 즉 개인이 원하는 바를 즉각 알려주고, 개인이 선호하는 반응을 맞춘다.
- AI는 **개인의 욕구를 충족시키는 방식으로 상호작용**한다.

- 지식과 대화 모두 사용자에게 맞춤
- 인간의 자기중심성 강화 - '세상의 중심이 나'(나은영, 2025)



실제 대화 방식에서도 **각자 자기중심적인 방식으로 대화**

II. AI 확산으로 인한 인간관계 문제점

1. 실제 인간관계의 약화

1) 인간관계는 인간에게 필수적

인간다움

- 실존주의를 비롯한 수많은 심리학자들은 말한다.
- 인간은 **혼자 고립되어 살수 없는 사회적 동물**이다.



인간은 관계를 지향하고, 관계 자체가 인간의 실존

- 인간은 **욕구**의 동물이고, 욕구는 **관계 안에서 충족** 가능하다.

생물학적 욕구는 물론
소속되고 싶은 욕구

인정받고 싶은 욕구
사랑받고 싶은 욕구

관계

친밀감을 통한
애착(정서적 유대감)

소속감, 안정감

자율성, 유능감

II. AI 확산으로 인한 인간관계 문제점

1. 실제 인간관계의 악화

2) 인간관계는 고통의 원인

BUT

- 인간관계에서 상처 받음

상처

- 자기, 타인, 세상에 대한 믿음이 부정적인 방향으로 깨지고 훼손되었을 때 나타나는 정신 세계가 흔들리는 현상(이지영, 2020)

정서적 고통



놀람, 혼란, 분노, 수치심, 죄책감, 슬픔, 불안, 두려움 등

- 관계 회피 → 욕구 충족 실패 → 욕구 불만(심리적 어려움)



관계로부터 얻을 수 있는 소속감, 안정감을 비롯해 인정 및 사랑의 욕구 조차 채울 수 없다.

II. AI 확산으로 인한 인간관계 문제점

1. 실제 인간관계의 약화

3) AI가 인간관계를 대체

AI 관계가 인간관계의 cost 제거

- 욕구 충족이 가능한 친밀한 관계를 형성하기 위해 들이는 많은 시간과 에너지를 쓰지 않아도 된다.
- 상대의 기분이나 상황에 신경 쓸 필요 없다.
- 상대의 욕구를 충족시킬 필요가 없다.
- 관계에서 상처 받을 일이 없다.

AI 관계가 인간관계의 benefit 제공

- 일상적 대화 - 얘기하고 이해 받고 싶은 욕구 충족
- 조언과 자문 - 문제 해결을 위한 대화
- 감정 대화 - 감정 표현 및 해소, 공감
- 친밀감과 정서적 유대감을 제공
- 자기애적 욕구 충족 : 관심, 돌봄, 애정 표현, 칭찬 표현

II. AI 확산으로 인한 인간관계 문제점

2. 사회적 고립 증가

- 인간은 사회 안에서 **친밀한 관계**를 통해 **사회적 소속감** 얻음
- AI와의 관계로 대체, 약한 인간관계가 주 → 사회적 연결, 친밀한 관계 감소
- **사회적 유대감 상실** → 사회적 고립감, 단절감



고독과 **외로움** 느낌

고립감과 외로움이 오래되면(이지영, 2025b)

- 신체적 쇠약
- 사고능력 손상
- 자기조절능력 손상
- 공감 능력 저하
- 고통으로 인하 **자살**로 이어지기 쉬움

II. AI 확산으로 인한 인간관계 문제점

3. 관계 방식이 자기중심적

건강한 자기애의 발달

- 유아는 부모의 사랑과 돌봄을 통해 자신이 전지전능한 존재로 인식. 성장 과정에서 양육자의 돌봄의 불완전함, 즉 적절한 좌절을 통해 부모도 자신도 불완전하다는 것 깨달음
- 적절한 반응과 **적절한 좌절**이 건강한 자기애를 발달

AI가 인간의 자기애적 욕구를 과도하게 충족

- 오로지 나에게만 집중, 관심과 애정을 제공
- 내 얘기에 대한 무조건 경청, 이해, 공감
- 불쾌감을 표현하면, 곧바로 사과하고 원하는 대안적 반응



좌절 경험의 부족으로 과도한 자기애 발달

II. AI 확산으로 인한 인간관계 문제점

3. 관계 방식이 자기중심적

- 세상의 중심은 나이고, 인간관계가 내 위주로 이루어지길 기대



AI가 성장과 성숙의 기회 막고, 유아기적 상태로 퇴행

과도한 자기에 충족으로 인한 문제

- 거만하고 지나친 자기 과시 : 자기마음대로 하기, 상처 줄수 있음
- 공감능력 부족 : 타인의 입장이나 상처를 이해 못함, 배려 안함
- 사회기술 부족으로 인한 원만한 관계 형성 어려움
 - 경청, 공감, 대화 기술 등 부족
- 고통감내력 부족
 - 욕구(주목, 애정, 칭찬 등) 좌절로 쉽게 좌절감, 분노 느낌
 - 다른 의견, 지적, 비판, 거절, 비난에 강한 분노와 적대감



타인 및 인간관계가 도구적이고 착취적이 될 수 있음

II. AI 확산으로 인한 인간관계 문제점

4. 소통의 단절

소통

- 마음이 서로 통하는 것
- 서로의 생각, 전달하고자 하는 바가 오해 없이 전달 되는 것
- 자신의 생각과 일치하는 정보를 취함, 그렇지 않은 정보 무시



자신과 다른 생각을 가진 사람에게 쉽게 불편감 느끼고,
그 불편감을 견디지 못하고 피하고 배척

- 타인의 생각과 세상에 관심 감소



각자의 세계에 갇힘

소통 단절의 문제(이지영, 2025b)

- 오해와 갈등 발생 → 정서적 고통 극심 → 에너지 소모
- 조직(가족, 단체, 기업, 국가 등) 일이 효율적으로 이루어지지 않음
→ 불필요한 비용과 손실이 큼
- 심리적 고통으로 자해, 자살로 이어질 수 있음

II. AI 확산으로 인한 인간관계 문제점

5. 인간관계 갈등 증폭

세상 어디에도 없는 관계 방식을 실제 인간관계에서 기대



인간관계 부적응 초래

갈등 요인

- 모든 개인이 자기 중심으로 생각, 행동
- 타인의 입장을 이해하거나 배려하려 하지 않음
- 실제 관계 방식이 불만족스러워, 쉽게 짜증이나 분노
- 공격성이 활성화되어 관계 갈등 및 충돌



소통과 협력 능력, 갈등 관리 능력의 부족으로 공존이 어려워짐

II. AI 확산으로 인한 인간관계 문제점

6. 사회 조직의 붕괴

AI에의 정서적 의존성 증가

- 자기애적 욕구를 좌절시키는 타인과의 관계 불편 → 회피
- 보상과 쾌감을 주는 자극 쫓게 됨 → AI와의 관계 **의존** → **중독**
- AI와의 관계에서 정서적 욕구 충족 시도, 의존, 집착
- 실제 관계를 소외, 사회적 고립
- AI 조언이나 지시대로 행동, 범죄, 자해나 자살 시도

사회 조직

- 사람은 사람과의 연결을 통해 소속감과 유대감 느끼고
- 실존 경험, 서로 주고 받는 이해와 공감을 통해 치유



공존하는 법을 잊고, 자기중심적인 연결 추구할 때
충돌, 분노와 공격 난무, 양보와 타협 No

Ⅲ. 인간다움과 AI가 모방할 수 없는 인간다움

1. 인간다움이란 무엇인가

- 1 | 스스로 의식하고 반성할 수 있다 : 감각, 지각, 메타 인지
- 2 | 유한하다 : 죽음
- 3 | 불완전하다
- 4 | 창의적이다 : 상상력, 창조적
- 5 | 타인의 마음을 공감할 수 있다 : 배려
- 6 | 윤리적 책임을 진다
- 7 | 감정을 느낀다 : 욕구를 지님
- 8 | 사회적이다 : 관계를 형성한다



AI 기술 발달로, 인간의 많은 것을 모방

Ⅲ. 인간다움과 AI가 모방할 수 없는 인간다움

2. AI가 모방할 수 없는 인간다움

- AI가 인간의 영역을 상당 부분 대신 → 인간에게 시간과 여유를 줌

AI가 제공하는 여유와 시간으로 인간 본연의 삶에 주목할 수 있게 됨

Q

AI가 대신할 수 없는 인간다운 삶이란 무엇인가?

1) 감정

- 인간은 감정을 체험한다.

예) 불안, 슬픔, 분노, 수치심, 절망, 무기력을 느낀다는 것

2) 사회성

- 인간은 관계를 지향한다.

Ⅲ. 인간다움과 AI가 모방할 수 없는 인간다움

2. AI가 모방할 수 없는 인간다움

1) 감정을 느끼는 존재

- 인간의 마음은 그 사람의 생리적 신체 변화, 생각, 감정, 행동을 통해 짐작
 - 신체 변화, 행동은 관찰 가능하고 측정 가능
 - 생각 또한 여러 방법 통해 알아낼 수 있다



감정만은 정의하기도 모호하고, 측정하기 쉽지 않다.

- 감정의 변화는 굉장히 미세하게 일어나, 쉽게 알아차리기 어렵다.



AI가 감정을 모방할 수는 있지만,
AI 자체가 감정을 느끼고 주관적 체험을 할 수는 없다.

- AI가 아무리 발달해도, 모호하고 다양한 해석이 가능한 감정의 단서와 변화를 읽어 파악하여 처리하기 어렵다.

Ⅲ. 인간다움과 AI가 모방할 수 없는 인간다움

1) 감정을 느끼는 존재

AI의 감정 모방

- AI의 감정 인식 기술 발달과 공감 언어의 습득
- 인간 또한 타인의 마음을 정확히 공감하는 것은 어렵다.



AI의 공감 능력 모방 수준은 인간과 유사 or 높을 수 있다.

- AI가 정서 파악 및 이해 능력에서 높은 정확도 보임(Tak & Gratch, 2024)
- AI가 인간의 공감능력 향상에 이용(Sharma et al., 2022; 황매향, 2025)

감정은 인간만의 것

- Emotion 정의(Frijda, 1986)

concern
관심사

개인 **관심사**, **욕구**와 관련된 것으로 평가될 때 유발 촉진할 때 유쾌 정서 / 방해할 때 불쾌 정서

Ⅲ. 인간다움과 AI가 모방할 수 없는 인간다움

2. AI가 모방할 수 없는 인간다움

2) 사회적 존재

- 인간은 사람과 관계를 지향하는 존재(이지영, 2023a; 장동선, 2022 외)



친밀감을 느끼고 소속감과 유대감을 가짐.
안전감과 안정감을 느낌

- 결여시 느끼는 고립감과 외로움을 견디기 어려움



AI와의 관계가 **사회적 관계의 딜레마**를 어느 정도
해결해줄 수 있지만, **실제 인간관계를 대체할 수는 없다.**



Ⅲ. 인간다움과 AI가 모방할 수 없는 인간다움

1 | 인간의 섬세한 감정까지 대신할 수 없다.

- AI가 감정의 섬세한 변화, 그 톤에 맞춰 변하는 표정과 뉘앙스 등 **비언어적 단서의 의미를 맥락을 고려해 이해하기는 어렵다.**
- **인간은 말없이 같은 감정을 공유하고 있는 것만으로 연결감을 얻는다.**

2 | 인간의 욕구 충족에 한계가 있다.

- AI가 인간 내면의 **복잡한 욕구를 알아채고 충족시키기 어렵다.**

3 | 애착은 스킨십을 통해 가장 잘 전달된다.

- **서로 마주보고 느끼며 피부를 스치는 접촉이 이루어지는 활동을 통해 친밀감을 느낀다.**
- 인간은 따뜻한 체온과 촉감을 느낄 수 있는 **신체적 접촉**이 필요



함께 하고 있음을 확인, 안락함과 안정감 얻음.

Ⅲ. 인간다움과 AI가 모방할 수 없는 인간다움

- 누군가에게 정서적 유대감, 애정을 느끼면 만나고 싶다.
- 만지고 싶고 안고 싶은 충동을 느낀다.



좌절시 정서적 고통(고립감과 외로움)

Keypoint

- 결핍은 욕구 불만, 짜증과 분노 유발, 공격성 작용

AI시대에 인간다움을 지키려면

- AI에 대한 의존성을 경계하며, 욕구 충족을 위한 도구로 이용
- AI가 결코 따라올 수 없는 인간 고유 능력인 감성지능을 기를 것
- 친밀한 관계를 통해 사회적 유대감을 유지할 것

VI. AI 시대에 감성지능의 중요성과 역할

1. 감성지능(Emotional Intelligence)

AI가 결코 따라올 수 없는 인간만의 고유한 능력

감성지능(정서지능) • 정서가 주는 정보를 처리하고 파악하는 능력



- 학업, 인간관계, 직업 등 **사회적 영역에서 좋은 성취를 예측**
- 사회적 성공을 안정적으로 예측하는 가장 중요한 요인 확인

Salovey & Mayer(1990) • 정서지능 개념을 논리적, 이론적으로 발전

- 1990년, 1997년에 정서지능 모델을 발표
- 4요인

Goleman(1995) • 감성지능(정서지능)의 대중화

- 감성지능이 수행, 대인관계능력, 사회적 성공에서 가장 중요한 지표
- 5요인

VI. AI 시대에 감성지능의 중요성과 역할

2. 감성지능의 요소

정서인식	• 자신과 타인의 정서를 알아차리는 것
정서조절	• 자신과 타인의 정서를 조절하는 능력
자기 동기 유발 능력	• 계획한 것을 실행하기 위해 동기를 만들고, 귀찮고 힘든 것을 견디어내는 능력
공감 능력	• 다른 사람의 정서 상태를 정확하게 읽고 무엇인지 구별하여 이해하고 전달하는 능력 • 타인과의 친밀감, 유대감, 소속감 형성
인간관계 관리능력	• 대인관계에서 나타나는 문제를 잘 다루고 타인과 적절히 상호작용하는 능력 • 사회적 성취와 리더십에 중요하게 작용

VI. AI 시대에 감성지능의 중요성과 역할

3. 감성지능의 역할

- AI가 확산되는 시대에 **인간다움**을 지키고 **AI를 도구**로서 적절히 활용하는데 **감성지능**이 중요한 역할을 할 것이다.
- ‘디지털 정서지능(digital emotional intelligence)’ 제안(Audrin , 2023)

1) 진정성 있는 연결

- 감정은 자극에 대한 그 사람의 실제 반응, 태도(이지영, 2025a)
- 텍스트 간 감정, 태도, 의도, 욕구 등을 알아차리고 처리

디지털 매개 관계

- 디지털 관계에서 인간적인 따뜻함을 전달하는 능력이 중요해짐.
 - 메마르고 건조한 방식의 디지털 대화방식을 보완할 수 있는 능력
- 
- 감성지능은 디지털 관계에서 **진심이 느껴지는 소통**을 가능.
 - 디지털 관계에 지치고 **결핍된 친밀감**을 느끼도록 해줌.

VI. AI 시대에 감성지능의 중요성과 역할

3. 감성지능의 역할

2) 의사결정

Keypoint

- 인간관계를 맺는 어려움과 비용을 줄이고 다양한 욕구 충족을 위해 **AI를 도구로 활용하는 능력**을 키울 필요 있음.
 - 조언자 : 정보처리능력 활용, 문제해결을 위한 조언이나 자문
 - 친구 : 대화 및 정서적 지지 → 고립감과 외로움 완화
 - 상담자 : 얘기하고 이해와 타당화, 공감 얻으며 마음 정리
 - 감정조절 : 감정 경험 표현 및 해소

- **AI에게 끌려다니지 않고 AI를 주도하고 활용할 수 있는 능력**

AI에의 정서적 의존(중독)은 누가 하느냐가 문제!

➡ **정서적으로 취약한 사용자**일 경우 의존성과 중독 (진효진, 차미영, 2024)

VI. AI 시대에 감성지능의 중요성과 역할

취약한 상태의 사람?

- 발달 단계 : 유아, 아동, 청소년(Opel et al., 2023)
- 취약해져 있는 상황 : 스트레스가 심한 상황, 고립된 상황
- 특징: 낮은 자존감, 대처능력 낮음, 미성숙,
성장과정에서 상처 및 정서적 결핍이 심한 경우



- AI 사용에 주의 및 제한
- 감성지능을 키우는 것이 중요
 - 정서조절능력(스트레스 대처)
- 사회적 유대감을 형성하는 실제 관계 필요

감성지능

- 정서가 주는 정보,의미 파악 → 처한 상황에 적절히 대처 → 생존 및 적응
- 감성지능은 AI의 한계를 보완하고 인간을 이해하고 고려하는 인간 중심의 의사결정을 내리는 데 필수적 능력
- 감정은 관련한 자신과 타인의 욕구 와 관심사 파악, 우선순위를 결정

VI. AI 시대에 감성지능의 중요성과 역할

3) 갈등 조율(의사소통능력)

- 디지털 대화는 맥락, 표정, 억양을 충분히 읽기 어려워 오해 및 갈등 발생

Keypoint

- 감성지능이 높을수록 상대의 숨은 의도와 감정을 읽고 갈등을 예방하고 해결할 수 있다.
- 디지털 매개 관계에서 AI와 협업, 인간과 **소통 및 협업 능력** 중요

➡ 오해를 풀고 갈등을 해결할 수 있는 관리 능력이 중요해짐

4) 디지털 스트레스 관리

- 과도한 연결과 정보의 홍수 속에서 피로감 증가
- 정보의 과부하, 비교심리, 관계 소외 등으로 인해 감정 소진 초래

➡ 자기 인식과 자기 조절 및 정서조절 등 감성지능은 디지털 환경에서 심리적 균형을 유지하게 돕는다.

VI. AI 시대에 감성지능의 중요성과 역할

3. 감성지능의 역할

5) 사회 조직 유지

- 자기중심적 대인관계 패턴의 사람들 사이에서 감성지능이 높아 사회적 기술과 대인관계능력이 우수한 사람을 선호
- 타인과의 경계(선)를 존중하고 보호하는 태도 필요(윤리적 감수성)



사회적 규범을 지키고, 공존 가능
사회 조직이 파괴되지 않고 유지할 수 있음

종합 제언

- 미래 사회의 핵심역량은 **AI 활용 능력(지식과 기술)과 감성지능**
- 특히, 관계의 질적 측면에서 공허함과 단절감이 동반
→ 감성지능은 인간관계의 **신뢰와 깊이를 지켜주는 인간 고유의 자원**으로 작동할 것



미래 사회는 단순 지식이나 기술 보다 공감능력, 정서조절능력, 대인관계능력 등 감성지능이 더욱 중요한 역량으로 부각될 것!

V. 참고문헌

- 강지희, 서동욱, 서은국, 이지영 (2023). 특별좌담: 타인은 누구인가? 철학과 현실, 139, 12-63.
- 김수민, 백선환 (2023). 챗GPT의 거대한 전환. 서울:알에이치코리아.
- 나은영 (2025). AI와 인간관계의 변화. 서울: 커뮤니케이션북스.
- 송선영 (2017). 인공지능 로봇과 인간의 관계에 대한 윤리적 성찰과 전망. 영어권문화연구, 10(3), 61-83.
- 이지영 (2003). 정서지능에 대한 연구 고찰. 학생연구(서울대학교), 37(1), 61-77.
- 이지영 (2020). 나를 잃어가면서 지켜야 할 관계는 없다-관계에서 상처받은 사람들을 위한 감정수업. 서울: 스몰빅라이프.
- 이지영 (2023a). A.I. 시대가 대신할 수 없는 것. 서울책보고 웹진 26호.
- 이지영 (2023b). 매뉴얼 없는 인간관계에서 기억할 두 가지. 서울책보고 웹진 27호.
- 이지영 (2024a). 삶의 의미가 있고, 살만한 가치가 있어야 사는 것인가? 철학과 현실, 140, 75-91.
- 이지영 (2024b). 정서중심적 치료(Emotion-Centered Therapy): 변화를 위한 체험적 심리치료. 서울: 박영사.
- 이지영 (2024c). AI 시대에 더욱 빛나는 인간의 능력: 감성지능의 중요성과 개발법. GS칼텍스 기업 블로그(미디어허브).
<https://gscaltexmediahub.com/future/emotional-intelligence/>

V. 참고문헌

- 이지영 (2025a). 정서조절코칭북: 내 감정의 주인이 되어라 3판. 서울: 박영사.
- 이지영 (2025b). 내가 먼저 나를 아껴야 남도 나를 아껴준다. 서울: 스몰빅라이프.
- 장동선 (2022). AI는 세상을 어떻게 바꾸는가. 김영사.
- 진효진, 차미영 (2024). 대화형 AI의 기회와 과제: 정신건강과 윤리 관점에서의 챗봇의 잠재력. 정보과학회지, 42(1), 21-25.
- 황매향 (2025). AI와 심리상담. 서울: 커뮤니케이션북스.
- 홍민기 (2023). 인공지능 기술과 인간의 관계에 대한 하이데거적 조망. 철학 · 사상 · 문화, 학교 동서사상연구소, 43, 255-272.
- Audrin, C., & Audrin, B. (2023). More than just emotional intelligence online: Introducing “digital emotional intelligence” Frontiers in Psychology, 14; 1154355.
- Ehrenreich, J. T., Fairholme, C. P., Buzzella, B. A., Ellard, K. K., & Barlow, D. H. (2007). The role of emotion in Psychological therapy. Clinical Psychology: Science and Practice, 14(4), 422-428.
- Opel, D. J., et al. (2023). AI as a mental health therapist for adolescents. JAMA Pediatrics, 177(12), 1253-1254.
- Song, X., Xu, B., Zhao, Z. (2022). Can people experience romantic love for artificial intelligence? An empirical study of intelligent assistants. Information & Management, 59(2), 103595.1-8.

V. 참고문헌

- Sharma, A., Lin, I. W., Miner, A. S., Atkins, D. C., & Althoff, T. (2022). Human –AI collaboration enables more empathic conversations in text-based peer-to-peer mental health support. arXiv:2203.15144v1, 1-61.
- Stanton, A., Danoff-Burg, S., Twillman, R., Cameron, C., Bishop, M., & Collins, S. (2000). Emotionally expressive coping predicts psychological and physical adjustment to breast cancer. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(5), 875-882.
- Tak, A. N., & Gratch, J. (2024). Gpt-4 emulates average-human emotional cognition from a third-person perspective. arXiv:2048.13718.
- Weber-Guskar, E. (2021). How to feel about emotionalized artificial intelligence? When robot pets, holograms, and chatbots become affective partners. *Ethics and Information Technology*, 23, 601-610.
- Wu, X., Wang, H., Yan, Z., Tang, X., Xu, P., Siok, W-T., Li, P., Gao, J-H., Lyu, B., & Qin, L. (2025). AI shares emotion with humans across languages and cultures.