

Міністерство освіти і науки України
Хмельницька обласна рада
Хмельницька гуманітарно-педагогічна академія
Факультет дошкільної освіти та психології
Кафедра психології



ПРАКТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ ХХІ ст.: ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

*З нагоди 130-ї річниці від дня народження Анни Фройд,
психологині, засновниці Его-психології й дитячого психоаналізу*

**МАТЕРІАЛИ
ІХ МІЖВУЗІВСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ**

22 квітня 2025 року

Хмельницький – 2025

8. Фрейд З. Гальмування, симптом і тривогу. Зібрання творів: переклад. з нім. Т. 6. Істерія і страх. Київ: Фірма СТД, 2006.

9. Чиньона І.І. Особливості впливу тривожності на розвиток соціального інтелекту студентів: дис. канд. психол. наук: 19.00.05. Херсон; Східноукраїнський національний університет ім. Володимира Даля, 2017. 240 с.

10. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. 640 с.

11. Шевченко Н.Ф. Гіперфункція тривожності у підлітків: превентивна стратегія. Практична психологія та соціальна робота. Київ, 2017. №7. С. 17-22.

КОНДРАЦЬКА Лариса, кандидатка психологічних наук, доцентка, доцентка кафедри педагогіки, психології, початкової освіти та освітнього менеджменту, КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради

ТЕСЛЕНКО Марина, кандидатка педагогічних наук, доцентка, доцентка кафедри психології та педагогіки, НУ «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ВПРОВАДЖЕННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ПСИХОЛОГІЧНУ ПРАКТИКУ

Вступ. Сучасний світ переживає стрімкий розвиток технологій, зокрема штучного інтелекту, який має великий потенціал для трансформації освітніх процесів. Актуальним завданням для науковців є дослідження потенціалу використання технологій штучного інтелекту у різних галузях. Для цієї наукової розвідки предметом вивчення було обрано аналіз впливу штучного інтелекту на психологічні дослідження, оскільки в умовах швидких змін в глобальному інформаційному просторі, зростання обсягів даних та впровадження штучного інтелекту створюють потребу у розумінні перспектив та можливостей цифрової психології.

Постановка проблеми. Сьогодні ШІ та нейромережі все частіше застосовуються в різних сферах життя, зокрема й у психології. Д. Бернацька досліджувала питання заміни психолога роботом, розглянувши таких роботів як EMAR, Vector та Buddy. На думку дослідниці, штучний інтелект є дієвим помічником у психологічній практиці, однак він позбавлений емпатії. У дослідженні К. Оладімеджі та ін. розглянуто вплив штучного інтелекту на укріплення психічного здоров'я. У статті М. Салах та ін. описано використання ChatGPT у дослідженнях соціальної психології, автори розглянули переваги та недоліки цієї технології, а також запропонували рекомендації щодо його практичного й відповідального застосування. С. Чжоу, Дж. Чжао та І. Чжан здійснили короткий огляд використання штучного інтелекту під час психологічного втручання й діагностики. Науковці констатували позитивний вплив нейронної мережі на етапах виявлення, діагностики та лікування психічного розладу. Важливо усвідомити, що ШІ не може повністю замінити психолога, проте може стати потужним інструментом для покращення якості психологічних послуг та збереження психічного здоров'я в умовах повномасштабної війни.

Виклад основного матеріалу. Штучний інтелект (ШІ) активно прогресує у всіх сферах, оскільки сприяє оптимізації й автоматизації будь-яких процесів. За даними з 2023 по 2030 рр. передбачається, що впровадження технологій штучного інтелекту щорічно збільшуватиметься на 37,3 %. Галузь психології не є винятком, оскільки згідно статистики понад 14 млн. українців потребують психологічної допомоги [3]. Відповідно до цього, штучний інтелект починає відігравати важливу роль у роботі психолога, оскільки сприяє прискоренню взаємодії з клієнтом.

З огляду на ці виклики, використання штучного інтелекту для автоматизованого збору та аналізу інформації може суттєво полегшити роботу психолога.

Упровадження штучного інтелекту у сферу психологічних досліджень може бути класифіковане у три основні категорії: теоретична психологія, науково-прикладна та практична психологія. У рамках теоретичної психології, штучний інтелект здатний виконувати такі функції: аналіз об'ємних масивів інформації, систематизація даних, ідентифікація закономірностей та тенденцій, моделювання процесів соціальної взаємодії та поведінки, аналіз великих кількостей випадків, а також прогнозування результатів.

З цією метою можна використовувати популярні пошукові системи, зокрема Google, допомагають знайти релевантні матеріали за ключовими словами та фразами. Сервіс Feedly працює як інструмент для агрегації новин і дозволяє підписатися на блоги, новинні сайти та інші джерела для отримання актуальної інформації. Google Alerts може сповіщати користувача про новий контент, що відповідає заданим критеріям пошуку.

Штучний інтелект може суттєво скоротити час, необхідний для пошуку матеріалів, перетворившись на персонального асистента психолога.

Одними з найцікавіших інновацій у сфері ШІ є ChatGPT, DeepSeek, Grok. Вони являють собою системи глибокого навчання, здатні генерувати тексти, які мають логіку, структуру та стиль, подібні до людських. Це дозволяє використовувати їх для створення навчальних матеріалів.

Наприклад, ChatGPT можна використовувати у дослідженнях психології як потужний інструмент для генерації ідей та гіпотез, у здійсненні аналізу якісних даних (наприклад, інтерв'ю чи фокус-груп), при моделюванні соціальних сценаріїв, готуючи матеріали для експериментів допомагаючи з формулюванням анкет або опитувальників.

У науково-прикладній психології застосовується для: виявлення психологічних закономірностей; отримання даних і створення цифрового психологічного профілю.

Ось перелік додатків, що можуть бути використані у психологічних дослідженнях: ADA, Chai, Elomia, Mindspa, Nuna, Serenity, Stresscoach, Woebot, Wysa та Youper [3].

Сфера практичної психології визначає такі завдання для нових технологій: автоматизація адміністративних процесів, як-от керування записами та нагадуваннями; аналіз та обробка даних клієнтів; фінансове управління; створення автоматичних відповідей на типові питання за допомогою чат-ботів; аналіз поведінкових патернів; розробка індивідуальних планів психологічної підтримки; оцінка та прогнозування ризиків; інтерактивні терапевтичні сесії; інтеграція з різноманітними базами даних для проведення досліджень; моніторинг динаміки змін.

Нейронну мережу можна використовувати для розпізнавання факторів ризику суїцидальної поведінки, оцінки, прогнозування та кластеризації психологічного здоров'я. Так, у дослідженні, проведеному в Китаї, було використано штучну нейронну мережу для ідентифікації ризику депресії серед

старшокласників. Ця модель досягла точності 81%, виявивши ключові фактори, що обумовлюють стрес, серед яких – високий рівень сприйнятливості до негативних життєвих подій, низький рівень емоційної стійкості, відсутність ефективних стратегій подолання труднощів, а також недостатня підтримка з боку оточення.

Розроблена вченими з Массачусетського технологічного інституту нейронна мережа, може знаходити депресивні схильності в тексті чи аудіо повідомленнях. В майбутньому модель може бути додана в мобільні застосунки, які відстежують текст і голос користувача на предмет психічних розладів. Можливо з часом ця мережа буде в усіх мобільних девайсах, котрі аналізуватимуть текст і голос експлуатанта на схильність до психічних розладів.

Іншими прикладами роботів, які допомагають налагодити психічне здоров'я є:

EMAR – робот, що був розроблений для молодих людей. Завдяки сенсорному екрану він може заміряти обсяг стресу через спілкування з юзером.

Vector – це програма, що була створена для допомоги і спілкування. Вона може показувати погоду, фотографувати, відповідати на питання. Попри те, що науково не доведена ефективність цієї програми, вона має схожий вплив на людей, як і домашні тваринки.

Buddy – робот розроблений для людей похилого віку та дітей, які мають хронічні захворювання, або госпіталізовані в лікарню [1].

Melty – мобільний помічник, що у зручний спосіб допоможе вам зрозуміти свій психологічний стан, виконуючи функцію персонального психологічного асистента.

Попри численні переваги, впровадження штучного інтелекту в практичну психологію має певні ризики, зокрема [2]:

- Порушення приватності – використання ШІ може спричинити збір і використання персональних даних без належного захисту;
- Залежність від технологій – зникнення організаційних навичок, оскільки вони будуть замінені штучним інтелектом;
- Когнітивна атрофія – надмірне використання ШІ може негативно впливати на когнітивні здібності, що полягає у втраті пізнавальних функцій.

Тому для забезпечення етичного та відповідального застосування штучного інтелекту у психологічних дослідженнях варто дотримуватися наступних порад: завжди перевіряйте

інформацію, отриману через штучний інтелект, адже вона може бути помилковою; утримуйтеся від поширення особистої та конфіденційної інформації в мережі; оцініть дані критично, оскільки ШІ може не враховувати контекст та обставини, що може призвести до безглузвих результатів.

Важливо також, щоб на законодавчому рівні було розроблено норми етичного використання штучного інтелекту в цифровій психології, щоб уникнути проблем із маніпуляціями й обманом.

Висновки. Ігнорувати існування штучного інтелекту неможливо. Важливо навчити практичних психологів свідомо використовувати ці технології та розуміти їхні моральні й етичні аспекти.

Алгоритми штучного інтелекту в сфері психологічних досліджень не здатні повністю замінити фахівців, проте вони слугують додатковим засобом для збору даних, який може поліпшити якість та прискорити процес роботи.

Успішне впровадження штучного інтелекту в психологічну сферу вимагає ретельного відбору відповідних технологій та належної підготовки практичного психолога до їхнього використання. Для особистості, яка розвивається в атмосфері залученості та співпраці, персоналізовані сервіси ШІ можуть стати безцінним інструментом, що сприятиме розвитку здібностей, покращенню ментального здоров'я та підвищенню самоефективності.

Список використаних джерел

1. Бернацька Д. А. Штучний інтелект і психологія. Чи може робот замінити психолога? XXI Міжнародна конференція «Політ. Сучасні проблеми науки». Напрямок «Гуманітарні науки». 2021. Том. 1. С.99-100.

2. Бондаренко В. Свобода розуму чи пастка інтелекту. Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Гуманність у контексті сталого розвитку: виклики і перспективи» (Львів, Україна – Земмерінг, Австрія, 11-14 березня 2025 року). Львів. ЛНУ імені Івана Франка. 2025. С. 63-68.

3. Севост'янов П. О., Клімушев В. В., Клімушева Г. С. Вплив штучного інтелекту на сучасні психологічні дослідження: перспективи та можливості цифрової психології. Перспективи та інновації науки» (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»). 2024. № 4 (38) С. 1025-1036.