

УДК 159.9

Пилипенко К. В.

канд. психол. наук, доц. НУ «Запорізька політехніка»

ЗАСТОСУВАННЯ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ У СФЕРІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ: МОЖЛИВОСТІ ТА ВИКЛИКИ

У сучасному світі технології штучного інтелекту (ШІ) активно інтегруються у різні сфери діяльності людини, зокрема в освіту, медицину та психологію. Їх застосування відкриває нові можливості для оптимізації процесів аналізу даних, прийняття рішень та надання допомоги. Особливого значення набуває використання ШІ у сфері психологічної допомоги, де виникає потреба у швидкому, доступному та ефективному реагуванні на психоемоційні запити населення. Штучний інтелект дозволяє здійснювати комплексний аналіз поведінкових, когнітивних і емоційних характеристик людини. Зокрема, сучасні алгоритми здатні розпізнавати мовлення, аналізувати інтонації голосу, міміку, а також фізіологічні показники. Це створює підґрунтя для більш точної оцінки психічного стану та раннього виявлення психологічних проблем.

На сьогодні широко поширені цифрові інструменти психологічної підтримки, серед яких особливе місце займають чат-боти та мобільні додатки. Такі системи, як Woebot, Youper, Replika та Tess, базуються на принципах когнітивно-поведінкової терапії та спрямовані на допомогу користувачам у подоланні тривожності, стресу та депресивних станів. Вони забезпечують постійний доступ до підтримки, що є особливо важливим для осіб, які не мають можливості звернутися до фахівця.

Перспективним напрямом є використання соціальних роботів та віртуальних аватарів. Такі технології застосовуються у роботі з людьми похилого віку, пацієнтами з деменцією, а також дітьми з розладами аутистичного спектра. Вони сприяють розвитку соціальних навичок, зменшенню відчуття самотності та покращенню емоційного стану.

Окрему увагу слід приділити використанню ШІ у діагностиці психічних станів. Застосування методів машинного навчання дозволяє аналізувати великі масиви даних, включаючи результати електроенцефалографії, поведінкові патерни та відеоспостереження. Це сприяє підвищенню точності діагностики та прогнозуванню розвитку психічних розладів.

Водночас впровадження штучного інтелекту у сферу психологічної допомоги супроводжується рядом викликів. Серед них особливо актуальними є етичні проблеми, пов'язані з конфіденційністю персональних даних, безпекою їх зберігання та використання. Важливим є також питання відповідальності за прийняті рішення, оскільки алгоритми можуть містити помилки або упередження. Крім того, штучний інтелект має обмеження у формуванні глибокого емоційного контакту, що є ключовим елементом психологічної допомоги. Надмірне використання цифрових інструментів може призводити до зниження ролі міжособистісної взаємодії та формування залежності від технологій.

Незважаючи на зазначені труднощі, ШІ має значний потенціал у підвищенні доступності психологічної допомоги, особливо у віддалених регіонах або серед соціально вразливих груп населення. Він може виступати як допоміжний інструмент для фахівців, оптимізуючи їхню роботу та розширюючи можливості діагностики і підтримки.

Отже, застосування штучного інтелекту у сфері психологічної допомоги є перспективним напрямом, який потребує подальших досліджень, розробки нормативної бази та етичних стандартів. Важливо забезпечити баланс між технологічними можливостями та збереженням гуманістичних та етичних принципів психологічної практики.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Ганаба С., Олешко Д. Використання штучного інтелекту у сучасній психології: можливості та виклики. *Наукові інновації та передові технології*. 2025. № 12 (52). С.760-770. DOI: 10.52058/2786-5274-2025-12(52)-760-770
2. Душка А. Л., Прокофьева О.О., Кобильнік Л. М. Штучний інтелект у психології. *Перспективи та інновації в науці. Серія. Педагогіка. Психологія. Медицина*. 2025. № 8 (54). С. 1264-1275.
3. Мельник М., Малиношевська А., Андросович К. Генеративний штучний інтелект у психології: наслідки та рекомендації для науки і

практики. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2024. Том 103. №5. С. 188–206. DOI: 10.33407/itlt.v103i5.5748

4. Осадчий О. Використання штучного інтелекту в діагностиці психологічного стану. *Інформаційні технології та суспільство*. 2023. №1 (7), С. 59-65. DOI: 10.32689/maup.it.2023.1.8

5. Тиньков О. М., Кузьміна С. В. Впровадження штучного інтелекту в діагностичні процеси психотерапії. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2026. №1. С. 22-26. DOI: 10.32782/psy-visnyk/2026.1.4

6. Chen ZS, Kulkarni PP, Galatzer-Levy IR, Bigio B, Nasca C, Zhang Y. Modern views of machine learning for precision psychiatry. *Patterns*. 2022 Nov 11;3(11):100602. DOI: 10.1016/j.patter.2022.100602.

7. Cresswell K, Cunningham-Burley S, Sheikh A. Health Care Robotics: Qualitative Exploration of Key Challenges and Future Directions. *J Med Internet Res*. 2018 Jul 4;20(7):e10410. DOI: 10.2196/10410.