

Львова Светлана Владимировна, к.псх.н., доцент,
Московский городской педагогический университет, г. Москва

Данилова Кристина Александровна, Студент,
Московский городской педагогический университет, г. Москва

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
ПСИХОЛОГА И ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ
PROFESSIONAL ACTIVITY OF A PSYCHOLOGIST
AND ARTIFICIAL INTELLIGENCE**

Аннотация: в рамках данной научной статьи, основываясь на актуальных исследованиях, особое внимание посвящается выявлению инновационных возможностей, предоставляемых искусственным интеллектом для развития и роста психологов как профессионалов.

Ключевые слова: искусственный интеллект, профессия психолога, профессиональное развитие психолога, чат-боты с искусственным интеллектом.

В контексте стремительного технологического прогресса, существенное внимание уделяется воздействию искусственного интеллекта (ИИ) на будущие рабочие условия и профессиональное развитие человека. Перемещаясь в эпоху все большего внедрения искусственного интеллекта в различные сферы человеческой жизни, психологам необходимо углубленно исследовать его влияние на будущую трудовую сферу, а также способы эффективной адаптации человека к грядущим изменениям.

Основной целью статьи является анализ актуальных исследовательских работ и выявление текущих трендов в области развития искусственного интеллекта в психологии, а также изучение ключевых навыков и качеств, становящихся все более значимыми для успешного профессионального развития психолога в условиях широкого использования искусственного интеллекта.

Для улучшения ментального здоровья в настоящее время уже используются различные «социальные роботы», которые помогают пожилым людям справляться с чувством одиночества. В Великобритании в домах престарелых провели такой эксперимент, который показал, что люди, использовавшие робота по имени Пеппер, заметили значительное улучшение своего психического состояния [4].

Роботы сейчас умеют определять состояние клиента по его физиологическим характеристикам, некоторые из которых не видны человеческим взглядом (температуру тела, кровотока, изменение звуковых волн голоса, распознавание запахов). Искусственный интеллект используется для постановки диагнозов и удаленного отслеживания состояния пациентов в больницах. Потенциал его применения велик, и при сочетании психологического профессионализма человека с технологиями искусственного интеллекта оказывается положительное влияние на здоровье клиентов и здравоохранение в целом [1].

Но также следует понимать, что искусственный интеллект и нейросети хоть и стремятся стать похожими на биологические, но имеют ограничения. Воображение нейросетей в большой степени уступает человеческому, к ним не может прийти вдохновение, они не обладают креативностью. Поэтому человек может создавать произведения искусства, вкладывая смысл и идею, а нейросеть создает лишь узнаваемые формы [3]. Аналогично можно привести в области психологии: пока нейросеть работает по выученному алгоритму, генерирует предложения, которые содержат подходящие к запросу советы, психолог, используя различные методики, все же создает новые алгоритмы работы для каждого клиента индивидуально.



Поэтому можно предположить, что в будущем профессия психолога трансформируется таким образом, что в нее будут внедряться новые технологии именно как инструменты специалиста, а не как его замена [2].

Перейдем к самим технологиям, которые уже внедрены в психологическую деятельность и будут использоваться с каждым днем все чаще и чаще. В основном психологами используются две технологии: дополненная или виртуальная реальность и чат-боты для снятия тревожности и преодоления стресса. Рассмотрим эти инструменты, которыми могут пользоваться психологи.

Дополненная реальность (AR) и виртуальная реальность (VR) в сочетании с искусственным интеллектом дают психологам возможность моделировать любые ситуации, воссоздавать обстановку, полностью контролировать ее, вносить различные стимулы, оказывающие то или иное влияние на состояние клиента. Психолог с помощью AR- и VR-технологий в работе с тревогой клиента может воссоздать стрессовую ситуацию (например, важный звонок или собеседование) и пройти через нее вместе с ним. Также можно использовать эти технологии для медитаций и визуализации.

Чат-боты с искусственным интеллектом, виртуальные собеседники, большие языковые модели и многие другие варианты названия – все это один инструмент, который может использоваться различными способами. Психолог может посоветовать чат-бот клиенту для тех ситуаций, когда ему тревожно, некому выговориться или не от кого получить обратную связь в данную минуту, нет нужного человека рядом, а сложная ситуация есть. Например, языковая модель ChatGPT отвечает человеку исходя из принципа «не навреди». Она не скажет клиенту «просто займись делом», не обесценит его чувства и эмоции. На рисунке 1 приведен пример диалога с чат-ботом. Он принял эмоции клиента, приободрил его и дал несколько практических советов.

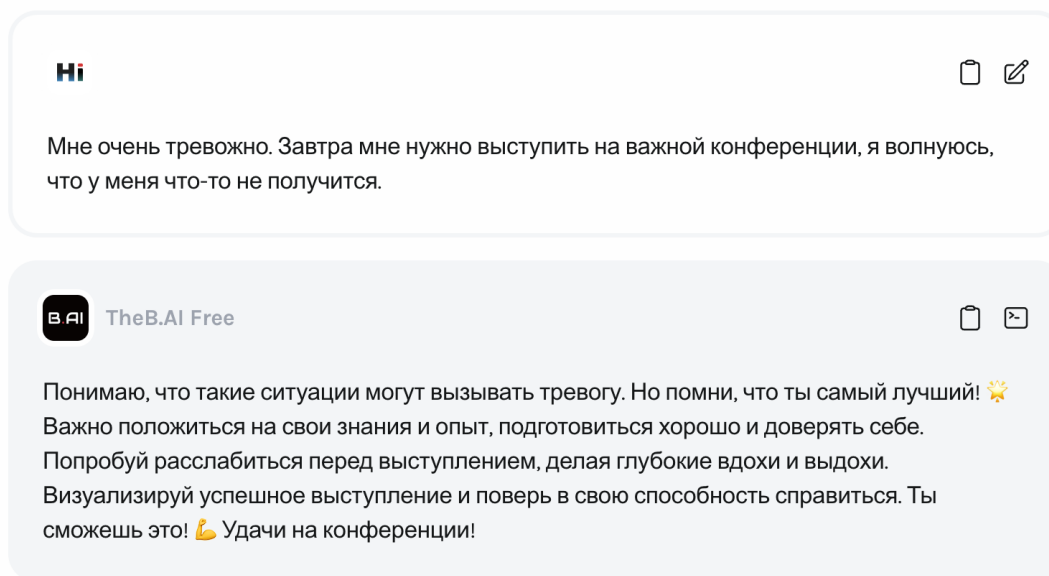


Рисунок 1. Диалог с чат-ботом

Также приложения с искусственным интеллектом и те же чат-боты можно использовать, как дневники. Они могут быть полезны в тех случаях, когда вести дневник на бумаге или в заметках сложно (например, у клиента есть жесткий внутренний критик, а чат-бот не будет давать критику без просьбы). По запросу, чат-бот может дать совет, выслушать и поддержать или просто отметить дату и время внесенной записи. На рисунке 2 и рисунке 3 показан пример ведения личного дневника с использованием искусственного интеллекта.



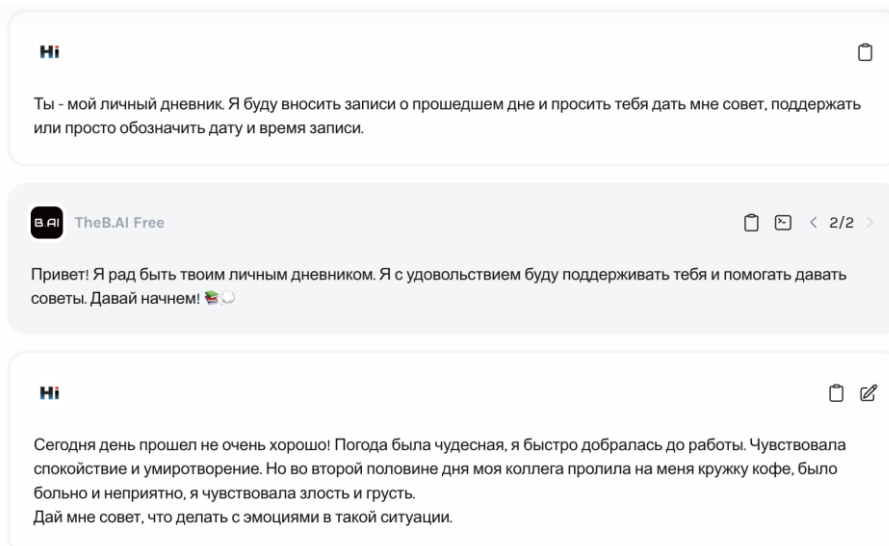


Рисунок 2. Внесение записи в ИИ-дневник

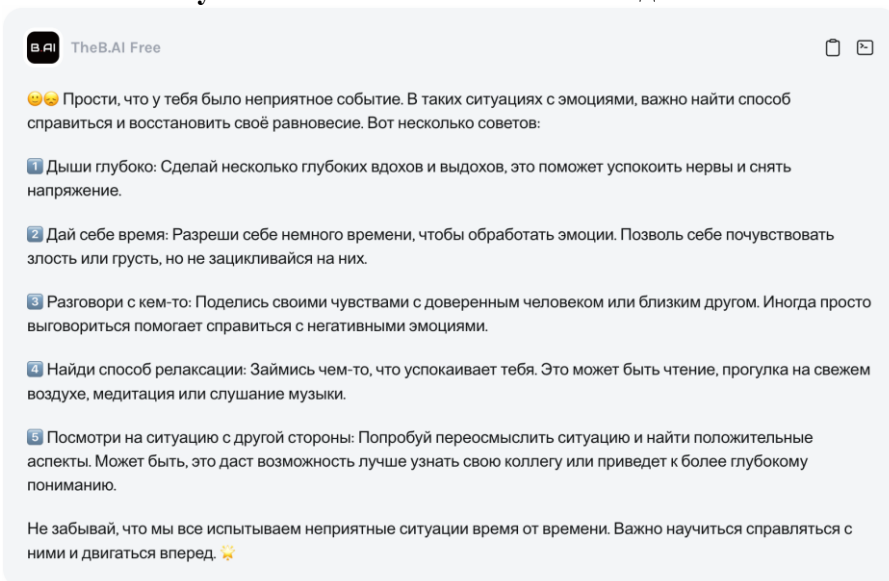


Рисунок 3. Ответ, полученный от чат-бота

На рисунке 3 можно увидеть, что чат-бот в некоторых местах выдает неуместные фразы («Прости, что у тебя было неприятное событие», «Разговори с кем-то», «возможность лучше узнать коллегу»), но в целом его ответ получается полезным, так как человек может за считанные секунды получить практический совет или минимальную поддержку. Конечно, это не заменит полноценный сеанс у психолога, но как моментальное снятие напряжения или тревоги – вполне действенный способ.

Для внедрения новых методов в свою работу, психолог должен обладать некоторыми навыками и качествами, которые становятся все более важными для успешного профессионального развития психолога в эпоху искусственного интеллекта: открытость к новому опыту, адаптивность и обучение на протяжении всей жизни, анализ и интерпретация больших объемов информации, техническая грамотность, креативность и инновации. В условиях, когда ИИ берет на себя рутинные задачи, психологам следует сосредоточиться на разработке творческих решений сложных проблем, используя свои уникальные сильные стороны как специалистов.



Таким образом, различные технологии искусственного интеллекта могут успешно использоваться психологами как инструменты взаимодействия с клиентами. Они могут повышать эффективность своих сессий путем проигрывания ситуаций, воспроизведенных искусственным интеллектом, а также давать клиентам способы самостоятельного преодоления сложных ситуаций, в которых им нужно высказаться, получить напутствие или слова поддержки, посмотреть на ситуацию с иной стороны. Используя эти и многие другие инструменты искусственного интеллекта, психология на практике сможет продвигаться вперед огромными шагами, ведь потенциал искусственного интеллекта огромен: он может использоваться для анализа проведенных диагностик клиентов, для составления списков рекомендаций, для формирования психологических заключений.

Конечно, как сказано ранее, искусственный интеллект это не замена психолога, а всего лишь средство, используя которое психолог может добиться своих целей в работе в кратчайшие сроки. «Человеку нужен человек» – слова Станислава Лема, которые остаются актуальными, несмотря на огромный прогресс в сфере искусственного интеллекта.

Список литературы:

1. Корж Е.М., Громова А.В. Потенциал применения технологий искусственного интеллекта в психологии // Системная психология и социология. 2023. № 2 (46). С. 60-70.
2. Львова С.В. Влияние современной информационной среды на личностное развитие школьников // ЦИТИСЭ. 2022. №3. С. 83-95. DOI: <http://doi.org/10.15350/2409-7616.2022.3.07>, ISSN 2409-7616
3. Шестерина А.М. Потенциал использования технологий искусственного интеллекта в обучении креативным профессиям // Вестник Воронежского государственного университета. 2023. №52. С. 277-282.
4. Robots found to improve mental health and loneliness in older people – study // Express & Star. – 08.08.2020.

