

*Иглинская Инна Геннадьевна*

магистр, преподаватель

*Петракова Анастасия Владимировна*

бакалавр, преподаватель

Старооскольский филиал ФГАОУ ВО «Белгородский государственный  
национальный исследовательский университет»  
г. Старый Оскол, Белгородская область

**ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И НЕЙРОСЕТИ:  
ДВОЙСТВЕННЫЙ ФАКТОР РИСКА И РЕСУРС В ОБЕСПЕЧЕНИИ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ**

*Аннотация:* в статье рассматриваются двойственные аспекты влияния искусственного интеллекта (ИИ) и нейросетей на психологическую безопасность человека. С одной стороны, технологии ИИ могут служить мощным инструментом для улучшения психического здоровья, предлагая персонализированные решения и поддержку в кризисных ситуациях. С другой стороны, их использование также связано с рисками, такими как утрата конфиденциальности, манипуляция сознанием и зависимость от технологий. Анализируется влияние алгоритмов на формирование общественного мнения и эмоционального состояния пользователей, а также рассматриваются этические и правовые аспекты внедрения ИИ в сферы, связанные с психическим здоровьем. В заключении подчеркивается необходимость разработки комплексных стратегий, направленных на минимизацию рисков и максимизацию ресурсов, предоставляемых новыми технологиями для обеспечения психологической безопасности в современном обществе.

*Ключевые слова:* искусственный интеллект, психологическая безопасность, психическое здоровье, риски технологий, персонализированные решения, конфиденциальность, этические аспекты, манипуляция сознанием, алгоритмы, эмоциональное состояние, зависимость от технологий, общественное мнение, инновации в психологии, стратегии минимизации рисков.

В последние десятилетия искусственный интеллект (ИИ) и нейросети стали неотъемлемой частью нашей повседневной жизни, трансформируя различные сферы деятельности – от медицины до образования. Однако с их стремительным развитием возникает ряд вопросов о влиянии этих технологий на психологическую безопасность человека. С одной стороны, ИИ и нейросети предоставляют новые возможности для улучшения качества жизни, предлагая персонализированные решения и поддержку в сложных ситуациях. С другой стороны, они могут стать источником новых рисков, включая манипуляцию сознанием, утрату конфиденциальности и зависимость от технологий.

В данной статье мы рассмотрим двойственную природу ИИ и нейросетей как фактора риска и ресурса в контексте обеспечения психологической безопасности. Мы проанализируем, как эти технологии могут как способствовать, так и угрожать психическому здоровью пользователей, а также предложим стратегии минимизации возможных негативных последствий. Понимание этих аспектов является ключевым для формирования безопасной и устойчивой цифровой среды, способствующей гармоничному взаимодействию человека и технологий.

#### *Положительное влияние ИИ и нейросетей на психологическую безопасность.*

Искусственный интеллект позволяет создавать персонализированные программы поддержки, которые адаптируются к индивидуальным потребностям пользователей. Например, чат-боты и виртуальные терапевты могут предоставлять психологическую помощь в режиме реального времени, что особенно важно для людей, испытывающих трудности в доступе к традиционным формам терапии. Эти технологии могут помочь снизить уровень стресса и тревожности, обеспечивая доступ к ресурсам в любое время и в любом месте [1, с. 39–48].

ИИ способен анализировать большие объемы данных и выявлять паттерны, которые могут быть неочевидны для человека. Это позволяет более точно диагностировать психические расстройства и предлагать эффективные методы лечения. Например, алгоритмы могут анализировать голосовые образцы или текстовые сообщения для выявления признаков депрессии или тревожности, что способствует раннему вмешательству.

Нейросети могут использоваться для создания адаптивных образовательных платформ, которые учитывают индивидуальные особенности учащихся. Это способствует снижению уровня стресса и повышению мотивации, так как учащиеся получают возможность учиться в своем темпе и получать поддержку в сложных темах [3, с. 9–33].

*Риски, связанные с использованием ИИ и нейросетей.*

Сбор и анализ личных данных являются основой работы многих ИИ-систем. Это может привести к утрате конфиденциальности и безопасности пользователей. Неэтичное использование данных может вызвать тревогу и недоверие к технологиям, что негативно сказывается на психологическом состоянии [2, с. 79–99].

Существует опасность манипуляции мнением и поведением пользователей через алгоритмы рекомендаций и таргетированную рекламу. Нейросети могут анализировать поведение пользователей и предлагать контент, который усиливает их страхи или предвзятости, тем самым негативно влияя на психическое здоровье.

С увеличением использования ИИ и нейросетей возрастает риск формирования зависимости от технологий. Постоянное обращение к виртуальным помощникам или чат-ботам может снизить способность человека справляться с проблемами самостоятельно, что ведет к ухудшению психологического состояния.

*Стратегии минимизации рисков.*

Необходимость разработки этических стандартов и регуляторных мер для использования ИИ становится очевидной. Это включает в себя защиту личных данных пользователей, прозрачность алгоритмов и ответственность разработчиков.

Обучение пользователей основам работы ИИ и нейросетей поможет повысить их осведомленность о возможных рисках и способах их минимизации. Программы повышения грамотности в области цифровых технологий могут помочь людям лучше справляться с вызовами, связанными с использованием этих технологий.

Создание интегрированных систем, которые сочетали бы традиционные методы терапии с ИИ-технологиями, может стать эффективным способом под-

держки психического здоровья. Важно, чтобы пользователи имели возможность обращаться за помощью к квалифицированным специалистам, а не полагаться исключительно на технологии.

Искусственный интеллект и нейросети представляют собой двусторонний меч, обладая как значительными преимуществами, так и потенциальными угрозами для психологической безопасности человека. С одной стороны, эти технологии открывают новые горизонты в области психического здоровья, предлагая персонализированные решения, улучшая диагностику и обеспечивая доступ к поддержке в любое время. С другой стороны, риски, связанные с утратой конфиденциальности, манипуляцией сознанием и зависимостью от технологий, требуют внимательного подхода и осознания последствий.

Для того чтобы максимально использовать возможности ИИ и нейросетей, необходимо разработать этические стандарты, регулирование и образовательные программы, которые помогут пользователям лучше понимать и управлять этими технологиями. Важно создать интегрированные системы, которые будут сочетать традиционные методы терапии с инновационными решениями, обеспечивая комплексную поддержку психического здоровья [4, с. 14].

Таким образом, будущее использования искусственного интеллекта и нейросетей в области психологии зависит от нашего умения находить баланс между рисками и ресурсами, что позволит создать безопасное и поддерживающее пространство для каждого человека в цифровом мире.

### *Список литературы*

1. Евсеенко С.М. Этапы развития технологий искусственного интеллекта и уточнение терминологии / С.М. Евсеенко // Инновации. – 2021. – №4. – С. 39–48. DOI 10.26310/2071-3010.2021.270.4.005. EDN WXAMTT

2. Кузнецов А.В. Искусственный интеллект и информационная безопасность общества: монография / А.В. Кузнецов, С.И. Самыгин, М.В. Радионов. – М.: РУСАЙНС, 2024. – 118 с.

3. Сысоев П.В. Искусственный интеллект в образовании: осведомлённость, готовность и практика применения преподавателями высшей школы технологий искусственного интеллекта в профессиональной деятельности / П.В. Сысоев // Высшее образование в России. – 2023. – №10. – С. 9–33. DOI 10.31992/0869-3617-2023-32-10-9-33. EDN TZYTKM

4. Эртель В. Введение в искусственный интеллект / В. Эртель; пер. с англ. А. Горман. – М.: Эксмо, 2019. – 448 с.