

Ставцев Олег Андреевич

студент

Научный руководитель

Пронина Наталья Андреевна

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ И НЕЙРОСЕТИ КАК ФАКТОР РИСКА И РЕСУРС В ОБЕСПЕЧЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

***Аннотация:** в статье рассматривается влияние технологий искусственного интеллекта и нейросетей на психологическую безопасность личности и образовательной среды.*

***Ключевые слова:** искусственный интеллект, нейросети, психологическая безопасность, цифровизация, информационные технологии.*

Искусственный интеллект (ИИ) и нейросетевые технологии становятся неотъемлемой частью современной жизни. Они активно внедряются в экономику, образование, медицину и повседневное общение людей. Однако вместе с развитием технологий возникает потребность в осмыслении их влияния на психологическое состояние личности. Цифровая трансформация несет не только возможности, но и угрозы: перегрузку информацией, тревожность, зависимость, снижение критического мышления и деформацию коммуникаций. Именно поэтому вопрос о соотношении ИИ и психологической безопасности становится одним из ключевых в гуманитарной и педагогической науке.

Психологическая безопасность личности определяется как состояние защищенности от деструктивных воздействий, создающее условия для самореализации, эмоционального благополучия и развития [1]. В условиях цифровизации понятие психологической безопасности расширяется: оно включает не

только защиту от внешнего давления, но и умение сохранять внутреннее равновесие при взаимодействии с цифровыми технологиями. Современный человек ежедневно сталкивается с потоками данных, уведомлений, алгоритмов, предлагающих решения за него. При этом снижается способность к саморегуляции, самостоятельному выбору и критическому восприятию информации [2].

Развитие ИИ сопровождается ростом новых психологических рисков. Среди них можно выделить несколько ключевых направлений.

Во-первых, это потеря личного пространства и приватности. Алгоритмы способны собирать, анализировать и прогнозировать поведение человека. Создаётся иллюзия тотального наблюдения, что повышает уровень тревожности и снижает доверие к цифровой среде [3].

Во-вторых, формируется зависимость от технологий. Люди всё чаще полагаются на цифровых помощников, а отсутствие доступа к сети вызывает раздражение и стресс. Такое состояние называют «цифровой тревогой».

В-третьих, нейросети способны влиять на мировоззрение через персонализированные рекомендации. Алгоритмы формируют так называемые «информационные пузыри», ограничивая доступ к альтернативным мнениям и снижая уровень критического мышления [4].

Несмотря на риски, технологии ИИ открывают широкие возможности для повышения уровня психологического благополучия. Современные системы могут анализировать эмоциональное состояние человека, помогать в саморегуляции, предлагать психологические практики и отслеживать уровень стресса [5]. В образовательной среде ИИ используется для раннего выявления признаков утомления, тревожности, выгорания, что позволяет преподавателям и психологам своевременно оказывать поддержку обучающимся.

Кроме того, искусственный интеллект может быть использован как инструмент самопомощи. Приложения для медитации, планирования времени и эмоционального мониторинга способствуют развитию осознанности и формированию устойчивости к стрессу. Таким образом, при ответственном приме-

нии ИИ становится ресурсом психологической стабильности и профилактики деструктивных состояний.

Использование ИИ требует соблюдения этических принципов. Важно обеспечить прозрачность алгоритмов, добровольность участия пользователей и защиту персональных данных. Особую роль играет цифровая грамотность: человек должен понимать, как работают технологии и какие последствия могут иметь их решения. Этические стандарты ИИ включают принципы недопустимости дискриминации, уважения к личности и предотвращения психологического вреда [6]. Для педагогической и психологической практики это означает необходимость формирования у студентов культуры ответственного взаимодействия с ИИ – как инструмента, а не заменителя человеческих решений.

Современные технологии искусственного интеллекта (ИИ) оказывают значительное влияние на когнитивное и эмоциональное развитие личности, особенно в образовательной среде. Основные направления этого влияния связаны с формированием мышления, внимательности, памяти, а также эмоциональной сферы студентов.

ИИ способен существенно изменять процессы мышления и познавательной деятельности. Интерактивные обучающие системы, интеллектуальные тьюторы и адаптивные платформы способствуют развитию аналитических навыков, критического мышления и способности к проблемному решению, предоставляя персонализированные задания и мгновенную обратную связь. Однако чрезмерная зависимость от ИИ может привести к снижению самостоятельного поиска информации и критического анализа, так как студенты могут полагаться на готовые решения, предлагаемые алгоритмами.

Использование ИИ в образовательных технологиях формирует новые стратегии распределения внимания и обработки информации. С одной стороны, мультимодальные системы обучения и визуализация данных способствуют улучшению зрительной и слуховой памяти, поддерживают концентрацию и повышают эффективность усвоения материала. С другой стороны, постоянное взаимодействие с интерактивными инструментами может фрагментировать

внимание, снижая способность к длительной концентрации на одном источнике информации.

ИИ оказывает влияние и на эмоциональное развитие личности. Системы с элементами эмоционального интеллекта способны распознавать настроение обучающегося и адаптировать стиль взаимодействия, что может повысить мотивацию, удовлетворенность учебным процессом и самооценку студентов. Вместе с тем, чрезмерная автоматизация общения и снижение личного контакта с преподавателем могут ослаблять навыки эмоциональной регуляции, эмпатию и межличностное взаимодействие.

Таким образом, воздействие ИИ на личность носит двойственный характер. Эффективное использование технологий требует осознанного подхода: необходимо сочетать интерактивные инструменты с традиционными формами обучения, развивать у студентов критическое мышление, навыки самостоятельного анализа и эмоциональную компетентность. Только в таком сочетании ИИ может стать катализатором когнитивного и эмоционального развития, не заменяя при этом фундаментальные человеческие качества.

Таким образом, искусственный интеллект и нейросети оказывают сложное и противоречивое влияние на психологическую безопасность личности. При неосознанном использовании они могут становиться источником тревоги, зависимости и эмоционального выгорания. Однако при этически выверенном и осознанном подходе ИИ способен служить средством профилактики стресса, поддержки психологического здоровья и развития критического мышления. Главная задача современного общества – научиться использовать технологии так, чтобы они помогали человеку оставаться человеком.

Список литературы

1. Баева И.А. Психологическая безопасность образовательной среды: теория и практика / И.А. Баева. – СПб.: Речь, 2018.
2. Лактионова Е.Б. Цифровая среда как фактор психологического благополучия и риска / Е.Б. Лактионова // Психолого-педагогические исследования. – 2023. – №2. – С. 45–57.

3. Горбачёв А.С. Искусственный интеллект в образовании: вызовы и перспективы / А.С. Горбачёв. – М.: Наука и образование, 2021.
4. Митина Л.М. Психология профессионального развития личности в условиях цифровизации / Л.М. Митина. – М.: Просвещение, 2022.
5. Назарова Т.Б. Этические аспекты использования искусственного интеллекта в образовании / Т.Б. Назарова // Образовательные технологии. – 2024. – №1. – С. 12–19.
6. Шувалов А.В. Духовная безопасность как фундаментальная основа психологической безопасности личности / А.В. Шувалов // Вестник МГПУ. – 2020. – №1. – С. 65–73.