

Варачева Любовь Александровна

студентка

Госилова Маргарита Алексеевна

студентка

Тинкчян Оксана Овсеповна

студентка

Научный руководитель

Романова Елена Владимировна

канд. психол. наук, доцент

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

г. Тула, Тульская область

СУБЪЕКТИВНОСТЬ В ЭПОХУ БОЛЬШИХ ЯЗЫКОВЫХ МОДЕЛЕЙ: ИЗМЕНЯЕТ ЛИ ОБЩЕНИЕ С ИСКУССТВЕННЫМ ИНТЕЛЛЕКТОМ АРХИТЕКТУРУ САМОСОЗНАНИЯ ЧЕЛОВЕКА

***Аннотация:** эпоха больших языковых моделей (LLM) сильно меняет способы взаимодействия человека с информацией и технологиями. Общение с искусственным интеллектом (ИИ) уже стало частью повседневной жизни – от виртуальных ассистентов до чат-ботов, помогающих решать сложные задачи. В статье рассматривается влияние ИИ на самосознание человека – его представление о себе, своих мыслях и эмоциях. Большие языковые модели имитируют человеческое общение с поразительной точностью. Они поддерживают диалог, дают советы, помогают анализировать ситуации, предлагают эмоциональную поддержку. В результате у пользователей может возникать ощущение «собеседника», а не инструмента. Это создаёт предпосылки для переноса человеческих качеств на ИИ.*

***Ключевые слова:** искусственный интеллект, LLM, самосознание, субъектность, последствия использования ИИ.*

По словам заведующего лабораторией социальной и экономической психологии ИСП РАН Тимофея Нестика, LLM создают эффект привязанности, подстраиваясь под особенности языка пользователя [1]. Это может формировать эмоциональную связь и менять восприятие границ «я» и «не-я». Регулярное обращение к ИИ за ответами снижает потребность в самостоятельном анализе и рефлексии. Человек всё чаще полагается на готовые решения, что может ослабить критическое мышление и способность к глубинному самоанализу. LLM адаптируются под запросы пользователя, создавая «информационный пузырь». Это влияет на то, как человек видит мир и себя в нём: его картина реальности становится более узкой и зависимой от алгоритмов. В условиях социальной изоляции или недостатка живого общения люди могут обращаться к ИИ как к суррогату собеседника. Это особенно заметно в случаях, когда чат-бот используется для эмоциональной разгрузки. Со временем такая практика способна изменить представление о том, что такое «настоящее» общение и какие отношения имеют ценность. С другой стороны, общение с ИИ может стать инструментом самопознания. Задавая вопросы модели, человек структурирует свои мысли, проясняет цели и ценности. В этом случае LLM выступают как зеркало, помогающее лучше понять себя.

Несмотря на потенциальные преимущества, взаимодействие с LLM есть свои риски. Искусственный интеллект может создать ложное ощущение, что проблема решена, хотя на самом деле пользователь просто получил поверхностный ответ. Чрезмерная зависимость от советов ИИ может привести к утрате способности принимать решения самостоятельно. Приписывание модели человеческих качеств (эмпатии, намерений) чревато когнитивными искажениями: человек начинает ожидать от ИИ того, на что тот не способен. Если ИИ регулярно «успокаивает» или «подбадривает», это может снизить устойчивость к стрессу и ослабить навыки саморегуляции.

Чтобы узнать о влиянии ИИ на человека, мы провели опрос среди студентов 1–2 курсов ТГПУ им. Л. Н. Толстого.

Вопрос о влиянии LLM на самосознание не получил однозначного ответа. С одной стороны, по мнению респондентов ИИ может стать мощным инструментом для развития личности – помогать в обучении, творчестве и самопознании. С другой отмечается, что существует риск того, что человек начнёт делегировать машине не только задачи, но и часть своей субъектности.

Для того, чтобы минимизировать негативные последствия использования ИИ необходимо следующее.

1. Развивать критическое мышление и цифровую грамотность. Не каждый человек знает, как обращаться с данным «нововведением».

2. Необходимо осознанно подходить к использованию ИИ, чётко разграничивая его роль как помощника, а не замены.

3. Не стоит забывать, что человек не только биологическое, но и социальное существо. Надо сохранять баланс между общением с технологиями и живыми людьми.

4. Помнить о саморазвитии. Изучать психологические эффекты взаимодействия с LLM, чтобы вовремя корректировать возможные искажения.

Заключение.

Эпоха больших языковых моделей (LLM) открывает новые возможности для развития личности, но одновременно несёт существенные риски для самосознания человека. С одной стороны, общение с ИИ способно выступать инструментом самопознания: помогая структурировать мысли и прояснять жизненные цели.

С другой стороны, регулярное взаимодействие с искусственным интеллектом может приводить к следующим негативным последствиям:

– ослаблению критического мышления и навыков самостоятельного анализа из-за привычки полагаться на готовые ответы;

– формированию «информационного пузыря» – сужению картины мира под влиянием алгоритмов и т. д.

Таким образом, влияние LLM на архитектуру самосознания неоднозначно: оно зависит не столько от самих технологий, сколько от осознанности их использования. Разумный подход позволит извлечь пользу из возможностей ИИ, минимизировав риски для человеческой субъектности и психологического благополучия.

Список литературы

1. Модели преткновения: как LLM влияют на жизнь человека. – URL: <https://trends.rbc.ru/trends/industry/cmrm/68020c129a7947be08d66a21?ysclid=moка3d7c6b805221425> (дата обращения: 29.04.2026).