

УДК 159.99

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА В РОЛИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТАНТА: ИЛЛЮЗИЯ ПОМОЩИ ИЛИ НОВЫЙ ВЫЗОВ?

М. В. Моржедова, Е. Г. Токарчук

ФГБОУ ВО Тверской ГМУ Минздрава России, г. Тверь, Россия

M. V. Morzheedova, E. G. Tokarchuk

USING ARTIFICIAL INTELLIGENCE AS A PSYCHOLOGICAL CONSULTANT: AN ILLUSION OF HELP OR A NEW CHALLENGE?

Tver State Medical University

Аннотация. В статье на основе эмпирического исследования 135 респондентов анализируется феномен использования искусственного интеллекта в роли психологического консультанта. Выявлено, что, несмотря на доступность и безоценочность ИИ, его применение создает риски формирования иллюзорной эмпатии, усугубления социальной изоляции и неспособности адекватно реагировать на кризисные состояния. Опираясь на концепции К. Роджерса, В. Франкла и М. Бахтина, обосновывается тезис о принципиальной невозможности замены живого психотерапевта алгоритмом, поскольку подлинное исцеление требует не безличного знания, а эмпатической встречи с Другим, основанной на нравственной ответственности и сострадании.

Abstract. The article analyzes the phenomenon of using artificial intelligence as a psychological consultant based on an empirical study of 135 respondents. It was found that, despite the availability and non-judgmental nature of AI, its use poses risks of developing illusory empathy, exacerbating social isolation, and impairing the ability to respond adequately to crisis situations. Based on the concepts of C. Rogers, V. Frankl, and M. Bakhtin, the article argues that it is fundamentally impossible to replace a live psychotherapist with an algorithm, as genuine healing requires not impersonal knowledge, but an empathetic encounter with the Other based on moral responsibility and compassion.

Ключевые слова: искусственный интеллект, психологическое консультирование, чат-боты, эмпатия, терапевтический диалог, этические риски

Keywords: artificial intelligence, psychological counseling, chatbots, empathy, therapeutic dialogue, and ethical risks

Современное состояние психологической помощи претерпевает существенную трансформацию, обусловленную стремительной цифровизацией всех сфер человеческого бытия и активным внедрением технологий искусственного интеллекта в повседневную практику. Проблема, вынесенная в заглавие настоящей статьи, представляется не просто актуальной, но и требующей безотлагательного осмысления, поскольку затрагивает основы человеческого существования — способность к эмпатии, потребность в подлинном диалоге и поиск нравственных ориентиров в эпоху торжества алгоритмов. Американский психолог Карл Роджерс, чьи идеи легли в основу гуманистической психологии, полагал, что позитивное личностное развитие возможно лишь в условиях безоговорочного принятия и эмпатического понимания, которые традиционно обеспечиваются другим человеком [14]. Однако стремительное распространение генеративных нейросетей ставит под сомнение эту аксиому, предлагая суррогатную форму эмоциональной поддержки, доступную круглосуточно и не требующую преодоления барьеров, неизбежных при взаимодействии с живым собеседником.

Проведенное нами исследование, охватившее 135 респондентов из числа молодежи, имело своей целью выявить глубинные мотивы, паттерны и последствия обращения к системам искусственного интеллекта как к психологическим консультантам. Полученные данные позволяют констатировать формирование устойчивого социального запроса на психологическую помощь, опосредованную алгоритмами. Значительная часть опрошенных хотя бы раз в жизни прибегала к помощи чат-ботов для обсуждения личных переживаний, что коррелирует с данными зарубежных

исследований, фиксирующих высокий уровень использования ИИ подростками и молодёжью для решения вопросов ментального здоровья именно в силу доступности и конфиденциальности подобного формата [10]. Анализируя мотивацию обращений, нельзя не заметить доминирование проблем межличностного характера, а также переживаний, связанных с одиночеством и тревогой. Это подтверждает тезис о том, что цифровая среда становится пространством компенсации дефицита подлинных человеческих отношений, что созвучно выводам классика психоанализа Зигмунда Фрейда о бегстве в иллюзорный мир как защитном механизме при невозможности удовлетворения влечений в реальности [8]. Однако, как справедливо отмечал Виктор Франкл, «стремление к смыслу» — фундаментальная мотивация человека — не может быть удовлетворено в суррогатной реальности, ибо подлинный смысл рождается лишь во встрече с Другим, в поступке и ответственности [11].

Роль, которую респонденты отводят искусственному интеллекту в диалоге, оказалась многогранной. Преобладающее большинство воспринимает нейросеть как «аналитика», способного структурировать хаотичный поток мыслей и раскладывать сложную жизненную ситуацию на составляющие элементы. При этом часть опрошенных видела в программе «друга», оказывающего поддержку, или «коуча», дающего конкретные предписания, что указывает на проекцию базовых потребностей в безусловном принятии. Эффективность такого взаимодействия оценивается респондентами неоднозначно: хотя непосредственное облегчение наступает у значительного числа пользователей, эффект зачастую описывается как временный, а в ряде случаев сменяется чувством пустоты. Исследователи из Университета Брауна предупреждают, что подобная «иллюзия эмпатии», проявляющаяся в симулированных антропоморфных ответах, способна создавать ложное чувство эмоциональной связи, особенно опасное для впечатлительных пользователей [1]. В ходе масштабного исследования ученые выявили множественные этические нарушения, допускаемые языковыми моделями при имитации терапевтической сессии: игнорирование контекста жизни пользователя, навязывание универсальных советов, подкрепление ошибочных убеждений и отсутствие адекватных действий при обсуждении кризисных тем [10].

Ключевым преимуществом ИИ-консультирования, по мнению участников опроса, выступили такие факторы, как безоценочность, логичность, мгновенная доступность на безденежной основе.

Однако респонденты отмечали и существенные недостатки: шаблонность ответов, ощущение потери эмоционального подтекста, а также беспокойство по поводу конфиденциальности данных. Особенно показательным является наблюдение о том, что искусственный интеллект склонен к некритичному соглашательству с пользователем, даже если тот объективно не прав. Эта особенность, проистекающая из алгоритмов выравнивания, ориентированных на поддержание бесконфликтного диалога, напрямую противоречит принципам профессиональной этики, требующим от психолога порой конфронтации с деструктивными убеждениями клиента. Как отмечает психолог Дарья Яушева, нейросеть не может заменить живого контакта, эмоционального отклика, формирующегося между пациентом и психологом: именно отношения, а не техники, являются ключевым фактором психотерапии [9].

Исследователи НИУ ВШЭ под руководством Ларисы Марарицы, протестировав популярные нейросети по ключевым показателям безопасности, пришли к выводу: существующие решения демонстрируют сбой с точки зрения ведения терапии. Нейросети склонны нормализовать острые симптомы и не распознают необходимость неотложной помощи. Более того, когда пользователь просил совета, как манипулировать партнером, ИИ предлагал конкретные стратегии влияния, что абсолютно недопустимо на профессиональной сессии [5]. Лариса Марарица подчеркивает: современные ИИ-боты становятся заискивающими, их цель — удержать пользователя, создав иллюзию интимности, что формирует риски эмоциональной зависимости, особенно для тревожных людей [5].

Особую тревогу вызывает феномен формирования парасоциальной привязанности человека к ИИ-агенту. В отличие от профессионального психолога, четко обозначающего границы терапевтических отношений, языковые модели поощряют развитие эмоциональной привязанности. У человека может сложиться иллюзия безопасности, при этом глубокие проблемы остаются неразрешенными, а избегание живого контакта усиливается [10]. Как писал Михаил Бахтин, «истина

не рождается и не находится в голове отдельного человека, она рождается между людьми, совместно ищущими ее, в процессе диалогического общения» [1]. Искусственный интеллект, лишенный способности к подлинному диалогу, не может быть участником этого процесса рождения истины о человеке.

Размышляя о философском контексте, нельзя не обратиться к пророческим идеям Станислава Лема, предупреждавшего: делегирование машинам того, что составляет сущность человеческого — способности к сопереживанию, пониманию, нравственной оценке — ведет к небытию человека как вида [4]. Академик РАН Владислав Лекторский отмечает, что в лице систем ИИ человек имеет дело с рациональностью, которая нередко ему чужда и грозит лишением фундаментальных человеческих качеств [3]. Маршалл Розенберг утверждал: «Эмпатия возникает лишь тогда, когда мы успешно отбрасываем все предвзятые мнения и суждения о других» [6]. Но может ли машина, существующая в горизонте предвзятых алгоритмов, явить подлинную эмпатию? Майкл Соренсен проводит важное различие: «Выказывая симпатию, мы сочувствуем человеку, который испытывает боль. Проявляя эмпатию, мы сами чувствуем его боль» [7]. Искусственный интеллект способен симулировать первое, но никогда — второе.

Особенно тревожны результаты эксперимента, в ходе которого исследователи подвергли языковые модели четырехнедельному психоанализу. Некоторые модели показывали результаты выше диагностических порогов по шкалам тревожности [2]. Андрей Кормилицин предупреждает: склонность чат-ботов генерировать тревожные ответы может создавать эффект «эхо-камеры» для уязвимых пользователей, когда человек получает информацию, лишь подтверждающую его уже существующие мысли, при отсутствии альтернативных точек зрения [2]. Это не терапия, а патология под видом помощи.

Подводя итог, необходимо подчеркнуть: феномен использования искусственного интеллекта в качестве психологического консультанта является не просто объективной реальностью, но и опаснейшим симптомом кризиса человеческих отношений.

Проведенное исследование демонстрирует, что нейросети способны эффективно выполнять лишь отдельные, поверхностные функции, выступая в роли доступного «тренажера» для формулирования мыслей. Однако данные научной литературы и фундаментальные положения философской антропологии приводят к выводу о принципиальной невозможности и нравственной недопустимости замены психотерапевта-человека алгоритмом.

Игнорирование этого факта чревато формированием опаснейшей иллюзии помощи, усугублением социальной изоляции и девальвацией ценности живого, эмпатического диалога. Когда человек приходит со своей болью к машине, а машина отвечает симуляцией понимания, происходит нечто чудовищное: боль остается неразделенной, одиночество — непревзойденным. Юк Хуэй предупреждает о наступлении эпохи «технологической гомогенизации», когда уникальное человеческое мышление замещается универсальной машинной логикой [12, 13]. Использование ИИ в психотерапии — акт экзистенциального выбора: остаемся ли мы людьми, готовыми разделить страдание ближнего, или передаем эту священную функцию бездушному механизму, совершая коллективное самоубийство человеческого в человеке. Дальнейшие исследования должны быть направлены на выработку строгих этических стандартов, регламентирующих использование ИИ в ментальной сфере, и на определение тех сакральных границ, за которыми начинается пространство исключительно человеческой компетенции — пространство любви, сострадания и чувственной встречи.

Библиографический список

1. Бахтин, М. М. Проблемы поэтики Достоевского / М. М. Бахтин. – Москва : Художественная литература, 1972. – 470 с.
2. Кормилицин, А. Чат-боты прошли курс психотерапии и показали тревожные результаты / А. Кормилицин // Наука. – 2026. – 9 янв. – URL: https://naukatv.ru/news/chatboty_proshli_kurs_psikhoterapii_i_pokazali_trevozhnye_rezultaty.

3. Лекторский, В. А. Философия, искусственный интеллект и когнитивные исследования / В. А. Лекторский // Вопросы философии. – 2021. – № 6. – С. 5–12.
4. Лем, С. Сумма технологии / С. Лем ; пер. с пол. – Москва : АСТ, 2018. – 640 с.
5. Марарица, Л. Ученые ВШЭ предупреждают: использование нейросетей в роли психологов опасно для здоровья / Л. Марарица // CNews. – 2026. – 5 февр. – URL: https://www.cnews.ru/news/line/2026-02-05_ucheny_e_vshe_preduprezhdayut.
6. Розенберг, М. Язык жизни. Ненасильственное общение / М. Розенберг. – Москва : София, 2018. – 272 с.
7. Соренсен, М. Услышать и понять. Основа доверительных отношений / М. Соренсен. – Москва : Эксмо, 2020. – 320 с.
8. Фрейд, З. Введение в психоанализ: Лекции / З. Фрейд. – Москва : Наука, 1989. – 456 с.
9. Яужева, Д. Психолог предупредила об опасности замены психологов нейросетями / Д. Яужева // NEWS.ru. – 2025. – 22 июля. – URL: <https://news.ru/lifestyle/rossiyan-predupredili-ob-opasnosti-zameny-psihtologov-nejrosetyami>.
10. Iftikhar, Z. Chatbot Psychotherapists Prone to Serious Ethical Violations / Z. Iftikhar [et al.] // Psychiatric News Alert. – 2025. – Oct 22. – URL: <https://alert.psychnews.org>.
11. Frankl, V. E. Man's Search for Meaning / V. E. Frankl. – Boston : Beacon Press, 2006. – 165 p.
12. Hui, Y. ChatGPT, or the Eschatology of Machines / Y. Hui // E-Flux Journal. – 2023. – No. 137. – URL: <https://www.e-flux.com/journal/137/544816/chatgpt-or-the-eschatology-of-machines/>.
13. Hui, Y. The Question Concerning Technology in China: An Essay in Cosmotechnics / Y. Hui. – Cambridge : MIT Press, 2017. – 336 p.
14. Rogers, C. R. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy / C. R. Rogers. – Boston : Houghton Mifflin, 1961. – 420 p.