

**Геннадій ЛОМАКІН**

кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри практичної психології  
ННІ «Українська інженерно-педагогічна академія»  
університету імені В. Н. Каразіна (Харків)  
[lomakin.gennadiy@ukr.net](mailto:lomakin.gennadiy@ukr.net)

## **ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ (ШІ) У ПСИХОКОРЕКЦІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПРОБЛЕМ КОМБАТАНТІВ**

**Вступ.** Сучасні військові конфлікти та бойові дії, що останнім часом поширюються у світі і, зокрема, військова агресія з боку Росії проти України мають значний вплив на психічне здоров'я комбатантів – військовослужбовців, які безпосередньо беруть участь у бойових діях. Це призводить до значних психологічних наслідків (як серед безпосередніх учасників бойових дій, так і серед мирних мешканців, які потерпають від війни), таких як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресія, тривожні розлади та інші психічні порушення. Але разом з цим сучасний світ, і Україна не виняток, переживає четверту, а то і п'яту хвилю науково-технічної революції де штучний інтелект посідає особливе місце і надає фахівцям у сфері охорони здоров'я нові можливості щодо реабілітації, психокорекції та психотерапії постраждалих від війни громадян.

Слід зазначити, що на теперішній час традиційні методи психотерапії та психокорекції, хоч і ефективні, стикаються з низкою обмежень, включаючи брак кваліфікованих фахівців, високу вартість та стигматизацію звернення за допомогою. На сьогодні, як в Україні, так і у всьому світі все більшого значення набуває використання штучного інтелекту (ШІ) майже у всіх галузях людської діяльності. У цьому контексті штучний інтелект (ШІ) стає перспективним інструментом надання психологічної допомоги як комбатантам, так і всім потерпілим від війни громадянам України. У даній статті нами розглянуто особливості застосування ШІ в психокорекції та психотерапії означеної категорії громадян, його переваги, обмеження та етичні аспекти.

Означені психологічні розлади, як ПТСР, депресія, тривожні розлади та інші психологічні проблеми стають серйозним викликом для всієї системи охорони здоров'я в Україні. У цьому контексті штучний інтелект (ШІ) пропонує нові можливості для психокорекції

та психотерапії, дозволяючи покращити доступність, ефективність та персоналізацію допомоги.

Отже, використання штучного інтелекту (ШІ) у психокорекції психологічного стану комбатантів (військовослужбовців, що приймали участь у бойових діях) є актуальним і перспективним напрямком, що поєднує у собі теоретичні і практичні аспекти. Його застосування також активно входить і у сферу психологічної практики, пропонуючи нові інструменти для діагностики та лікування психічних розладів. Ці технології здатні аналізувати дані пацієнтів, допомагати у моніторингу симптомів і навіть виступати у ролі віртуальних психотерапевтів.

**Виклад основного матеріалу.** Розглянемо ключові особливості цього процесу. До теоретичних аспектів можна віднести аналіз та діагностику психічного стану потерпілих від війни (комбатанти, переселенці, особи з мінно-вибуховими ушкодженнями, психологічними розладами тощо). В цьому випадку за допомогою штучного інтелекту можливо аналізувати великі обсяги даних (як мова, тексти, поведінкові патерни, тощо) для виявлення симптомів посттравматичного стресового розладу (ПТСР), депресії, тривожності та інших психологічних та психосоматичних розладів. Однією з ключових особливостей ШІ є його здатність аналізувати великі обсяги даних та виявляти індивідуальні патерни поведінки, емоційні реакції та когнітивні особливості. Для комбатантів, які пережили травматичний досвід, це особливо важливо, оскільки їх симптоми можуть змінюватись в залежності від характеру травми, особистісних особливостей та соціального контексту. Штучний інтелект може використовуватися для створення персоналізованих програм терапії, що враховують унікальні потреби кожного пацієнта.

Так, штучний інтелект здатний адаптувати психокорекційні програми під індивідуальні особливості комбатанта (персоналізація терапії), враховуючи його історію, травми, особистісні характеристики, результати психологічних тестів та поточний стан. На основі отриманих даних про пацієнта штучний інтелект може рекомендувати найефективніші методи терапії (наприклад, когнітивно-поведінкову терапію (КПТ), експозиційну терапію або медитативні практики) [1, 5].

Одним із ключових завдань у роботі з комбатантами є своєчасна та точна діагностика психічних розладів. За допомогою ШІ фахівці (психологи, психотерапевти, медики) можуть прогнозувати (рання діагностика та прогнозування) ризики розвитку психічних розладів з урахуванням аналізу поведінки, фізіологічних показників та інших даних. Це в свою чергу дозволяє вчасно втручатися та запобігати

погіршенню стану потерпілих від війни. Отже, ШІ здатний виявляти ранні ознаки психологічних розладів, що особливо важливо для комбатантів, які можуть приховувати свої симптоми через стигматизацію або страх перед наслідками. ШІ, заснований на машинному навчанні та обробці природної мови (NLP), здатний аналізувати великі обсяги даних, включаючи текстові повідомлення, голосові записи та поведінкові патерни для виявлення симптомів ПТСР, депресії та інших розладів. Наприклад, дослідження показують, що алгоритми ШІ можуть аналізувати текстові повідомлення та виявляти ознаки депресії з точністю до 80 % (Tausczik & Pennebaker, 2010). Алгоритми ШІ можуть аналізувати мовні патерни, міміку, поведінку у соціальних мережах та інші дані, щоб виявити тривожні сигнали. У роботі з комбатантами це особливо важливо, оскільки багато хто з них неохоче звертається за допомогою через страх стигматизації. ШІ дозволяє проводити скринінг в анонімному режимі, що підвищує ймовірність раннього виявлення проблем [2]. Наприклад, зміни в тоні голосу або частоті використання певних слів можуть вказувати на розвиток депресії або ПТСР. Крім того, ШІ може прогнозувати ризик розвитку психологічних розладів у комбатантів на основі їхнього бойового досвіду, рівня стресу та інших факторів. Це дозволяє своєчасно втрутитися та запобігти погіршенню стану. Отже, можемо відзначити значущі перспективи у використанні ШІ при діагностиці психічних розладів у комбатантів та постраждалих від війни громадян.

Одним із найперспективніших напрямів використання ШІ в психотерапії є розробка віртуальних терапевтів та чат-ботів, які можуть надавати психологічну підтримку. Наприклад, система Woebot, заснована на когнітивно-поведінковій терапії (КПТ), демонструє високу ефективність зниження симптомів тривоги і депресії (Fitzpatrick et al., 2017) [3].

Такі системи можуть надавати підтримку в режимі реального часу, особливо у ситуаціях, коли доступ до фахівців обмежений. Їх відносять до практичних аспектів застосування ШІ. Для комбатантів, які часто стикаються з обмеженим доступом до фахівців, такі технології стають важливим інструментом. Віртуальні терапевти можуть працювати 24/7, надаючи психологічну підтримку в реальному часі. Наприклад, комбатанти, що знаходяться у віддалених районах або зонах бойових дій, можуть отримати психологічну допомогу через мобільні програми або онлайн-платформи. Крім того, ШІ здатний адаптувати терапевтичні підходи до індивідуальних потреб пацієнта, що підвищує ефективність лікування. Віртуальні терапевти, засновані на основі ШІ, можуть

проводити базові сеанси терапії, пропонувати вправи для зниження тривожності та допомагати в управлінні стресом. Хоча такі системи не замінюють живого фахівця, вони можуть стати важливим доповненням до традиційної терапії [1].

Також, до віртуальних помічників та чат-ботів відносяться ІІІ-асистенти, які можуть надавати комбатантам цілодобову підтримку, відповідаючи на запитання, пропонуючи вправи для релаксації або нагадуючи про прийоми ліків, або чат-боти, які використовують методи когнітивно-поведінкової терапії для роботи із тривожністю.

Психокорекція психологічних станів комбатантів (використання ІІІ у психокорекції) часто включає роботу з травматичними спогадами, навчання навичок саморегуляції та розвиток копінг-стратегій. ІІІ може використовуватися для створення персоналізованих програм корекції, що базуються на даних про стан пацієнта. Наприклад, технології віртуальної реальності (VR) у поєднанні з ІІІ дозволяють моделювати ситуації, пов'язані з травматичними подіями, та проводити експозиційну терапію в контрольованих умовах (Rizzo et al., 2019). Це особливо корисно для комбатантів, які страждають на ПТСР, оскільки дозволяє поступово знижувати інтенсивність негативних емоцій, пов'язаних з травмою [4].

Так, ІІІ у поєднанні з VR (віртуальна реальність (VR)) дозволяє створювати реалістичні симуляції бойових ситуацій (програми, що імітують бойові сцени, де пацієнт навчається справлятися з тривогою та страхом) для проведення експозиційної терапії. Це допомагає комбатантам поступово адаптуватися до спогадів, що травмують. ІІІ також може аналізувати мову та письмові тексти (системи, які аналізують записи у щоденниках або розмови для виявлення сигналів тривоги) комбатантів для виявлення емоційного стану, рівня стресу або суїцидальних нахилів. Роботизовані системи з ІІІ можуть використовуватися для взаємодії з комбатантами, особливо у випадках, коли людське спілкування утруднене (наприклад, через стигматизацію поведінки за допомогою). Як приклад: роботи-терапевти, які проводять сеанси психологічної підтримки. ІІІ також може аналізувати дані з пристроїв (моніторинг фізіологічних показників), що носяться (пульс, тиск, рівень кортизолу) для оцінки рівня стресу та коригування терапії в реальному часі. ІІІ також може використовуватися для моніторингу прогресу пацієнтів та оцінки ефективності терапії. Алгоритми можуть аналізувати дані про динаміку симптомів, зміни в поведінці та емоційному стані, щоб визначити, які методи лікування працюють найкраще для

конкретного пацієнта. Це дозволяє лікарям та психотерапевтам оперативно коригувати підходи та підвищувати результативність терапії [1, 4, 5].

До переваг використання ІІІ можливо віднести його доступність (ІІІ може надавати допомогу у віддаленому режимі, що особливо важливо для комбатантів у зонах бойових дій чи віддалених регіонах, де відсутні кваліфіковані спеціалісти); швидкість обробки даних (ІІІ швидко аналізує інформацію, що дає змогу оперативно реагувати на зміни стану пацієнта); анонімність (пацієнти можуть отримувати допомогу без страху стигматизації). Тобто зниження стигми (деякі комбатанти можуть почуватися комфортніше, взаємодіючи з ІІІ, ніж із людиною); персоналізація (ІІІ здатний адаптувати терапію до індивідуальних потреб пацієнта), а також економічна ефективність (використання ІІІ знижує витрати на надання психологічної допомоги).

Незважаючи на переваги, використання ІІІ в психотерапії та психокорекції має низку обмежень, а саме – етичні питання (використання ІІІ потребує чіткого регулювання, щоб уникнути зловживань та порушень конфіденційності); обмежена емпатія (ІІІ не здатний повністю замінити людського терапевта, особливо у випадках, які потребують глибокої емоційної підтримки. Тобто ІІІ не здатний повністю замінити людське співчуття та емпатію, які критично важливі у психотерапії); помилки алгоритмів (алгоритми ІІІ можуть бути схильні до помилок, особливо при роботі з неоднозначними даними, неточність у діагностиці або рекомендаціях може призвести до погіршення стану пацієнта), а також технічні обмеження (не всі комбатанти мають доступ до необхідних технологій (наприклад, VR-обладнання або стабільного Інтернету)).

**Висновки.** Отже, незважаючи на величезний потенціал, використання ІІІ в психокорекції та психотерапії комбатантів пов'язане з низкою етичних та практичних викликів. По-перше, важливо забезпечити конфіденційність та безпеку даних пацієнтів, особливо враховуючи чутливість інформації, пов'язаної з психічним здоров'ям. По-друге, необхідно враховувати обмеження ІІІ, такі як відсутність емпатії та здатності до глибокого розуміння людських емоцій, що може знизити ефективність терапії у складних випадках. Крім того, важливо уникати надмірної автоматизації та зберігати людський фактор у процесі лікування. ІІІ має використовуватися як інструмент підтримки, а не як заміна професійних психотерапевтів.

Також використання ІІІ у психотерапії комбатантів потребує дотримання суворих етичних норм. Важливо забезпечити

конфіденційність даних, поінформовану згоду пацієнтів та прозорість алгоритмів. Крім того, необхідно враховувати культурні та індивідуальні особливості комбатантів, щоб уникнути дискримінації та помилок у діагностиці.

Отже, штучний інтелект є потужним інструментом для психокорекції та психотерапії комбатантів, пропонуючи нові можливості для діагностики, лікування та підтримки. Однак його використання має бути ретельно регульованим (його використання вимагає ретельного опрацювання як технічних, так і етичних аспектів) та має доповнювати, а не замінювати традиційні методи терапії. ШІ має розглядатися як інструмент, який доповнює роботу фахівців-психологів, а не такий що замінює їх.

Подальші дослідження та розробки в цій галузі допоможуть максимально ефективно використати потенціал ШІ для покращення психічного здоров'я комбатантів. У майбутньому поєднання технологій ШІ з професійним досвідом психотерапевтів може стати ключем до успішної реабілітації комбатантів та покращення їх якості життя.

### Література:

1. Наталія Савельєва-Кулик. Реалії застосування технологій штучного інтелекту в медицині. Посилання: ([www.umj.com.ua/uk/novyna-157520-realiyi-zastosuvannya-tehnologij-shtuchnogo-intelektu-v-medsitini](http://www.umj.com.ua/uk/novyna-157520-realiyi-zastosuvannya-tehnologij-shtuchnogo-intelektu-v-medsitini))
2. Tausczik, Y. R., & Pennebaker, J. W. (2010). The psychological meaning of words: LIWC and computerized text analysis methods. *Journal of Language and Social Psychology*, 29(1), 24–54.
3. Fitzpatrick, K. K., Darcy, A., & Vierhile, M. (2017). Delivering cognitive behavior therapy to young adults with symptoms of depression and anxiety using a fully automated conversational agent (Woebot): A randomized controlled trial. *JMIR Mental Health*, 4(2), e19.
4. Rizzo, A. S., Shilling, R., Forbell, E., & Scherer, S. (2019). Virtual reality for posttraumatic stress disorder and stress inoculation training. *Journal of Cyber Therapy and Rehabilitation*, 2(1), 23–35.
5. Fiske A., Henningsen P., Buys A. (2019) Your robot therapist will see you now: ethical implications of embodied artificial intelligence in psychiatry, Psychology, and Psychotherapy. *J. Med. Internet Res.*, May 9. DOI: 10.2196/13216. Посилання: ([www.umj.com.ua/uk/novyna-157520-realiyi-zastosuvannya-tehnologij-shtuchnogo-intelektu-v-medsitini](http://www.umj.com.ua/uk/novyna-157520-realiyi-zastosuvannya-tehnologij-shtuchnogo-intelektu-v-medsitini))