

## **10 ПЕРЕВАГ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА**

Одна з характерних рис інформаційного суспільства – стрімка діджиталізація багатьох видів діяльності. Однією з таких діяльностей є психологічне консультування. Все частіше психологом-консультантом стає штучний інтелект, тож можна констатувати, що надалі ця тенденція буде лише зростати, а явище – поширюватися. На цей час можна виділити певні переваги штучного інтелекту як психолога-консультанта:

- **безперервна доступність.** Однією з головних переваг використання штучного інтелекту як психолога-консультанта є його безперервна доступність. Штучний інтелект може працювати цілодобово без зупинок і відповідати на запитання користувачів у будь-який час;
- **надійність.** Штучний інтелект не має емоційних пристрастей, що можуть впливати на його роботу. Це означає, що він може надавати об'єктивні поради та рекомендації користувачам;
- **швидкість та ефективність.** Штучний інтелект може оброблювати велику кількість інформації за короткий час. Це означає, що він може надавати користувачам швидкі та ефективні рішення;
- **стресостійкість.** Штучний інтелект не зазнає стресу, тому він може працювати без зниження продуктивності в умовах підвищеної напруженості;
- **відсутність стигми.** Штучний інтелект не має уявлень про соціальні стереотипи, що можуть бути притаманні психологам-консультантам. Це означає, що він може надавати послуги всім користувачам незалежно від їхньої національності, статі, віку, соціального статусу тощо;
- **забезпечення конфіденційності.** Штучний інтелект може забезпечувати конфіденційність користувачів, не зберігаючи їх інформації та не розголошуючи її третім особам. Це є особливо важливим для психологічних консультантів, оскільки вони працюють зі збереженням приватності та конфіденційності інформації;
- **автоматизація роботи.** Штучний інтелект може автоматизувати багато процесів, пов'язаних з психологічним консультуванням, такі як визначення пріоритетів користувача, надання рекомендацій, відстеження прогресу користувача тощо. Це дозволяє психологам-консультантам більш ефективно виконувати свої обов'язки та зменшує їхню робочу навантаженість;

- можливість індивідуалізації. Завдяки штучному інтелекту можна створювати індивідуальні програми психологічного консультування, що дозволяє користувачам отримувати персоналізовані поради та рекомендації, відповідні їхнім потребам і характеристикам;
- збільшення доступності. Використання штучного інтелекту може допомогти збільшити доступність психологічного консультування. Наприклад, клієнти можуть користуватися послугами психолога-консультанта в онлайн-форматі, що дозволяє їм отримати допомогу в будь-який час і з будь-якого місця;
- розширення можливостей. Штучний інтелект може розширити можливості психологічного консультування та допомогти користувачам знайти нові способи розв'язання проблем. Наприклад, штучний інтелект може надавати користувачам рекомендації щодо використання нових технологій або методів, які можуть бути корисними для розв'язання їхніх проблем.

Таким чином, штучний інтелект може бути дуже корисним для психологічного консультування та допомагати психологам-консультантам ефективніше виконувати свою роботу або частково робити її замість них. Він може збільшити точність діагностики та рекомендацій, зберігати інформацію конфіденційно та зменшувати робочу навантаженість психологів-консультантів. Також він може збільшити доступність психологічного консультування та допомогти користувачам знайти нові способи розв'язання проблем. Разом з цим, важливо пам'ятати, що на цей час штучний інтелект ще не може замінити людського фахівця повністю, але може служити додатковим інструментом для психологів-консультантів у їхній роботі.