

Вплив штучного інтелекту на трансформацію життєвої компетентності особистості в умовах соціальної турбулентності

Рудницька С.Ю.,

доктор психологічних наук, професор,
завідувачка лабораторії когнітивної психології
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України
ORCID iD 0000-0002-0141-6337

The Impact of Artificial Intelligence on the Transformation of Personal Life Competence in Conditions of Social Turbulence

Svitlana Rudnytska,

Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Head of Department of Cognitive Psychology
G S. Kostiyk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine
E-mail: rudnsvit@gmail.com
ORCID iD 0000-0002-0141-6337

Анотація. Стаття присвячена аналізу ролі ШІ в процесах трансформації життєвої компетентності особистості в умовах соціальної турбулентності. Показано, що ШІ постає не лише адаптаційним інструментом, але й способом дискурсивної взаємодії української молоді.

Ключові слова: особистість, штучний інтелект, життєва компетентність, соціальна турбулентність, війна, смислотворення, адаптація.

Abstract. This article explores the role of AI in transforming personal life competence under conditions of social turbulence. It demonstrates that AI functions not only as an adaptive tool but also as a means of discursive interaction for Ukrainian youth.

Keywords: personality, artificial intelligence, life competence, social turbulence, war, meaning-making, adaptation.

Вступ. У сучасних умовах глобальної нестабільності, викликаній як технологічними трансформаціями, так і соціально-політичними кризами (включаючи війну, пандемії, екологічні катастрофи), проблема адаптації особистості до нових реалій набуває надзвичайної актуальності. Одним із ключових ресурсів, що впливають на здатність особистості орієнтуватися в умовах невизначеності, є життєва компетентність – інтегральна здатність осмислювати та реалізовувати стратегії постановки та розв’язання життєвих задач особистості. Цей феномен охоплює когнітивні, метакогнітивні, мотиваційні та смислові компоненти.

Разом із тим, стрімкий розвиток штучного інтелекту як технології цифрового середовища значно змінює способи формування життєвої компетентності особистості в сучасному світі. Дослідження останніх років

(Morrow et al., 2023; Dores et al., 2020) свідчать, що ІІІ може виступати як ресурс психологічної підтримки, інструмент навчання, засіб розвитку рефлексивності та партнер у спілкуванні. У контексті війни, коли традиційні джерела підтримки часто недоступні, цифрові інструменти відіграють зростаючу роль у формуванні стійкості та адаптивної поведінки особистості (Гуцол, 2023; Maksymenko, Akimov, & Markova, 2024). Отже, аналіз впливу ІІІ на життєву компетентність у ситуаціях соціальної турбулентності постає як актуальний міждисциплінарний науковий запит, що поєднує психологію, соціологію, інформатику та різноманітні освітні практики.

Життєва компетентність розглядається нами як інтегральна характеристика особистості, що відображає її здатність адаптуватися до соціально ускладнених умов, зокрема в ситуаціях війни, через смислотворення, саморефлексію, ініціацію та стратегічне мислення (Смультсон, 2020). А соціальна турбулентність як сукупність радикальних змін, що спричиняють непередбачувані й інтенсивні зсуви в соціальних, культурних і особистісних структурах (Требін, & Чернишова, 2024).

У цьому контексті, штучний інтелект розглядається не лише як технологічний інструмент, а як новий тип дискурсивного середовища, що здатний впливати на особистість через моделювання комунікативної взаємодії, створення простору для когнітивного розвитку, емоційної регуляції та трансформації наративів власного досвіду (Hotsalyuk, Tsoi, & Semenenko, 2025). ІІІ, як засіб психологічної підтримки та ресурс для саморегуляції; сприяє розширенню доступу до засобів психологічної допомоги, інтенсифікації процесів самоаналізу, рефлексії та смислотворення, формуванню нових адаптаційних стратегій за рахунок персоналізованих рекомендацій і зворотного зв'язку (Гуцол, 2023; Гуцол 2024).

Результати дослідження проблеми. З метою вивчення впливу штучного інтелекту на трансформацію життєвої компетентності особистості нами було проведено опитування серед 150 молодих людей віком від 18 до 35 років, які проживають в Україні в умовах війни. Було використано спеціально розроблену анкету «Життєва компетентність та ІІІ».

Результати аналізу та узагальнення відповідей респондентів демонструють виражену перевагу позитивних змін у психологічній саморегуляції завдяки використанню ІІІ. Найвищі показники відзначено у сферах емоційної стабілізації (75%) та відновлення контролю над життєвими ситуаціями (72%). Особливої уваги заслуговує той факт, що попри загальний позитив, майже половина респондентів (42%) усвідомлює потенційні ризики зниження автономності мислення, що узгоджується з результатами якісних інтерв'ю, проведених паралельно з анкетуванням.

Узагальнення результатів опитування наведено на рис. 1.

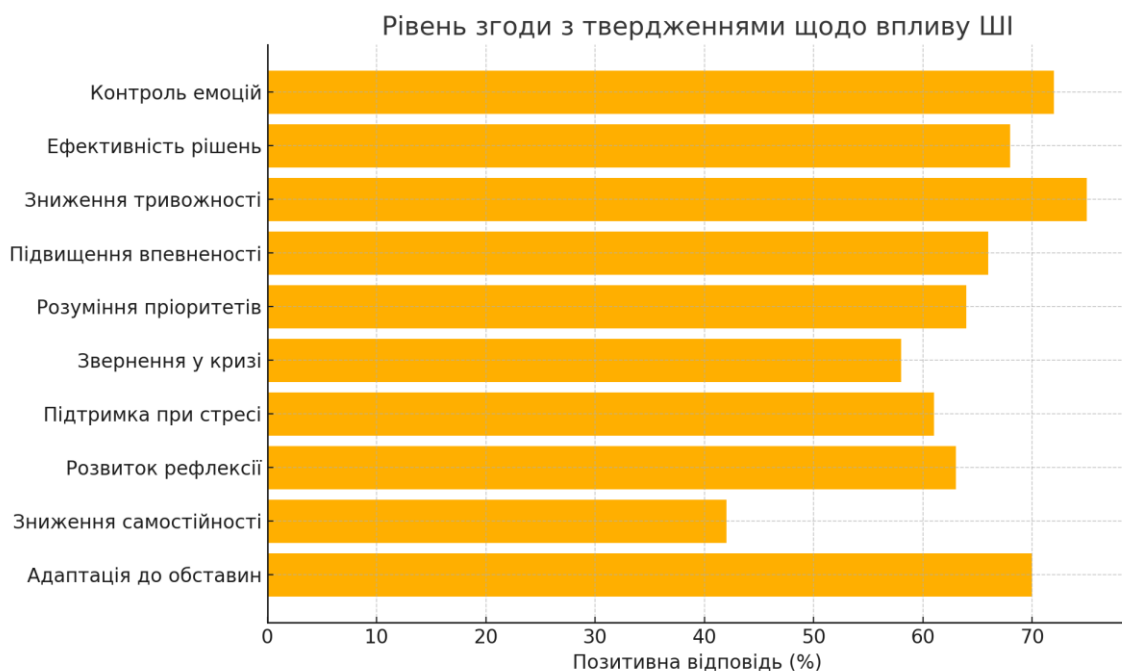


Рис. 1. Рівень згоди з твердженнями щодо впливу ІІІ на життєву компетентність особистості

Як видно з діаграми, отримані результати уможлиблюють ставлення до ІІІ не лише як до адаптаційного інструменту, але й як форми дискурсивної взаємодії, яка трансформує смислові моделі поведінки в умовах війни та соціальної турбулентності. Результати проведеного нами опитування корелюють із висновками інших досліджень. Наприклад, E. Morrow, T. Zidaru, F. Ross, C. Mason, K. D. Patel, M. Ream, R. Stockley, у своєму дослідженні зазначають, що технології ІІІ сприяють зміцненню ментального здоров'я, зменшуючи емоційне напруження людини. Науковці визначили, що технології ІІІ забезпечують результативність медичної допомоги через:

- віртуальну близькість. Технології ІІІ дозволяють підтримувати постійний зв'язок між пацієнтами та медичними працівниками, що має велике значення в умовах обмежень фізичного контакту.

- персоналізовані інтервенції. Застосування ІІІ для створення індивідуальних програм підтримки, які враховують особливості кожного пацієнта.

- підтримку позитивного емоційного стану. Використання ІІІ для моніторингу та реагування на зміни в емоційному стані пацієнтів, що сприяє зменшенню стресу та тривожності (Morrow et al., 2023).

Наведені результати узгоджуються з результатами нашого дослідження, де 75% респондентів зазначили зниження емоційного напруження після використання цифрових асистентів під час кризи.

A. R. Dore, A. Geraldo, I. P. Carvalho, & F. Barbosa, досліджуючи використання цифрових інформаційних та комунікаційних технологій у

психологічному консультуванні під час пандемії COVID-19, виявили, що такі інструменти можуть бути ефективними в контексті підтримки ментального здоров'я людини. У дослідженні наведено результати опитування 108 португальських психологів щодо використання ними цифрових інформаційних та комунікаційних технологій (ІКТ) у практиці до та під час пандемії COVID-19. Серед основних результатів цього дослідження можна виокремити такі:

- підтримка терапевтичних послуг. 84.6% психологів змогли продовжити надання послуг завдяки впровадженню ІКТ.
- збереження терапевтичного зв'язку. 77% респондентів вважали, що терапевтичні відносини з клієнтами були збережені на належному рівні.
- позитивний досвід. Більшість психологів описали свій досвід використання ІКТ як позитивний, зазначаючи продуктивну адаптацію особистості до нових умов. (Dores, et al., 2020).

Наведені результати свідчать про продуктивність використання цифрових інструментів у підтримці психологічного здоров'я під час кризових ситуацій, що співвідноситься з нашими результатами щодо впливу ІІІ на життєву компетентність особистості в кризових умовах.

Таким чином, результати нашого дослідження узгоджуються із загальносвітовими трендами, але, водночас, акцентують на певних специфічних особливостях впливу ІІІ на психологічну саморегуляцію та смислотворення, які потребують подальшого вивчення в умовах довготривалої війни.

Проте зауважимо, що проведене нами дослідження має певні обмеження. Так, по-перше, вибірка була звужена до вікової категорії 18-35 років, що не дозволяє зробити достовірні узагальнення. По-друге, дослідження спиралося власне на відповіді респондентів, що підвищує ризик суб'єктивності оцінок. Також варто зазначити, що тип і якість використаних ІІІ-систем не деталізувалися, тобто дослідження було зосереджено переважно на популярних чат-ботах загального призначення (таких як ChatGPT) і не враховувало використання медичних, освітніх або спеціалізованих терапевтичних платформ.

Висновки. Застосування ІІІ, зокрема чат-ботів, у періоди високої турбулентності (під час повномасштабного вторгнення РФ в Україну) постає для української молоді одним із доступних інструментів ментальної стабілізації, способом продуктивної дискурсивної взаємодії. У цьому контексті використання ІІІ не лише сприяє опрацюванню поточних життєвих викликів особистістю, а й виконує роль умовного партнера при конструюванні сценаріїв майбутнього. Отже, застосування штучного інтелекту в умовах війни забезпечує зниження емоційної напруги, підвищення суб'єктивного контролю над життєвими подіями, розвиток навичок саморефлексії та структуризації особистісних смислів. Проте не зважаючи на вищевіокремлені переваги, важливо враховувати потенційні ризики й обмеження застосування цієї технології та постійно вдосконалювати її застосування з урахуванням актуальної динаміки соціальних змін. Перспективними напрямками подальших досліджень є: аналіз впливу ІІІ на інші

вікові та професійні категорії; емпіричні дослідження з контролем чинників впливу; порівняння ефектів використання різних типів ШІ (психотерапевтичні чат-боти, освітні платформи, цифрові викладачі тощо).

Список використаних джерел

Гуцол, К. В. (2023). Штучний інтелект як ресурс розвитку життєвої компетентності особистості в умовах війни в Україні. *Міждисциплінарні дослідження складних систем*, 24, 97-114.

DOI: <https://doi.org/10.31392/iscs.2024.24>

Гуцол, К. В. (2024). Чат GPT як засіб покращення доступу до психологічної підтримки українців в умовах війни. *Вісник Національного університету оборони України*, 5 (81), 5-81. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-80-4-119-131>

Смульсон, М. Л. (2003). *Психологія розвитку інтелекту: монографія*. Київ: Нора-Друк.

Требін, М. П., & Чернишова, Т. О. (2024). Турбулентність сучасного світового порядку як детермінанта війн майбутнього.

Dores, A. R., Geraldo, A., Carvalho, I. P., & Barbosa, F. (2020). The use of new digital information and communication technologies in psychological counseling during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(20), 7663. <https://doi.org/10.3390/ijerph17207663>

Hotsalyuk, A., Tsoi, T., & Semenenko, A. (2025). Axiological potential of art in intercultural dialogue: from traditions to contemporary forms of expression. *Philosophy and Governance*, (2(6), epg0039. <https://doi.org/10.70651/3041-248X/2025.2.09>

Maksymenko, I., Akimov, A., & Markova, S. (2024). Trends In The Digital Transformation Of Ukraine'S Economy In The Context Of War. *Baltic Journal of Economic Studies*, 10(1), 175-184. <https://doi.org/10.30525/2256-0742/2024-10-1-175-184>

Morrow, E., Zidaru, T., Ross, F., Mason, C., Patel, K. D., Ream, M., & Stockley, R. (2023). Artificial intelligence technologies and compassion in healthcare: A systematic scoping review. *Frontiers in Psychology*, 13, 971044. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.971044>

Залучення ШІ при підготовці матеріалу. ChatGPT від OpenAI був залучений для побудови діаграми з метою візуалізації узагальнення результатів опитування.