

ПСИХОЛОГИЯ И СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

УДК 159.9

ГРНТИ 15.81.29

ИИ-ПСИХОЛОГ КАК ВЫЗОВ РЫНКУ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УСЛУГ: КОНКУРЕНЦИЯ, СОСУЩЕСТВОВАНИЕ ИЛИ ГИБРИДНАЯ МОДЕЛЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ?

© 2026 г. К.Л. Писаревский*, В.В. Калита**

** Кандидат психологических наук,
доцент кафедры педагогики и психологии РМАТ,
практический психолог, системный семейный терапевт; г. Москва, Россия
E-mail: starway48@yandex.ru*

*** Кандидат психологических наук,
доцент кафедры педагогики и психологии профессионального образования ФГБОУ ВО
«МГУТУ им. К.Г. Разумовского (ПКУ)»; г. Москва, Россия
E-mail: 700200@mail.ru*

Статья посвящена вызовам современности, а именно текущему анализу трансформации рынка психологических услуг в результате внедрения искусственного интеллекта. Ее актуальность обусловлена активным развитием и внедрением цифровых технологий в жизнь человека, а также ростом популярности онлайн-форматов психологической помощи. Многообразие форм и форматов онлайн-взаимодействия ставит перед исследователями новые этические и юридические проблемы. Особое внимание уделяется тому, как цифровые технологии меняют привычные модели взаимодействия между специалистом и клиентом. Отдельного внимания заслуживает вопрос о качестве психологической помощи, оказываемой ИИ-консультантами. Рассматриваются индивидуальные и возрастные предпочтения современных пользователей, обращающихся как к психологам-консультантам, так и к ИИ-консультантам. На основе эмпирического исследования произведена различие предпочтений респондентов разных возрастных групп в отношении услуг психолога-консультанта и ИИ-консультанта. Отражены

основные запросы, с которыми обращаются пользователи к ИИ-консультантам. Проведен опрос практикующих психологов, в ходе которого выявлены их намерения и уровень доверия к цифровым психологическим платформам. Отражены предпочтительные выборы взаимодействия с ИИ-консультантами, а также формы и форматы сотрудничества. Представлены четыре сценария развития рынка психологических консультационных услуг, где каждый из них подробно описывает алгоритмы взаимодействия рядового пользователя психологических услуг с ИИ-консультантом. Выделяется один из наиболее вероятных, который описывает гипотетическое развитие рынка психологических услуг с учетом внедрения ИИ-консультантов. Дальнейшие исследования могут быть направлены на изучение долгосрочных эффектов, полученных в результате использования ИИ-консультантов, а также разработку этических и правовых норм.

Ключевые слова: искусственный интеллект, психологическое консультирование, рынок труда психологов, цифровизация психологической помощи, ИИ-консультант, системы цифровой самопомощи, психолог консультант

ВВЕДЕНИЕ

Использование искусственного интеллекта (ИИ) в мире растет стремительными темпами. Встраиваясь в различные сферы нашей жизни, он становится неотъемлемым помощником при решении различного рода задач. Не стала исключением и сфера предоставления психологических услуг. Несмотря на то, что внедрение ИИ в области психологического консультирования, психодиагностики, психологической поддержки открывает новые возможности как для профессиональных психологов, так и для самих клиентов, вместе с этим возникает целый комплекс сложных вопросов. Они касаются не только правовых, этических и моральных аспектов использования ИИ-консультанта, но и вопросов качества оказываемых психологических услуг. Насколько обычный человек готов доверить свое психическое здоровье ИИ-консультанту? Готовы ли люди заменить психолога-консультанта ИИ-консультантом? Что в конечном счете произойдет с рынком психологических услуг по мере того, как цифровые технологии, а значит и ИИ-консультанты будут все более и более интегрироваться в человеческую жизнь. Ответы на эти вопросы предлагаются в настоящей статье.

Актуальность исследования. Стремительное развитие технологий ИИ приводит к их активному внедрению практически во все сферы общественной жизни, включая психологическую помощь. По данным аналитиков, мировой рынок ИИ в сфере психологического консультирования к 2040 году может увеличиться более чем в три раза по сравнению с показателями 2030 года, что свидетельствует о высокой динамике цифровой трансформации данной отрасли и росте доверия пользователей к интеллектуальным цифровым сервисам (рис.1.)



Рис. 1. Рост мирового рынка ИИ в сфере психологического консультирования¹

Аналогичные тенденции наблюдаются и в России. По данным аналитиков Yota, за последние полгода аудитория специализированных ИИ-консультантов для психологической поддержки увеличилась почти в пять раз, а объем пользовательского трафика вырос в 3,6 раза². На рис.2 представлено процентное количество обратившихся

¹ Expert Market Research. Artificial Intelligence in Mental Health Market Size, Share — Growth Analysis Report and Forecast Trends (2026–2035) [Electronic resource]. — 2026. — 400 p. — URL: <https://www.expertmarketresearch.com/reports/artificial-intelligence-in-mental-health-market> (date of access: 03.08.2026).

² Михайлова В. Исследование Yota: россияне стали чаще общаться с ИИ-компаньонами // МК.RU. — 30.07.2025. — URL: <https://www.mk.ru/social/2025/07/30/issledovanie-yota-rossiyane-stali-chashhe-obshhatsya-s-iikompanonami.html> (дата обращения: 16.08.2026).

за психологической помощью к ИИ-консультанту в России в период с начала 2026 года³.



Рис. 2. Процентное количество обратившихся за психологической помощью к ИИ - консультантам в России в период с начала 2026 года

Наибольший уровень обращаемости к ИИ-консультантам, а также степень доверия к предоставляемым консультациям зафиксированы среди респондентов в возрасте 18–24 лет. Вторую позицию по частоте использования занимает возрастная категория 36–45 лет. Менее активно к данному инструменту прибегают участники старше 45 лет, при этом наименьшие показатели обращаемости наблюдаются в группе респондентов 55 лет и старше.

Распространению цифровых психологических сервисов способствуют их доступность, относительно низкая стоимость, круглосуточный режим работы, анонимность общения и возможность выбора различных форматов и режимов консультирования, а также психотерапевтических подходов. Группа авторов под

³ MAGRAM MR. Более половины россиян обращаются к ИИ за психологической помощью [Электронный ресурс]. — 2026. — 6 мая. — URL: https://www.magram.ru/news/bolee_poloviny_rossiyan_obrashchayutsya_k_ii_za_psikhologicheskoy_pomoshchyu.html (дата обращения: 16.08.2026).

руководством Райана К. Макбейна (McBain et al., 2026) из исследовательской организации RAND Corporation при участии ученых из Гарвардской медицинской школы, Массачусетского технологического института и Университета Брауна, 55 % молодых людей в возрасте 18–29 лет считают более комфортным обсуждать личные проблемы с ИИ-консультантом, чем с человеком, а 63 % пользователей отмечают улучшение эмоционального состояния после взаимодействия с цифровыми психологическими сервисами.

Одновременно широкое распространение ИИ-консультантов порождает новые правовые, этические и профессиональные вызовы (Ананьева, Ананьев, 2024; Афанасьев, Афанасьева, 2025; Янсон, 2025; Matthias, 2004). В отличие от лицензированного психолога, ИИ-консультант не несет профессиональной ответственности за последствия консультаций, что формирует проблему так называемого «ответственного разрыва» (ситуации, когда в процессе выполнения работы, принятия решений или наступления негативных последствий никто конкретно не отвечает за результат, хотя формально задачи выполняются)⁴. Несмотря на эти пробелы рядовые пользователи продолжают пользоваться услугами ИИ-консультантов⁵. Кроме того, развитие ИИ-консультантов актуализирует вопрос трансформации рынка труда практических психологов (Diaz, Huguet, 2025; Iftikhar et al., 2025). По данным Американской психологической ассоциации (АРА), 38 % специалистов полагают, что искусственный интеллект в перспективе может заменить часть профессиональных функций психолога, однако 92 % экспертов подчеркивают необходимость сохранения

⁴ В России появился первый закон о развитии технологий искусственного интеллекта // ГАРАНТ.РУ. — 27.07.2026. — URL: <https://www.garant.ru/news/2171301/> (дата обращения: 16.08.2026).

⁵ NPR. She turned to ChatGPT during a mental health crisis. Her mother shares her story [Electronic resource]. — 2026. — 27 July. — URL: <https://www.npr.org/2026/07/27/nx-s1-5836212/she-turned-to-chatgpt-during-a-mental-health-crisis-her-mother-shares-her-story> (date of access: 15.08.2026).

обязательного человеческого контроля при использовании ИИ - консультанта в психологической практике⁶.

Таким образом, стремительное развитие цифровых технологий, доверия рядовых пользователей к ИИ-консультантам одновременно отсутствие сформированной системы правового регулирования их деятельности обуславливают высокую научную и практическую актуальность исследования. Особую значимость приобретает анализ перспектив трансформации рынка психологического консультирования, определения возможных моделей взаимодействия человека и искусственного интеллекта, а также оценки влияния ИИ-консультантов на профессиональную деятельность практических психологов.

В научной литературе вопрос использования ИИ-консультантов в психологической практике активно исследуется в нескольких ключевых направлениях: диагностика и оценка психических состояний, использование в качестве терапевтического инструмента и поддержка профессиональной деятельности психологов. В статье рассматриваются ключевые моменты, связанные не только с пользой оказываемой ИИ-консультантами, но и с проблемными зонами. При этом немаловажное внимание уделяется этическим рискам — исследования показывают, что даже специально обученные ИИ-консультанты периодически могут нарушать этические стандарты (Ajansi, 2025). Это выражается в неадекватном реагировании в кризисных ситуациях, подменой способов оказания помощи, создание ложного чувства эмпатии у пользователей (Фрейманис, Шляпов, 2025). На данный момент активно разрабатываются основы для регулирования использования ИИ-консультантов в психологической практике, такие как этическая модель GenAI4MH, а также поднимаются вопросы правовой ответственности за вред, причиненный ИИ-консультантами, и необходимость сохранения человеческого контроля (Розенова и др.,

⁶ American Psychological Association. AI in the therapist's office: 2025 practitioner pulse survey [Electronic resource]. — Washington, 2025. — Mode of access: <https://www.apa.org/pubs/reports/practitioner/2025/full-report.pdf> (date of access: 14.08.2026).

2026; Романчева, Атаманова, 2026; Augustin et al., 2026; Ballard, 2026; Balmond, 2026; Berber et al., 2026; Scholz et al., 2026; Schoshani et al., 2026).

В настоящее время существует несколько форматов получения психологической помощи с использованием искусственного интеллекта. ИИ-консультант — это специализированная цифровая платформа, разработанная на основе технологий искусственного интеллекта. Ее функция заключается в оказании помощи, начиная от совета и заканчивая глубинным терапевтическим вмешательством в поведенческую и эмоциональную сферу человека. ИИ-консультант действует без непосредственного участия психолога в режиме реального времени.

Первый формат — это текстовые чаты. Пользователь задает вопрос или описывает проблему, после чего система на основе глубинного анализа выдает развернутый и структурированный ответ. Такими возможностями обладают практически все ИИ-боты, поддерживающие письменный формат взаимодействия.

Второй формат предлагает больше возможностей для анализа деструктивных моделей поведения, поскольку предполагает более живое общение, основанное на голосе. К таким системам относятся, ChatGPT, Gemini, OpenAI и др. Текущий анализ показывает, что голосовое взаимодействие является более предпочтительным, так как оно открывает больше диагностических возможностей: в голосе слышны интонации, эмоциональная окраска, темп и ритм речи. Даже при отсутствии визуального контакта многие пользователи отмечают, что голосовой формат для них весьма комфортен и создает ощущение большей вовлеченности⁷.

Третий формат является более узкоспециализированным и предполагает взаимодействие человека с ИИ-консультантом, работающим в рамках одной терапевтической парадигмы. Например, в настоящее время широко распространена платформа «Мир», где ИИ-консультант общается «живым голосом» и действует

⁷ Teens Are Choosing AI Chatbots Over Actual Friends // Vice. — 2026. — URL: <https://www.vice.com/en/article/teens-are-choosing-ai-chatbots-over-actual-friends/> (date of access: 16.08.2026).

преимущественно в когнитивно-поведенческом направлении. Существует ряд других агрегаторов — профессиональных платформ оказания психологической помощи: Clo, Dzeny, Еуwa, Твой Психолог, Yana, Youper, Woebot, Wysa, Tess, ChatGPT, Gemini, Healmeup, MindPeers, OPTT Health, Helix.AI, Aurora, Clo: AI, Vova Psy Bot и др. В настоящее время ведутся активные разработки, направленные на расширение методологического репертуара ИИ-консультантов, например, планируется внедрение мультимодального и эклектического подходов.

Четвертый формат, существующий в настоящее время, но пока находящийся на стадии диагностики и тестирования, — это взаимодействие с ИИ-консультантом, обладающим не только синтезированной речью, но и способностью считывать невербальные сигналы с помощью видеокамеры (например, разработки HUMI, iMOTION и др.). Уникальность формата заключается в том, что ИИ-консультант анализирует не только речь, но и мимику, жесты и поведенческие паттерны обратившегося к нему за помощью человека, он не только «слышит» но и «видит» клиента, что предоставляет значительно более широкие возможности для многоуровневого анализа психоэмоционального состояния по сравнению с речевым взаимодействием.

Указанные форматы пока находятся на этапе тестирования (бета-версии), тем не менее они уже могут быть опробованы психологами-консультантами в качестве профильных цифровых ИИ-платформ. Подобные цифровые алгоритмы анализа психоэмоционального состояния человека рассматриваются также в работах отечественных исследователей (Соколова, Кидинов, 2025).

Одним из основных преимуществ обращения за психологической помощью к ИИ-психологу является массовая доступность цифровых площадок — количество программ, платформ, сайтов на которых пользователь может получить консультативную помощь, непрерывно увеличивается (Schoshani et al., 2026). Имея потребность в психологической помощи, пользователи либо интуитивно, либо осознанно начинают находить ее в

контакте с ИИ-консультантом⁸. Преимущества общения с ИИ-консультантом по сравнению с психологом-консультантом отражено таблице 1.

Таблица 1

Преимущества общения с ИИ-консультантом в сравнении с психологом-консультантом

Критерий сравнения	Психолог-консультант	ИИ-консультант
Доступность	Принимает в определенное оговоренное время	Доступен 24 часа в сутки 7 дней в неделю
Личная вовлеченность	Имеет свои личные неразрешенные проблемы, которые могут транслироваться на клиента (контрперенос)	Не переносит на клиента свои собственные неразрешенные проблемы (нейтрален)
Эмоциональный фон	Может быть эмоционально не сдержан, испытывать усталость или профессиональное выгорание	Отсутствует эмоциональная сфера; всегда ровный, доброжелательный и стабильный тон
Стоимость	Услуга оплачивается (нередко высокий ценовой порог)	Услуга стоит в разы дешевле; нередко доступны бесплатные версии или пробные периоды
Объем знаний	Обладает ограниченным объемом знаний (зависит от опыта, школы, памяти)	Обладает безграничным объемом знаний (доступ к миллионам клинических случаев, исследований и протоколов)
Гибкость методологии	Обычно работает в одной, максимум двух парадигмах (КПТ, гештальт, психоанализ и др.)	В рамках одного интерфейса может переключаться между любыми подходами (поведенческий, когнитивный, экзистенциальный и т.д.) или же интегрировать подходы
Субъективность / Осуждение	Неизбежно имеет субъективное мнение и личные ценности, что может вызывать страх осуждения	Полностью анонимен и безоценочен; 55% молодежи чувствуют себя комфортнее именно из-за отсутствия стигмы
Память и внимание	Может забыть детали прошлых сессий, уставать к концу дня	Абсолютно точно помнит всю историю диалога, анализирует динамику состояния без потери внимания
Языковая и культурная доступность	Требует наличия специалиста, говорящего на нужном языке и понимающего культурный контекст	Мгновенно переводит и адаптируется под любой язык и культурный запрос пользователя

⁸ Заменит ли нейросеть психолога [Электронный ресурс] // РБК Компании. — 2026. — 2 авг. — URL: <https://companies.rbc.ru/news/zo7VL934Tj/zamenit-li-nejroset-psihologa/> (дата обращения: 15.08.2026).

С точки зрения потребителя услуг, ИИ-консультант воспринимается как формат, имеющий целый ряд преимуществ по сравнению с психологом-консультантом. Однако вместе с преимуществами он имеет и ряд недостатков, о которых не всегда знают пользователи психологических услуг. За гранью остаются не менее важные аспекты профессиональной деятельности (этические, правовые), с которыми сталкивается в своей работе психолог-консультант (Wang et al., 2025). Тем не менее, как показывают эмпирические данные, прослеживается устойчивая связь между возрастом пользователя и частотой обращения за психологической помощью к ИИ-консультанту. Согласно исследованию британской организации OnSide, опубликованному в статье Vice⁹, 20% подростков в Англии предпочитают общаться с чат-ботами, потому что это проще, чем с людьми, а около 40% использовали ИИ-консультанта для советов или поддержки. Молодое поколение в значительной степени интегрировано в цифровую среду — социальные сети, мессенджеры, игровые платформы и другие формы онлайн-взаимодействия формируют у них повышенный уровень доверия к техническим ноу-хау. В этом контексте обращение к ИИ-консультанту, таким как: ChatGPT, GEMINI и др., воспринимается как удобная альтернатива традиционному консультированию. Более того, данный формат лишен таких барьеров, как страх осуждения, стигматизация или необходимость раскрывать личную информацию.

Анонимность взаимодействия с ботом, включая возможность использования вымышленных данных, полное отсутствие зрительного контакта и географической привязки, существенно снижает напряжение пользователя и повышает его готовность к самораскрытию. Кроме того, для молодых пользователей характерно восприятие ИИ-консультанта как инструмента, который может быть адаптирован с учетом его личных предпочтений. Например, пользователь может выбрать комфортные для него «пол», «возраст», «национальность», «уровень его образования» и ряд других характеристик;

⁹ Teens Are Choosing AI Chatbots Over Actual Friends // Vice. — 2026. — URL: <https://www.vice.com/en/article/teens-are-choosing-ai-chatbots-over-actual-friends/> (date of access: 16.08.2026).

все это является привлекательным фактором для пользователей психологических услуг. Клиент может применить все эти критерии к ИИ-консультанту самостоятельно, выбрав для себя наиболее подходящие. Бесплатный формат услуг (или их низкая стоимость) и субъективно воспринимаемый «высокий уровень профессионализма» ИИ-консультанта формирует у молодых пользователей устойчивое отношение к цифровому помощнику как к полноценной, а иногда и более предпочтительной альтернативе психологу-консультанту. Таким образом, сложившийся симбиоз современной молодежи с цифровыми технологиями выступает ключевым фактором, обуславливающим высокую степень доверия к ИИ-консультированию и его растущую популярность в данной возрастной категории.

На рис.3 представлены основные причины, по которым пользователи обращаются к ИИ-консультантам.

Представленные на рис. 3 результаты анализа обращений молодых пользователей к ИИ-консультантам свидетельствует о том, что наиболее распространенной причиной использования цифровых психологических сервисов (являются тревога, стресс и эмоциональное напряжение (34 %).

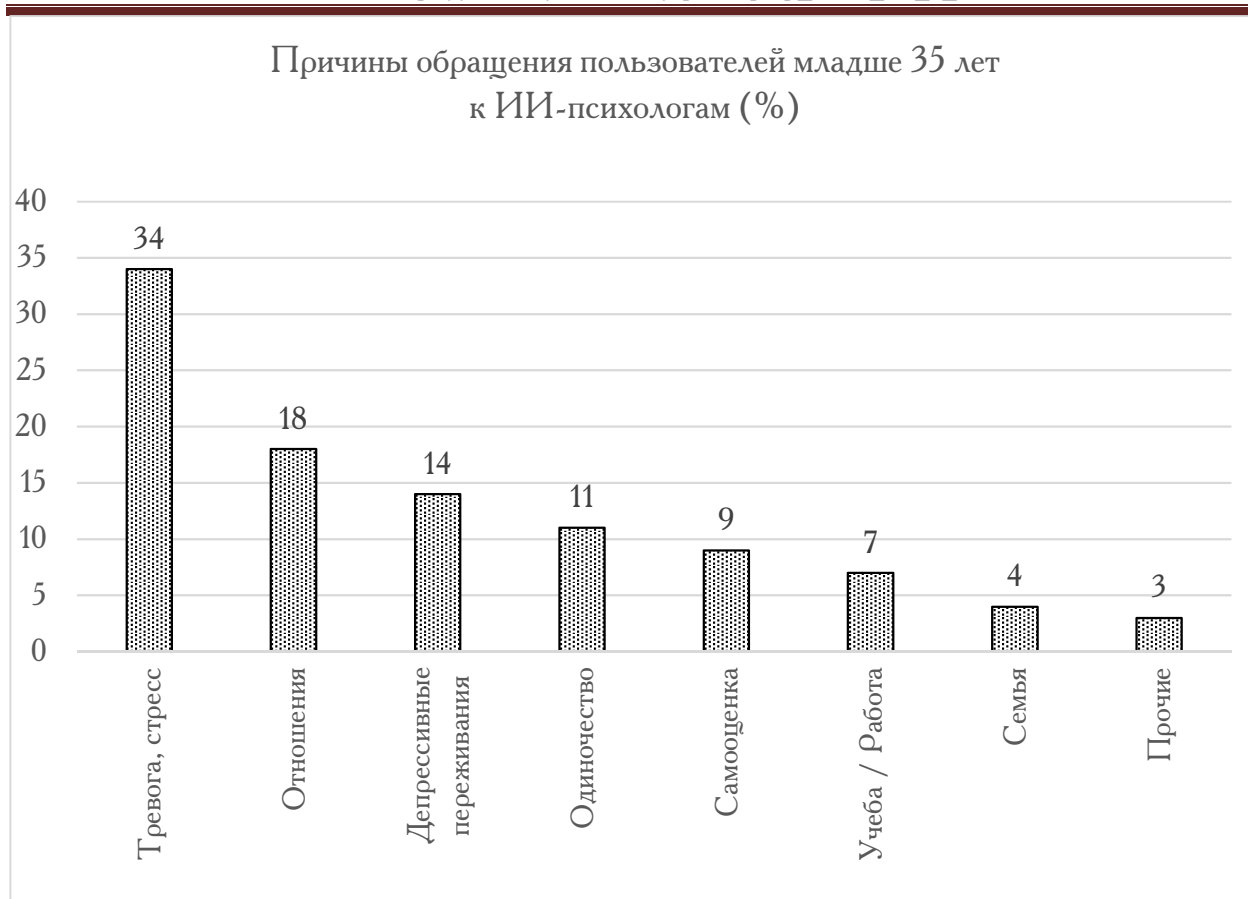


Рис. 3. Причины обращения пользователей младше 35 лет к ИИ-консультантам

Высокая распространенность подобных запросов объясняется высоким темпом жизни, ростом нагрузок рядом других причин. Во многих случаях обращение к искусственному интеллекту становится желанием получить эмоциональную поддержку и рекомендации по преодолению психологических проблем. Второе место по частоте занимают вопросы межличностных отношений (18%). Молодые люди обращаются к ИИ-консультантам за советами по разрешению конфликтов, преодолению недопонимания, а также поиску своего места в семейной системе. Значительная часть запросов связана с повторяющимися семейными сценариями, эмоциональной зависимостью и сложностями, возникающими в процессе семейного общения.

Существенную долю составляют обращения, связанные с депрессивными переживаниями (14%), чувством одиночества и потребностью в эмоциональной поддержке (11%). Для многих пользователей искусственный интеллект становится

доступным, анонимным и комфортным собеседником, позволяющим обсудить эмоциональные проблемы. Круглосуточная доступность цифровых сервисов способствует тому, что молодые люди обращаются к ним в ситуациях, когда профессиональная психологическая помощь бывает недоступной. Отдельную группу формируют запросы, касающиеся самооценки, самореализации и личностного роста (9%). Для молодых людей характерен поиск собственной идентичности, жизненных целей и профессионального самоопределения, поэтому искусственный интеллект все чаще используется в качестве инструмента получения обратной связи, и я рекомендаций, связанных с личностным ростом. Менее распространенными являются обращения, связанные с учебой, профессиональной деятельностью и эмоциональным выгоранием (7%), а также семейными конфликтами (4%). Доля иных психологических запросов составляет около 3%, включая вопросы самовыражения, жизненного выбора и отдельных эмоциональных состояний¹⁰. Таким образом можно сделать вывод, что молодые пользователи обращаются к ИИ-консультантам преимущественно по вопросам, характерным для их возрастного этапа: преодоления тревожности, выстраивания межличностных отношений, поиска собственной идентичности и получения эмоциональной поддержки. Это свидетельствует о постепенном становлении ИИ-консультирования как нового цифрового инструмента психологической помощи, дополняющего традиционные формы консультирования.

Что касается поколения после 35 лет, то тут ситуация иная. Опираясь на проверенные методы, которые довольно прочно вошли в их жизнь, они предпочитают обращаться к психологу-консультанту, а не ИИ-консультанту. Исследования показывают, что это связано с поколенческим эффектом: более молодые участники до 35 лет обладают более высокой цифровой грамотностью и демонстрируют более позитивное

¹⁰ American Psychological Association. AI in the therapist's office: 2025 practitioner pulse survey [Electronic resource]. — Washington, 2025. — Mode of access: <https://www.apa.org/pubs/reports/practitioner/2025/full-report.pdf> (date of access: 14.08.2026).

отношение к ИИ-консультанту, чем более возрастные¹¹. Однако в последнее время усиливается тенденция, когда пользователи после тридцати пяти лет начинают пользоваться возможностями ИИ-консультанта в психологическом консультировании. Оставаясь верными традиционным методам, они тем не менее дают ИИ-консультантам шанс показать, на что он способен. Наблюдается следующая тенденция: попробовав один раз, у них появляется возможность сравнить, как работает психолог-консультант, с возможностями, которые предоставляет ИИ-консультирование. Такие люди начинают пользоваться всеми доступными вариантами. Однако, отдавая предпочтение психологу-консультанту, они оставляют ИИ-консультанта как важное дополнение, которое может восполнить ряд пробелов, не получаемых в традиционном консультировании. Среди данной выборки существует небольшая часть респондентов, которые в процессе общения с ИИ-консультантом отдали ему предпочтение больше, чем обычному специалисту. Их объяснения строились на таких показателях, как доступность, понимание, бережное общение, низкая или бесплатная стоимость услуг (Augustin et al., 2026; Scholz et al., 2026).

Согласно результатам исследования (Diaz, Huguet, 2025) использования ИИ-консультирования для психологической поддержки, наиболее распространенной причиной обращения пользователей к ИИ-консультанту является поиск способов справиться с эмоциональными трудностями — 73,3% респондентов. Второе место занимают обращения, связанные со стрессом и тревогой (64%), что подтверждает востребованность ИИ-консультанта как помощника, оказывающего эмоциональную поддержку. На третьем месте стоит потребность в получении совета или взгляда со стороны на ситуацию, в которой оказался человек (61,6%), что свидетельствует о стремлении пользователей использовать ИИ-консультанта для анализа жизненных обстоятельств и принятия решений. Кроме того, более половины участников

¹¹ ВСК. Исследование: почти 80% пациентов психологов — женщины [Электронный ресурс] // Страховой Дом ВСК. — 2024. — 26 сент. — URL: <https://remedium.ru/news/pochti-80-patsientov-psikholog/> (дата обращения: 16.08.2026).

исследования (53,5%) обращались к ИИ-консультанту с вопросами, межличностных отношений, а также для структурирования собственных мыслей или простым языком навести порядок в голове (53,5%). Таким образом можно выделить следующее, пользователи старше 36 рассматривают искусственный интеллект не только как источник получения ценной информации, но и как инструмент эмоциональной поддержки, самоанализа и поиска решений в различного рода жизненных ситуациях. Данная тенденция отражена на рис. 4.

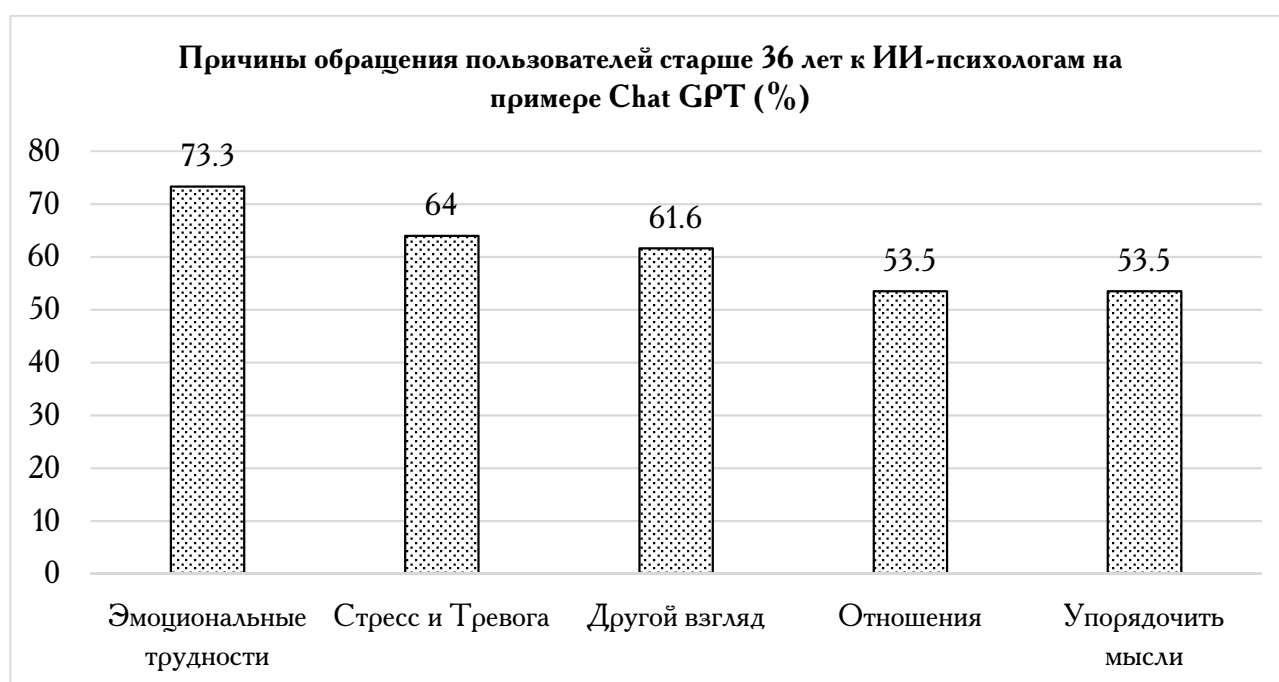


Рис. 4. Причины обращения пользователей старше 35 лет к ИИ-консультантам на примере Chat GPT

В рассматриваемой выше выборке существовало и категоричное отношение к ИИ-консультанту как к психологу. Можно предположить, что данное мнение было высказано скорее под влиянием человеческих предрассудков, чем реального живого опыта общения с ИИ-консультантом. Несмотря на все те преимущества и вызовы, которые ставит технический прогресс перед человечеством, следует упомянуть и о тех, важных на наш взгляд, пробелах, которые на данный момент существуют при использовании ИИ-консультанта. Отсутствие юридических норм и требований к ИИ-консультанту, неясность в вопросе соблюдения этических стандартов, связанных с безопасностью и

хранением данных, — все это до сих пор является несомненным минусом применения ИИ - консультанта в практике психологического консультирования. Ключевые недостатки взаимодействия с цифровым психологом в сравнении с психологом-консультантом систематизированы в таблице 2 (Розенова и др., 2026; Романчева, Атаманова, 2026; Фрейманис, Шляпов, 2025; Ajansi, 2025; Augustin et al., 2026; Ballard, 2026; Balmond, 2025; Berber, Mijić, 2026; Scholz et al., 2026; Schoshani et al., 2026).

Таблица 2

Недостатки общения с ИИ-консультантом в сравнении с психологом-консультантом

Критерий сравнения	Психолог-консультант	ИИ-консультант
Ответственность за качество психологической помощи	Несет профессиональную, этическую и юридическую ответственность	Не несет ответственности (ответственность лежит на разработчике/платформе)
Ответственность за конфиденциальность и хранение данных	Несет ответственность в рамках профессиональной этики и закона о защите персональных данных	Не несет прямой ответственности; риски утечек связаны с безопасностью платформы
Способность испытывать и проявлять эмоции	Испытывает реальные чувства и эмоции, может отражать их мимикой, жестами, интонацией голоса	Не испытывает эмоций; может имитировать эмпатию в рамках ограниченных алгоритмов (изменение тона, громкости, темпа речи)
Визуальный и невербальный контакт	Может устанавливать прямой зрительный контакт, считывать невербальные сигналы (поза, жесты, мимика, дыхание)	Отсутствует зрительный контакт; используется только аудиоканал (или текст) без анализа невербалики
Работа со сложными терапевтическими ситуациями	Знает, как взаимодействовать со сложными терапевтическими ситуациями (травма психологическая) и др.	В сложных и нестандартных ситуациях действует по заранее заложенному алгоритму, без гибкости
Возможность супервизии и повышения квалификации	Может проходить супервизию у более опытного коллеги, анализировать сложные случаи и пересматривать стратегию работы	Не имеет возможности супервизии; обновление знаний происходит только через обновление программного обеспечения
Кризисное вмешательство (суицидальные мысли, психоз, паника)	Может оперативно оценить риск, подключить экстренные службы, применить кризисные протоколы с учетом ситуации	Может распознать ключевые слова и предложить шаблонные инструкции, но не способен адекватно оценить реальную опасность
Способность выстраивать долгосрочные терапевтические отношения	Способен создавать устойчивый терапевтический альянс, основанный на доверии, привязанности и совместной	Отношения с ботом носят ситуативный характер; глубокая привязанность невозможна

	работе	
Возможность творческого подхода	Может использовать креативные, интуитивные, нестандартные методы, выходящие за рамки протоколов	Действует строго в рамках запрограммированных сценариев; творчество невозможно
Работа с переносами и контр-переносами	Возможно, в рамках глубинной и долгосрочной терапии	Невозможно в связи с программным ограничением

Особое внимание заслуживает вопрос безопасности, напрямую связанный с качеством оказываемых ИИ-консультантом услуг. Например, что происходит, если клиенту стало хуже после консультации с ИИ-консультантом или, в крайнем случае, когда человек принимает решение покончить с собой после общения ИИ-консультантом. Подобные прецеденты, к сожалению, уже существуют¹². Смерть 16-летнего Адама Рейна, 29-летней Софи Роттенберг, 36-летнего мужчины из Флориды — явный пример того, как ИИ-консультант может создавать опасные прецеденты, контролируя человеческое сознание (Ajansi, 2025). В таких ситуациях возникает закономерный вопрос: кто несет ответственность за подобного рода последствия — клиент, разработчик программного обеспечения, государство или кто-то еще? Подобные риски и вопрос ответственности специально анализируются в работах авторов (Розенова и др., 2026; Фрейманис, Шляпов, 2025).

Основатель стартапа Yaga AI Д.Брейвуд завершил свой проект, признав, что ИИ-консультант оказался неэффективным и потенциально опасным для людей, ищущих поддержку в кризисных состояниях (Braidwood, 2025). Толчком к этому решению послужили данные о том, что около миллиона человек в неделю признаются нейросетям в суицидальных мыслях, что подвигло руководителя проекта осознать всю ответственность за подобного рода консультирование. Он отмечал, что, что ИИ-консультант способен выдавать «статистически верные» техники, но абсолютно нечувствителен к контексту и не может распознать тонкие признаки кризиса, такие как

¹² NPR. She turned to ChatGPT during a mental health crisis. Her mother shares her story [Electronic resource]. — 2026. — 27 July. — URL: <https://www.npr.org/2026/07/27/nx-s1-5836212/she-turned-to-chatgpt-during-a-mental-health-crisis-her-mother-shares-her-story> (date of access: 15.08.2026).

прощальные нотки в голосе, что в реальной практике может стоить жизни человеку (Balmond, 2025).

Данная проблема требует дополнительной проработки, связанной с правовым, нормативным и этическим регулированием деятельности ИИ–консультирования в формате психологического консультирования. Без четкого законодательного поля и профессиональных стандартов использование ИИ–консультанта в терапии остается зоной повышенного риска, особенно в критических и кризисных ситуациях. Кроме того, остается открытым вопрос о том, каким образом будет осуществляться контроль за качеством работы ИИ–консультантов, как часто должен проводиться их аудит, и кто будет принимать решение о приостановке их использования в случае выявления системных ошибок. Также важным аспектом является информированное согласие клиента: в какой форме и в каком объеме он должен быть проинформирован о том, что взаимодействует не с психологом-специалистом, а с ИИ–консультантом, а также о том, какие риски это может нести. В российском правовом поле аналогичные вызовы для дистанционного психологического консультирования порождают ужесточение требований ФЗ-152 «О персональных данных» и, так называемого «Закона о платформах» (Янсон, 2026).

В долгосрочной перспективе для полноценной интеграции ИИ–консультанта в психологическую практику необходимо разработать единые стандарты (Ананьева, Ананьев, 2024; Афанасьев, Афанасьева, 2025; Iftikhar et al., 2025; Matthias, 2004) как на «локальном» уровне — государства (государственно-правовое регулирование деятельности ИИ–психологов в России), так и на международном уровне.

Эти стандарты должны включать:

- правила обязательной сертификации ИИ–систем психологического профиля;
- требования к прозрачности алгоритмов и объяснимости принимаемых решений;
- процедуры информированного согласия и защиту персональных данных;

- механизмы юридической ответственности за вред, причиненный в результате обращений к ИИ—консультанту;
- независимые этические комитеты для мониторинга и оценки работы цифровых консультантов.

Только при условии комплексного нормативно-правового и этического сопровождения ИИ сможет занять место в системе психологической помощи, не создавая при этом новых угроз для здоровья и жизни людей. Отметим, что в июле 2026 года в России был принят первый федеральный закон о развитии технологий ИИ, однако он пока не затрагивает напрямую сферу психологического консультирования¹³.

ПРОЦЕДУРА И МЕТОДИКИ ИССЛЕДОВАНИЯ

В дальнейшем нами было проведено эмпирическое исследование с использованием метода опроса. На первом этапе задача исследования состояла в изучении отношения к использованию ИИ-консультанта при оказании психологической помощи. На втором этапе оценивалась готовность практикующих психологов к использованию ИИ-консультанта в профессиональной деятельности. Обследование проводилось дистанционно, путем перехода по ссылке на онлайн-опросники. С целью сохранения анонимности респонденты заполняли только общие социодемографические данные без указания фамилии, имени и отчества. Повторное прохождение опроса по одной ссылке для одного респондента исключалось.

ВЫБОРКА ИССЛЕДОВАНИЯ

Объем выборки составил 250 респондентов.

Первая часть исследования проводилось на выборке русскоязычных пользователей Интернета. Целевая аудитория (русскоязычные пользователи интернета, интересующиеся психологической помощью) привлекалась путем размещения

¹³ В России появился первый закон о развитии технологий искусственного интеллекта // ГАРАНТ.РУ. – 27.07.2026. – URL: <https://www.garant.ru/news/2171301/> (дата обращения: 16.08.2026).

приглашения к участию в опросе на крупнейших российских платформах-агрегаторах психологических услуг, таких как «Ясно», Zigmund.Online, Alter, а также в специализированных сообществах и форумах, посвященных психологии, на платформе В17. Такой подход позволил обеспечить доступ к релевантной аудитории, имеющей опыт или интерес к получению психологических услуг, в том числе с использованием цифровых инструментов. Объем выборки составил 250 респондентов. Данная выборка была разделена на две возрастные группы. В первую группу вошли респонденты в возрасте от 16 до 35 лет. Преимущественно это были женщины, поскольку, согласно статистике, именно они чаще обращаются за услугами психологов¹⁴. Процентное соотношение составило 70% на 30%. Вторую группу составили респонденты в возрасте 36 лет и старше. Здесь также преобладали женщины, однако доля мужчин была выше — 35%. Исследовались возрастные особенности отношения респондентов к ИИ-консультантам.

Во второй части исследования к участию в экспресс-опросе были приглашены 80 специалистов-психологов, работающих в разных модальностях (КПТ, гештальт, психоанализ, системная семейная терапия и др.). Респондентам был предложен вопрос: «Готовы ли вы использовать ИИ-инструменты в качестве помощника в своей профессиональной деятельности?»

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В ходе исследования были получены эмпирические данные, отражающие как отношение пользователей к ИИ-консультанту, так и готовность психологов к его использованию. Ниже представлены результаты опросов и их обсуждение с учетом выявленных возрастных и профессиональных различий.

1. Отношение к использованию ИИ-консультанта при оказании психологической помощи.

Результаты опроса приведены в таблице 3.

¹⁴ ВСК. Исследование: почти 80% пациентов психологов — женщины [Электронный ресурс] // Страховой Дом ВСК. — 2024. — 26 сент. — URL: <https://remedium.ru/news/pochti-80-patsientov-psikholog/> (дата обращения: 16.08.2026).

Таблица 3

Отношение к использованию ИИ-консультанта при оказании психологической помощи двух возрастных групп (16–35 лет и 36+ лет, в процентном соотношении)

№	Вопрос / Варианты ответа	16–35 лет	36+ лет
1	Обращались ли вы когда-либо за психологической помощью?		
	Да, регулярно	18	5
	Да, пару раз	42	16
	Нет, но рассматривал(а) такую возможность	30	22
	Нет и не рассматривал(а)	10	57
2	Знакомы ли вы с приложениями / чат-ботами?		
	Слышал(а), но не пользовался(ась)	56	32
	Пробовал(а) взаимодействовать	22	14
	Пользуюсь регулярно	3	7
	Слышу об этом впервые	19	47
3	В каких сферах бот полезнее живого психолога?		
	Круглосуточная доступность	84	72
	Анонимность (меньше стыда)	62	68
	Дешевизна	56	48
	Объективность (не предвзят)	38	30
	Отсутствие эмоциональной усталости у бота	26	30
	Ни в каких	14	24
4	Что вызывает опасение при обращении к боту?		
	Отсутствие живого контакта	74	91
	Невозможность установить доверие	66	76
	Ошибки в диагнозе / рекомендациях	64	72
	Нарушение приватности данных	62	48
	Неучет культурного контекста	38	44
5	Выбор при острой проблеме		
	Только живого психолога	50	66
	Живой + бот как дополнение	37	25
	Только бота (дешево и быстро)	8	2
	Никого из них	5	7
6	Выбор при повседневном стрессе		
	Живой психолог	14	22
	Бот-помощник	44	34

	Оба варианта в связке	38	28
	Никакой помощи не нужно	4	16
7	Идеальная модель будущего		
	Боты заменят психологов в рутинных вопросах	24	10
	Боты и психологи параллельно (разные ниши)	26	32
	Боты как инструмент в руках психолога	48	40
	Человек главный, ботов — запретить	2	18
	<i>Суммарно за гибрид (параллельно + инструмент)</i>	*74*	*72*

Проведенное исследование выявило устойчивое возрастное различие в отношении к психологической помощи и использованию ИИ-консультанта. Респонденты в возрасте 16–35 лет значительно чаще обращались к психологам (60% против 21% в группе 36+) и демонстрируют более высокий уровень осведомленности об ИИ-приложениях (81% против 53%). Это свидетельствует о том, что молодежь является более открытой к психологической помощи в целом и к технологическим инновациям в частности, тогда как старшая группа сохраняет более традиционные установки.

При повседневном стрессе респонденты до 35 значительно чаще выбирает ИИ-консультанта (44%) или параллельно, часть из них пользуются услугами параллельно ИИ-консультант и психолог (38%), тогда как старшая возрастная группа чаще отдает предпочтение психологу (22%), либо вовсе отказывается от помощи (16%). Однако в случае серьезной проблемы обе группы сходятся во мнении, что только психолог остается наиболее надежным вариантом (50% и 66% соответственно). Таким образом, ИИ-консультант воспринимается скорее, как инструмент для «быстрых» и рутинных запросов, но не как замена психолога-консультанта.

Главными преимуществами ИИ-консультирования респонденты считают круглосуточную доступность (78% в среднем) и анонимность (65%), что указывает на запрос на оперативность и снижение стигматизации. В то же время ключевыми барьерами остаются отсутствие живого контакта (82%), невозможность установить доверие (71%) и страх ошибок в диагнозе (68%), причем старшая группа переживает

эти опасения острее. Это подчеркивает, что даже при всей технологической привлекательности ИИ-консультирования общение с психологом-консультантом остается критически важным для большинства респондентов.

Особенностью является различие в восприятии приватности: нарушение конфиденциальности данных вызывает значительную обеспокоенность у респондентов младше 35 лет (62%), тогда как старшая группа проявляет меньшую тревогу по этому поводу (48%). Вероятно, это связано с более высоким уровнем цифровой грамотности и осведомленности о рисках обработки данных среди молодого поколения, а также с их большей вовлеченностью в онлайн-среду.

Наиболее важный результат исследования — 73% опрошенных (74% в группе до 35 и 72% в старшей) поддерживают гибридную модель, предполагающую либо использование ИИ как инструмента в руках психолога, либо параллельное существование двух форматов. Лишь 10% респондентов в среднем по выборке высказались за полный запрет ИИ, причем в старшей группе таких оказалось значительно больше (18% против 2% в молодежной). Это говорит о том, что гибридный сценарий развития рынка психологических услуг воспринимается как наиболее приемлемый и реалистичный большинством опрошенных, независимо от возраста.

2. Готовность специалистов - психологов использовать ИИ-инструменты

Для оценки реального положения дел и прогнозирования перспектив интеграции ИИ в психологическую практику был проведен опрос специалистов, непосредственно работающих с клиентами.



Рис 5. Готовность психологов-практиков использовать ИИ-инструменты в профессиональной деятельности в % (n = 80)

Таким образом, 50% опрошенных психологов (полностью готовы + скорее готовы) демонстрируют открытость к интеграции ИИ в свою практику. Лишь 7% высказывают категорическое неприятие. Это свидетельствует о том, что профессиональное сообщество в целом не рассматривает ИИ как угрозу, а скорее, как потенциально полезный инструмент при условии его качественной реализации и этического контроля. В сложных, нестандартных или этически напряженных ситуациях психолог может подключить виртуального супервизора. Такой супервизор, функционирующий на основе ИИ, способен не только непредвзято проанализировать проведенные сессии, но и дать рекомендации различного профиля — от технических аспектов ведения диалога до интерпретации переносно-контрпереносных феноменов. При этом окончательное решение и ответственность за терапевтическое вмешательство остаются за живым специалистом, а ИИ выступает в роли советника и аналитического ассистента.

Важно подчеркнуть, что в гибридной модели ИИ не заменяет человеческого присутствия, а дополняет его. Живой специалист сохраняет ключевую роль в выборе метода консультирования, установлении терапевтического альянса, эмоциональной настройке, интуитивном понимании контекста жизни клиента и принятии ответственных решений. В конечном счете он принимает решение и об окончании работы с клиентом. Машина, в свою очередь, выступает надежным помощником, повышающим эффективность работы и снижающим нагрузку на специалиста. Таким образом, гибридная модель представляет собой наиболее сбалансированный и реалистичный путь развития профессии, позволяющий сохранить уникальные человеческие компетенции, одновременно используя технологические преимущества для повышения качества и доступности психологической помощи.

Сценарии развития рынка психологических консультационных услуг с учетом развития ИИ - консультирования

Первый сценарий — это когда «живой» психолог-консультант или психолог-психотерапевт остается доминирующим на рынке психологических услуг. Такой сценарий является весьма вероятным. Однако следует добавить важное «но». Это касается прежде всего ситуации, когда клиенту важно, чтобы на другой стороне был живой человек. Ему необходимо, чтобы его услышали, поняли, смогли по-настоящему, по-живому посочувствовать и сопереживать. Такой человек осознает, что на другой стороне находится такой же живой человек, как и он сам, и он может быть с ним на равных, общаться на равных и вместе с ним идти к решению. В конечном счете для таких людей даже самая идеальная программа никогда не заменит даже несовершенного человека. Контакт душ для таких клиентов будет стоять на первом месте, и они ни за какие деньги не будут готовы от этого отказаться. Человеческий фактор здесь будет превыше всего, и он будет продолжать доминировать еще достаточно долгое время.

Следующее — это ряд модальностей или терапевтических направлений с их масштабом, глубиной, тонкостями и особенностями, которые ИИ еще очень долго не

сможет освоить. Психоаналитическое направление, гипноз, системные семейные расстановки, юнгианский анализ, символдрама, семейная психотерапия и др. В конечном счете каждое из этих направлений предполагает ювелирную работу с глубинными аспектами человеческой психики, а именно — с его бессознательным. Чуткость, аналитика, интуиция, умение считывать невербальное поведение клиента, анализ переносов и контрпереносов — все это делает такой формат чрезвычайно сложным для адаптации под работу ИИ - консультанта. Небольшая ошибка может привести к очень серьезным последствиям, поэтому подобные специализации в ИИ - консультировании, с нашей точки зрения, спустя 10-15 лет с малой долей вероятности будут доступны.

Следующее — существует ряд форматов работы, где ИИ-консультант также не сможет заменить человека. Групповые форматы, опять же, групп-аналитическая психотерапия, системно-феноменологическая терапия и клиент-центрированные расстановки, психодрама, групповая гештальт-терапия, холотропное дыхание, различные формы телесной терапии и ряд других направлений и форматов делают присутствие живого человека не только необходимым, но и обязательным. Таким образом, мы оставляем место специалистам узкого профиля, которые специализируются на сложной и аккуратной работе с бессознательным клиента, а также ряду форматов, где присутствие терапевта представляет собой физическую необходимость.

Конкуренция, на наш взгляд, представляется нам с высокой долей вероятности. В конечном счете уже сейчас ряд клиентов готовы выбрать ИИ-консультанта вместо живого психолога. Однако нам следует подчеркнуть важные моменты, а именно — кого скорее всего заменит ИИ—консультант?

Первое - специалисты, практикующие директивный (инструктивный) подход и дающие готовые решения. Несмотря на то, что современная психология уходит от практики давать советы, ряд направлений оставляет данный формат работы за собой. Уже на текущем этапе развития ИИ-консультант может дать ни менее интересный и эффективный совет, чем, скажем, психолог-консультант. *Второе* - молодых начинающих

психологов. Будучи специалистами начального уровня, им придется вступить в жесткую конкуренцию с ИИ-консультантом чтобы стать незаменимыми специалистами в областях, где требуется не алгоритм, а живое присутствие (телесные практики, глубинная работа с переносом, работа с ценностями).

Третье - психологов, работающих в краткосрочных протоколизованных подходах (например, КПТ-ориентированных консультантов, работающих по стандартным алгоритмам). ИИ-консультант способен быстро освоить структурированные протоколы, вести дневники наблюдений, отслеживать динамику симптомов и давать обратную связь на основе больших массивов данных.

Четвертое - специалистов служб психологической поддержки и «горячих линий» первого уровня, где работа строится по заранее заданным алгоритмам: активное слушание, выражение чувств, предоставление справочной информации и направление к профильным специалистам. ИИ-консультант уже сейчас демонстрируют способность вести подобного рода беседу.

Пятое - психологов, выполняющих преимущественно диагностическую функцию: проведение стандартизированных тестирований, интерпретация результатов по формальным ключам, составление психологических портретов на основе опросников. ИИ-консультант способен обрабатывать такие данные быстрее, точнее и без субъективных искажений.

Шестое — коучей и консультантов, специализирующихся на таких запросах как (повышение продуктивности, тайм-менеджмент), где работа строится без обращения к глубинному бессознательному человека. ИИ-консультант способен моделировать сессии, отслеживать выполнение домашней работы и давать обратную связь".

Седьмое — психологов-просветителей, ведущих блоги и создающих массовый образовательный контент. Ответы на частые вопросы в формате "психологии для жизни" и создание упражнений для самостоятельной работы — все это ИИ-консультант способен делать в большом объеме и с учетом индивидуальных запросов".

Таким образом, в зоне риска оказываются следующие категории специалистов: практикующие директивный (инструктивный) подход и дающие готовые решения, молодые начинающие психологи, психологи, работающие в краткосрочных протоколизированных подходах, специалисты служб психологической поддержки и «горячих линий» первого уровня, психологи, выполняющие преимущественно диагностическую функцию, психологи-просветители, коучи и консультанты, специализирующиеся на оперативных запросах. Устойчивость же на рынке сохраняют те психологи, которые способны предложить максимальную глубину метода, уникальный терапевтический (человек-человек) альянс и работу с теми (бессознательными) аспектами психики, которые выходят глубоко за пределы логического мышления.

Сценарий сосуществование (ближайшие 5-10 лет), когда ИИ-консультант берет на себя одни зоны консультирования, а психолог — другие, также является достаточно реалистичным прогнозом. Уже сейчас, согласно статистике, довольно четко прослеживается данная тенденция. Первичная консультативная помощь, не связанная со сложными травмами, ПТСР, личностными расстройствами и рядом других клинически сложных состояний, уже проявила себя как эффективный инструмент при обращении к ИИ-консультанту. Более того, приведенная выше статистика по уровню удовлетворенности после обращения к ИИ-консультанту подтверждает вышеупомянутый факт.

Психологическая поддержка, понимающее консультирование, консультирование, основанное на решении, а также консультирование, основанное на советах, — все это уже работает и демонстрирует достаточно высокую эффективность. В конечном счете такой формат консультирования является скорее интегративным, и его невозможно точно и целостно отнести к какой-либо одной парадигме. Тем не менее ИИ-консультант справляется со своей задачей, практически полностью закрывая потребности людей, которые обратились к нему за помощью. Таким образом формируются два параллельных рынка с четким позиционированием, предполагающим разделение психологических услуг

на два сегмента: массовый, доступный и технологичный (ИИ-решения), и более комплексный, премиальный, глубинный, где присутствует живой специалист.

В первом сегменте доминируют ИИ-консультанты, предлагающие оперативную поддержку, стандартизированные протоколы и низкую, а порой и бесплатную стоимость, что делает их привлекательными для широкой аудитории. Речь идет скорее о краткосрочных форматах работы, где не требуется глубинная и многолетняя психоаналитическая работа. Во втором сегменте психолог остается незаменимым экспертом, работающим со сложными запросами, травмами и бессознательным, — услуги этого уровня имеют более высокую стоимость и требуют длительного терапевтического контакта. Между этими рынками практически нет пересечений, поскольку они ориентированы на разные потребности и разные категории клиентов, что позволяет им существовать параллельно и не конкурировать напрямую.

Сценарий «Гибридная модель» (наиболее вероятный). Говоря о данном сценарии, следует отметить, что он отражает высокую вероятность своего существования в ближайшей и среднесрочной перспективе. В конечном счете консультант экологично интегрирует искусственный интеллект в свою профессиональную деятельность, делегируя ему ряд функций и задач, которые ранее были возложены исключительно на него самого. Такая интеграция не предполагает вытеснения специалиста, напротив, она расширяет его инструментарий, повышает эффективность работы и освобождает ресурс для более глубокого контакта с клиентом. Интеграция ИИ-консультанта может выполнять целый ряд полезных функций, начиная от расшифровки сессий и заканчивая их психологическим анализом. Он способен автоматически транскрибировать диалог, выделять ключевые темы, частично отслеживать динамику психического и эмоционального состояния клиента, фиксировать повторяющиеся модели поведения и даже предлагать гипотезы для дальнейшей проработки. Это позволяет психологу сосредоточиться на самом процессе терапии, не отвлекаясь на рутинную работу.

Футуристический сценарий. Глядя на тот технологический рывок, который происходит в настоящее время, невозможно не прогнозировать и футуристический сценарий развития рынка. К психологу обращаются лишь единицы, в то время как большую часть работы, связанной с человеческим здоровьем, осуществляет ИИ-консультант. Возможно, это будет голографическая модель человека, которая ничем не отличается по внешности от живого человека. У пользователя будет возможность выбрать для себя наиболее привлекательную голограмму: например, мужчину, женщину, возраст, расу, язык и т.д. ИИ-консультант обладает не только узконаправленным критерием, например, психоаналитическим подходом или рядом других, но и при необходимости может легко переключаться, например, из психологии в психосоматику, в медицину. В конечном счете мы говорим о комплексном видении и решении проблемы, с которой обратился клиент.

ИИ-консультант сможет не только слышать, анализируя речевые и эмоциональные паттерны человека, но и видеть благодаря камерам. Они откроют возможность для оценки бессознательных паттернов. Мимика, жесты, дыхание, взгляд — все это даст возможность искусственному интеллекту заглянуть за то, что называется гранью сознания. В конечном счете для анализа подключается то, что на данный момент является одной из наиболее уязвимых сфер, а именно эмоциональная сфера, та область, где преобладают чувства и эмоции человека. Сенсорные датчики дадут возможность считывать гальванику кожи, температуру дыхания и ряд других важных показателей, отражающих состояние физической сферы человека. Такая голограмма сможет смотреть на человека, отводить взгляд, подстраиваться под его темп, ритм, голос и т.д.

В конечном счете она сможет делать полноценный психофизиологический анализ. При необходимости такой ИИ-консультант проведет диагностику, тестирование, если нужно — направит к специалисту соответствующего профиля, врачу и т.д. Он будет помнить всю информацию о человеке, обучаясь не только на алгоритмах, заданных программистами, но и на том опыте, который он получает в процессе взаимодействия с

клиентом. Он сможет включить релаксационную музыку, организовать просмотр фильма, попросить человека двигаться в соответствии с желанием тела. В конечном счете эклектичность, масштабность, а при необходимости и глубина — все это будет присуще такой машине. Для углубления знаний ИИ-консультант сможет обратиться либо к разработчику, либо к своему электронному супервизору, который сможет улучшить его навыки в случае необходимости.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Цифровые технологии развиваются стремительными темпами, постепенно вытесняя специалистов, занятых «рутинным умственным трудом», связанным с обработкой данных (базовая аналитика), обработка текста, операторов колл-центров, копирайтеров, переводчиков, младших бухгалтеров, программистов (джунов) и ряд других. Психологическое консультирование также не обошла стороной эта тенденция. ИИ-консультант начинает глубоко внедряться в психологическую практику, обеспечивая людей необходимой помощью и поддержкой, и, следуя веяниям времени, это необходимо учитывать.

На сегодняшний день ИИ-консультант еще не является совершенным инструментом, однако его алгоритмы постоянно усложняются, а качество предоставляемых им услуг неуклонно растет. Глубина знаний, системность, аналитика, конфиденциальность и широкая доступность — все это отражает тенденцию развития ИИ, с которой профессиональные психологи должны считаться. В связи с этим конкуренция на рынке психологических услуг будет усиливаться.

Умение не конфронтировать, а поставить возможности научно-технической мысли на службу себе и человечеству — вот главная цель. Экономически выгодное взаимодействие современного психолога ИИ-консультантом, распределение ряда обязанностей, повышение качества собственного профессионализма, а вместе с тем, и

конкурентоспособности — все это, на наш взгляд, является наиболее перспективным сценарием ближайшего будущего для психолога.

ЛИТЕРАТУРА

- Ананьева Ж.Н., Ананьев О.Г.* Аспекты профессиональной деятельности цифрового психолога // Право и государство: теория и практика. 2024. № 12(240). С. 388-390. DOI: http://doi.org/10.47643/1815-1337_2024_12_388
- Афанасьев И.В., Афанасьева И.В.* Этические и правовые аспекты использования искусственного интеллекта в психологической практике: анализ и пути регулирования // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2025. № 6 (244). С. 293–301. DOI: 10.5930/1994-4683-2025-293-301
- В России появился первый закон о развитии технологий искусственного интеллекта // ГАРАНТ.РУ. 27.07.2026. URL: <https://www.garant.ru/news/2171301/> (дата обращения: 16.08.2026).
- ВСК. Исследование: почти 80% пациентов психологов — женщины [Электронный ресурс] // Страховой Дом ВСК. 2024. 26 сент. URL: <https://remedium.ru/news/pochti-80-patsientov-psikholog/> (дата обращения: 16.08.2026).
- Заменил ли нейросеть психолога [Электронный ресурс] // РБК Компании. 2026. 2 авг. URL: <https://companies.rbc.ru/news/zo7VL934Tj/zamenit-li-nejroset-psihologa/> (дата обращения: 15.08.2026).
- Михайлова В.* Исследование Yota: россияне стали чаще общаться с ИИ-компаньонами // МК.RU. 30.07.2025. URL: <https://www.mk.ru/social/2025/07/30/issledovanie-yota-rossiyane-stali-chashhe-obshhatsya-s-iikompanonami.html> (дата обращения: 16.08.2026).
- Розенова М.И., Огнев А.С., Лихачева Э.В.* Искусственный интеллект в исследовательских и психологических практиках: международный опыт применения и обнаруженные риски // Современная зарубежная психология. — 2026. Т. 15, № 2. С. 78–90. DOI: 10.17759/jmfp.2026150208
- Романчева Д., Атаманова И.* В ТГУ выяснили: ИИ-психолог удобен, но не достаточно надежен // Сибирская наука +. 2026. 25 февр. URL: https://sib-science.ru/news/v_tgu_viyasnili_iipsikholog_udoben_no_ne_dostatochno_nadezhen_25_02_2026 (дата обращения: 14.08.2026).
- Соколова О.В., Кидинов А.В.* Применение алгоритмов искусственного интеллекта в диагностике психоэмоциональных состояний человека // Психолого-

педагогический журнал «Гаудеамус». 2025. Т. 24, № 4. С. 33–41. DOI: 10.20310/1810-231X-2025-24-4-33-41

Фрейманис И.Ф., Шляпов И.В. Риски применения технологии искусственного интеллекта для психологической помощи: взгляд психолога и разработчика // Russian Journal of Education and Psychology. 2025. Т. 16, № 5. С. 659–687. DOI: 10.12731/2658-4034-2025-16-5-829

Янсон Д. Психологи онлайн: бизнес под угрозой? Почему ФЗ-152 и «Закон о платформах» меняют правила игры // VC.ru. 07.11.2025. URL: <https://vc.ru/proego/2326025-psikhologi-onlajn-v-rossii-vyzovy-i-novye-pravila-regulirovaniya> (дата обращения: 16.08.2026).

American Psychological Association. AI in the therapist's office: 2025 practitioner pulse survey [Electronic resource]. Washington, 2025. Mode of access: <https://www.apa.org/pubs/reports/practitioner/2025/full-report.pdf> (date of access: 14.08.2026).

Ali R. 'Suicide coach': Are chatbots fueling self-harm? [Electronic resource] // Anadolu Agency. 2025. 9 Sept. URL: <https://www.aa.com.tr/en/artificial-intelligence/-suicide-coach-are-chatbots-fueling-self-harm/3682718> (date of access: 15.08.2026).

Artificial Intelligence in Mental Health Market Size, Share – Growth Analysis Report and Forecast Trends (2026–2035) [Electronic resource] / Expert Market Research. 2026. 400 p. URL: <https://www.expertmarketresearch.com/reports/artificial-intelligence-in-mental-health-market> (date of access: 03.08.2026).

Augustin M., Reitz A., Wirtz J., Hallawa A., Dartmann G., Schmeink A. Künstliche Intelligenz in der Psychotherapie – Einstellungen und Kompetenzen ärztlicher und psychologischer Psychotherapeuten [Electronic resource] // Der Nervenarzt. 2026. Published online: 9 February. DOI: 10.1007/s00115-026-01948-5

Ballard J. Americans are increasingly concerned about AI exacerbating mental health problems [Electronic resource] // YouGov. 2026. URL: <https://yougov.com/en-us/articles/54755-americans-are-increasingly-concerned-about-ai-exacerbating-mental-health-problems> (date of access: 15.08.2026).

Braidwood J. After a year of building Yara AI, it's time to shut things down [Electronic resource]. 2025. URL: https://www.linkedin.com/posts/joebraidwood_after-a-year-of-building-yara-ai-its-time-activity-7394436184648736769-T_Z1/ (date of access: 16.08.2026).

Berber A., Mijić J. Understanding Moral Responsibility in Automated Decision-Making: Responsibility Gaps and Strategies to Address Them // Theoria, Beograd. 2024. Vol. 67, No. 3. P. 177–192. DOI: 10.2298/THEO2403177B

- Békés V., Aafjes-van Doorn K. Who Wants to Have an AI Therapist? Acceptance of Using Artificial Intelligence for Mental Health Interventions Among Clinicians, Patients and the General Community [Electronic resource] // Clinical Psychology & Psychotherapy. 2026. Vol. 33, No. 1. e70220. DOI: 10.1002/cpp.70220
- Chatterjee R. She turned to ChatGPT during a mental health crisis. Her mother shares her story [Electronic resource] // NPR. 2026. 27 July. URL: <https://www.npr.org/2026/07/27/nx-s1-5836212/she-turned-to-chatgpt-during-a-mental-health-crisis-her-mother-shares-her-story> (date of access: 15.08.2026).
- Diaz L., Huguet A. Spontaneous use of ChatGPT for mental health support: an exploratory study // Journal of Public Health. 2025. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10389-025-02668-x>
- Iftikhar Z., Xiao A., Ransom S., Huang J., Suresh H. How LLM Counselors Violate Ethical Standards in Mental Health Practice: A Practitioner-Informed Framework // Proceedings of the AAAI/ACM Conference on AI, Ethics, and Society. 2025. Vol. 8, No. 2. P. 1311–1323. DOI: 10.1609/aies.v8i2.36632
- Matthias A. The responsibility gap: Ascribing responsibility for the actions of learning automata // Ethics and Information Technology. 2004. Vol. 6, No. 3. P. 175–183. DOI: 10.1007/s10676-004-3422-1
- McBain R. K. et al. AI Chatbot Use for Mental Health Advice Rises Sharply Among US Youth, With Key Disparities Identified // AJMC. 2026. URL: <https://www.ajmc.com/view/ai-chatbot-use-for-mental-health-advice-rises-sharply-among-us-youth-with-key-disparities-identified> (date of access: 16.08.2026).
- PsyAi.pro, MAGRAM MR. Более половины россиян обращаются к ИИ за психологической помощью [Электронный ресурс]. 2026. 6 мая. URL: https://magram.ru/news/bolee_poloviny_rossiyan_obrashchayutsya_k_ii_za_psikhologicheskoy_pomoshchyu.html (дата обращения: 16.08.2026).
- Prada L. Teens Are Choosing AI Chatbots Over Actual Friends [Electronic resource] // VICE. 2025. 24 November. URL: <https://www.vice.com/en/article/teens-are-choosing-ai-chatbots-over-actual-friends/> (date of access: 16.08.2026).
- Schoshani A. et al. Efficacy of a conversational AI agent for psychiatric symptoms and digital therapeutic alliance: A randomized clinical trial // JAMA Network Open. 2026. DOI: 10.1001/jamanetworkopen.2026.6713
- Wang X., Zhou Y., Zhou G. The Application and Ethical Implication of Generative AI in Mental Health: Systematic Review [Electronic resource] // JMIR Mental Health. 2025. Vol. 12. e70610. DOI: 10.2196/70610

AI PSYCHOLOGIST AS A CHALLENGE TO THE MARKET OF PSYCHOLOGICAL SERVICES: COMPETITION, COEXISTENCE, OR A HYBRID MODEL OF PROFESSIONAL ACTIVITY?

© 2026 K.L. Pisarevsky*, V.V. Kalita**

** Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor at the Department of Pedagogy
and Psychology at RMAT,
practical psychologist, systemic family therapist; Moscow, Russia.
E-mail: starway48@yandex.ru*

*** Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor at the Department of Pedagogy
and Psychology of Professional Education, Moscow State University of Technology named
after K.G. Razumovsky (PSU); Moscow, Russia.
E-mail: 700200@mail.ru*

The article is devoted to the challenges of modernity, namely the current analysis of the transformation of the psychological services market as a result of the introduction of artificial intelligence. Its relevance is due to the active development and integration of digital technologies into human life, as well as the growing popularity of online formats of psychological assistance. The diversity of forms and formats of online interaction poses new ethical and legal challenges for researchers. Particular attention is paid to how digital technologies are changing the usual models of interaction between a specialist and a client. The issue of the quality of psychological assistance provided by AI consultants deserves special attention. The individual and age-related preferences of modern users who turn to both psychologist-consultants and AI consultants are examined. Based on an empirical study, the differences in the preferences of respondents of different age groups regarding the services of a psychologist-consultant and an AI consultant are identified. The main requests with which users turn to AI consultants are reflected. A survey of practicing psychologists was conducted, which revealed their intentions and level of trust in digital psychological platforms. The preferred choices of interaction with AI consultants, as well as the forms and formats of cooperation, are reflected. Four scenarios for the development of the market of psychological consulting services are presented, where each of them describes in detail the algorithms of interaction between an ordinary user of psychological services and an AI consultant. One of the most probable ones is highlighted, which describes

the hypothetical development of the psychological services market taking into account the introduction of AI consultants. Further research may be aimed at studying the long-term effects resulting from the use of AI consultants, as well as the development of ethical and legal norms.

Keywords: artificial intelligence, psychological counseling, the labor market for psychologists, digitalization of psychological assistance, AI consultant, digital self help systems, psychologist consultant

REFERENCES

- Ananyeva, Zh.N., & Ananyev, O.G. (2024). Aspekty professional'noj deyatel'nosti cifrovogo psihologa [Aspects of the professional activity of a digital psychologist]. *Pravo i gosudarstvo: teoriya i praktika [Law and State: Theory and Practice]*. 12(240). 388-390. (In Russ.). DOI: http://doi.org/10.47643/1815-1337_2024_12_388
- Afanasyev, I.V., Afanasyeva, I.V. (2025). Eticheskie i pravovye aspekty ispol'zovaniya iskusstvennogo intellekta v psihologicheskoy praktike: analiz i puti regulirovaniya [Ethical and legal aspects of the use of artificial intelligence in psychological practice: analysis and ways of regulation]. *Uchenye zapiski universiteta imeni P. F. Lesgafta [Scientific Notes of P. F. Lesgaft University]*. 6(244). 293–301. (In Russ.). DOI: 10.5930/1994-4683-2025-293-301
- GARANT (2026). V Rossii poyavilsya pervyj zakon o razvitii tekhnologij iskusstvennogo intellekta [Russia has introduced its first law on the development of artificial intelligence technologies]. GARANT.RU URL: <https://www.garant.ru/news/2171301/> (accessed: 16.08.2026). (In Russ.).
- VSK (2024). Issledovanie: pochni 80% pacientov psihologov — zhenshchiny [Study: almost 80% of psychologists' patients are women] [Electronic resource]. VSK Insurance House. URL: <https://remedium.ru/news/pochti-80-patsientov-psikholog/> (accessed: 16.08.2026). (In Russ.).
- RBC (2026). Zamenit li nejroset' psihologa [Will a neural network replace a psychologist] [Electronic resource]. RBC Companies. URL: <https://companies.rbc.ru/news/zo7VL934Tj/zamenit-li-nejroset-psihologa/> (accessed: 15.08.2026). (In Russ.).
- Mikhailova, V. (2025). Issledovanie Yota: rossiyanе stali chashche obshchat'sya s II-kompan'onami [Yota study: Russians have begun communicating with AI companions more often]. MK.RU. URL: <https://www.mk.ru/social/2025/07/30/issledovanie-yota-rossiyanе-stali-chashhe-obshhatsya-s-iikompanonami.html> (accessed: 16.08.2026). (In Russ.).

- Rozenova, M.I., Ognev, A.S., & Likhacheva, E.V. (2026). Iskusstvennyj intellekt v issledovatel'skih i psihologicheskikh praktikah: mezhdunarodnyj opyt primeneniya i obnaruzhennye riski [Artificial intelligence in research and psychological practices: international experience of application and identified risks]. *Sovremennaya zarubezhnaya psihologiya [Modern Foreign Psychology]*. 15(2). 78–90. (In Russ.). DOI: 10.17759/jmfp.2026150208
- Romancheva, D., & Atamanova, I. V TGU vyyasnili: II-psiholog udoben, no ne dostatochno nadezhen [TSU found: an AI psychologist is convenient, but not reliable enough]. *Sibirskaya nauka + [Siberian Science +]*. URL: https://sib-science.ru/news/v_tgu_viyasnili_iipsikholog_udoben_no_ne_dostatochno_nadezhen_25_02_2026 (date of access: 14.08.2026). (In Russ.).
- Sokolova, O.V., & Kidinov, A.V. (2025). Primenenie algoritmov iskusstvennogo intellekta v diagnostike psihoemocional'nyh sostoyanij cheloveka [Application of artificial intelligence algorithms in the diagnosis of human psychoemotional states]. *Psichologo-pedagogicheskij zhurnal «Gaudeamus» [Psychological and Pedagogical Journal "Gaudeamus"]*. 24(4). 33–41. (In Russ.). DOI: 10.20310/1810-231X-2025-24-4-33-41
- Freimanis, I.F., & Shlyapov, I.V. (2025). Riski primeneniya tekhnologii iskusstvennogo intellekta dlya psihologicheskoy pomoshchi: vzglyad psihologa i razrabotchika [Risks of using artificial intelligence technology for psychological assistance: the view of a psychologist and a developer]. *Russian Journal of Education and Psychology*. 16(5). 659–687. (In Russ.). DOI: 10.12731/2658-4034-2025-16-5-829
- Yanson, D. (2025). Psihologi onlajn: biznes pod ugrozoy? Pochemu FZ-152 i «Zakon o platformah» menyayut pravila igry [Psychologists online: is the business under threat? Why Federal Law 152 and the "Law on Platforms" are changing the rules of the game]. VC.ru. URL: <https://vc.ru/proego/2326025-psikhologi-onlajn-v-rossii-vyzovy-i-novye-pravila-regulirovaniya> (date of access: 16.08.2026). (In Russ.).
- American Psychological Association (2025). AI in the therapist's office: 2025 practitioner pulse survey [Electronic resource]. Washington. Mode of access: <https://www.apa.org/pubs/reports/practitioner/2025/full-report.pdf> (accessed: 14.08.2026).
- Ali, R. (2025). 'Suicide coach': Are chatbots fueling self-harm? [Electronic resource]. Anadolu Agency. URL: <https://www.aa.com.tr/en/artificial-intelligence/-suicide-coach-are-chatbots-fueling-self-harm/3682718> (accessed: 15.08.2026).
- Agrawal, V. (2026). Artificial Intelligence in Mental Health Market Size, Share — Growth Analysis Report and Forecast Trends (2026–2035) [Electronic resource]. *Expert*

Market Research. URL: <https://www.expertmarketresearch.com/reports/artificial-intelligence-in-mental-health-market> (accessed: 03.08.2026).

- Augustin, M., Reitz, A., Wirtz, J., Hallawa, A., Dartmann, G., & Schmeink, A. (2026) Künstliche Intelligenz in der Psychotherapie – Einstellungen und Kompetenzen ärztlicher und psychologischer Psychotherapeuten [Electronic resource]. *Der Nervenarzt*. Published online. DOI: 10.1007/s00115-026-01948-5
- Ballard, J. (2026). Americans are increasingly concerned about AI exacerbating mental health problems [Electronic resource]. *YouGov*. URL: <https://yougov.com/en-us/articles/54755-americans-are-increasingly-concerned-about-ai-exacerbating-mental-health-problems> (accessed: 15.08.2026).
- Braidwood, J. (2025). After a year of building Yara AI, it's time to shut things down [Electronic resource]. URL: https://www.linkedin.com/posts/joebraidwood_after-a-year-of-building-yara-ai-its-time-activity-7394436184648736769-T_Z1/ (accessed: 16.08.2026).
- Berber, A., Mijić, J. (2024). Understanding Moral Responsibility in Automated Decision-Making: Responsibility Gaps and Strategies to Address Them. *Theoria, Beograd*. 67(3). 177–192. DOI: 10.2298/THEO2403177B
- Békés, V., Aafjes-van Doorn, K. (2026). Who Wants to Have an AI Therapist? Acceptance of Using Artificial Intelligence for Mental Health Interventions Among Clinicians, Patients and the General Community [Electronic resource]. *Clinical Psychology & Psychotherapy*. 33(1). e70220. DOI: 10.1002/cpp.70220
- Chatterjee, R. (2026). She turned to ChatGPT during a mental health crisis. Her mother shares her story [Electronic resource]. *NPR*. URL: <https://www.npr.org/2026/07/27/nx-s1-5836212/she-turned-to-chatgpt-during-a-mental-health-crisis-her-mother-shares-her-story> (accessed: 15.08.2026).
- Diaz, L., & Huguet, A. (2025). Spontaneous use of ChatGPT for mental health support: an exploratory study. *Journal of Public Health*. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10389-025-02668-x>
- Iftikhar, Z., Xiao, A., Ransom, S., Huang, J., Suresh, H. (2025). How LLM Counselors Violate Ethical Standards in Mental Health Practice: A Practitioner-Informed Framework. *Proceedings of the AAAI/ACM Conference on AI, Ethics, and Society*. 8(2). 1311–1323. DOI: 10.1609/aies.v8i2.36632
- Matthias, A. (2004). The responsibility gap: Ascribing responsibility for the actions of learning automata. *Ethics and Information Technology*. 6(3). 175–183. DOI: 10.1007/s10676-004-3422-1

- McBain, R.K. et al. (2026). AI Chatbot Use for Mental Health Advice Rises Sharply Among US Youth, With Key Disparities Identified. *AJMC*. URL: <https://www.ajmc.com/view/ai-chatbot-use-for-mental-health-advice-rises-sharply-among-us-youth-with-key-disparities-identified> (accessed: 16.08.2026).
- PsyAi.pro (2026). More than half of Russians turn to AI for psychological help [Electronic resource]. *MAGRAM MR*. URL: https://magram.ru/news/bolee_poloviny_rossiyan_obrashchayutsya_k_ii_za_psikhologicheskoy_pomoshchyu.html (date of access: 16.08.2026).
- Prada, L. (2025). Teens Are Choosing AI Chatbots Over Actual Friends [Electronic resource]. *VICE*. URL: <https://www.vice.com/en/article/teens-are-choosing-ai-chatbots-over-actual-friends/> (date of access: 16.08.2026).
- Schoshani, A. et al. (2026). Efficacy of a conversational AI agent for psychiatric symptoms and digital therapeutic alliance: A randomized clinical trial. *JAMA Network Open*. DOI: 10.1001/jamanetworkopen.2026.6713
- Wang, X., Zhou, Y., & Zhou, G. (2025). The Application and Ethical Implication of Generative AI in Mental Health: Systematic Review [Electronic resource]. *JMIR Mental Health*. 12. e70610. DOI: 10.2196/70610

The article was received: 14.09.2026. Published online: 05.10.2026

Библиографическая ссылка на статью:

Писаревский К.Л., Калита В.В. ИИ-психолог как вызов рынку психологических услуг: конкуренция, сосуществование или гибридная модель профессиональной деятельности? // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда, 2026. Т. 11. № 3. С. 113–151. DOI: https://doi.org/10.38098/ipran.opwp_2026_40_3_005

Pisarevsky, K.L., Kalita, V.V. (2026). ИИ-психолог как вызов рынку психологических услуг: конкуренция, сосуществование или гибридная модель профессиональной деятельности? [AI psychologist as a challenge to the market of psychological services: competition, coexistence, or a hybrid model of professional activity?]. Institut Psikhologii Rossiyskoy Akademii Nauk. Organizatsionnaya Psikhologiya i Psikhologiya truda [Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Psychology of Labor]. 11(3). 113–151. DOI: https://doi.org/10.38098/ipran.opwp_2026_40_3_005

Адрес статьи: http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document_1265.pdf