**УДК 378**

**«Платформа для поддержки психологического здоровья студентов»**

**Руководитель: Жумадилова Мереке Бапановна**

**Обучающий: Қашқынбай Алишер Ысқақұлы**

**КГУТИ имени Ш. Есенова, город Актау, Казахстан** alisher.kashkynbay@yu.edu.kz

**Аннотация**

Данное исследование посвящено анализу влияния цифровых технологий и искусственного интеллекта на психологическое благополучие студентов. Рассматриваются ключевые аспекты использования чат-ботов и веб-платформ для поддержки ментального здоровья, выявляются преимущества и возможные риски их внедрения в образовательную среду. В статье представлены современные тенденции, аналитические данные и рекомендации по оптимизации цифровых решений в области психологической помощи.

**Ключевые слова:** цифровые технологии, искусственный интеллект, психологическое здоровье, студенты, стресс, поддержка, чат-бот, рекомендации, конфиденциальность, образование.

**Введение**

В современных условиях студенты сталкиваются с высоким уровнем стресса, связанным с академической нагрузкой, социальной адаптацией и личностными вызовами. Цифровые технологии открывают новые возможности для оказания психологической поддержки, делая её доступной, удобной и персонализированной [1]. Одним из перспективных направлений является использование чат-ботов и онлайн-платформ, которые могут оперативно оценивать эмоциональное состояние пользователя и предоставлять рекомендации [2].

Целью данного исследования является изучение эффективности цифровых инструментов в поддержке психологического здоровья студентов, выявление их преимуществ и ограничений, а также разработка рекомендаций по дальнейшему развитию подобных решений.

**Актуальность исследования**

Актуальность темы обусловлена растущей потребностью в доступных и конфиденциальных инструментах психологической поддержки. В условиях цифровой трансформации общества, студенты всё чаще обращаются к онлайн-сервисам для решения личных и образовательных проблем . Пандемия COVID-19 также продемонстрировала значимость дистанционных решений в сфере психического здоровья, увеличив спрос на инновационные методы поддержки .

**Основные аспекты влияния цифровых технологий на психологическое здоровье студентов**

1. **Доступность и удобство**

Онлайн-платформы и чат-боты обеспечивают круглосуточный доступ к информации и рекомендациям, снижая барьеры для обращения за помощью. Они позволяют студентам самостоятельно оценивать своё состояние и получать поддержку в любое время. 2. **Персонализированный подход**

Искусственный интеллект и алгоритмы анализа данных помогают адаптировать рекомендации под индивидуальные потребности пользователя. Это делает помощь более эффективной по сравнению с универсальными методами поддержки .

3. **Конфиденциальность и анонимность**

Один из ключевых факторов, влияющих на использование цифровых решений, – это возможность получения помощи без раскрытия личных данных. Это особенно важно для студентов, испытывающих социальное давление или страх осуждения. 4. **Потенциальные риски и ограничения**

Несмотря на очевидные преимущества, цифровые технологии не могут заменить полноценную работу психолога. Чат-боты и автоматизированные сервисы могут давать неточные рекомендации или не учитывать сложные эмоциональные состояния пользователя [8]. Кроме того, существует риск утечки персональных данных, что требует особого внимания к вопросам безопасности и этики [9].

**Описание проекта YU CONNECT**

Проект **YU CONNECT** представляет собой бесплатную цифровую платформу, предназначенную для студентов, нуждающихся в психологической поддержке. Основные компоненты:

**Чат-бот в Telegram** – интеллектуальный помощник, анализирующий эмоциональное состояние и дающий рекомендации.

**Веб-платформа** – содержит психологические тесты, персонализированные отчёты и образовательные материалы.

**Аналитическая система** – помогает университетам выявлять общие тенденции в состоянии студентов и предлагать меры поддержки.

**Ожидаемые результаты**

Внедрение проекта **YU CONNECT** способно:

снизить уровень стресса среди студентов;

повысить осведомлённость о важности психического здоровья;

предоставить удобные и доступные инструменты поддержки;

улучшить взаимодействие между студентами и образовательными учреждениями в вопросах ментального здоровья.

**Заключение**

Цифровые технологии и искусственный интеллект открывают новые возможности для поддержки психологического здоровья студентов. Проект **YU CONNECT** демонстрирует, как инновационные решения могут повысить доступность помощи и снизить барьеры для её получения. Дальнейшие исследования и развитие подобных инициатив позволят повысить качество поддержки и адаптировать её под индивидуальные потребности студентов.

**Список литературы**

1. Ник Б. «Искусственный интеллект. Этапы, Угрозы, Стратегии», 2014. 2. Алан П. «Психология. Все, что вам нужно знать, - в одной книге», 2021. 3. Кальнер Н. «Как сократить уровень профессионального стресса», 2023. 4. Срини Д. «Разработка чат-ботов и разговорных интерфейсов», 2018. 5. Кнорус М. «Информационные технологии», 2016.