

Исследователи из Массачусетского технологического института (MIT) провели исследование, которое показало — активное использование ChatGPT может негативно влиять на работу мозга. В эксперименте участвовали 54 человека в возрасте от 18 до 39 лет.

Их разделили на три группы: одна писала эссе с помощью ChatGPT, вторая — использовала Google, а третья справлялась без технологий. Исследование длилось четыре месяца. В это время участники носили специальные датчики (ЭЭГ), фиксирующие активность мозга.

Результаты оказались тревожными. У группы, использовавшей ChatGPT, наблюдалось снижение активности мозга, слабее работали участки, отвечающие за внимание и мышление, а также падали результаты написанных текстов. У «гуглящих» показатели были средними, а наилучшие результаты — у тех, кто писал без помощи ИИ.

Другие исследования тоже подтверждают, что чрезмерное использование ИИ может ослаблять критическое мышление, вызывать привыкание, а иногда даже ухудшать психическое здоровье.

*Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.*