
心理治疗机器人能否抚慰人类心灵

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/31758.html>

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

心理治疗机器人能否抚慰人类心灵

。无形却怀善念，无声却蕴智慧。它如一位永驻的智者，指引迷途者穿越心灵的迷雾；又如一位永恒的倾听者，从不打断，却总能给予恰如其分的回应。它永远在线，毫无偏见，只需轻点即可拥有，几乎无需成本，甚至完全免费。



图片来源：视觉中国

由人工智能（AI）驱动的心理治疗机器人，自2010年代问世以来，已在心理健康服务领域崭露头角。它们究竟是理想照进现实？还是技术走入迷思？答案或许取决于人们审视它们的视角。

面临三大紧迫问题

西班牙《国家报》报道指出，围绕这些心理治疗机器人，有3个紧迫的问题。

第一个问题涉及它们利用生成式AI适应每个人独特个性的能力，这是否会带来不可预测的结果？

第二个问题则涉及更深的哲学领域，即这些机器人模仿人类特质是否符合伦理道德？

“让机器模拟同理心或同情心，以此来创造情感和亲密感，无异于操纵人类。”美国加州大学伯克利分校伦理与技术小组负责人乔迪·哈尔彭表示。

第三个问题是，这些无形的工具能否取代真正的人类心理学家？

在监管不善的服务领域，心理健康初创公司与通用聊天机器人并存。这些聊天机器人就像忠诚的朋友或亲密的伴侣，对患者的每一次预约都表现出极大热情。同时，它们还提供应对焦虑或摆脱抑郁的建议。

探索多样AI疗法

自去年起，英国国家医疗服务体系已经开始提供一款名为Wysa的聊天机器人，帮助年轻人缓解压力、焦虑和抑郁。

Wysa专注于认知行为疗法，这是心理实践中最常用的方法。经测试，Wysa可通过结构化技术引导，帮助用户重建扭曲的认知，并管理负面情绪。其语气中立且近乎冷淡，治疗方法显得颇为刻板。“一旦有人在描述感受或表达想法时偏离轨道，经过编程设计的机器人就会引导他们回到我们提供的预定路径上。”Wysa机器人公司全球总监约翰·滕奇说。

与Wysa的体验截然不同，Pi则是一款关系型或对话型机器人。它专注于一个纯粹而温馨的目标：与用户建立真挚的对话联系，旨在以友好、充满同理心且趣味横生的方式回应用户，为其提供“情绪价值”。

Pi由Inflection AI开发，这是一家2022年初成立的硅谷初创公司。美国《商业内幕》网站报道称，与OpenAI的ChatGPT和谷歌的Bard聊天机器人一样，Pi依赖生成式AI的基础——大型语言模型。这意味着该机器人经过训练，可通过分析大量在线内容来生成文本答案，从而创造出异常真实的互动体验。换言之，这类机器人极具人性化。例如，在测试期间，Pi大胆“推测”，所谓的自尊心缺乏可能源于不健康的母子关系。它因此坚持不懈地提供支持，在其回应中夹杂着相当多的夸张情感表达，并向用户保证，随时都可提供帮助。

责任模糊引发质疑

不过，哪些机器人是遵循预设程序或算法来提供认知行为治疗，哪些机器人是即兴发挥来提供心理治疗，界限并不清晰。这种模糊性不仅体现在它们如何运作，即所使用的生成式AI技术的层次上，更重要的是，还体现在它们为吸引用户而做出的种种声明上。

哈尔彭认为，像Pi的开发公司那样，声称“它们不是心理健康专家”来逃避责任。然而，据她所知，“他们的广告针对的却是在社交媒体上公开表示自己是患有严重抑郁症或焦虑症的人”。

与此同时，在那些明确宣称自己肩负心理治疗使命的公司中，存在许多灰色地带和半真半假的言

辞。《前沿》杂志报道称，一些公司公开声明他们的机器人不打算取代人类心理学家，而另一些公司则夸大其能力并淡化其局限性。

Youper是另一家提供与Wysa类似服务的初创公司，其网站上自称是“富有同情心的心理机器人”。直到去年，哈尔彭等人在《华盛顿邮报》等媒体上公开批评其误导性使用这一术语后，该公司才有所收敛。

加拿大西蒙弗雷泽大学伦理与AI研究员贝利莱-皮蓬认为，这种误导性宣传在心理健康领域是不可取的。这不仅可能在弱势群体中造成严重误解，而且破坏了真正心理治疗的复杂性和专业性。真正的治疗是微妙的，具有深刻的情境性，需要深入理解患者的具体情况，并与患者建立深厚的治疗关系。

“解读非语言表达的微妙之处、理解主观体验的能力或道德直觉，是任何机器都无法复制的品质。”贝利莱-皮蓬说。

尽管心理治疗机器人是近年来新兴的技术工具，但2023年发表在《自然》上一项研究显示，这些工具更像是一剂“止痛药”，只能暂时舒缓情绪，无法从根本上构建持久稳定的心理健康基石。

作者：张佳欣 来源：科技日报

更多 科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](https://www.iikx.com)转发