

↻ Türk Psikiyatri Dergisi ↻

Turkish Journal of Psychiatry

Mektup/Letter

Psikoterapilerde Yapay Zekânın Kullanımı: Pratik ve Etik Yönler

Sayın Editör,

Yapay zekâ (YZ) psikiyatri alanında köklü değişiklikler yaratma potansiyeline sahiptir. YZ'nin psikiyatri üzerindeki olumlu etkilerine; tanı koyma sürecine getirdiği yenilikler, yeni tedavi yöntemlerinin gelişmesi, kişiselleştirilmiş tedavi yaklaşımları ve tedavi etkinliğinin nesnel verilerle gösterilmesi gibi örnekler verilebilir (Ayhan 2023). Ancak, tüm bu avantajların yanı sıra, YZ'nin psikiyatride kullanımıyla ilgili endişeler de bulunmaktadır. YZ'nin kullanımına ilişkin etik ve gizlilikle ilgili kaygılar, karar süreçlerinin şeffaflığı ile ilgili belirsizlikler, yanıltıcı sonuçlar ve bu sonuçlara göre tedavinin şekillendirilmesi gibi riskler, dile getirilen başlıca endişelerdir (Ayhan 2023, Gürcan ve ark. 2024).

YZ'nin psikoterapiyi de etkileme ve değiştirme potansiyeli yüksektir. YZ teknolojisiyle sohbet robotları (chatbots/conversational agents) geliştirilmiştir. Bu programların, insan etkileşimine benzer şekilde diyalog sürdürebilme becerisi bulunmaktadır. Başka bir deyişle, insan olmayan bir varlık, insanlarınkine benzer ve hatta bazen onlarınkini aşan dil işleme yetenekleri sergilemektedir (Haber ve ark. 2024). Büyük Dil Modelleri (BDM) kullanan YZ sistemlerinin güncel sürümlerinde (örn. ChatGPT 4.0) YZ ile bir diyalog yürütmek mümkün hale gelmiştir (OpenAI 2023). Sohbet robotlarının, insan terapistlerde olduğu gibi, kullanıcılarla iletişim kurarak onların duygularını ve düşünce kalıplarını fark etmelerine yardımcı olabilecekleri ve başa çıkma yöntemleri sunabilecekleri belirtilmektedir (Meadi ve ark. 2024). YZ destekli terapötik uygulamalar geliştiren şirketler, sohbet robotları ve

sanal gerçeklik terapileri gibi araçlarla bu uygulamaları, yüz yüze terapilere benzer bir hale getirmeyi hedeflemektedirler (Holohan ve Fiske 2021).

Bu gelişmeler sayesinde YZ uygulamaları psikoterapide giderek daha sık karşımıza çıkmaktadır. YZ'nin, büyük veri setlerinden elde ettiği bilgilerle hastanın klinik, kültürel ve kişisel özelliklerini hesaba katarak yürüteceği kişiselleştirilmiş psikoterapi sayesinde hastaların iyileşme sürecine aktif katılımını sağlayabileceği iddia edilmektedir (Haber ve ark. 2024). Bilişsel davranışçı terapi (BDT) gibi kanıta dayalı terapileri uygulayabilmesi, BDT ve psikanalitik terapi gibi yaklaşımları, yeni ve gelişen terapi modaliteleri ile bütünleştiren çoğulcu bir ortam yaratması ise YZ'nin psikoterapiye sağladığı diğer avantajlar olarak sunulmaktadır (Haber ve ark. 2024). Bunlara ek olarak, artırılmış gerçeklik ve sanal gerçeklik teknolojileri, kontrollü ve güvenli senaryolar oluşturarak maruz bırakma terapisi için imkânlar sunmaktadır (Ayhan 2023). YZ destekli psikoterapinin en çok faydası olacağı düşünülen gruplar; damgalanma korkusu, ekonomik güçlükler, terapist sayısındaki azlık gibi sebeplerle tedaviye ulaşımında sorun yaşayan kişiler ve kırılğan gruplardır (Fiske ve ark. 2020).

YZ'nin klinik uygulamada karşılaşılabilecek eksikleri etik kaygıları beraberinde getirmektedir. Akıllara ilk gelen soru veri güvenliğidir. Özellikle psikoterapi sürecinde kişilerle ilgili hassas ve özel pek çok bilgi YZ veri tabanında depolandığında hastaların kişisel verileri yetkisiz veri kullanımına ya da verilerin açık rıza olmaksızın detaylı bir şekilde analizine müsait hale gelebilir. Bu verilerin nasıl korunacağı ciddi bir endişe kaynağıdır. Öte yandan, verilerin YZ gelişiminde rol alan şirketlerin kontrolü altında toplanması başka bir endişe kaynağıdır. Bu durum, ticari çıkarlara öncelik verilmesine neden olabilir ve hizmet kalitesini tehlikeye atabilir (Zajko 2023). Bu sorunlar güvenlik ve mahremiyet gibi etik ilkelerin ihlali riskine işaret etmektedir.

YZ'nin yanlı ya da hatalı sonuçlar çıkarma riski bulunmaktadır (Panch ve ark. 2019). Ayrıca, YZ'nin, ikna edici ve metin içinde tutarlı gibi gözükse ancak kullanıcı girdisinden ya da önceki bağlamdan tamamen bağımsız olarak uydurulmuş yanıtlar oluşturabildiği de bilinmektedir. Bu durum, YZ varsanısı veya masallaması (konfabulasyonu) olarak adlandırılmaktadır (Özer 2024). Bir başka deyişle, YZ'nin ürettiği yanıtlar, makul görünse de anlamsız veya hatalı olabilir. Sonuç olarak, yanlış sonuçlara göre hastanın formülasyonu yapılabilir ve psikoterapisi hatalı ya da uydurma yanıtlar ile yürütülebilir.

BDM'ler tarafsız ve nesnel görünseler de kültür, cinsiyet, ırk, etnik köken, sosyoekonomik etmenler vb. ile şekillenen bir dizi değer sistemini öğrenirler. Bu öğrenmenin ne derece şeffaf olduğu, değer sisteminin tam olarak nasıl oluştuğu bilinmemektedir (Hadar-Shoval ve ark. 2024). Dolayısıyla, YZ destekli terapilerin homojen olmaması ve şeffaf olmayan süreçlerle farklı uygulamalar yapılması mümkündür. Tüm bu farklılıkların ve terapi sürecinin nasıl bir mekanizma ile denetleneceği de açık değildir. Bahsi geçen bu kısıtlılıkların getirdiği endişeler terapistlerin YZ firmalarında çalışması durumunda daha da artabilir. Çıkar çatışması varlığında YZ ile yürütülen psikoterapinin test edilmesi, test sonuçlarının tüm açıklığıyla paylaşılması ve kısıtlılıkların hasta yararına giderilmesi daha karmaşık hale gelebilir. YZ'nin psikoterapiye yönelik geliştirilmesi ve kullanımıyla ilgili yasal düzenlemelerin, etik yönergelerin olmayışı da tüm bu kaygıların yatışmasını güçleştirmekte, zarar vermeme ve yararlılık etik ilkelerin ihlali olası kılmaktadır.

Başka bir sorun, YZ'nin psikoterapide kullanımının etkili ve güvenilir olup olmadığı ilgili kanıtların henüz yetersiz olmasıdır. Yaygın olarak kullanılan sohbet botları çoğunlukla ampirik kanıtlara dayanmadan tanıtılmaktadır. Bu alandaki araştırmaların yeterli olmaması nedeniyle genel çıkarımlarda bulunurken dikkatli olunması gerekmektedir.

Yapay Zekanın özellikle psikanalitik psikoterapiler söz konusu olduğunda tek başına bir terapist olarak işlev görmesi henüz makul görünmemektedir. Sedlakova ve Trachsel çalışmalarında (2022) YZ'nin psikoterapideki işlevinin topladığı verilerle bilgi aktarmak olduğunu, daha ileri işlevlerde yetersiz kalacağını savunmuşlardır. Yazarlara göre kullanıcıların YZ'yi kullanma beklentisi, otantik bir diyalog kurma, yeni bir kendini anlama, içgörü kazanma ya da insan yakınlığını hissetme üzerine ise, YZ bu amaçlar için yeterli olmayabilir ve kullanıcılar yanılgıya kapılabilir. Bu yanılgı da hastaların kendileri ile ilgili yeni tutum ve davranış kalıplarını bağımsızca geliştirememelerine, dolayısıyla özerkliklerinin azalmasına neden olabilir (Sedlakova ve Trachsel 2022).

YZ'nin psikoterapiye girişi, psikoterapinin temel öğeleriyle ilgili çeşitli sorunları beraberinde getirmektedir. Sohbet botlarının duyguları yoktur; dolayısıyla, hakiki bir empati sergileme becerisinden yoksundurlar. Her ne kadar bazı sohbet

botlarının yanıtları kullanıcılar tarafından empatik olarak yorumlansa (Inkster ve ark. 2018) da YZ'nin yanıtları öğrenilmiştir ve sohbet botları hakiki bir empati gösteremezler. Terapistte bulunması gereken en temel özelliklerden biri olan empatinin yoksunluğu nedeniyle, sohbet botlarının hastalara zarar verme potansiyelinin daha yüksek ve insan terapistlere kıyasla hastalara fayda sağlama yeteneklerinin daha az olduğu düşünülmektedir (Meady ve ark. 2024). Psikoterapideki insan-insan etkileşimi, insan dokunuşu terapi ilişkisinin güçlenmesini sağlar. Psikoterapideki iyileştirici gücü yadsınabilecek düzeyde olan terapi ilişkisi, empati sorunu nedeniyle sohbet robotları ile yeterli düzeyde kurulamayacaktır.

Terapi ilişkisinin bir insan yerine yazılım ile kurulmasının ne anlama geldiği tartışılması gereken önemli bir konudur. Terapide merkezi öneme sahip olan aktarım (transference) da YZ'nin psikoterapiye girmesi ile biçim değiştirebilir. BDT de dahil olmak üzere her türlü psikoterapi işbirliğinde aktarımın bir yeri ve değeri bulunmaktadır (Prasko ve ark. 2022). YZ'nin devreye girdiği her psikoterapide aktarımın gündemde olması gerekir.

Holohan ve Fiske, yaptıkları bir çalışmada (2021) bu konuyla ilgili pek çok önemli soruyu gündeme getirmişlerdir: "YZ'nin psikoterapiye dahil edilmesiyle birlikte aktarım gerçekleşir mi? Eğer gerçekleşirse, nasıl gerçekleşir ve sonraki terapötik ilişki ve çalışma nasıl etkilenir? Hasta, sohbet robotu ile nasıl ilişki kuruyor olabilir? Aktarımın gelişimi hangi kelimeler, davranışlar, tutumlar aracılığıyla izlenebilir? YZ destekli terapide aktarım nasıl anlaşılabilir, açıklanabilir ve ele alınabilir? Geliştiriciler ve mühendisler, YZ destekli terapötik uygulamaların tasarımında aktarımın kullanımını nasıl sağlayabilir? Bu, anladığımız şekilde bir aktarım mı? Yoksa, aktarım gibi görünen ama bir şekilde farklı olan başka bir tür ilişki mi var?" Şüphesiz ki bu sorular üzerinde düşünmek ve cevaplayabilmek için kanıta dayalı veriler toplamak gerekir. Ancak YZ destekli psikoterapide aktarımı çalışan bir yayın bulunmamaktadır. Yine de bazı çalışmalarda insan ile sohbet robotu arasında insan-insan ilişkisine benzer bir ilişki kurulduğuna dair kanıtlar da bulunmaktadır (Fulmer ve ark. 2018). Bu durum aktarımın gelişebileceğine işaret etmektedir. Psikoterapide aktarımın gelişimi kaçınılmazdır. Aktarımın kullanılması, ele alınması özellikle psikanalitik psikoterapi için olmazsa olmazlardan biridir. Fakat YZ'nin gelişen aktarımı nasıl anlayabileceğini kestirmek kolay değildir. Duyguları olmadığı ve duyguları tanıyamadığı için sohbet robotu yalnızca hastanın dilinden dökülen ifadelerle göre bir analiz yapıp aktarımla ilgili bir sonuca varabilir. Ancak, bu aktarımın hakiki bir biçimde anlaşılıp yorumlanması anlamına gelmemektedir. Öte yandan, hastanın YZ ile kurduğu ilişkiye yönelik gelişen aktarımı anlamasının hastanın gündelik yaşamında ne ifade ettiği, hastaya fayda sağlayıp sağlamayacağı bilinmemektedir. Nitekim, gelişen bu duyguların klasik anlamda aktarıma ne kadar yakın olduğu da bilinmemektedir.

Sohbet robotlarının haftanın her günü ve saatinde erişime açık olması, bu ürünlerin olumlu bir özelliği olarak pazarlansa da psikoterapi bakımından ciddi sorunlar teşkil edebilir. Sohbet robotuna her an erişebilen hastaların terapi çerçevesine uyum sağlaması ve sınırlara saygı göstermesi güç hale gelebilir. Her sorunda yardımcı YZ'de arayan kişinin o sorunlarla baş etme becerileri daha zor gelişebilir. Sürekli yanında olan 'terapistin' varlığı hastanın kurtarıcı fantezilerini körükleyebilir. Hasta geliştireceği aktarımın da etkisiyle YZ ile bağımlı bir ilişki kurabilir ve sohbet robotuna hiçbir sorgulamadan geçmeyen, koşulsuz bir güven besleyebilir (Sedlakova ve Trachsel 2022).

Psikoterapide aktarımın olduğu yerde karşı aktarım (countert-ransference) da vardır. YZ'nin duygu üretme ve duyguları tanıma becerisinden yoksun olduğu, ancak bunları taklit edebildiği (Weber-Guskar 2021) düşünülünce, YZ'nin kullanıldığı psikoterapilerde karşı aktarımın anlaşılmasıyla ilgili sorunlar beklenebilir. YZ tarafından karşı aktarımın kullanılmaması, hastayı anlamayı ve günlük yaşamında ötekilerle kurduğu ilişkiyi, ötekilere hissettirdiklerini tanımlamayı güçleştirir. Bu da terapi sürecinde bir aksaklık anlamına gelmektedir.

YZ'nin psikoterapide alabileceği yegane rol terapistlik değildir. YZ uygulamaları psikoterapide yardımcı eleman olarak da karşımıza çıkabilir. Sedlakova ve Trachsel (2022) psikoterapide YZ'yi iki uçta tanımlamaya çalışmışlardır. Bunlardan ilki, YZ'nin kişinin zihin durumu ve niyetiyle ilgilenmeyen, bağ kurmayan, terapist-hasta iletişimde yardımcı rol üstlenen, bir tedavi aracı (tool) olarak tanımlanmasıdır. İkincisi ise YZ'yi durumlar üzerinde düşünen, ilişki kuran, empati yeteneği ve duyguları öğrenen (ya da taklit eden) etkin bir aktör (agent) olarak tanımlar. Yazarlara göre YZ'nin psikoterapideki yeri aslında her ikisi de değildir. YZ'yi bir araca indirgemek mümkün değildir; çünkü YZ hastalarla iletişime geçebilir ve ilişki kurabilir. Ayrıca, YZ'yi yalnızca araç olarak kullanmak psikoterapide olası geniş kullanımını ve potansiyel faydalarını göz ardı etmek anlamına da gelebilir. Öte yandan, YZ'yi etkin bir aktör olarak tanımlamak mümkün değildir; çünkü YZ empati, karşıdakinin zihin durumunu anlama ve kavramsallaştırma, amaca yönelik uygulamaya geçme, bağ kurma gibi insana özgü yeteneklerden yoksundur. Ek olarak, YZ'yi etkin bir aktör olarak kullanmak, günümüzdeki gelişmişlik düzeyiyle YZ'ye insan terapistlere yüklenen sorumluluğu yüklemek anlamına gelir. Ancak, YZ'nin bu sorumluluğu üstlenecek yetkinliği henüz bulunmamaktadır ve bu sorumluluğu yüklemek, birçok etik soruna yol açabilir. Yazarlar bu ayrım yerine YZ'yi terapide hem bir araç hem bir aktör olarak hibrit bir şekilde kullanmayı önermektedirler (Sedlakova ve Trachsel 2022). Yazarların bu görüşleri akla uygun gelse de YZ'nin bir araç ya da etkin bir aktör olarak kullanılması, dengesini bulması için yeni çalışmalara, etik ve yasal düzenlemelere ihtiyaç vardır.

Tüm bu sorunların ve olası olumsuzlukların yanında YZ'nin psikoterapiyi daha ulaşılır hale getirme potansiyelinin yüksek olduğu açıktır. Dolayısıyla, akıllara başka bir soru daha

gelmektedir: YZ destekli psikoterapileri psikoterapiye ulaşmayan hastalara ulaşılır hale getirmek mi veriler yeterli olana kadar bu tür hizmetlerden kaçınmak mı gerekir? Erken sorulmuş bu soru YZ'nin gelişmesi ve uygulama alanlarının artmasıyla kaçınılmaz olarak gündeme gelecektir.


Sonuç olarak, YZ'nin gelecekte psikoterapi pratiğinde köklü değişimlere ve ilerlemelere yol açma, ayrıca psikoterapiyi daha ulaşılır hale getirme potansiyeli açıktır. YZ'nin psikoterapiye dahil edilmesiyle ortaya çıkacak birçok olumlu etkinin yanı sıra, yazıda belirtilen belirsizlikler ve sorunlar da görülebilir; bu sorunlar, hastanın zarar görmesiyle sonuçlanma riski taşımaktadır. Tüm bu sorunlar henüz spekülasyon düzeyindedir. Konuya dair düşünceler derinleştikçe, ruh sağlığı çalışanlarının aklına başka pek çok sorun gelebilir. Yalnız psikoterapi uygulamasında değil, eğitim ve süpervizyon süreçlerine YZ'nin dahil edilmesiyle pek çok ikilemin ortaya çıkacağı kestirilebilir. Bu yazıda temel olarak bireysel psikoterapide YZ kullanımının pratik ve etik yönleri ele alınmaya çalışılmıştır. Çift terapisi, cinsel terapi, grup terapisi, psikolojik danışma görüşmesi gibi çeşitli uygulamalara YZ'nin eklenmesinin de bu uygulamalara özgü başka olumsuzlukların ve etik sorunların gelişimine zemin hazırlayacağı kolaylıkla tahmin edilebilir.

Bahsi geçen tüm spekülasyonların ne kadar geçerli olduğu ve nasıl çözülebileceği konusunda ampirik çalışmalara ve hastaların olumlu ve olumsuz deneyimlerinin bildirilmesine ihtiyaç vardır. Öte yandan, mümkün olan en olumlu sonuçları elde edebilmek için yazılım geliştiricilerin, ruh sağlığı çalışanlarının ve etik ile hukuk alanındaki uzmanların mevcut YZ araçlarını geliştirmek amacıyla iş birliği halinde çalışmalarını gerekmektedir. Hasta haklarını ve etik ilkeleri gözetmek adına mevzuatlar ve yönergeler geliştirilerek hukuki düzenlemelerle hastaların iyiliği sağlanmalıdır. Psikoterapi pratiğinin, hasta ile etkileşimin kültürel farklılıklara göre değişkenlik gösterebilmesi nedeniyle, uluslararası alanyazını ve düzenlemeleri takip edip uygulamalarımızı bunlara göre şekillendirmek yeterli olmayacaktır. Türkiye'den de ekipler oluşturulmalı ve gelecekte klinik pratiğe girmesi kaçınılmaz olan YZ'nin psikoterapide kullanımı ile ilgili çalışmalar yapılmalıdır.

KAYNAKLAR

- Ayhan Y (2023) Yapay Zeka'nın Psikiyatri Üzerindeki Etkisi: Faydalar ve Endişeler - Tartışmalı bir 'yazardan' görüşler. *Türk Psikiyatri Derg* 34: 65-7.
- Fiske A, Henningsen P, Buys A (2020) The implications of embodied artificial intelligence in mental health- care for digital wellbeing. *Ethics of digital well-being*, C Burr & L Floridi (Ed), 1. Baskı, Cham, Springer International Publishing, s: 207-19.
- Gürçan A, Pereira-Sanchez V, Pinto da Costa M ve ark. (2024) Psikiyatride Yapay Zeka Yenilikleri: Genç Psikiyatristlerden Küresel Bir Bakış Açısı. *Türk Psikiyatri Derg* 35: 83-4.
- Haber Y, Levkovich I, Hadar-Shoval D ve ark. (2024) The Artificial Third: A Broad View of the Effects of Introducing Generative Artificial Intelligence on Psychotherapy. *JMIR Ment* 11: e54781.

- Hadar-Shoval D, Asraf K, Mizrahi Y ve ark. (2024) Assessing the alignment of large language models with human values for mental health integration: cross-sectional study using Schwartz's theory of basic values. *JMIR Ment* 11: e55988.
- Holohan M, Fiske A (2021) "Like I'm Talking to a Real Person": Exploring the Meaning of Transference for the Use and Design of AI-Based Applications in Psychotherapy. *Front Psychol* 12: 720476.
- Inkster B, Sarda S, Subramanian V (2018) An Empathy-Driven, Conversational Artificial Intelligence Agent (Wysa) for Digital Mental Well-Being: Real-World Data Evaluation Mixed-Methods Study. *JMIR Ment* 6: e12106
- Meady MR, Bernstein JS, Batelaan N ve ark. (2024) Does a lack of emotions make chatbots unfit to be psychotherapists? *Bioethics* 38: 503–10.
- OpenAI (2023) ChatGPT-4. Accessed Ekim 5, 2024. [Large language model]. Computer software.
- Özer M (2024) Yapay zekânın varsanıları mı oluyor? *Türk Psikiyatri Derg* 35:333-5. <https://doi.org/10.5080/u27587>
- Panch T, Mattie H, Atun R (2019) Artificial intelligence and algorithmic bias: implications for health systems. *J Glob Health* 9: 010318.
- Prasko J, Ociskova M, Vanek J ve ark. (2022) Managing Transference and Countertransference in Cognitive Behavioral Supervision: Theoretical Framework and Clinical Application. *Psychol Res Behav Manag* 11: 2129-55.
- Sedlakova J, Trachsel M (2022) Conversational Artificial Intelligence in Psychotherapy: A New Therapeutic Tool or Agent? *Am J Bioeth* 23: 4-13
- Weber-Guskar E (2021) How to feel about emotionalized artificial intelligence? When robot pets, holograms, and chatbots become affective partners. *Ethics Inf Technol* 23: 601–10
- Zajko M (2023) Automated Government Benefits and Welfare Surveillance. *Surveill Soc* 21: 246-58.

Hayri Can ÖZDEN 

Geliş Tarihi: 06.10.2024, **Kabul Tarihi:** 10.10.2024, **Çevrim İçi Tarihi:** 14.10.2024

Psikiyatrist, Hatay Samandağ Devlet Hastanesi, Psikiyatri Kliniği, Hatay.

Dr. Hayri Can Özden, e-posta: hayricanozden@hacettepe.edu.tr

<https://doi.org/10.5080/u27603>