

Vesa Talvitie

Tekoäly terapiaan?

Kun chatGPT-tekoäly avattiin vuoden 2022 marraskuussa kaikkien kokeiltavaksi, teknoedistykselliset kansalaispiirit ryntäsivät koetelemaan tekoälyn ymmärrystä ja jujuttamaan sitä puhumaan läpiä päähänsä. Lanseeraus oli historiallinen taitekohta siinä kuin Mihail Gorbatšovin 34 vuotta sitten Helsingistä Moskovaan soittama Mobira-puhelu ja Lasse Pöystin 34 vuotta tätä ennen juontama ensimmäinen televisiolähetys. Teknologian kehitys muotoilee tietysti psykoterapiaakin.

Puoli vuosisataa ennen nettiterapioita, terapi-anavigaattoreita ja personoituja coach-aplikaatioita kehitettiin rogersilainen virtuaaliterapeutti Eliza. Samoihin aikoihin näköradio teki Jacques Lacanista ensimmäisen julkkisterapeutin.

Tekoälyä koskevaa keskustelua leimaa sekä vaarojen – eksistentiaalinen uhka, jos tekoäly, ”singulariteetti”, saa maailman valtaansa – että mahdollisten hyötyjen painavuus. Asetelma viriää luonnollisesti terapiankin kohdalla: tekoäly, uhka vai mahdollisuus?

Tämä on luonnollisesti transferenssikysymys, ja on helppo hahmotella kaksi vastakkaista transferenssiheimoa.

Jos lapsena commodorien tai nintendojen kanssa seurustellut katsoo terapiaa lääketieteen diagnostiikan silmälasien läpi, hän luulta-

vasti pöhisee tekoälyn avaamista maailmoista. Nörttähtävä terapeutti on nähnyt, kuinka chatGPT suoltaa uskottavia psykoanalyttisiä selityksiä nopeammin kuin analyttikko ehtii kysyä ”No, mitä siitä tulee mieleen?” Heimon teoreettisesti suuntautunut fraktio on viehätynyt tekoälyfilosofian istuvuudesta Freudin ajattelun materialismiin.

Tämän transferenssiheimon todellisuudessa tekoälyä hyödyntävä terapia asettuu jatkumoon, jossa psykoterapia on kehittynyt 1800-luvun lopun jutustelusta näyttöön perustuvaksi hoitomuodoksi, joka haastaa vaikuttavuudessaan parhaat lääkkeetkin. Skaalautuvuudessaan tietotekniikka tarjoaa selvästikin välineitä väestön mielenterveysongelmien tehokkaampaan hoitamiseen.

Tietotekniikan hyödyntäminen edellyttää, että käsiteltävät kysymykset ovat tarkkaan määriteltyjä. Psykiatrian DSM III -tautiluokitukselta alkoi mekanisoiva kehitystrendi, joka on ollut osaltaan vähentämässä erikoisalan houkuttelevuutta. Samalla trendi on muotoillut psykiatria tietotekniikkayhteensopivaan muotoon. Tämän myötä esimerkiksi Kelalle tehtävissä psykoterapia-arvioissa voidaan säästää henkilöresurssia digitalisoinnin avulla: terapiaan hakeutuja täyttää tarvittavat kyselylomakkeet tekoälylle, joka voidaan kouluttaa louhimaan potilastiedoista psykoterapian hyödyllisyyden kannalta merkitykselliset seikat. Tältä pohjalta

tekoäly tekee muutamassa kymmenessä sekunnissa psykoterapia-arvion, jonka psykiatri ja korvauksen hakija voivat viilata yhdessä taapamisessa kohdalleen.

Tietotekniikkakriittinen transferenssiheimo on nintendojen sijaan varttunut kaunokirjallisuuden ja humanismin seurassa. Suomessa ei terapian yhteydessä voi puhua tietotekniikasta ilman miellelyhtymää Vastaamon tietomurtoon. Tämä vahvistaa isoveljellisiä värityksiä, joita heimon Orwellin ja Foucault'n ajatuksille altistuneet jäsenet saavat erilaisista tekoälyfantasioista. Kehityspsykologiasta ponnistavat heimon jäsenet kauhistelevat vuorovaikutussuhdetta viileän teknologian kanssa. Mitähän siitä tulisi mieleen, että oma terapeutti hyödyntää työssään tekoälyä?

Psykoterapian tapausjäsennyksiä tekevä ohjelma tuo tietotekniikan terapeutin työn ytimeen. Suomessakin on kaupan palvelu, jossa terapiaan hakeutuva vastaa (huomattavan empaattiselta vaikuttavan) tekoälyn esittämiin kysymyksiin, ja algoritmit luovat keskustelun

pohjalta tapausjäsennyksen. Kun terapian osapuolet tarkastelevat tapausjäsennystä yhdessä, tämä – mainoksen mukaan – ”valmistele yhteisen matkan” ja luo ”parhaan lähtökohdan tulevalle työskentelylle”. Millainen ”analyttinen kolmas” tai ”transitionaali-ilmiö” tekoälyn luomasta tapausjäsennyksestä voikaan terapeutin työssä muodostua?

Sikäli kun tietotekniikka tarjoaa vaihtoehtoja tai toimintasuosituksia, siihen on ohjelmoitu arvoja, intressejä ja politiikkaa. Vaalikoneiden suosituksia ja sosiaalisen median syötteitä ohjaavat algoritmit voivat tosiasiallisesti aiheuttaa vallankumouksia. Psykoterapian kohdalla tietotekniikan arvo- ja intressipitoisuus tarkoittaa sitä, että psykiatrin lausunnon ja psykoterapian tapausjäsennyksen kirjoittavaan ohjelmaan/tekoälyyn kätkeyty ihmiskuva, näkemys terapiassa työstettävän ongelman luonteesta, sekä teoria psykologisesta muutoksesta. Koska tietotekniikka ohjaa myös psykoterapian tulevaisuutta, terapeuttienkin on syytä pitää algoritmeja silmällä.