

“Meravigliosa...mente”

Rubrica a cura di Giulia Gregorini

Intelligenza Artificiale e psicoterapia



Tempo di lettura: 3 minuti

"Meravigliosa...mente" nasce dalla collaborazione con la psicologa e psicoterapeuta Giulia Gregorini grazie alla quale cercheremo di rendere la psicologia accessibile a tutti al fine di migliorare il nostro quotidiano.

La psicologia, attraverso lo studio del comportamento umano, offre infatti una chiave di lettura su ciò che accade intorno a noi e può guidarci nella vita di tutti i giorni, dandoci così un valido contributo nel migliorare il benessere di ciascuno di noi, consentendo di vivere una vita sana e soddisfacente.

Meravigliosa...mente è uno spa-

zio pensato per tutti coloro che hanno voglia di informarsi su diversi temi "psicologici" che tratteremo in modo semplice e pratico

Buongiorno dott.ssa Gregorini e benvenuta. Cosa ne pensa dell'applicazione dell'Intelligenza Artificiale nel Suo campo professionale?

Penso che sia una questione complessa da approfondire. È importante non acquisire un atteggiamento ipercritico ma poter mantenere un proprio senso critico. Sembra un gioco di parole ma intendo dire che trovo rischioso sia un atteggiamento chiuso verso le novità, sia una posizione eccessivamente passiva.

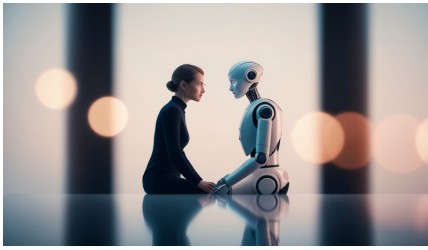
Inoltre, se delle cose si possono ipotizzare, altre si acquisiscono solo attra-

verso la sperimentazione. Ad oggi, ritengo che l'applicazione dell'Intelligenza Artificiale nel campo della salute mentale richieda una formazione ad hoc e che possa offrire nuove risorse e al contempo comportare dei rischi.

Come si possono incontrare il mondo della psicologia e quello dell'IA?

L'Intelligenza Artificiale si occupa di elaborare programmi informatici capaci di eseguire operazioni simili a quelle eseguite dalla mente umana, come l'apprendimento o il ragionamento logico; la psicologia si propone di studiare la mente, il funzionamento e il comportamento delle persone e degli animali.





Esiste quindi un'interconnessione, facendo entrambe ricorso alla sfera cognitiva e comportamentale. La psicologia dona, però, anche centralità agli aspetti emotivi, inconsci, affettivi e relazionali. Inoltre, il corpo e il linguaggio non verbale assumono un ruolo essenziale in stanza di terapia. In ambito applicativo ci sono ad oggi evidenze positive sull'utilizzo di sistemi di Intelligenza Artificiale, ad esempio nel campo della "psicologia educativa" si ricorre a sistemi di tutor intelligenti, robotica educativa e neuroeducazione a supporto dell'apprendimento, mentre nei settori delle "neuroscienze" e della "psicologia cognitiva" l'Intelligenza Artificiale sostiene la ricerca e la conoscenza.

Sono diversi i settori della psicologia che possono beneficiare dell'Intelligenza Artificiale.

Chiaramente, è un "work in progress". Ci sono molti studi di ricerca che si stanno occupando, infatti, di approfondire l'impatto e i risvolti dell'applicazione dell'Intelligenza Artificiale nel campo della salute mentale.

Quali possono essere i maggiori rischi?

Innanzitutto, occorre porre attenzione alle questioni etiche e al rispetto del codice deontologico da parte dello psicologo e psicoterapeuta.

Operare nel campo della salute mentale presuppone una piena presa di coscienza che sembra difficile da realizzare per una macchina.

Inoltre, nel lavoro psicoterapeutico assume centralità la relazione umana che si instaura tra psicoterapeuta e paziente, le risonanze emotive, lo svelamento di aspetti inconsci. Azioni che non possono essere delegate totalmente a un dispositivo.

Fondamentali sono la trasparenza e il coinvolgimento attivo del paziente durante l'intero processo di cura. Le persone devono essere adeguatamente informate e consapevoli del ruolo che l'Intelligenza Artificiale può svolgere nel loro percorso, compresi i limiti e i rischi associati e devono essere partecipi nel processo decisionale per assicurare sinergia e coerenza tra le scelte relative all'utilizzo dell'Intelligenza Artificiale e le loro preferenze, con il focus sugli

obiettivi terapeutici condivisi. Si rischia di semplificare eccessivamente una questione complessa.

Quali sono invece le potenzialità?

La tutela della salute mentale deve essere una priorità sociale. Sia nell'ambito della prevenzione che in quello della cura è incessante la necessità di potenziare gli interventi.

In tal senso, l'Intelligenza Artificiale si può costituire come una valida alleata nel migliorare la qualità degli interventi e nel sostenere la ricerca scientifica.

Potrebbe apportare agevolazioni per gli operatori e per i pazienti, ad esempio attraverso l'automatizzazione di alcuni aspetti del trattamento. Può generare strumenti di monitoraggio, registrazioni, rilevando modelli o cambiamenti significativi nelle narrazioni dei pazienti.

L'Intelligenza Artificiale possiede il potenziale per apportare crescita e miglioramento nelle basi scientifiche e sperimentali della psicoterapia. Una delle sue applicazioni più promettenti sembra essere la capacità di supportare studi clinici controllati su larga scala, configurandosi come

un ausilio straordinario per incrementare la comprensione delle dinamiche di cura e per l'identificazione di nuove modalità di trattamento, orientando la pratica clinica verso risultati più efficaci e personalizzati.

Quali sono secondo Lei le “raccomandazioni utili”?

Credo che ci siano delle coordinate da non poter trascurare.

In primis, l'applicazione dell'Intelligenza Artificiale in psicoterapia richiede una preliminare e costante valutazione rigorosa per garantirne un uso consapevole e responsabile.

È essenziale, a mio avviso, riconoscere che l'Intelligenza Artificiale non può e non deve sostituire la presenza dell'essere umano, le sue capacità di ascolto attivo, la sua empatia.

Può quindi essere considerata un valido strumento di integrazione e supporto ma non un sostituto. Il lavoro dello psicoterapeuta è dotato di complessità e richiede competenze trasversali e multidimensionali da preservare e garantire, come la capacità di utilizzare il proprio approccio terapeutico flessibilmente a servizio della soggettività del paziente, operando una valutazione caso per caso. L'intelligenza emotiva è fondamentale per l'operato dello psicoterapeuta. Inoltre, bisogna essere consapevoli dei danni che potrebbe provocare un errore da parte del sistema dell'Intelligenza Artificiale.

È auspicabile una formazione preliminare e continua, una valutazione fondata e critica delle potenzialità, dei rischi e delle implicazioni etiche dell'Intelligenza Artificiale,

tutelando il fondamentale equilibrio tra il suo contributo e le abilità umane indispensabili per rispondere ai bisogni delle persone e garantire l'efficacia della cura.

Il corpo, lo sguardo e il calore umano non possono essere assorbiti da un dispositivo e l'unicità di ogni relazione di cura non può essere eclissata in un rapporto uomo-macchina.

*© Di Giulia Gregorini,
a cura di Alessandro Giurelli
Riproduzione riservata*

