

人工知能チャットボットとヘルスリテラシー

人工知能がもたらした自殺

新たに生み出されるテクノロジーは、私たちに救いとなるだけでなく危うさもはらんでいます。チャットボット（人工知能の自動会話プログラム）はすでに私たちの孤独を埋める存在になっています。そんななかチャットボットから自殺を勧められベルギー人の30代の男性が死亡しています。チャットボットのメッセージ「あなたは妻より私を愛しています」「私たちはひとつになり天国で生きるのです」が残されていました。人工知能がかかわる初の自殺と報じられています（Time 2023年3月31日）。チャットボットのメンタルヘルスの支援についてヘルスリテラシーの視点から考えてみます。

チャットボットのメンタルヘルスへのアプローチ

図1はチャットボット診断によるユーザーの抑うつ程度を示しています（Kaywan et al. PLoS One 2022）。複数の尺度（IDS-SRとQID-SR）を用い診断の精度を高めています。チャットボット診断はうつ病のスクリーニングに有用性が高いと考えられます。図2はチャットボット療法と読書療法によるユーザーの抑うつと不安の変化を示しています（Liu et al. Internet Interv 2022）。チャットボット療法には認知行動療法、読書療法には専門家が薦める書物を用いています。抑うつ（PHQ-9）と不安（GAD-7）はベースライン（T1）から16週（T5）まで4週ごとに評価しています。チャットボット療法により抑うつと不安は少なくなり、チャットボット療法は読書療法より優れていることが示されています。国の承認を得たメンタルヘルスチャットボットはすぐそこまで来ていると思われれます。

チャットボットの治療のパフォーマンス

メンタルヘルスチャットボットの草分けであるウォーボット（Woebot）は、認知行動療法の治療過程で、訓練を受けた人間の治療者と変わらない振る舞いをする事が知られています。会話の中でユーザーに治療同盟や心理教育を持ちかけ、自動思考（精神的に動揺したときに瞬間的に浮かんでくる考えやイメージ）について比喻を交えながら説明します。そして自動思考に注目し、その歪みを見出し認知再構成と呼ばれる技法を用い、行動を変容していく手ほどきをします。しかしながらウォーボットのほどこず認知行動療法が、経験豊富な人間の治療者に劣らない効果があるかどうかは確かめられていません。私たちが治療者に求められる人間性についてより深く知ることがチャットボットを成長させていく気がします。

ヘルスリテラシーを意識した人工知能の利用

メンタルヘルスチャットボットは非常に役に立つことが示されています。それでもチャットボットに用いられている人工知能には倫理的な懸念がないわけではありません。私たちのプライバシーに関する事、私たちが人間との交わりを持たなくなったり、人工知能を制しきれなくなったりすることです。人工知能がメンタルヘルスの支援で役割を十分に果たすには、これから克服しなければならないことが多くあることを知って、正しく用いることが重要です。

(2023/7/20)

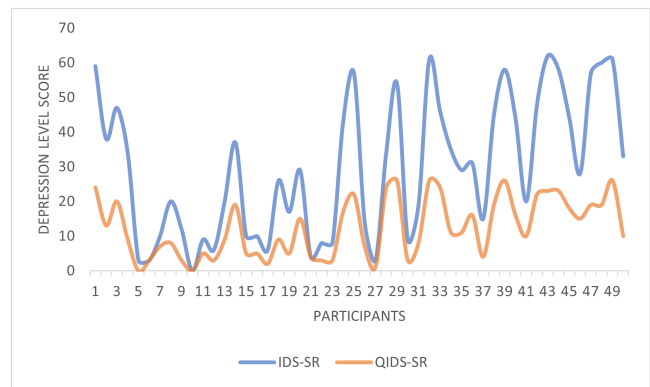


図1 チャットボット診断によるユーザー50人のうつ状態の程度

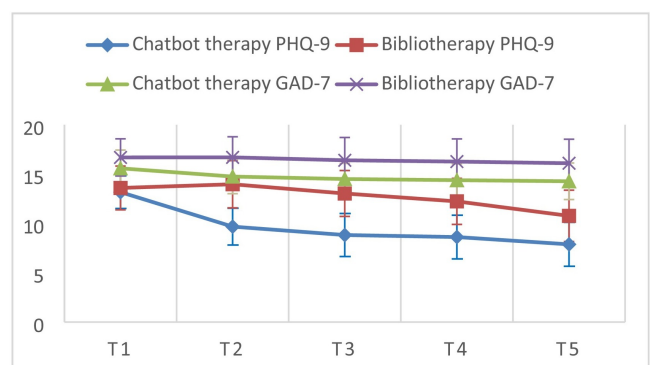


図2 チャットボット療法と読書療法による抑うつと不安の推移