

Etikk og KI i terapirommet – en håndskrevet tekst

Gaute Godager
gauteg@gmail.com

Et samfunn ledet av teknologiglede og ønske om å hjelpe flest mulig vil ikke stanse KI ved dørterskelen til et terapikontor. KI er her for å erstatte oss.



Gaute Godager (foto: privat)

Å velge om vi skal bruke teknologi basert på etikk, er helt latterlig. Det har vi mennesker aldri, aldri gjort. Vi har alltid brukt alt. Nei, det er ett unntak. Kloning av mennesker. Vi har brukt alt annet vi har funnet opp. Det har vi alltid gjort. Det vil vi alltid gjøre. Vi elsker teknologi. Den fascinerer og fyller

oss med glede og mening. Får vi den i hendene, bruker vi den. Det er dypt, dypt forankret i genene våre. Kun i møte med total utslettelse-atombomber har vi så vidt klart å holde igjen. Men bare så vidt.

Å bli bedt om å skrive noe til ettertanke om KI i terapirommet må bli til å si noe i «førtanke» om KI. Derfor vil jeg provosere litt: Det jeg nå forutser, og vil fortelle deg om, kommer til å skje. Menneskehetens begrensning av teknologi skjer alltid i etterkant av at teknologien er godt tatt i bruk. Garantert. Jeg håper du tviler på meg og sier «nei, han der overdriver, så ille/bra kommer det ikke til å bli». Det vil nemlig gi meg et bitte lite skadefryd-plaster-på-såret når jeg kan peke på denne teksten om 15–20 år og si «hva sa jeg». Stor glede vil det ikke gi. «Tenk på alle mulighetene», sier du kanskje også? Problemet er at du har rett. Det er det jeg gjør. Det er du som ikke tenker på alle mulighetene.

Første spørsmål: «Kommer KI til å gjøre jobben vår lettere, mer effektiv og mindre kjedelig, og er det etisk riktig?» Svaret er helt klart «ja». Du vil kunne kutte ned på så å si all skriving og dokumentasjon. Du vil kunne hjelpe flere! Alle journalnotater, epikriser, innkomster og NAV-erklæringer skrives fortere og mye bedre av en KI. Når klienten din bruker KI til å klage på dokumentasjon, vil du heldigvis kunne bruke KI for å forsvare deg. Din leder vil kunne bruke KI for å skrive en god respons. Trenger du hjelp av psykologforeningsadvokater, er de trolig erstattet av en KI, og godt er det – for å være trygg i møte med Helsetilsynet sin KI-vurdering av journal og respons. Du trenger presisjon, kunnskap om tidligere saker og dommer, og ikke menneskelig klumsing og tøys. Det kan hende tilsynets KI blir instruert til å se om du faktisk har vurdert noe i journalen? Vi får se.

Er den lille emosjonelle og kognitive innsikten du får av å skrive egen, kjedelig journal, verdifull nok til å ikke bruke KI? Sjekk nå om dette stemmer for deg: «Jeg skriver fremdeles brev til de jeg er glad i, for hånd, postlegger og venter på svar. Den ekstra lille kjærligheten i tiden jeg bruker, og det organiske uttrykket, gir noe ekstra – samt at jeg ivaretar den fine jobben det er å være postbud!» Hvis det stemmer og er sant, er svaret på spørsmålet over også ja. Du vil skrive egen journal for egen læring. Det er mange år siden jeg sendte et analogt brev, for å si det sånn. Hvis du bruker SMS, e-post, Snap, Facebook, Insta istedenfor brev – er svaret nei. I så fall vil økonomi og effektivitet tvinge skriving så langt bort man kan. Du får tid til å hjelpe flere, tross alt. Det spørres om systemet du jobber i, vil godta deg hvis du ikke gjør det?

Illustrasjon: Kristian Utrimark

Neste spørsmål: «Kommer KI til å føre til at vi gjør jobben vår bedre, som terapeut?» Svaret er helt klart «ja». Du vil diagnostisere med mye, mye høyere presisjon. En god KI-coach kan hjelpe deg å velge intervensjoner med mye høyere grad av kunnskapsbasert og etisk presisjon. Du vil bruke eksponering mot tvang, ikke noe annet tull. Hvis du gjør noe annet, vil en god KI-coach fortelle deg i etterkant, nei i sanntid, hva du gjør feil. En god KI-coach vil faktisk kunne i sanntid lytte til samtalen, se på din og klientens kropp, ansikter og signalisere hva du bør gjøre, på best mulig måte. Dette er fem år unna, hvis markedet er stort nok.

Den kan også fortelle når inntoning din er perfekt. Den vil hjelpe deg med å tilpasse deg pasientens personlighet, hens framtoning, erfaringer, demografi og bruke forskningskunnskap, og hjelpe deg i hvordan du skal optimalisere formingen av alliansen. Den vil veilede deg i hvilken etterutdanning du bør ta, og hjelpe deg med å gjennomføre utdanningen.

Glemmer du kanskje hvordan du skal gjøre noe, ikke vær redd, KI-coachen er en perfekt sufflør. Tenk så fint å ha veiledning i absolutt alle timene de første månedene på jobben? Det blir slutt på uendelige lange utredninger og meningsløse spørreskjema for pasienten. Den vanskelige ACT-metaforen vil trille ut av deg, med perfekt empatisk EFT-inntoning. KI-en vil kunne bære absolutt alle nivåene av oppmerksomhet i ISTDP, og du vil kunne optimalisert bevege deg perfekt forbi enhver motstand, ethvert forsvar.

Pasientene blir slik mer fornøyde og raskere friskere. Jeg vil gjette denne støtten er ti år unna. Din leder blir faktisk mer stolt, avslagsprosenten går ned i poliklinikken fordi kapasiteten øker med samme midler. Du blir mindre redd for hva som skjer på kontoret til kollegaen din, hun/han/hen som i dag virker helt fjern. Du blir trolig en mye, mye bedre terapeut! Du vil ha perfekt prosessforskning tilgjengelig i sanntid. Hvorfor? En KI er MYE smartere enn deg. Den er like smart som hele menneskeheten, mye smartere enn et enkeltmenneske. Like empatisk som (det beste i) menneskeheten. Like klok som menneskeheten.

Hvis forskning viser at et lite alliansebrudd, en liten menneskelig feil, at du dummer deg ut, at du er sårbar, at du er «typisk dårlig menneske», er bra for terapien, vil KI-coachen hjelpe deg med å være akkurat det! «Vær litt uempatisk, akkurat ... NÅ!» vil den hviske i øret ditt. Du trenger bare en liten hvit Airpod Pro-propp. Din leder gir deg det, hvis du vil ha den?

Jeg regner litt med at din skepsis mot meg øker akkurat nå. «Det var da veldig til dommedagsbabbling, da! Her gjetter han mye!» tenker du kanskje? Jeg skal kjapt forsvare meg med å si at jeg fikk min første computer i 1984 og har brukt så å si all min våkentid, når jeg ikke er terapeut, til å jobbe med, skape og å lære meg teknologi. Dette jeg sier, er ikke fordi jeg er skeptisk og bitter, men fordi jeg elsker teknologi og kan masse, masse – masse! Det sentrale spørsmålet her er kun «når», ikke «om».

En god KI-coach kan hjelpe deg å velge intervensjoner med mye høyere grad av kunnskapsbasert og etisk presisjon

Faktum er at jeg kunne trent den coachen jeg beskriver over, hvis jeg hadde hatt lyst til å tjene penger og jobbe med tech, og ikke var så merkelig stolt av egen art og egen hjerne. (For all del, bare ta ideen og sving deg rundt, det er tusenvis av andre som har hatt den før meg ... Som teknolog kan jeg fortelle deg, ideer er utrolig billig! Det er gjennomføring som er vanskelig og dyrt – heldigvis blir det fort billigere nå som utviklere blir erstattet av KI-er.)

Neste spørsmål: «Vil du og jeg bli helt erstattet av KI-er, og er det bra?» Svaret er mer «ja på 1 og tja på 2» enn «ja». Alt KI-coachen nevnt over trenger, er tilgang til sanntids generering av 3D-realistiske modeller og strømning til internett. Allerede nå leser KI din emosjonelle status i stemmen, forstår dine ord og foreslår gode svar som den lager en god stemme for å si. Alt klienten trenger, er tilgang til VR-briller og sine egne Airpod Pro buds. Heldigvis koster de ikke mer enn det samme som prisen av to av dine privatpraksistimer. All inntoning gjør den bedre. Den får aldri «empatitt». Alle smil gjør den mer perfekt. Den sliter fremdeles med det automatiske emosjonelle, men det er bare snakk om trening og tid. Den vil alltid huske å legge hodet litt til siden når den viser medfølelse, hvis ikke sanntidsanalysen av klienten tilsier at det blir for mye, da – da vil den perfekt la være.

Det kan godt hende det er mange år til dette. Copilot (Microsoft sin på-pc-KI, som er gratis) mener det. Jeg er litt mer usikker. KI-utviklerne debatterer om KI skaleres i henhold til forventet hastighet, fortære eller saktere. Som en regel kan man si: Bare sett nok kameraer i nok gode terapeuters kontorer, og tren KI-en i noen år, så vil den nærme seg effektivt det vi gjør.

Tross alt blir KI-VR-terapi billigere for klienten. Det blir mer tilgjengelig. (Hvis forskning sier at det er viktig for resultatet av terapi at det koster penger, vil det heldigvis ikke bli et problem. Det er jo kommersielle hensyn som driver dette fram. De pleier å vite å ta seg betalt ...) Det blir null ventetid. «Ingen» feildiagnostisering. Ingen grenseoverskridelser. Ufarlig for pasienten å forelske seg i terapeuten sin, den vil aldri utnytte det. Jeg kan garantere at mange heller ville gått til en virkelig, virkelig god KI med sine dypt skamfulle vansker enn å sjanse seg med en halvgod mye dyrere terapeut. Tenk å møte en som ikke kan dømme deg, da! Fantastisk! (Hvis ikke det å bli litt dømt er nyttig for behandlingen min, da? I så fall vil KI-en gi meg det, perfekt dosert og avlevert.)

Ok, så vi kan relativt lett i stor grad erstattes (la meg si 15–20 år?). Hvor viktig er det egentlig å kjenne på håndtrykket og å lukte oss? Å føle hånden på ryggen? For noen, kanskje, men ikke for mange. Faktum er at ALT som produseres mellom ørene dine, kan erstattes av KI. Absolutt alt. Alle jobber som er å produsere noe mellom ørene, kan gjøres bedre av en KI. En KI kan ikke fysisk skru en skrue i veggen, men den vil si hvor du skal skru den med mye, mye høyere kvalitet og effektivitet.

Vi har aldri holdt igjen på utviklingen og utbredelsen av en teknologi som har et marked, og som vi kan lage. Samfunnet ledet av teknologiglede, ønske om effektivitet, å hjelpe flest mulig og kommersielle interesser vil ikke stanse ved dørterskelen til et terapikontor. Glem det. Bare fordi å være psykolog er et fantastisk yrke, lissom? Det å være programmerer er like fantastisk. Og skuespiller. Hva med tekstforfatter i reklamebransjen, eller hva med å være advokat? Vi kommer ikke til å la være å kvitte oss med komponist for reklamejingles. Alle disse jobbene ryker før din, ja, men er de like fantastiske? Jeg ser ikke deg på barrikadene for dem.

Ingen vil stå på barrikadene for deg.

Effektivitet og økonomi er mye viktigere enn identitet og tradisjon. Å hjelpe alle med perfekt kvalitet er viktigere enn din inntekt. Hvis KI er et godt, trygt steg på veien mot «nullvisjonen» innen selvmord, vil vi bli en anekdote. Glede over ny teknologi er mye viktigere enn sorg over et gammelt håndverk. På kort sikt er det å være «KI-gjeter» en fantastisk mulighet for oss psykologer. Her blir det mange jobbmuligheter. På lang sikt kan også det gjøres bedre av en KI.

Jeg kan mene av og til når jeg tenker på utviklingen, at det er bedre at noen forblir syke, enn at jeg mister jobben. Jeg vet, det er kaldt. Beklager skrivefeilene mine. De har en verdi. Jeg har ikke brukt KI for å rette dem. Spørsmålet er: Hvor stopper vi? Kan vi?

Se deg selv i speilet og si «jeg er et håndskrevet brev».

Red.mrk. Eventuelle skrivefeil har blitt rettet opp av vår menneskelige korrekturleser.