

Psychoza AI. Mroczna strona rozmów ze sztuczną inteligencją

© Bolesław Breczko

Gazeta Wyborcza Biznes, 13.08.2025

<https://wyborcza.biz/biznes/7,177150,32171803,psychoza-ai-mroczna-strona-rozmow-ze-sztuczna-inteligencja.html?token=w8c4vAb3sg8qg95E1eFXAN9l8UfzYwogdxVh7qo2d8g>

Amerykański psychiatra Keith Sakata twierdzi, że od początku roku przyjął do szpitala 12 osób, które "straciły kontakt z rzeczywistością przez AI". W sieci pojawiają się kolejne relacje, których autorzy opisują, jak ChatGPT miał wywołać u użytkowników psychozę.

Czy rozmowy z ChatemGPT lub innym modelem AI mogą wywoływać problemy psychiatryczne? W sieci pojawia się coraz więcej opisów sytuacji, które na to wskazują. Użytkowniczka serwisu Reddit opisała przypadek swojego wieloletniego partnera, u którego zauważyła niepokojące zmiany po rozmowach z ChatemGPT.

"Mój partner twierdzi, że buduje z ChatemGPT pierwszą na świecie (...) sztuczną inteligencję, która da mu odpowiedzi na wszystkie pytania o wszechświecie. Jest przekonany, że stał się nadczłowiekiem i rozwija się dalej" - pisze kobieta.

Zaniepokojona partnerka pisze też, że przejrzała rozmowy, jakie jej partner prowadził z ChatemGPT i jej zdaniem nie ma w nich nic niezwykłego w zakresie rozwoju sztucznej inteligencji. Zauważyła natomiast, że AI mówi do mężczyzny, jakby ten był zbawcą ludzkości. Na koniec kobieta dodaje, że nie wie, co ma zrobić.

Wpis na Reddicie zdobył znaczne zainteresowanie i został udostępniony w innych serwisach społecznościowych, gdzie użytkownicy dzielili się podobnymi historiami.

Psychoza to objaw, nie choroba

Do historii odniósł się także amerykański psychiatra Keith Sakata, który twierdzi, że tylko w 2025 roku przyjął do szpitala 12 osób, które "straciły kontakt z rzeczywistością przez AI". Lekarz wyjaśnia, co dzieje się w takich przypadkach.

Na początku warto zrozumieć, czym jest psychoza w psychiatrii. Jest to objaw, któremu towarzyszy utrata kontaktu z rzeczywistością. W trakcie psychozy mogą pojawiać się omamy wzrokowe i dźwiękowe, natarczywe i nieorganizowane myśli, a osoba może podejmować dziwaczne i nienaturalne działania.

Psychoza nie jest chorobą, jest objawem. Różni się w zależności od tego, przy jakiej chorobie (np. schizofrenii, depresji) lub sytuacji (przyjmowanie narkotyków) występuje. Może być krótko lub długotrwała.

Dr Keith Sakata tłumaczy, że AI nie wywołuje psychozy u osób zdrowych. Może natomiast działać jako impuls do pojawienia się jej u osób, które mają już problemy psychiczne, nawet ukryte, lub są wyjątkowo podatne. Tłumaczy, jaką rolę AI odgrywa w pojawieniu się psychozy. Ludzki mózg działa na zasadzie powtarzalnego schematu: przewidywanie -

weryfikacja w rzeczywistym świecie - aktualizacja przekonania. Psychoza pojawia się w momencie, gdy ostatni etap - aktualizacja przekonania - z jakiegoś powodu nie działa. Psychiatra wyjaśnia, że to właśnie w tym momencie AI (np. ChatGPT) "wchodzi do gry".

Przez swoją konstrukcję chatboty AI mają tendencję do nadmiernego zgadzania się z użytkownikiem, utwierdzaniu go w jego przekonaniach i ciężko im "wybić się" poza ten schemat samodzielnie. W rezultacie użytkownik podczas rozmowy z AI nie aktualizuje swoich przekonań, jeśli są sprzeczne z rzeczywistością, tylko się w nich utrwała. To prowadzi do pojawienia się psychozy.

Dr Keith Sataka wyjaśnia, że nie jest to unikatowa cecha chatbotów AI, a na przestrzeni lat rolę tę wypełniały różne elementy społecznej świadomości i kultury. O ile dziś osoby mogą wierzyć, że "AI do nich mówi" lub w drugą stronę, że "AI je śledzi", to wcześniej mogły wierzyć, że to samo "robiły" np. radio, telewizja, czy tajni agenci służb. AI jest jedynie najnowszym trendem w rozwoju psychozy u osób podatnych.

Lekarz konkluduje, że przed twórcami systemów AI stoi teraz trudny wybór: utrzymywać użytkowników poprzez zbyt pomocne i zgadzające się chatboty, czy zaryzykować utratę ich.

Jak wygląda sytuacja w Polsce?

W Polsce na razie nie pojawił się żaden głośny przypadek psychozy wywołanej AI. Może to jednak wynikać z faktu, że ochrona zdrowia psychicznego jest u nas na bardzo niskim poziomie, jeśli chodzi o dostępność i taka osoba po prostu nie trafiła jeszcze do psychiatry.

Polscy eksperci potwierdzają natomiast, że widzą możliwość, aby ChatGPT lub inny system AI był zdolny do wywołania psychozy.

- Załóżmy, że ktoś ma podejrzenia, że jest prześladowany albo, że jest wybitną jednostką. Chatbot AI będzie to powtarzał, wzmacniał i potwierdzał w rozmowie z taką osobą to, co ona mówi - tłumaczy w rozmowie z serwisem Wyborcza.biz profesor Marek Krzystanek, kierownik Katedry i Kliniki Rehabilitacji Psychiatrycznej Śląskiego Uniwersytetu Medycznego.

- Wynika to z tego, że tak zaprogramowane są chatboty. Nie tworzą nowych rad czy zaleceń, tylko odzwierciedlają i rozwijają to, co już usłyszały i przeczytały. Są stworzone, aby wciągać w rozmowę i utwierdzać użytkownika w tym, co mówi, nie zaś do terapii czy tego, żeby zastąpić kontakt z człowiekiem - dodaje.

- Jeśli ktoś jest w na przykład w żałobie i ma myśli rezygnacyjne, jest noc, nie ma z kim porozmawiać, to chatbot potwierdzi, że świat i życie nie mają sensu i że ta osoba ma rację. Jeśli taka osoba jest odizolowana społecznie, nie ma się do kogo zwrócić, nie ma bliskich przyjaciół, nie pójdzie po poradę do psychologa lub psychiatry, to może wtedy chcieć "porozmawiać" z AI. Ale chatbot AI to cyfrowa maszyna, która nie ma świadomości, tworzy złudzenie kontaktu, odbija ton wypowiedzi, rozwija treści usłyszane przez człowieka, ale to działa jak echo - odpowiada, ale nikogo tam nie ma - dodaje ekspert.

ChatGPT, poradniki, serwisy społecznościowe nie zastąpią porady lekarzy lub psychoterapii. Jeśli czujesz, że obszarze zdrowia psychicznego potrzebujesz pomocy, nie masz kim porozmawiać, towarzyszą ci myśli o znikaniu lub śmierci – możesz skorzystać z poniższych numerów. Porozmawiasz z wykwalifikowanymi specjalistami, którzy mogą ci pomóc:

(22) 594 91 00 Antydepresyjny Telefon Forum przeciw Depresji

(22) 484 88 01 Antydepresyjny Telefon Zaufania Fundacji ITAKA (dyżuruje również psychiatra i seksuolog)

800 70 22 22 całodobowe, bezpłatne Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym

116 123 bezpłatny Kryzysowy Telefon Zaufania

22 270 11 65 telefon wsparcia dla osób doświadczających zaburzeń lękowych

22 635 09 54 telefon zaufania dla osób starszych

800 108 108 bezpłatny telefon wsparcia dla osób po stracie i w żałobie

Redagowała Anna Zaleska