

LIỆU PHÁP ĐIỀU TRỊ ẢO

Những tiến bộ trong lĩnh vực trí tuệ nhân tạo và mô hình máy tính nay có thể cho phép các bác sĩ tìm hiểu sâu rộng hơn về việc con người bị ảnh hưởng ra sao, bởi sự tương tác với người ảo hoặc bằng cách “sống” bên trong nhân

Trong hơn một thập kỷ qua, một số chuyên gia trị liệu đã sử dụng môi trường ảo để giúp người bệnh vượt qua những nỗi ám ảnh và sợ hãi, như chứng sợ độ cao hoặc sợ nơi công cộng. Giờ đây, những tiến bộ trong lĩnh vực trí tuệ nhân tạo và mô hình máy tính cho phép họ tiến xa hơn trong nỗ lực đối phó với những thách thức xã hội phức tạp và tìm hiểu sâu rộng hơn về việc con người bị ảnh hưởng ra sao bởi sự tương tác với người ảo, hoặc bằng cách “sống” bên trong nhân vật ảo của chính họ.

Cải thiện hành vi bằng mô phỏng

Các nhà nghiên cứu đang mang vào thế giới số những người ảo mà sự tương tác giữa bệnh nhân và họ có thể gợi lên những trải nghiệm, cảm giác không khác gì sự tiếp xúc ngoài đời. Chẳng hạn như những người sợ giao tiếp xã hội cũng sẽ ít mở miệng trước một người lạ đang hỏi chuyện mình trong môi trường ảo. Trong khi đó, người nghiện rượu cũng khó kìm chế cảm giác thèm rượu cho dù người pha chế rượu trước mặt mình chỉ là một người ảo. Các nhà trị liệu có thể tư vấn cho bệnh nhân ngay vào lúc họ có những cảm giác đó.

Phương pháp trị liệu mới này, gọi là liệu pháp điều trị ảo (cybertherapy), hiện có các hội nghị thường niên và thu hút sự tham gia của ngày càng nhiều nhà trị liệu, nhà nghiên cứu và những người quan tâm đến vấn đề cải thiện hành vi thông qua việc sử dụng các mô phỏng. Chẳng hạn như quân đội Mỹ và Canada đang đầu tư mạnh vào việc nghiên cứu thực tế ảo để hỗ trợ huấn luyện binh sĩ và điều trị chứng stress hậu chấn thương. Trong khi đó, một số nhà trị liệu sử dụng công nghệ ảo để mô phỏng những tình huống đe dọa và hướng dẫn bệnh nhân vượt qua chúng. Quá trình trị liệu này diễn ra từng bước và với cường độ tăng dần.

Tại Trung tâm y tế thực tế ảo ở thành phố San Diego (Mỹ), các nhà tâm lý đã điều trị cho hàng trăm bệnh nhân bị stress hoặc những chứng bệnh sợ hãi bằng phương pháp này. Tại Đại học Southern California, nhà tâm lý học Albert Rizzo đã thiết kế một chương trình đặc biệt dành cho cựu chiến binh, sử dụng bối cảnh và người ảo để giúp bệnh nhân vượt qua những ám ảnh họ gặp phải. Ông cho biết: “Chúng tôi có thể kiểm soát được cường độ của trải nghiệm, rồi làm việc về phản ứng của bệnh nhân”.

Nhà trị liệu ảo

Việc bổ sung người ảo vào trong bối cảnh cho phép các nhà trị liệu bắt đầu đối phó với những chứng bệnh phức tạp hơn, như chứng lo lắng xã hội. Họ hy vọng có thể điều trị những người bị chứng bệnh này bằng cách để họ tập tương tác với một ông sếp hoặc những người lạ đáng ngờ trong môi trường ảo. Nhà tâm lý học Stéphane Bouchard, người phụ trách chương trình liệu pháp điều trị ảo tại Đại học Quebec ở vùng Outaouais (Canada), cho biết: “Những người bị chứng lo lắng xã hội sẽ cảm thấy họ đang bị xét đoán ngay cả khi người ảo chỉ quan sát họ”.

Bản thân ông Bouchard cũng có một phiên bản ảo của mình – gọi là Mimi-Me. Tại văn phòng của Bouchard, bệnh nhân đeo tai nghe kèm microphone và có thể trò chuyện đôi chút với Mimi-Me, vốn có ngoại hình không khác gì ông Bouchard. Các nhà khoa học hiện đang nâng cấp khả năng nhận biết ngôn ngữ của nhà trị liệu ảo này để cải thiện khả năng giao tiếp của nó.

Trong một cuộc nghiên cứu thí điểm tại Đại học Quebec (Canada), các nhà nghiên cứu theo dõi hai nhóm bệnh nhân bị chứng lo lắng xã hội. Một nhóm bệnh nhân trò chuyện với nhà trị liệu một giờ mỗi tuần và quá trình này kéo dài 14 tuần. Nhóm còn lại trò chuyện với nhà trị liệu ảo và thực hành những tương tác ảo. Kết quả cho thấy, cả hai nhóm đều có được sự cải thiện so với những người chưa được điều trị. Ngoài ra, những tiến triển mà hai nhóm bệnh nhân đạt được là tương đương nhau. Các nhà nghiên cứu đang làm việc để xác định xem những đối tượng nào hưởng lợi nhiều nhất từ liệu pháp điều trị ảo và liệu sự kết hợp giữa những trải nghiệm ảo và thật có đẩy nhanh quá trình hồi phục hay không.

Trong khi đó, một cuộc nghiên cứu khác tại Đại học Southern California cho thấy, người bị chứng lo lắng xã hội thú nhận nhiều hơn về những khiếm khuyết, nỗi lo sợ và sự tưởng tượng của mình khi trước mặt họ là một nhà trị liệu ảo thay vì nhà trị liệu thật.

Do vẫn còn quá mới, liệu pháp điều trị ảo đang vấp phải sự hoài nghi lẫn chỉ trích từ những người nhận thấy những rủi ro bên cạnh lợi ích của nó. Ông Jaron Lanier, một nhà khoa học máy tính nhận định: "Ngay cả khi phương pháp tiếp cận này hoạt động có hiệu quả, vẫn có những tác dụng phụ mà chúng ta không thể lường trước". Dù vậy, hầu hết các nhà nghiên cứu nói rằng điều trị ảo đang và sẽ không khác gì một công cụ của chuyên gia trị liệu, nghĩa là nó chỉ được sử dụng khi tỏ ra hiệu quả. Ông Rizzo, thuộc Đại học Southern California, nói: "Nhìn chung, các nhà trị liệu đều muốn có thêm công cụ mới để hỗ trợ công việc của họ. Vì thế, họ sẽ chào đón việc sử dụng phương pháp ảo".