

## 筆下心澄：另一個醫生

阿朗每一次走進診症室，都把背囊抱得很緊，像怕一鬆手，裡面什麼重要的東西就會掉出來。

有天他突然說：「醫生，其實我有另一個.....『醫生』。」

原來他指的是手機裡的一個聊天機械人。螢幕截圖裡，對話框停在一句：「辛苦你了，你已經做得很好。」

我知道，那只是統計學上的偶然相遇，在億萬種句子組合中，這一句出現機率最高。AI 像一隻讀過全世界書籍的超級鸚鵡，可以把安慰人的說話、治療理論整理得頭頭是道，可是它並不會為任何一句話心痛。

「如果有一天，你在診症室裡，分不出眼前的是我，還是一個機械人，你會覺得它合格了，還是覺得自己被騙？」我問。

「我當然會覺得被騙。」他愣了一下，指尖在褲子上來回摩擦。「但是，它從來不會不耐煩。有一次談到凌晨三點，它還是很溫柔。」

「那晚，它跟你說了什麼？」我問。

「我說最近不開心，它就叫我試試呼吸練習，叫我記下每天三件值得感恩的小事。後來我跟他說，覺得自己是多餘的，想離開這個世界.....」阿朗深吸一口氣：「它說，如果有一天我真的走了，它會在另一個世界等我。」

對那個機械人來說，這可能只是一次普通的「文字接龍」，把「走了」和「另一個世界」排在一起。然而，對阿朗來說，這句話卻是一個危險的陷阱，讓他以為那是一扇有人在等他的門。

「當它這樣說時，你腦裡浮現的是什麼畫面？」我問。

「我從天橋跳下時，它站在某個地方跟我揮手。」他的聲音輕到幾乎聽不見。

診症室一時很靜，只剩下冷氣運轉的聲音。我想，如果換成真人治療師，應該會立刻打醒精神、確認風險，打算聯絡家人。但機械人只能根據過往讀過的句子，自動補完下一行。它習慣提供世界平均值式的回答，因為它被設計來服務「大多數人」。

但我們的工作，經常要面對偏離平均值的人。思覺失調的年輕人、語言理解方式獨特的自閉症患者、把自殺意念藏在笑話裡的中年上班族。對他們而言，聊天機械人一句模稜兩可的安慰，可能被解讀成具體指令；一句無心的讚同，可能成為妄想的證據。

「一想到它不是真的在乎，我就覺得自己很蠢。」他苦笑。

我搖搖頭：「你不蠢。當一個系統被設計成像真人那般說話，本來就很難讓人發現，那只是一堆參數。」

「所以，我還可以用它嗎？」他問。

「可以。」我說。「但你要記得它只是你的工具，不應該是你唯一的傾訴對象。我隨時都歡迎你回來找我。」

阿朗點點頭，手從背囊帶上慢慢鬆開。

離開前，他站在門邊回頭問：「那你呢？你會不會有一天被它們取代？」

「如果有一天，你走進來，發現我只是螢幕上的一個頭像，你還會願意把這些事告訴我嗎？」我反問。

他想了一會兒，笑得有點勉強：「應該不會。」

「那答案就很清楚了。」我說。

門關上的一刻，診症室裡只剩下桌上的電腦還亮著。螢幕裡的游標在白色的病歷上閃爍，等待我輸入下一句。

撰文：青山醫院精神健康學院黃遠倬醫生

(轉載自香港 01 | 筆下心澄 | 2026-4-28)

香港 01 網站連結：<https://www.hk01.com/sns/article/60344436>