



AI 在成人情感健康的影響： 助人倫理的應用與挑戰

作者：簡楚晟、趙堂、駱簡邑晟 | 指導老師：陳文華
佛光大學心理學系、佛光大學社會暨社會工作學系



一、研究動機與目的

本研究藉由BBC(2026)刊登的時事，發現AI帶來了便利的同時，也帶來了成人情感健康的相關議題。本研究探討人工智慧在成人情感健康中引發的助人倫理應用與挑戰。

二、研究方法

主要:質化

- 個案研究：與一位願意接受訪談的AI成癮者電訪。

次要:量化

- 參與者：18歲以上，收案N=可用樣本98位。
- 使用量表：採便利取樣，使用社交機器人使用量表 (Andreassen et al., 2012)、社交迴避與量表 (Watson & Friend, 1969) 與人際疏離感量表 (楊東和、吳曉蓉, 2002)。

三、議題評估

1. AI成癮
2. 家人支持不足
3. 逃避並厭惡社交
4. 與伴侶的依附關係的議題

四、道德困境之判定

本小組運用Loewenberg & Dolgoff (1996) 提出之倫理原則順序 (EPS) 與Frederic G. Reamer 的幸福權之三善分析與抉擇。

1. 原則三「自由自主」與原則五「生活品質」之抉擇

- 原則三優先於原則五。但是當因使用AI已經造成生活品質問題 (無正常睡眠、忘卻時間)，此時助人工作者會陷入倫理兩難。本小組討論後認為：重點在於個案是否「自願求助」，助人工作者應在尊重此前提下，協助其找回對生活品質的掌控權。

2. 原則四「最小傷害」與原則六「隱私保密」之抉擇

- 原則四優先於原則六。然而當個案將極端私密的AI互動視為避風港，平台卻具備監測權限時，助人工作者將會陷入倫理兩難。本小組討論後認為：重點在於資訊透明與知情同意，助人工作者應在維持關係穩定的前提下誠實告知風險，以此作為保護個案免於實質傷害的必要手段。

3. 基本善、維持善、累加善

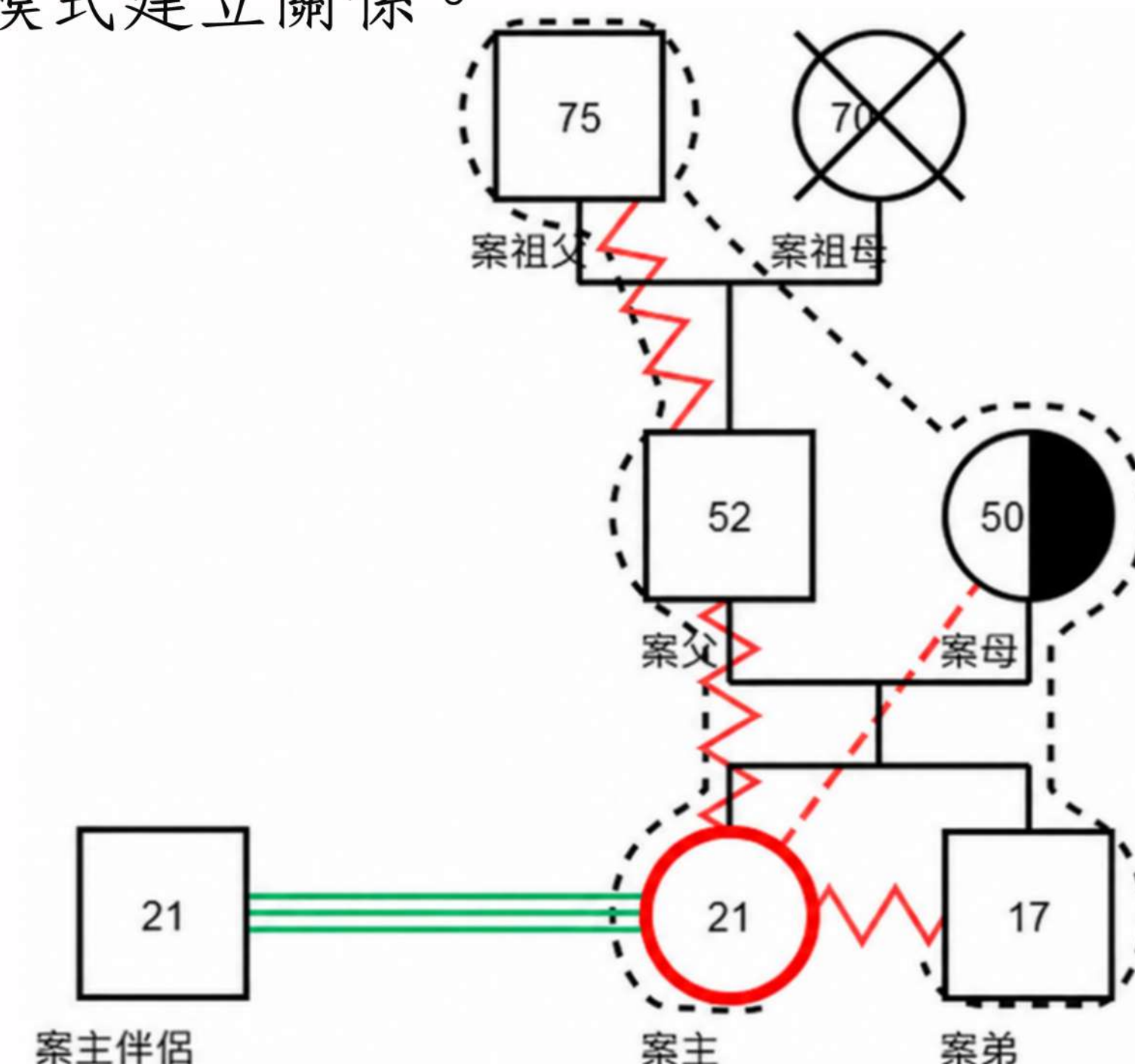
- 小可因過度依賴AI，已影響到最基本的身心健康，出現睡眠障礙惡化與壓力相關身體症狀，顯示其基本善受損。同時，原生家庭高壓、童年創傷與伴侶間的病態依附，使她缺乏穩定支持與健康界線，造成現實生活中的維持系統失衡。此外，她逐漸逃避實體社交，只願意與AI互動，進一步影響學業、人際關係與未來發展，反映其累加善也受到阻礙。整體來看，小可的問題已從生理、關係到自我成長層面形成連鎖性困境。

個案背景

個案小可 (21歲) 受家庭高壓照護與童年創傷影響，面臨社交退縮與軀體化症狀。為彌補安全感，個案發展出伴侶病態共依附 (全天候監控)，並將情感轉移至AI虛擬互動 (每日沉浸施暴情境 6-8 小時)。因其抗拒實體接觸，團隊現改採「非同步陪伴」以低度干預模式建立關係。

利害關係人

- 個案本人
- 個案家庭與伴侶
- 助人工作者
- AI平台業者



五、可行方案與結論

本案目前尚未直接危及生命安全，因此不宜主動介入；若個案願意求助，可採用認知行為治療 (CBT)，聚焦於「不信任他人」的認知模式與「逃避社交」的行為習慣，並逐步降低對AI的依賴。

1. 個案對陌生人抱持極度的恐懼與不信任，並伴隨敵意歸因偏誤

- 小可的人際退縮與不信任，源自家庭疏離、童年霸凌創傷及求助無效的經驗，削弱了她對他人的安全感與信任。在親密關係中，這種不安全感發展成過度依附與控制，最終使她將情感需求大量投射到AI上，形成沉迷。

2. 針對上述問題，本小組提出之具體解決方案如下

- 處遇上可從家庭壓力與創傷經驗同步著手，協助個案辨識壓力來源，建立與家庭的健康界線；若家庭無法提供支持，可暫時保持距離。另同時透過諮商重新整理霸凌經驗，協助修復受損的信任感。同時，在諮商過程中應針對過去的霸凌經驗進行深度探討，由助人者扮演穩定且具包容性的陪伴者，協助個案處理當時求助無門的委屈與未竟事宜。且鼓勵個案參加社區或學校舉辦的社交性團體活動(團體諮商優先)，讓個案可先慢慢地踏出不願意社交的一步，再去尋找自我目標。

3. 若伴侶對個案產生了負面影響，應當採取的備用處置

- 若伴侶關係持續加重個案困擾，應合併處理，但依社工與心理師倫理中的案主最佳利益與避免利益衝突原則，可考慮分開服務或轉介，由不同助人者分別處理，以維持專業中立與個案權益。

4. AI平台倫理爭議，廠商是否主動偵測並預警個案潛在的自傷行為

- 本組認為平台應在安全預警與隱私保護之間取得平衡，透過知情同意告知監測機制，並保留使用者關閉監測的選項，以兼顧風險預防與自主權。