# PSİKOTERAPİDE YAPAY ZEKÂ: KURAM, UYGULAMA VE ETİK PERSPEKTİFİNDEN BİR DEĞERLENDİRME

## ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN PSYCHOTHERAPY: A THEORETICAL, PRACTICAL, AND ETHICAL EVALUATION

**Furkan Onur EKEN**

121

**Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**
Yıl: 2026, Sayfa: 1-12.

**Makale Türü:** Derleme Makalesi

**DOI: 10.35379/cusosbil.1695474**

**Geliş** Received: **08.05.2025**
**Kabul** Accepted: **29.12.2025**

# PSİKOTERAPİDE YAPAY ZEKÂ: KURAM, UYGULAMA VE ETİK PERSPEKTİFİNDEN BİR DEĞERLENDİRME

# ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN PSYCHOTHERAPY: A THEORETICAL, PRACTICAL, AND ETHICAL EVALUATION

**Furkan Onur EKEN** [1]



**Anahtar Kelimeler:**
Yapay zekâ,
Psikoterapi,
Geliştirilmiş psikoterapi,
Dijital Müdahale Yöntemleri,
Dijital Psikoloji.

**Keywords:**
Artificial intelligence,
Psychotherapy,
Enhanced psychotherapy,
Digital intervention methods,
Digital psychology

[1] Dr. Öğr. Üyesi, Düzce Üniversitesi, Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, omerfarukozgur@duzce.edu.tr, ORCID: 0000-0001-5263-2403

Alıntılamak için/Cite as: Eken F. O. (2026) Psikoterapide Yapay Zekâ: Kuram, Uygulama ve Etik Perspektifinden Bir Değerlendirme, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, s. 1-12.

## ÖZ

Araştırmada, ruh sağlığında yapay zekâ kullanımının kuram, uygulama ve etik pers-pektiflerinden ele alınması amaçlanmıştır. Bu doğrultuda, literatürü bütüncül bir şekil-de değerlendirmek amacıyla narratif derleme yöntemi kullanılmıştır. Küresel olarak, ruh sağlığı için ayrılan finansal kaynakların ve insan kaynaklarının henüz yeterli dü-zeyde olmadığı görülmektedir. Bu durum, dünyada pek çok insanın uygun yardımı alamamasına neden olmaya devam etmektedir. Psikolojinin bir bilim dalı olarak kabul görmesinden bugüne değin farklı psikoterapi kuramları ve terapötik yaklaşımlar geliş-tirilmiştir (Bilişsel Davranışçı Terapi, Şema Terapi ve Psikodinamik Terapi vb.). Tek-nolojinin de ilerlemesiyle bu yaklaşımlar, psikanalizin divanından sanal gerçeklik yöntemlerine kadar çeşitlenmiş ve son zamanlarda da yapay zekâ uygulamalarına kadar gelişim göstermiştir. Bu süreçte, yapay zekâ ve ruh sağlığı uzmanının görev ve sorumluluklarının nasıl dönüşeceği kritik bir konudur. Yapay zekâ uygulamalarının erişilebilirlik, uygun maliyet, eğitim ve uzmanlık avantajları sunması dezavantajlı bireylere ulaşma ve klinik ve akademik süreçlerde verimlilik artışı gibi birçok faydayı içerdiği anlaşılmaktadır. Bunun yanında ise, terapötik ilişki, güvenirlik, hata olasılığı ve yeni etik ikilemlerin oluşması ya da etik kuralların değişmesi gibi çeşitli potansiyel sorunları da beraberinde getirmektedir. Yapay zekânın ruh sağlığı hizmetlerine dahi-liyeti etik kuralların gelişimi ve değişimini beraberinde getirmektedir. Yapay zekânın terapötik süreçlerde kullanılması üzerine henüz teorik ve pratik araştırmalar son yıl-larda hız kazanmakla birlikte terapötik süreç üzerindeki etkileri netleştirilebilmiş değildir. Bu sebeple, yapay zekâ uygulamaları terapötik süreçte dikkatli ve öngörülü bir biçimde kullanılmalıdır. Bu uygulamaların, potansiyel fayda ve risklerini belirle-mek için daha fazla araştırma yapılması gereklidir.

## ABSTRACT

This research aims to examine the use of artificial intelligence in mental health from theoretical, practical, and ethical perspectives. To this end, a narrative review method was employed to provide a holistic evaluation of the literature. Globally, it is observed that financial and human resources allocated to mental health are still insufficient. This situation continues to prevent many people around the world from receiving appropriate help. Since psychology was recognized as a scientific discipline, various psychotherapy theories and therapeutic approaches such as Cognitive Behavioral Therapy, Schema Therapy, and Psychodynamic Therapy have been developed. With the advancement of technology, these approaches have diversified from the couch of psychoanalysis to virtual reality methods, and recently have evolved to include artifi-cial intelligence applications. In this process, how artificial intelligence will transform the duties and responsibilities of mental health professionals is a critical issue. It is understood that artificial intelligence applications offer many benefits, such as acces-sibility, cost-effectiveness, training and expertise advantages, reaching disadvantaged individuals, and increased efficiency in clinical and academic processes. However, the therapeutic relationship also brings with it various potential problems such as relia-bility, the possibility of error, and the emergence of new ethical dilemmas or changes in ethical rules. The inclusion of artificial intelligence in mental health services brings about the development and change of ethical rules. Although theoretical and practical research on the use of artificial intelligence in therapeutic processes has accelerated in recent years, its effects on the therapeutic process have not yet been clarified. Therefore, artificial intelligence applications should be used carefully and proactively in the therapeutic process. More research is needed to determine the potential benefits and risks of these applications associated with the use of artificial intelligence in men-tal health care.

## GİRİŞ

Dünya Sağlık Örgütü, ruh sağlığı alanında yapılan çalışmaların küresel bağlamda yeterli olmadığını bildirmektedir. Bu bağlamda, ruh sağlığı hizmetleri için ayrılan mali ve beşeri kaynakların halihazırda yetersiz olduğu ve bu kaynakların küresel olarak dengeli bir biçimde dağıtılmadığı görülmektedir (Dünya Sağlık Örgütü, 2022). Bu durum, dünyada çok sayıda insanın uygun yardımı alamamasına ve sorunlar yaşamasına neden olmaya devam etmektedir. Bu bağlamda, mevcut ihtiyaçların karşılanabilmesine yönelik olarak gelişen yeni teknolojilerin kullanımı teşvik edilmektedir (Lau vd., 2025). Ruh sağlığı hizmetleri kapsamında değerlendirilen müdahale yaklaşımları arasında psikoterapinin en önemli yöntemlerden biri olduğu söylenebilir.

Psikoterapi, bireylerdeki uyumsuz düşünce, duygu ve davranışların bilimsel ilkeler çerçevesinde psikolojik teknik ve yaklaşımlar kullanılarak daha uyumlu düşünce, duygu ve davranışlar haline getirilmesini içeren bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Öztürk ve Ayhan, 2021). Bununla birlikte, yalnızca psikiyatrik bir tanı almış olan bireylerce değil; farkındalığı artırmak, kendini anlamak ve kişisel gelişim amacıyla sağlıklı bireyler tarafından da tercih edilmektedir (Öztürk, 2025). Psikoterapi, bireylerin daha az endişeli, korkulu ya da depresif hissetmek gibi duygusal sorunlardan kurtulmalarına; hayal kırıklığı, keder, ailevi problemler ve iş ya da kariyer doyumsuzluğu gibi yaşam problemlerine yönelik çözümler aramalarına; üretken bir biçimde çalışmalarının ve kişiler arası ilişkileri sağlıklı bir biçimde deneyimlerinin önüne geçen düşünce ve davranış şekillerini değiştirmelerine destek olmayı hedefleyen, bireyler ve psikoterapistler arasındaki iletişim süreci olarak tanımlanmaktadır (APA, 2017). Bu bağlamda, psikoterapi özelleştirilmiş bir ortamda gerçekleşen genellikle birey ve psikoterapist arasında düzenli görüşme saatleri, görüşmelerin yapısı ve uzunluğu gibi konularda anlaşılmış olan yapılandırılmış bir süreçtir (Grodniewicz ve Hohol, 2023).

Psikolojinin bir bilim dalı olarak kabul görmesinden bugüne değin çeşitli psikoterapi kuramları ve bu kuramlar bağlamında farklı terapötik teknikler geliştirilmiştir. Teknolojinin de ilerlemesiyle birlikte bu teknikler psikanalizin divanından sanal gerçeklik yöntemlerine kadar çeşitlenmiş olup, son zamanlarda da yapay zekâ uygulamalarına kadar gelişim göstermiştir (Spytska, 2025). Bununla birlikte, teknolojik imkanların psikoterapi sürecine entegre edilmesi ile artan ruh sağlığı yükünün hafifletilmesi, olanakların daha fazla insana erişecek şekilde genişletilmesi, olanaklar arasında farklı erişim seçeneklerinin sunulabilmesi, coğrafi engellerin azaltılabilmesi, geleneksel psikoterapi yaklaşımlarından kısıtlı düzeyde fayda görmüş ya da fayda görmemiş bireylere yeni bir yaklaşım ortaya konulması ve geleneksel yaklaşımlarla erişilmesi güç olan bireylere ulaşılabilmesi mümkün olabilecektir (Richards, 2025). Günümüzde çok sayıda psikoterapi yaklaşımının psikolojik problemlerin iyileştirilmesinde faydalı olduğu bilinmesine rağmen, hâlâ geliştirme ve iyileştirmelere ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir (Clough ve Casey, 2011).

Psikoterapide güncel yaklaşımların gelişimi ile birlikte uluslararası literatürde ‘’Enhanced psychotherapy’’ kavramı çerçevesinde ele alınan geliştirilmiş psikoterapi kavramı öne çıkmaya başlamıştır. Geliştirilmiş psikoterapinin temel fikri, psikoterapiyi güncel tedavi prosedürleri, yaklaşımları veya teknikleriyle geliştirerek daha zengin hale getirmektir (Zipfel, 2024). Nitekim, teknolojinin gelişimi ile birlikte artık geleneksel yöntemleri kullanan toplumlardan siber toplumlara geçişe yönelik bir dönüşüm süreci baş göstermiştir (Öztürk ve Erdoğan, 2022). Bu yöntemler, cep telefonları, sanal gerçeklik cihazları, elektronik ölçümler, biyolojik geri bildirim mekanizmaları ve kişisel dijital asistanlar gibi birçok teknolojik uygulamayı içermektedir (Clough ve Casey, 2011). Psikoterapi özelinde ise ilerleyen teknolojik yöntemler değerlendirildiğinde yapay zekâ uygulamaları öne çıkmaktadır (Zhang ve Wang, 2024).

Yapay zekânın gelişimi, özellikle ruh sağlığı alanında verilen sağlık hizmetleri için büyük bir devrimin habercisi olarak görülmektedir (Espejo vd., 2023). Yapay zekâ araçlarının dili işleme ve tahmin etme, ortaya çıkan temalar arasında bağlantılar kurma ve örüntüler çıkarma yeteneği psikoterapi uygulamalarını etkilemeye başlamıştır (Campbell, 2025). Yapay zekânın teknolojik gelişimi hızla ilerlerken, bu yolda elde edilebilecek olası kazanımlara ya da risklere yönelik olarak gerekli düzenlemeler en kısa vakitte yapılmalıdır (Espejo vd., 2023). Yapay zekâ

temelli uygulamaların geçmişte, veri miktarının sınırlı olması ve yeterli işlem gücüne henüz ulaşılamaması nedeniyle yeterince başarılı olamadığı düşünülmektedir (Aich vd., 2019). Mevcut durumda ise yapay zekâ temelli yazılımların, insan iletişimlerinin bağlamını ve alaka düzeyini anlamak için çok büyük ölçekli metin verileri ile eğitildiği söylenebilir (Singh, 2023). Halihazırda yapay zekâ, psikoloji ve psikoterapi alanlarını da kapsayacak şekilde insan hayatının çok farklı alanlarına her geçen gün daha fazla entegre olmaktadır (Spytska, 2025). Yapay zekânın, klinik psikoloji alanındaki çeşitli uygulamaları, terapötik sonuçları iyileştirme, bakıma erişimi artırma ve klinik verimliliği geliştirmesi açısından önemli bir değişim potansiyeli taşıdığı düşünülmektedir (Nelson vd., 2025).

**Yöntem**

Yapay zekânın insan yaşamında giderek artan yeri, yaşamın her alanında olduğu gibi psikoterapi alanında da kendisini göstermektedir. Yapay zekâ temelli psikoterapi uygulamalarının maliyetleri azaltması, erişim olanaklarını artırması ve tedavi kalitesini yükseltmesi gibi birçok fırsat ve olanağı beraberinde getirmesi sebebiyle önem ve dikkat atfetmeye değer bir konu olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda, bu tür uygulamaların toplumsal ruh sağlığının artırılması açısından oldukça önemli olduğu düşünülmektedir. Ruh sağlığında yapay zekâ kullanımının kuramsal, uygulamalı ve etik perspektiflerden ele alınması bu araştırmanın temel amacını oluşturmaktadır. Araştırmada, narratif derleme yöntemi kullanılmıştır. Narratif derleme, alanyazındaki bir olgu ya da konuyu geniş ve kapsamlı şekilde ele alma fırsatı sunan çok sayıda çalışmayı yeniden yorumlama veya bağlantı kurma amacıyla bir araya getirmeye katkı sunan bir literatür taraması yöntemidir (Baumeister ve Leary, 1997). Bu çalışmada yapay zekânın psikoterapi sürecindeki yeri, yapay zekâ ile ilgili potansiyel fırsatlar ve olanaklar ile birlikte zarar potansiyeli ve endişeler, etik meseleler ve terapistler açısından yansımaları değerlendirilmiştir.

**Yapay Zekânın Psikoterapi Uygulamalarındaki Konumu**

Yapay zekâ psikoterapi sürecine farklı şekillerde entegre edilebilmektedir. Yapay zekânın ortaya çıkışının psikoterapistin rolünde de değişimine neden olacağı öngörülmektedir (Nelson, 2025). Bu bağlamda yapay zekâ ve insan içeren psikoterapi müdahaleleri aşağıdaki şekilde gruplanabilir (Miner vd., 2019):



**Tablo 1. Yapay Zekâ ve İnsan Bağlamında Psikoterapi Kombinasyonları**

| Yaklaşım | Erişim | Kalite | Terapötik İlişki | Kendini Açma ve Paylaşım |
|---|---|---|---|---|
| Sadece insan tarafından sunulan | Değişmedi | Yerleşik | Değişmemiş | Değişmedi |
| İnsan tarafından sunulan, Yapay Zekâ Destekli | Değişmedi | Potansiyel olarak iyileşmiş | Potansiyel olarak değişmiş | Bilinmiyor |
| Yapay zekâ tarafından sunulan, insan gözetimli | İyileşmiş, ancak sınırlı ölçeklenebilirlik | Bilinmiyor | Muhtemelen değişmiş | Bilinmiyor |
| Sadece yapay zekâ tarafından sunulan | İnsan dikkatiyle sınırlı olmayan iyileşme | Bilinmiyor | Yok | Bilinmiyor |

İlk yaklaşımda, mevcut durumda olduğu gibi psikoterapi hizmeti yapay zekâ destekli olmadan yalnızca insanlar tarafından verilmektedir. İkinci yaklaşım, yapay zekâ destekli olarak insan tarafından verilen psikoterapi hizmetini tanımlamaktadır. Üçüncü yaklaşımda ise yapay zekâ tarafından sunulan hizmet insan gözetimli olarak sürdürülmektedir. Dördüncü yaklaşımda ise psikoterapi hizmeti herhangi bir psikoterapist tarafından yapılan bir denetim olmadan sadece yapay zekâ tarafından sunulmaktadır (Miner vd., 2019). Yapay zekâ teknolojilerine, son çeyrek yüzyılda gerçekleşen ciddi metodolojik dönüşümün etkisiyle giderek daha fazla önem verilmeye başlanmıştır. Bunun sonucunda, disiplinler arası olarak çalışılan yapay zekâ temelli psikolojik uygulamalar öne çıkmıştır (Derin ve Öztürk, 2020). Yapay zekâ tarafından oluşturulan içgörüleri denetlemek ve yorumlamak için süreci kontrol eden bir insan terapistin bulunması oldukça önemlidir. İnsan bir değerlendiricinin bulunmaması, yanlış yorumlamalara ya da hatalı teşhis konulmasına sebep olabilir ve potansiyel olarak farklı sebeplerle bireylerin zarar görmesine neden olabilir (Alfano, 2024).

**Ruh Sağlığı Uygulamalarında Yapay Zekâ İle İlişkili Fırsat ve Olanaklar**

Psikoterapide yapay zekâ temelli yazılım ve yöntemlerin kullanılması, her bireyin farklı ve kendisine özgü ihtiyaçları olması sebebiyle, özellikle bireysel özelliklere yönelik kişisel gereksinimlere uyum sağlayabilen ve görece sürekli destek sağlayabilen yapay zekâ destekli terapi sistemlerinin geliştirilmesine olanak sağlayabilecek potansiyelde görülmektedir (Spytska, 2025). Bu açıdan bakıldığında yapay zekâ, mevcut terapötik çalışmalara ek bir kaynak olarak rol oynayabilecektir (De Mello ve Souza, 2019). Bu bağlamda, yapay zekânın psikoterapi sürecine başvuran bireylere özgü prosedürlerin yapılandırılması ve uygulanmasında önemli faydalar sağlayabileceği söylenebilir.

Yapay zekâ, ruh sağlığı hizmetlerinin daha geniş bir örnekleme yayılmasını sağlayabilir ve maliyet olarak birçok bireyin erişebileceği uygun çözümler sunabilir (Bloch-Atefi, 2025). Yüz yüze psikoterapiye erişemeyen bireylere alternatif erişim imkânı sunabilir ve hatta uzman eksikliği sorununun çözülmesine katkı sağlayabilir (Spytska, 2025). Ayrıca, psikoterapiye ihtiyaç duyan ancak psikoterapiye erişemeyen nüfusa ulaşma ve savunmasız gruplar için yaşam olanaklarını geliştirme potansiyeli de bulunmaktadır (Ediboğlu, 2023).

Yapay zekâ yazılımlarının psikiyatrik süreçler açısından da büyük bir potansiyeli olduğu değerlendirilmektedir. Bu bağlamda yapay zekâ, psikiyatrik tanı sürecine destek sağlaması, semptomların izlenmesi, akut hastalıklarda alevlenme ve iyileşme süreçlerinin öngörülmesi ile psikoeğitimde katkı sunması açısından önemli bir araç olarak değerlendirilmektedir (Beg vd., 2024; Nelson, 2025). Bununla birlikte, bireylerin ruh sağlığı uzmanı ile yaptığı görüşmeleri analiz ederek belirtilerin saptanmasına yardımcı olabilir ve tanı sürecine katkıda bulunabilir (Ediboğlu, 2023). Bunun yanında, vücut sıcaklığı, mikro yüz ifadeleri, göz hareketleri, ses değişimleri ve diğer davranış kalıplarını izleme, değerlendirme ve analiz etme gibi ileri teknolojileri kullanarak sürece katkıda bulunabilir. Ayrıca, elektronik ortamda olan tıbbi kayıtlar, seans notları, değerlendirmeler ve test sonuçlarından bireyler ile ilgili tüm verilere erişebilir ve hızlı şekilde bu verileri analiz edebilir (Luxton, 2016).

Yapay zekâ uygulamalarının bir diğer faydası kendi kendine yönetilebilir olmasıdır, bu yazılımlar akut bir rahatsızlığı olmayan kişilerin sağlık sisteminde taranması ve kabul edilmesi gibi zaman alıcı süreçlerin hızlandırılması konusunda destek olabilirler (Fiske vd., 2019). Ayrıca, bu yazılımlar terapötik bir ittifak yaratarak terapötik ilişkiyi devam ettirebildiği takdirde, psikoterapi süreci insan psikoterapistlerin zamanı ve dikkatiyle sınırlı kalmayacaktır (Miner vd., 2019). Ayrıca, akut rahatsızlığı olmayan kişileri değerlendirme ve desteklemede faydalı bir araç haline gelebilir. Dolayısıyla, bu süreçler beklenenden daha verimli ve sağlıklı bir şekilde yürütülebilir.

Yapay zekâ yazılımları yüz yüze tedavi almak istemeyen bireyler için farklı bir seçenek olarak öne çıkabilir (Cameron vd., 2017). Yapay zekâ teknolojilerinin kullanılması psikoterapi hizmetlerine erişilebilirlik sorununun çözülmesine katkı sağlayabilir. Bu yazılımlar, ruh sağlığı desteği arayan bireyler için erişilebilir ve kullanışlı bir platform haline gelebilir ve geleneksel

terapiye başvurmamış bireylere ulaşılmasını olası kılarak ruh sağlığı hizmeti sunulmasına fırsat sağlayabilir (Bhatt, 2024). Yapay zekâ, ruh sağlığı ile ilgili endişelerin erken tespit edilmesinin önünü açabilir, gaziler gibi yüksek riskli gruplara ulaşılması kolaylaştırabilir ya da psikoterapiyle bağlantılı sosyal damgalanma konusunda endişe duyanlar için iyi bir alternatif niteliğinde görülebilir (Stix, 2018).

Yapay zekânın klinik pratikteki faydaların yanı sıra faturalama gibi rutin ofis işleri, klinik dokümantasyon, eğitim süreçleri (Bloch-Atefi, 2025) ve semptomların izlenmesi (Nelson, 2025) gibi klinisyenlere ek zaman ve maliyet oluşturabilecek konularda da faydalı olabileceği değerlendirilmektedir (Torous ve Blease, 2024). Bu gibi teknolojiler terapistlere idari görevlerin yönetiminde destek olabilir, bu yolla verimliliği artırabilir ve doğrudan danışanların bakımına daha çok zaman ayrılmasına olanak sağlayabilir (Bal, 2025). Yapay zekâ yazılımları, yüksek miktarlarda veriyi hızlı bir biçimde analiz edebilir, içeriklerin sahip oldukları bağlamları tanıyabilir ve farklı bilgileri birbirleri ile ilişkilendirebilir. Bu nitelikler ruh sağlığı hizmeti verenlere önemli faydalar sağlayabilirler (Sedlakova ve Trachsel, 2023). Literatürde yapılan çalışmalar yapay zekâ temelli yazılımların kullanılmasının terapötik faydayı artırabileceğini raporlamaktadır (Lau vd., 2025)

Yapay zekâ yazılımları akademik süreçlerle bağlantılı faydaları da beraberinde getirmektedir. Bilimsel makaleler, özetler vb. gibi akademik içeriklerin yazımı gibi akademik süreçlere katkı sağlama potansiyeline sahiptir (Singh, 2023). Ayrıca yapay zekâ, laboratuvar veya klinik ofis sınırlarının ötesinde veri toplama ve müdahaleler sunma potansiyelini genişleterek araştırmacıların ve psikoterapistlerin verilere erişimini artırma olanağına sahip olduğu söylenebilir (Horn ve Weisz, 2020)

**Ruh Sağlığı Uygulamalarında Yapay Zekâ İle İlişkili Olası Negatif Yansımalar**

Yapay zekânın psikoterapi sürecinde kullanımı birçok avantaj, fırsat ve olanağı barındırdığı gibi farklı dezavantajları ve riskleri de beraberinde getirmektedir. Bu bağlamda, literatürde öne çıkan başlıca endişelerden birinin veri gizliliği ve güvenliği ile ilişkili olduğu görülmektedir (Beg vd., 2024). Elektronik ortamda toplanan bilgiler ve hassas verilerin korunması, rıza gösteren hasta dışındaki kimselere yönelik bilgilerin kullanılması ya da iletilmesi için gizlilik tedbirlerine ihtiyaç duyulacağı düşünülmektedir (Fiske vd., 2019). Verilerin ve tutulan klinik kayıtların nerede ve nasıl saklanacağı, bu saklama ve depolama sürecinden kimin sorumlu olacağı gibi hususlar da oldukça önemlidir. Verileri depolayan bulut sistemlerini işleten kurumlar işlevselliğini kaybedebilir ya da bu verileri potansiyel olarak farklı amaçlarla kullanabilir (Alfano, 2024). Bu gibi durumlar kişisel verilerin ortaya çıkmasına sebep olarak gizliliğin ihlal edilmesine neden olabilir.

Yapay zekâ içeren psikoterapi uygulamalarındaki bir diğer temel endişenin bireylerin kaliteli bir terapi hizmeti alıp alamayacaklarına yönelik endişeleri olduğu görülmektedir (Tahan ve Saleem, 2024). İnsanların neden bağ kurduklarını ya da bağ kurmamayı tercih ettiklerini belirleyen faktörler arasında; sohbette liderlik etme veya yönlendirilme arzusu, kendini ifade etme tarzı, uyum, ilgi ve şefkat beklentileri, tavsiye ve önerilerin algılanan etkinliği, günlük iletişime verilen önem ile özel ve yargılayıcı olmayan bir sohbete atfedilen değer yer almaktadır (Xu vd., 2025). Şu anda, çok sayıda bireyin yapay zekâ destekli bir yazılımdan terapi hizmeti alma konusunda endişeleri bulunduğu bilinmektedir. Bu durum, birebir etkileşim ve iletişim bağlamında danışanların gerçek bir insanla paylaşımda bulunuyor olmanın daha faydalı ve etkili olacağına inanıyor olmaları sebebiyle olabilir. Diğer bir yandan, güven, empati ve anlayış gibi temel insani özelliklere atfedilen bir süreç olan psikoterapinin bir yazılım tarafından yönetilmesi bu endişelerin kaynağı olabilir.

Yapay zekâ araçlarına yönelik önyargılı yaklaşımın da kurulabilecek terapötik ilişkiyi etkileyen faktörlerden biri olduğu düşünülebilir (Espejo vd., 2023). Terapötik ilişkide güven inşa edilmeden, hastalar yapay zekâ sistemleriyle etkileşime girmekten çekinebilir ve bu da kullanılan yöntemin etkisini sınırlayabilir (Bach ve Manniko, 2024). Diğer bir sorun yapay zekâ tarafından yanıtlar, -geleneksel yaklaşımlarda da olabileceği gibi- makul görünseler bile kişi açısından anlamsız ya da yanlış nitelikte olabilir. Bunun sonucunda, birey hatalı olarak değerlendirilebilir ve psikoterapi süreci hatalı bir biçimde yürütülebilir. Nitekim, psikoterapide yapay zekâ kullanımının etkinliği ve güvenilirliğine ilişkin kanıtlar hala yeterli durumda

değildir. Bu nedenle bu alanda yeterli araştırmanın bulunmaması sebebiyle, belirli çıkarımlar ya da sonuçlara ulaşırken dikkatli olmak gerekmektedir (Özden, 2024). Elbette ki bu tutumların kültürel, sosyoekonomik ve toplumsal olarak değişim gösterebileceği akılda tutulması gereken bir husustur (Naderbagi vd., 2024). Bireyler, karşılarında gerçek bir insan olmadığını düşünerek bağ kuramayacaklarını ve kendilerini gerçek bir birey gibi anlayarak duygusal bir ilişki geliştiremeyeceklerini varsayabilir; bu nedenle fayda sağlayamayacaklarına yönelik düşünceler geliştirebilirler.

Terapötik süreç açısından önemli bir etken olarak değerlendirilebilecek diğer bir faktör ise kültürel farklılıklar ve beklentilerdir. Yapay zekâ yazılımlarının veya uygulayıcılarının, kültürel faktörlerin belirleyici olduğu durumlarda ya da kültürel beklentilerle ilişkili bağlamlarda terapötik teknikleri etkili biçimde uygulayıp uygulayamayacağının araştırılması gerekmektedir. Bu bağlamda kültürel dil yapıları ile yapay zekâ uygulamalarının eğitildiği farklı çalışmalar olduğu görülse de (Abbasi vd., 2025; Alavi vd., 2025), bu konuda daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır (Tahan ve Saleem, 2024).

**Yapay Zekânın Terapötik Alyans Üzerinde Etkileri**

Terapi sürecinde, bireyler psikoterapistle güçlü bir bağ geliştirmektedirler. Fakat bireylerin yapay zekâ temelli makine ya da yazılımlara karşı terapötik bir bağlanma ya da güvenilirlik geliştirip geliştiremeyecekleri konusunda ciddi endişeler bulunmaktadır (Tahan ve Saleem, 2024). Diğer bir açıdan bakıldığında ise yapay zekânın ruh sağlığı alanında terapötik varlığı "yapay üçüncü" olarak kavramsallaştırılmıştır. Bu süreçte terapötik ilişki, birey, ruh sağlığı uzmanı ve yapay zekâyı içeren üçlü bir yapı içinde gelişebilir (Tal vd., 2023). Bu durum elbette ki farklı ekollere göre değişebilmektedir. Örneğin, psikodinamik bir bakış açısıyla değerlendirildiğinde, birey ile psikoterapist arasındaki ilişkide ortaya çıkan aktarım ve karşı aktarım süreçlerinin psikoterapi sürecine sıklıkla katkı sağladığı görülmektedir (Tahan ve Saleem, 2024). Fakat yapay zekânın karşı aktarımı kullanmasının güçlüğü, danışanı anlamayı ve onun günlük hayatında başkalarıyla kurduğu ilişkiyi ve başkalarına hissettirdiği duyguları fark edebilmeyi oldukça güçleştirebilmektedir. Elbette ki, bu durum psikoterapi sürecine olumsuz yönde etki edebilir (Özden, 2024). Ancak, bilişsel davranışçı psikoterapi gibi yapılandırılmış yaklaşımlar (Nelson vd., 2025), daha çok teknik odaklı yöntemler içerdiklerinden, terapötik ilişkiyi potansiyel olarak daha az olumsuz etkileyebilir. Elbette ki, karşı aktarım süreçleri yönetilemediğinde terapi sürecini olumsuz etkileyebilmektedir. Bu durum, yapay zekâ destekli terapiler açısından bir avantaj olarak değerlendirilebilir. Ancak, karşı aktarımın anlaşılması ve yorumlanması birçok durumda birey ile ilgili bilgi verici nitelikte olabilmektedir. Bu bağlamda, karşı aktarımın oluşmaması bir tür dezavantaj oluşturabilir. Ancak bu konu üzerine yapılan çalışmalar oldukça sınırlıdır. Farklı terapi ekollerinde insan ve yapay zekâ tarafından uygulanmasındaki ilişkisel farklılıkları inceleyecek deneysel çalışmalara ihtiyaç olduğu görülmektedir.

Psikoterapi uygulamalarında ortaya çıkabilecek bir diğer temel zorluğun insani ilişki ve empati süreci ile ilgili olduğu düşünülmektedir (Beg vd., 2024; Ferdynus, 2023; Sedlakova ve Trachsel, 2023). Yapay zekânın şu anda temelde insani özellikler olan duygusal zekâ, empati, derin anlayış ve terapötik ittifak oluşturmak için gerekli koşulları oluşturmada yetersiz kaldığı düşünülmektedir (Bloch-Atefi, 2025). Bu durumla ilgili yapılan bir araştırmada katılımcıların yapay zekâ temelli psikoterapi araçlarını kullanmada empati becerileri konusunda endişeleri olduğunu ve bunun yapay zekâ temelli terapötik araçlardan destek almayı kabul etmemeleri ile sonuçlanabileceği belirlenmiştir (Aktan vd., 2022). Yapay zekâ kullanımı klinik dinamikleri temelden değiştirme potansiyeline sahiptir; bu bağlamda birey ve psikoterapist, olaylara insan olmayan bir üçüncü bakış açısından değerlendirme olanağı kazanırken, odada böyle bir varlığın bulunmasının terapötik ilişkiyi yabancılaştırmadan ya da zarar vermeden dönüştürmesi gerekmektedir (Tal vd., 2023).

**Psikoterapistler Açısından Yapay Zekâ Uygulamalarının Yansımaları**

Son zamanlarda, psikoterapide yapay zekâ kullanımının oldukça gündemde olmasına ve araştırmacılar tarafından bu konuda çok sayıda çalışma yapılmasına karşın, ruh sağlığı profesyonellerinin yapay zekâ araçlarını kullanma konusunda beklenen motivasyonlarının ve taleplerinin olmadığı görülmektedir (Tahan ve Saleem, 2024).

Yapılan bir araştırma, bilişsel davranışçı yönelimi benimseyen psikoterapistlerin diğer psikoterapi yönelimlerine kıyasla yapay zekâya karşı daha olumlu tutumlara sahip olduğunu göstermiştir. Aksine, psikodinamik ve sistemik yaklaşıma sahip psikoterapistler, bir yazılımın bilinçdışı durumların ya da sistemik ilişkilerin gerçek anlamını yorumlayamayacağını düşünebilir. Her iki durumda da araştırma bulguları, ruh sağlığı profesyonellerinin yapay zekânın tedavi yürütmesine yönelik tutumlarının çok olumlu olmadığını göstermektedir (Sebri vd., 2020). Psikodinamik psikoterapinin karmaşıklığı ve derinliği, derin kişilerarası dinamiklerin anlaşılmasının güçlüğü ve duygusal uyumu sağlamak gerekliliği de dahil olmak üzere birçok faktörün bu yaklaşımın yapay zekâ sistemleri ile uygulanmasında birçok güçlüğe neden olma potansiyeline sahip olduğu düşünülmektedir (Mirzaei, 2025). Bilişsel davranışçı terapinin ise yapılandırılmış nitelikte olması, uyarlanabilirliğinin görece kolay olması ve ölçülebilir sonuçlara vurgu yapması sebebiyle yapay zekâ teknolojilerle entegrasyonu açısından önemli fırsatlar sunmaktadır (Nelson vd., 2025).

Ruh sağlığı uzmanlarının yapay zekânın potansiyelleri ve sınırlılıkları hakkında bilgi sahibi olmaları esastır (Espejo vd., 2023). Dahası, ruh sağlığı uzmanlarının, bireyleri yapay zekâ teknolojilerini kullanmaya teşvik etmesi ve bireyler, meslek ve toplum için faydalar sağlamak için olumlu bir tutuma sahip olmaları gerekmektedir (Tahan ve Saleem, 2024). Bu bağlamda, uzmanların bu alandaki akademik ve klinik gelişimleri takip etmelerinin ve bilgi sahibi olmalarının önemli olduğu düşünülmektedir. Bu yolla, yapay zekâ uygulamalarının avantajları, dezavantajları ve potansiyel fırsat ya da engeller konusunda gerekli reaksiyonları verebileceklerdir.

**Psikoterapide Etik ve Yapay Zekâ**

Modern tıbbi etik, temel değerler ve etik ilkelerin tıbbi uygulama ve araştırmalara uygulanmasıyla ilgilenmekte olup, bu çerçevede sağlık profesyonelleri ve kurumların eylemlerinin, bireylerin elde edeceği faydaları güvence altına almaya ve sürecin her aşamasında yer alan bireyleri korumaya hizmet ettiği söylenebilir. Bu nedenle, yalnızca hizmet alanları değil, aynı zamanda hizmet verenlerin ve kurumların da güvenini teşvik eden davranış standartları belirleyerek korumaktadır (Luxton vd., 2016). Yapay zekâ yazılımlarının psikoterapi alanında çok sayıda fayda sağlayacağı öngörülmekle birlikte (Beg vd., 2024; Nelson, 2025), yalnızca psikoterapi uygulamalarında değil, aynı zamanda eğitim ve süpervizyon süreçlerine de dahil edilmesiyle birlikte çeşitli etik ikilemlerin ortaya çıkabileceği düşünülmektedir (Özden, 2024). Bu bağlamda, yapay zekânın ruh sağlığı süreçlerine katılımı kapsayıcı ve çok boyutlu bir şekilde değerlendirilmelidir.

Psikoterapide kullanılan yapay zekâ yazılımlarının ahlaki bir özne olarak değerlendirilip değerlendirilemeyeceği üzerine önemli tartışmalar bulunmaktadır. Bu bağlamda ilk problem yapay zekânın kendine özgü bir bilincinin olmamasıdır. Ayrıca, yapay zekâ etik değerleri değerlendirme ya da ahlaki ikilemleri çözme kapasitesine sahip görülmemektedir. Yapay zekâ yazılımları vicdani niteliklere de sahip olmadığından, durumları değerlendirerek doğru ile yanlış arasında ahlaki bir ayrım yapması mümkün olmayabilir (Ferdynus, 2023). Bu bağlamda, risk değerlendirme, gizlilik ve güvenliği önceliklendirme, ahlaki ve etik karar verme konusunda değerlendirilmesi gereken konular bulunmaktadır. Bu nedenle, yapay zekânın etik ve ahlaki ikilemlerdeki etkileri uzmanlar tarafından gözlemlenmeli ve değerlendirilmelidir (Saeidnia, 2024). Yine de, diğer bir bakış açısıyla, etik karar alma süreçlerine yardımcı olabilir ya da yeni perspektiflerin oluşmasına katkıda bulunabilir (Tal vd., 2023).

Bireyler, yapay zekânın psikoterapi sürecine katılmasının ve bunun ortaya çıkaracağı etkilerin farkında olmalıdır. Yapay zekânın sürece katılımında şeffaflık ve anlaşılırlığın sağlanması, bireylerin psikoterapi sürecine yönelik güvenini sürdürmek için hayati bir öneme sahiptir. Bu bağlamda, yapay zekâ dahiliyeti söz konusu olduğunda psikoterapistler yapay zekânın psikoterapi sürecine katılması hakkında detaylı bir şekilde kişiyi bilgilendirmeli, hem sözlü hem de yazılı olarak bilgilendirilmiş onam almalıdır (Alfano, 2024).

Yapay zekâ temelli yöntem ve tekniklerin uygulanması, mevcut etik ilkelerin değiştirilmesi ve yeni etik ilkelerin geliştirilmesi ihtiyacını beraberinde getirmiştir. Mevcut etik ilkelerin yeni geliştirilen teknik ve yöntemler açısından

güncellenmesi önemli bir gerekliliktir (Manríquez vd., 2020). Psikoterapi süreçlerinde kullanılan yeni yaklaşımlar, halihazırda bulunan etik kural ve gerekliliklerin ihlal edilebileceği ya da sorgulanabileceği yeni durumlar ve ikilemler ortaya çıkarabilmektedir. Bu gelişmeler, bireylerin mahremiyetlerini, güvenliklerini, özerkliğini ve kişisel güvenini etkileyen ek riskleri beraberinde getirmiştir (Luxton vd., 2016). Yapay zekânın etik süreçlere ilişkin hususları keşfetmeye yönelik daha fazla araştırmaya ihtiyaç bulunmaktadır (Beg vd., 2024). Bu bağlamda, psikoterapi sürecinde yapay zekâ ile uyumlu şekilde ilgili kurum ve dernekler tarafından yeni etik kurallar belirlenmeli ve potansiyel etik ikilemler tespit edilerek uzmanlar için bilgilendirici ve destekleyici materyaller oluşturulmalıdır.

Yapay zekânın psikoterapi sürecine dahil olması yeni etik ilkelerin oluşturulması ve uygulanması gerekliliğini getirmesinin yanı sıra ruh sağlığı hizmeti veren uzmanların yapay zekâ önerilerini ve tedavi planlarını yorumlamak ya da yapay zekâyı tedavi sürecine dahil etmenin etik etkilerini anlamak için özel olarak geliştirilmiş eğitimlere ihtiyaç duyması muhtemeldir. Yapay zekânın ruh sağlığı hizmetlerine dahil edilme düzeyi arttıkça, psikoterapistlerin görev ve sorumluluklarının, etik standartların korunmasını sağlamak amacıyla yeni koşullara uyarlanması gerekmektedir (Nelson, 2025). Bu bağlamda, psikoterapistler yapay zekâ kullanımının etik sonuçları üzerine eğitim görmeli, danışan özerkliğinin, gizliliğinin, onurunun ve bilgilendirilmiş onamın psikoterapinin temel etik ilkelerine uygun bir şekilde korunmasını sağlamalıdır (Bloch-Atefi, 2025).

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Yapay zekâ her geçen gün gelişmekte ve ruh sağlığı alanındaki uygulama alanları giderek çeşitlenmektedir. Bu uygulamalar, terapi sürecine entegre edilebileceği gibi teorik eğitimler, uygulama ya da süpervizyon gibi psikoterapistlerin eğitimlerine katkı sağlayacak şekilde de kullanılabilecektir. Bununla birlikte, psikoterapi hizmetlerinin daha az maliyetle ve daha fazla bireye ulaşabilmesini sağlama potansiyeli bulunmaktadır. Ancak, yapay zekânın kullanımı güven duygusunun kurulması, terapötik ilişkinin gelişimi ve ortaya çıkabilecek etik sorunlar açısından da çeşitli riskleri beraberinde getirmektedir. Zaman içerisinde de yapay zekânın daha da gelişeceği, neredeyse her alanda olduğu gibi ruh sağlığı alanında da daha yaygın şekilde kullanılacağı öngörülmektedir. Bu doğrultuda, psikoterapi uygulamalarında yapay zekâ destekli müdahalelerin kullanımı oldukça yeni bir alan olup, bu alanda daha fazla çalışmaya ihtiyaç bulunmaktadır.

Klinik uygulamaları standardize etme yetkisi olan kurumlar ve kuruluşların, yapay zekâ ilişkili uygulamalar üzerine yasal düzenlemelerin yapılması hususunda gerekli çalışmaların yapılması oldukça önemlidir. Bununla birlikte, klinisyenler ve araştırmacılar bu yöntemleri hâlen deneysel düzeyde kullanmakta ve geliştirme çalışmalarını sürdürmektedir. Mevcut durum değerlendirildiğinde, yapay zekâ uygulamalarının ruh sağlığı alanındaki teorik ve pratik çalışmalara yönelik katkısının olacağı açıktır. Ancak, bu durum faydaları olduğu gibi farklı riskleri de beraberinde getirmektedir. Bu risklere karşı dikkatli ve temkinli olunması ve ihtiyatlı bir şekilde ilerlenmesi gerekmektedir. Yapılacak çalışmalarda, yapay zekâ destekli uygulamaların farklı kültürel değerlere sahip gruplarda ve dil özellikleri açısından çalışılması oldukça önemlidir. Gelecek araştırmalarda, yapay zekâ destekli psikoterapi müdahalelerinin kültürle uyumlu hale getirilmesi, etik ilkeler ve güvenlik protokollerinin oluşturulması, klinisyenlerin dijital yeterliliklerinin artırılması gibi konular üzerine çalışmalar yapılması gereklidir. Bununla birlikte, yapay zekânın ruh sağlığı alanındaki uygulamaları üzerindeki etkinliği ve risklerinin daha detaylı bir şekilde belirlenebilmesi adına yeni teorik ve pratik araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Henüz, yapay zekâ bağlantılı psikoterapi uygulamalarının etkinliği üzerine yapılan çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Bu nedenle, kültüre özgü uyarlanmış yapay zekâ destekli uygulamalar üzerine detaylı çalışmalar yapılması önerilmektedir. Bununla birlikte, özellikle çocuk ve yaşlı gruplarda ya da özel bireylerde nasıl kullanılabileceğinin ve olası risklerin ortaya konması da oldukça önemlidir.

## KAYNAKLAR


Abbasi, M. A., Mirnezami, F. S., & Naderi, H. (2025). HamRaz: A Culture-Based Persian Conversation Dataset for Person-Centered Therapy Using LLM Agents. *ArXiv*, 2502.05982. https://doi.org/10.48550/arXiv.2502.05982

Aktan, M. E., Turhan, Z., & Dolu, I. (2022). Attitudes and perspectives towards the preferences for artificial intelligence in psychotherapy. *Computers in Human Behavior, 133*, https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107273.

Alavi, M., Le Lagadec, D., & Cleary, M. (2025). Challenges of cross-cultural validation of clinical assessment measures: A practical introduction. *Journal of Advanced Nursing*, *0*(1-9). https://doi.org/10.1111/jan.16906

Alfano, L., Malcotti, I., & Ciliberti, R. (2024). Psychotherapy, artificial intelligence and adolescents: ethical aspects. *Journal of Preventive Medicine and Hygiene, 64*(4), https://doi.org/10.15167/2421-4248/jpmh2023.64.4.3135.

American Psychological Association. (2017). *What is psychotherapy?* Retrieved May 12, 2025, from https://www.apa.org/ptsd-guideline/patients-and-families/psychotherapy

Bach, T. A., & Männikkö, N. (2025). The importance of justified patient trust in unlocking AI's potential in mental healthcare. *Frontiers in Human Dynamics*, 7, 1519872. https://doi.org/10.3389/fhumd.2025.1519872

Bal, F. (2025). Artificial intelligence and psychotherapy. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 17*(4), 643-660. doi: 10.18863/pgy.1538432.

Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1997). Writing narrative literature reviews. *Review of General Psychology*, *1*(3), 311-320. doi:10.1037//1089-2680.1.3.311

Beg, M. J., Verma, M., Chanthar, V. K. M. M., & Verma, M. K. (2024). Artificial intelligence for psychotherapy: A review of the current state and future directions. *Indian Journal of Psychological Medicine*. doi:10.1177/02537176241260819.

Bhatt, S. (2024). Digital mental health: Role of artificial intelligence in psychotherapy. *Annals of Neurosciences*. https://doi.org/10.1177/09727531231221612.

Bloch-Atefi, A. (2025). Balancing ethics and opportunities: The role of AI in psychotherapy and counselling. *Psychotherapy and Counselling Journal of Australia*. https://doi.org/10.59158/001c.129884

Cameron, G., Cameron, D., Megaw, G., Bond, R., Mulvenna, M., O'Neill, S., ... & McTear, M. (2017). *Towards a chatbot for digital counselling*. In Proceedings of the 31st international BCS human computer interaction conference (HCI 2017). BCS Learning & Development.

Campbell, C. (2025). Artificial intelligence and the future of psychotherapy: A medical student perspective. *Psychodynamic Psychiatry, 53*(1), 33-38. doi: 10.1521/pdps.2025.53.1.33.

Clough, B. A., & Casey, L. M. (2011). Technological adjuncts to enhance current psychotherapy practices: A review. *Clinical Psychology Review, 31*(3), 279-292. doi: 10.1016/j.cpr.2010.12.008.

De Mello, F. L., & de Souza, S. A. (2019). Psychotherapy and artificial intelligence: A proposal for alignment. *Frontiers in Psychology*, *10*, 263. doi: 10.3389/fpsyg.2019.00263.

Derin, G., & Öztürk, E. (2020). Yapay zekâ psikolojisi ve sanal gerçeklik uygulamaları. *Siber Psikoloji*, *1*, 41-47.

Ediboğlu, G. O. (2023). Yapay zekanın insan zekasına psikoterapötik yaklaşımı. Çukurova Tıp Öğrenci Dergisi, 3(1), 12-18.

Espejo, G., Reiner, W., & Wenzinger, M. (2023). Exploring the role of artificial intelligence in mental healthcare: progress, pitfalls, and promises. *Cureus, 15*(9). doi: 10.7759/cureus.44748.

Ferdynus, M. P. (2023). Five reasons why a conversational artificial intelligence cannot be treated as a moral agent in psychotherapy. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy, 25*(4), 26-29. https://doi.org/10.12740/APP/170132.

Fiske, A., Henningsen, P., & Buyx, A. (2019). Your robot therapist will see you now: ethical implications of embodied artificial intelligence in psychiatry, psychology, and psychotherapy. *Journal of Medical Internet Research, 21*(5), e13216. https://10.2196/13216.

Grodniewicz, J. P., & Hohol, M. (2023). Waiting for a digital therapist: three challenges on the path to psychotherapy delivered by artificial intelligence. *Frontiers in Psychiatry*, 14. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1190084.

Horn, R. L., & Weisz, J. R. (2020). Can artificial intelligence improve psychotherapy research and practice?. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research, 47*(5), 852-855. doi: 10.1007/s10488-020-01056-9.

Lau, Y., Ang, W. H. D., Ang, W. W., Pang, P. C. I., Wong, S. H., & Chan, K. S. (2025). Artificial intelligence–based psychotherapeutic intervention on psychological outcomes: A meta-analysis and meta-regression. *Depression and*

*Anxiety, 2025*(1). https://doi.org/10.1155/da/8930012.

Lucas, G. M., Gratch, J., King, A., & Morency, L. P. (2014). It's only a computer: Virtual humans increase willingness to disclose. *Computers in Human Behavior*, *37*, 94-100. https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.04.043.

Luxton, D. D. (2014). Artificial intelligence in psychological practice: Current and future applications and implications. *Professional Psychology: Research and Practice, 45*(5), 332. https://doi.org/10.1037/a0034559.

Luxton, D. D., Anderson, S. L., & Anderson, M. (2016). *Ethical issues and artificial intelligence technologies in behavioral and mental health care*. In Artificial intelligence in behavioral and mental health care (pp. 255-276). Academic Press. doi:10.1016/B978-0-12-420248-1.00011-8.

Manríquez R., T., Biller-Andorno, N., & Trachsel, M. (2019). *The ethics of artificial intelligence in psychotherapy*.

Miner, A. S., Shah, N., Bullock, K. D., Arnow, B. A., Bailenson, J., & Hancock, J. (2019). Key considerations for incorporating conversational AI in psychotherapy. *Frontiers in Psychiatry, 10,* 746. doi: 10.3389/fpsyt.2019.00746

Mirzaei, Z. (2025). AI as a Psychodynamic Therapist: Future Perspectives. *Journal of Cyberspace Studies, 9(*1), 127-144. doi: 10.22059/jcss.2025.389271.1124

Naderbagi, A., Loblay, V., Zahed, I. U. M., Ekambareshwar, M., Poulsen, A., Song, Y. J., ... & LaMonica, H. M. (2024). Cultural and contextual adaptation of digital health interventions: Narrative review. *Journal of medical Internet research*, *26*, e55130. doi: 10.2196/55130.

Nelson, J., Kaplan, J., Simerly, G., Nutter, N., Edson-Heussi, A., Woodham, B., & Broman-Fulks, J. (2025). The balance and integration of artificial intelligence within cognitive behavioral therapy interventions. *Current Psychology*, 1-11. doi:10.1007/s12144-025-07320-1

Özden, H. C. (2024). The use of artificial intelligence in psychotherapy: Practical and ethical aspects. *Turkish Journal of Psychiatry, 35*(4), 336-339. doi: 10.5080/u27603

Öztürk, E. (2025). Self-actualization doctrines: An integration model beyond psychotherapies. *Med Science*, *14*(4), 1147-59. doi:10.5455/medscience.2025.09.239

Öztürk, E., & Ayhan, H. (2021). Psikoterapinin temel ilkeleri ve temel bileşenleri. *Artuklu İnsan ve Toplum Bilim Dergisi*, *1*(6), 136-158.

Öztürk, E., & Erdogan, B. (2022). On the psychodigital components of cyber traumatization and dissociation: A psychosocial depiction of cyber societies as dissociogenic. *Med Sci*, *11*, 422-8. doi: 10.5455/medscience.2021.12.411

Richards, D. (2025). Artificial intelligence and psychotherapy: A counterpoint. *Counselling and Psychotherapy Research, 25*(1). https://doi.org/10.1002/capr.12758

Saeidnia, H. R., Hashemi Fotami, S. G., Lund, B., & Ghiasi, N. (2024). Ethical considerations in artificial intelligence interventions for mental health and well-being: Ensuring responsible implementation and impact. *Social Sciences,* 13(7), 381. https://doi.org/10.3390/socsci13070381

Sebri, V., Pizzoli, S. F. M., Savioni, L., & Triberti, S. (2020). Artificial intelligence in mental health: professionals' attitudes towards AI as a psychotherapist. *Annual Review of Cybertherapy and Telemedicine, 18*, 229-233.

Sedlakova, J., & Trachsel, M. (2023). Conversational artificial intelligence in psychotherapy: a new therapeutic tool or agent?. *The American Journal of Bioethics, 23*(5), 4-13. https://doi.org/10.1080/15265161.2022.2048739

Singh, O. P. (2023). Artificial intelligence in the era of ChatGPT-Opportunities and challenges in mental health care. *Indian Journal of Psychiatry, 65*(3), 297-298. doi: 10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_112_23

Spytska, L. (2025). The use of artificial intelligence in psychotherapy: development of intelligent therapeutic systems. *BMC Psychology, 13*(1), 175. doi: 10.1186/s40359-025-02491-9

Stix, C. (2018). 3 ways AI could help our mental health. *World Economic Forum.*https://www.weforum.org/agenda/2018/03/3-ways-ai-could-could-be-used-in-mental-health/

Tahan, M., & Saleem, T. (2024). An overview of the application of artificial intelligence in psychotherapy: A systematic review. *Neuropsychiatria i Neuropsychologia/ Neuropsychiatry and Neuropsychology,* 19(1), 28-39. https://doi.org/10.5114/nan.2024.141887

Tal, A., Elyoseph, Z., Haber, Y., Angert, T., Gur, T., Simon, T., & Asman, O. (2023). The artificial third: utilizing ChatGPT in mental health. *The American Journal of Bioethics, 23*(10), 74-77. https://doi.org/10.1080/15265161.2023.2250297

Torous, J., & Blease, C. (2024). Generative artificial intelligence in mental health care: Potential benefits and current challenges. *World Psychiatry*, *23*(1), 1. doi: 10.1002/wps.21148.

World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. https://www.who.int/

publications/i/item/9789240049338.

Xu, Z., Lee, Y. C., Stasiak, K., Warren, J., & Lottridge, D. (2025). The digital therapeutic alliance with mental health chatbots: Diary study and thematic analysis. *JMIR Mental Health*, *12*, e76642. doi: 10.2196/76642

Zhang, Z., & Wang, J. (2024). Can AI replace psychotherapists? Exploring the future of mental health care. *Frontiers in Psychiatry, 15*, https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1444382.

Zipfel, S., Lutz, W., Schneider, S., Schramm, E., Delgadillo, J., & Giel, K. E. (2024). The future of enhanced psychotherapy: towards precision psychotherapy. *Psychotherapy and Psychosomatics, 9*3(4), 230-236. doi: 10.1159/000539022.

Manríquez Roa, T., Biller-Andorno, N., & Trachsel, M. (2020). The ethics of artificial intelligence in psychotherapy. In M. Trachsel, J. Gaab, N. Biller-Andorno, Ş. Tekin, & J. Z. Sadler (Eds.), *The Oxford handbook of psychotherapy ethics*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780198817338.013.91

Oxford Handbook of Psychotherapy Ethics. https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780198817338.013.91

Aich, S., Chakraborty, S., Kim, B. S., & Kim, H. C. (2019, June). *A Review on the Role of Artificial Intelligence (AI) in Psychotherapy & its Feasibility in Real Life Situations*. In International Conference on Future Information & Communication Engineering. Kyounghee Lee.

Ni, Y., & Jia, F. (2025, May). A scoping review of AI-Driven digital interventions in mental health care: mapping applications across screening, support, monitoring, prevention, and clinical education. *Healthcare, 13*(10). https://doi.org/10.3390/healthcare13101205