



La Psicoterapia online: un problema di limiti Setting fluido e società liquida

Tommaso A. Polisenò

La vicinanza fisica è essenziale al processo psicoterapeutico? È possibile un'esplorazione psichica attraverso la lente di Skype? Possiamo ipotizzare che alcune situazioni della relazione terapeutica si avvantaggino dell'uso di Skype o quanto meno ne amplino le possibilità? Le nuove tecnologie, in quanto vere e proprie protesi umane, inducono, sia a livello sensoriale sia nella costruzione di un nuovo immaginario sociale, stravolgimenti del rapporto mente – corpo. Sia la mente che il corpo possono liberarsi ormai facilmente del vincolo reciproco dello spazio/tempo, cioè possono dislocarsi. Basta ricordare banalmente il telefono, il radar, la televisione, il microscopio, ecc. e le innumerevoli altre tecnologie che espandono o coartano l'esperienza mente – corpo. Sono allora necessari nuovi parametri di lettura *mobili* che consentano la descrizione di quelle zone di confine tra mondo interno e mondo esterno, che sembrano andare addirittura sfumando, confuse in un indistinto universo di possibilità virtuali o di infinite manipolazioni del corpo che lo allontanano sempre più dalla percezione che ne potevamo avere fino a qualche tempo fa. Una presenza abbagliante del corpo e della sensorialità, ma anche parallelamente una sua cancellazione a favore di una realtà totalmente virtuale e decorporeizzata. In questo quadro gli oggetti protesici, a loro volta, hanno assunto uno statuto completamente diverso, sembrano oggetti-feticcio ai quali ci rapportiamo in maniera tossicomana. Oggetti divenuti "indispensabili" ma poco "pensabili", non essendo garantita attraverso la modalità di uso che ne facciamo una vera possibilità di rappresentazione al di là della loro concretezza. "Oggetti bizzarri" lanciati nell'area dell'esperienza, intercambiabili e mutevoli che richiamano il mito di rigenerazione descritto dalla filosofa femminista Donna Haraway,¹ secondo cui parteciperemmo non più ad un ideale di rinascita che riguarderebbe un corpo intero e un'integrità da riconquistare, quanto a quello rappresentato da un organismo in parte umano in parte macchina, capace di riprodurre le sue parti mancanti o deficitarie, nello stile delle salamandre che sono in grado di duplicare, per esempio, un arto mutilato.² Nella mitologia greca Prometeo, che aveva rubato il segreto del fuoco, fu condannato ad avere ogni giorno il fegato divorato da un'aquila, il fegato si rigenerava durante la notte, garantendo il nutrimento per l'aquila e perpetuando la tortura in eterno. PC, tablet, smartphone, ecc. vivono in prima, seconda, terza, ecc. generazione, sembrano riprodursi all'infinito per il nostro insaziabile appetito e l'altrettanto insaziabile insoddisfazione. "Oggetti" che sembrano resistere ai processi di simbolizzazione e che ingaggiano la mente nella continua ricerca di nuovi.

È possibile nella società attuale parlare di nuovi soggetti e di vere e proprie nuove organizzazioni dell'immaginario collettivo, in maniera tale da far pensare a vere e proprie mutazioni antropologiche, vista la sostanziale instabilità morfologica dell'essere umano? Può essere Skype o altri medium affini una delle nuove rappresentazioni dello spazio corporeo?

¹ Donna J. Haraway, *Manifesto cyborg. Donne, tecnologie e biopolitiche del corpo*, Feltrinelli, Milano 1998 (ed. or. 1991).

² Lorena Preta, *L'esperienza del perturbante nell'impatto con le biotecnologie*, in Id. (a cura di), *Nuove geometrie della mente. Psicoanalisi e bioetica*, Laterza, Roma-Bari 1999, pp. 5-20.

È interessante questo passaggio dell'editoriale di Lorena Preta in Psiche: "C'è una sorta di sacralità ogni volta che si affrontano temi riguardanti il corpo, le fantasie che lo riguardano, l'immaginario sociale sotteso. Problemi di vita e di morte, di generatività, di creatività e di lutto. Esperienze profonde che la psicoanalisi ben conosce. Il titolo *Il dio protesi* (titolo del numero della Rivista cui l'editoriale si riferisce, *n.d.r.*), tratto da un brano del Disagio della Civiltà in cui Freud si interrogava sull'uso onnipotente che l'uomo moderno già allora faceva degli oggetti-protesi, rendendoli degli idoli, acquista al giorno d'oggi ancor più il senso di una predizione e la raffigurazione di un limite."³

Il focus di questo articolo è quello di sollevare questioni circa gli elementi essenziali in gioco nel setting del processo psicoterapeutico e se questi possano essere soddisfatti quando si passa a modalità tecnologiche come Skype o il telefono. Nella misura in cui l'azione terapeutica si fonda su elementi impliciti, procedurali, della comunicazione non verbale, possiamo tranquillamente affermare che l'intero corpo è coinvolto nel dialogo psicoterapeutico. Ma i vari livelli di comunicazione delle nuove modalità tecnologiche limitano l'accesso alle informazioni trasmesse tramite il corpo. Anche quando la webcam Skype offre l'accesso visivo ai nostri pazienti, la qualità e l'impatto delle informazioni comunicate tra le varie modalità sensoriali, sia intrapersonali che interpersonali, risultano smorzate, "diverse", compromettendone o trasformandone in qualche modo la qualità nel dominio non verbale. Il filosofo Shaun Gallagher (2005)⁴ ha sostenuto che a causa del legame cross-modale tra sensi visivi e propriocettivi, quando vediamo qualcuno lo "vediamo" con tutto il nostro cervello, compreso il sistema nervoso esteso. Cioè, utilizziamo tutto il nostro corpo per "vedere" la persona con cui siamo in dialogo. Dunque, come psicoterapeuti, quando ci troviamo impegnati nell'uso delle nuove tecnologie di comunicazione, dobbiamo considerare le ripercussioni nel processo psicoterapeutico delle limitazioni alle informazioni comunicate dal corpo, quindi nel dominio del non verbale.⁵

Quali sono gli elementi costitutivi del setting che risultano implicati nell'uso di una videoconferenza a scopo psicoterapeutico?

Negazione dello spazio o del tempo

"Tempo ed essere; essere è tempo? Se nessuno mi chiede cos'è il tempo, lo so; se debbo spiegarlo a chi lo chiede, non lo so più". - Cit Agostino (Confessioni, XI, 14). Pur sfuggente a una definizione precisa e univoca, il tempo è uno dei fondamenti della nostra civiltà occidentale in quanto le caratteristiche della modernità, così come la conosciamo, si intrecciano e si fondano completamente con i massimi sistemi ed i valori che la rappresentano (sist. Economico, sociale, religioso, ecc.). Così come il tempo, anche lo spazio - inteso come distanza tra gli oggetti - è intriso di significati culturali e soggettivi che portano ad una sua modificazione strutturale in base alle esigenze del momento. Grazie alle innovative scoperte di Einstein con la teoria della relatività, il mondo ha potuto appropriarsi di un concetto rivoluzionario: la possibilità di una compresenza di realtà multiple e conflittuali "relative" sia a livello soggettivo, della coscienza, sia oggettivo che ha messo l'osservatore di fronte alla sua responsabilità di costruttore del sistema osservato, allontanandosi definitivamente dalla concezione rinascimentale di un tempo ed uno spazio sovrano uguale per tutti.⁶ In

³ L. Preta, *Editoriale. Rinascita o rigenerazione*, Psiche, 2 – 2007

⁴ Gallagher S., *How the Body Shapes the Mind* (Oxford University Press; 2005)

⁵ Bayles, M. (2012). Is Physical Proximity Essential to the Psychoanalytic Process? An Exploration Through the Lens of Skype?. *Psychoanal. Dial.*, 22:569-585. [...]

⁶ <http://www.treccani.it/vocabolario/tempo/> (consultato 03.07.2016)

parole semplici, è concettualmente possibile allungare o accorciare le distanze ed i tempi asseconda del nostro punto di vista e con l'ausilio delle nuove tecnologie anche in base alle nostre personalissime esigenze.

Si può affermare, quindi, che la realtà virtuale con la quale l'essere umano odierno è tanto in confidenza, sia diventato il mezzo principe e più immediato attraverso cui è possibile aggiungere o togliere misure allo spazio ed al tempo anche e soprattutto nelle relazioni umane. Le modalità pratiche di comunicazione on-line prevedono alcune caratteristiche: la connettività, intesa come la facilità di possesso di tutte le informazioni e branche del sapere; l'ipertestualità, che permette la convergenza in unico oggetto di tutte le modalità di comunicazione multimediale di testo e contesto, liberi da quei vincoli spazio-temporali di vicinanza e presenza fisica imposti, invece, dalla comunicazione orale; l'interattività, che rende possibile modificare il contenuto visualizzato sullo schermo in tempo reale e sottoporre le proprie modifiche a qualcun altro attraverso la rete. Tali caratteristiche supportano lo sviluppo di una comunicazione interattiva, in grado di mobilitare il patrimonio epistemico dei singoli soggetti per dar vita ad una nuova forma di intelligenza collettiva-connettiva che, a livello individuale, si associa a nuove modalità di significazione e costruzione soggettiva dell'esperienza nella misura in cui, i limiti e le limitazioni che condizionano "il processo conoscitivo" del reale sono, nel contesto virtuale, meno importanti e ad essi subentrano nuove capacità, nuovi vincoli o "non vincoli" elettronici, indipendenti dalla mera sopravvivenza biologica sulla quale antropologicamente si basa il bisogno umano di comunicare; Il cyberspazio somiglia sempre di più ad uno stato onirico dove spazio e tempo vengono sospesi e/o manipolati a nostro piacere divenendo una questione "privata" che indugiando all'interno di un contesto di definizione personale, si pone in un rapporto diretto con l'inconscio individuale. Le possibilità infinite e contemporanee di scelte ed alternative, di identità diverse e migliori somiglia a quella dimensione inconscia in cui è assente il "principio di non contraddizione logica" che troviamo, invece, nel pensiero razionale-cosciente.

La distanza fisica è necessaria per dar forma a tutta una questione di fantasie ed immaginari onirici che la presenza fisica può inibire. Possiamo notare, quindi, che questa capacità di considerare livelli multipli di realtà e la costruzione di un'interattività semantica, è uno degli scopi e delle capacità del lavoro psicoanalitico, ragion per cui lo studio del Cyberspazio e del setting potrebbero essere fisiologicamente connessi; la "cognizione mentale" psicoanalitica possiede un'affinità elettiva e naturale per lo studio della "mente" nel Cyberspazio, concludendo che "pensare" la complessità del Cyberspazio può aiutare a pensare la psicoanalisi stessa e viceversa. In termini pratici, si evidenzia che lo psicoanalista di oggi (e ancora di più quello del futuro) si troverà a dover gestire uno spazio analitico "fantasmaticamente" sovrappopolato dalle nuove entità digitali, identità e relazioni elettroniche che si sostituiscono, aggiungono e interagiscono con quelle tradizionali del mondo corporeo; senza contare che, contestualmente, deve valutare il cambiamento che i nuovi "oggetti" impongono allo spazio analitico, oltre che al suo stesso spazio mentale cogliendo la possibilità di usare le nuove tecnologie come un mezzo aggiunto alla propria attività ermeneutica.⁷

Un rischio per il terapeuta è che lo spazio-tempo precedentemente esposto si trasformi in spazio-velocità (Pollo, 2012⁸) e che quindi venga inghiottito, sedotto da quell'immediatezza di reperibilità e velocità nella risposta che caratterizza la comunicazione delle chat nelle varie piattaforme multimediali odierne, dimenticando la "lentezza" della riflessione o meglio il tempo necessario al rito per svolgere tutte le sue fasi.

⁷ Barone D., Lo zen del cybernauta. 2007 psico-Pritika n°32. <http://www.humantrainer.com/articoli/psicoanalisi-internet.html>

⁸ Pollo Mario, La caduta dell'angelo. 2012

Espansione dell'orizzonte percettivo

La vita quotidiana di ogni individuo moderno si svolge in una continua sovrapposizione di spazi reali e spazi cognitivi digitali. Ad esempio, mentre siamo in auto o in treno, ci spostiamo fisicamente nello spazio ma contemporaneamente, grazie ai cellulari di ultima generazione, ci muoviamo anche in un'altra dimensione virtuale con un contesto probabilmente diverso da quello in cui si trova il nostro corpo fisico. La nostra relazione con lo spazio ne risulta modificata? Certo. Lo spazio diventa ibrido e noi lo percepiamo come tale, riconfigurandolo di continuo. Oltre ad una concezione di elementi immateriali come lo spazio ed il tempo anche la realtà, che per definizione dovrebbe essere concreta e ben ancorata, si ritrova a venir "aumentata" dalle nuove tecnologie in continuo sviluppo. Realtà virtuale e aumentata sono tecnologie che si basano sulla filosofia di accrescimento dell'esperienza digitale. La realtà aumentata (Augmented Reality, o AR), permette di arricchire la nostra percezione della realtà tramite l'inserimento di informazioni aggiuntive. Questa tecnologia si fonde quindi con la realtà che ci circonda e che conosciamo (o credevamo di conoscere), integrandola con elementi che ci permettono di ottenere informazioni alle quali, con i nostri soli sensi, non avremmo saputo attingere.⁹

La tecnologia diviene una estensione e, volendo usare un termine informatico, un 2.0 della nostra percezione di base, che viene così aggiornata e migliorata per rendere il suo utilizzo più massificato e produttivo. Ma come si comporta una persona che deve destreggiarsi su più realtà quando anche solo una basilare sembra così sfuggente? Le ricerche in questo ambito sono pressoché nulle vista la novità recentissima della quale si sta parlando ma si possono tirare delle somme ipotetiche circa l'applicazione terapeutica della realtà aumentata.

L'applicazione che si sta sperimentando è su un piano pratico di trattamento delle fobie con l'esposizione graduale (e virtuale) allo stimolo fobico con lo scopo di produrre una desensibilizzazione allo stesso: Il programma terapeutico in questione è denominato CAFFT (Computer Assisted Fear of Flying Treatment) sviluppato da professori del Dipartimento di Psicologia della UIB.¹⁰ Questo ci può far riflettere sul concetto che una colonizzazione dello spazio psicoterapeutico da parte delle nuove tecnologie di realtà aumentata e virtuale sia soltanto una questione di tempo ed "upgrade" alla quale lo psicoanalista è bene che non si faccia cogliere impreparato.

Limiti regressivi e manipolatori

"L'alleanza è importante in tutti i contesti di terapia, inclusi i trattamenti che avvengono attraverso l'uso dei media. Infatti differenti forme di terapia chiamano in causa diverse forme relazionali e a differenti livelli di intimità e di intensità, il terapeuta e il cliente devono trovare il modo più adatto di collaborare in questo spazio mentale anche se non hanno un contatto faccia a faccia" - cit., (Norcross J.C. 2012).¹¹ Tanti individui frequentatori della comunità on-line si sono trovati coinvolti in scambi intimi di amore o di odio restando comunque fisicamente soli. Queste relazioni, che tendono a svilupparsi più rapidamente di quelle del mondo reale, consentono di comunicare con agli altri la propria emotività con l'ausilio di diverse strategie condivise

⁹ http://www.swzone.it/tech/42143_Realtà_Virtuale_e_Realtà_Aumentata.html (23.9.2016)

¹⁰ <http://www.angolopsicologia.com/2011/02/trattamento-delle-fobie-con-la-realtà.html>

¹¹ Norcross J.C (2012 tr. it), Quando la relazione terapeutica funziona, Ed Sovera Roma.

come, ad esempio, le emoticon (faccine) che fanno diventare l'individuo il suo proprio messaggio; un messaggio che diviene globale e condiviso ma non per questo meno personale, puramente e semplicemente vero. La protezione offerta dal nascondersi dietro ad un terminale può facilitare l'espressione delle emozioni reali, se la situazione non rientra nella nostra "zona di sicurezza", la comunicazione su Internet ci scherma attraverso il controllo che ci offre interrompendo la comunicazione. Questa "via di fuga" offre la possibilità di pensare, di riflettere e di formulare con calma la risposta migliore ad ogni domanda o riflessione, scambiare opinioni con una libertà ed una franchezza di cui raramente si gode nell'incontro vis-à-vis in quanto la mancanza di segni mimici e posturali (visual cues) fa sì che le emozioni si intensifichino facilmente e velocemente. Perciò la relazione interpersonale su Internet può raggiungere lo stesso livello alto di comunicazione dell'incontro faccia a faccia (Barrett e Wallace, 1994)¹²

Nel caso di pazienti manipolativi e perversi la fiducia e l'alleanza terapeutica diviene un nodo cruciale della psicoterapia, specialmente se il setting si sposta su Skype. Holland parla di una vera e propria regressione dell'uomo di fronte ad internet: "Parlando in Internet la gente regredisce. E' un fatto". L'autore inizia in questo modo le sue riflessioni psicoanalitiche sulla "internet regression" dando rilievo alla teoria delle pulsioni di ciò che egli considera i tre segni più importanti del comportamento regressivo nello spazio cibernetico: gli insulti, le molestie sessuali e la singolare generosità e apertura che a volte si verificano nel cyberspazio. Holland rintraccia queste regressioni anche nelle reazioni transferali delle persone verso il computer stesso: fantasie inconse verso il sesso, la gratificazione narcisistica e il rispecchiamento, l'essere inghiottito oralmente, il potere, il dominio l'accettazione genitoriale e l'amore. Al centro della regressione c'è la tendenza a sostituire la persona con la macchina retrocedendo l'essere umano a qualcosa di più piatto e statico, da cui risulta una disinibizione sessuale e un'azione aggressiva.¹³

Dentro o fuori dal campo visivo

Chi utilizza Skype sa bene che si può comunicare tramite una videocamera ed un microfono, una sorta di video-chiamata digitale, con persone in possesso di un computer che si trovano all'altra parte del mondo, inviando e ricevendo il video ed il suono degli interlocutori. Tuttavia ciò che la persona dall'altra parte dello schermo fa (o non fa) fuori dal campo visivo ripreso dalla webcam non è possibile da appurare. Come è naturale pensare, questo può essere un grosso ostacolo in psicoterapia, in quanto il conduttore del colloquio non ha il pieno "controllo" della seduta. In alcuni casi il paziente può negarsi totalmente dal campo visivo e voler continuare la terapia senza guardare o essere guardato direttamente dall'analista. Questo è sempre un male? Al fine di aver un buon rapporto psicoterapeutico è sempre necessario eliminare le zone d'ombra?

Come è ben noto Freud, padre della psicoanalisi, usava condurre le sedute di psicoterapia posizionandosi alle spalle del paziente che era disteso sul canonico lettino posizionato al centro della stanza. Freud stesso non vedeva che la sommità della testa dei suoi pazienti eppure, nonostante non avvenisse alcun contatto visivo diretto tra le parti, la terapia procedeva con regolarità in quanto lo scopo era quello di concentrarsi sui discorsi che venivano condivisi: "curare con le parole". L'autore pensava che tale posizione favorisse il rilassamento, l'abbassamento delle resistenze ed emulasse la posizione del corpo in fase onirica.¹⁴

¹² BARRETT T. & WALLACE C., *Virtual Encounters. Internet World*, Philadelphia, Temple University, 1994, pp. 45-48.

¹³ Marzi A., *Psicoanalisi, identità e internet. Esplorazioni nel cyberspace*, FrancoAngeli 2013, pg 98-99

¹⁴ Bruno Bettelheim, Alvin A. Rosenfeld, *L'arte dell'ovvio. Nella psicoterapia e nella vita di ogni giorno*. Feltrinelli. 1994

Per quanto riguarda la comunicazione via web, si è visto che in uno stato di anonimato (o di semi anonimato) le persone tendono con più facilità a fornire informazioni personali; questo denota un abbassamento delle difese coscienti degli individui con risvolti positivi sul paziente nella terapia. Un aspetto che potrebbe costituire un problema più ingente è quello della mancanza di certezza di riservatezza della seduta, cioè fuori dal campo visivo del terapeuta non vi è certezza alcuna che non ci siano altre presenze estranee come familiari, amici o partner che per svariate ragioni (ma anche per una questione di disattenzione) potrebbero ascoltare la comunicazione in atto.¹⁵

La “protezione del setting” è un’utopia quando si parla di psicoterapia via Skype in quanto proprio per la sua connotazione di confidenzialità con lo strumento multimediale, non è raro che accada che un paziente faccia una seduta di psicoterapia via webcam comodamente seduto nella propria cucina di casa. È interessante citare un fatto che in questa sede sprona a riflettere sulla neutralità del setting: Freud teneva le sedute di analisi nella sua stessa abitazione. Si tratta di un particolare non da poco perché contraddice lo spirito positivista con cui l’autore aveva ideato il suo setting impersonale e che a tutt’oggi viene difeso in maniera così canonica. Nonostante le influenze junghiane odierne sul setting sprovviste di lettino e più indirizzate ad un “faccia a faccia” tra paziente e terapeuta, il concetto per cui il setting più è familiare e confortevole più tranquillizza il paziente non cambia.¹⁶ Cosa è più confortevole di casa propria ci si potrebbe chiedere e che male ci sarebbe se un “setting virtuale” fosse vissuto e sentito come un setting reale?

Vedersi mentre si parla

Durante una video-chiamata su Skype la webcam, oltre a rimandarci l’immagine del nostro interlocutore, rimanda anche le sembianze di noi stessi come se fossimo di fronte ad uno specchio. Rimirare la nostra persona mentre si è in terapia potrebbe suscitare un riverbero infantile che ha molto a che fare con la persona che siamo e con l’immagine di noi che ci prefiguriamo nella nostra mente. Winnicott sostiene che la relazione visiva e lo scambio di sguardi tra madre e lattante, che avviene nei primi mesi di vita, possono produrre una base propedeutica allo sviluppo di stili relazionali di scambio o difesa negli individui che l’autore spiega con la metafora dello specchio: “se il volto della madre è poco responsivo il bambino crescerà con molta perplessità sugli specchi e su ciò che l’immagine ha da offrire. Egli tratterà lo specchio come un oggetto da guardare e non una cosa in cui guardare”, intendendo che anche le espressioni degli altri e le nostre non hanno una profondità ed un mondo dietro al viso¹⁷. La visione di sé stessi durante procedure terapeutiche permetterebbe di ripercorrere (o sperimentare) l’esperienza di ricevere lo sguardo amorevole e attraverso la visione dell’altro, costruire un’esperienza affettiva di stampo winnicottiano che basa sul volto, in particolare, la sede “della bontà umana e della nascita della personalità umana”. L’essere umano di fronte alla sua immagine sul video ritrova curiosità, intensità e drammaticità, costituendo un aggancio diretto al suo mondo interno. L’esperienza individuale di essere presente al mondo e nel mondo si rigenera e si ricostruisce con lo stimolo della propria immagine sul video; durante una seduta di psicoterapia la visione in simultanea del proprio viso permette di vedersi e non più solo di immaginarsi, come per esempio di essere capace di sentimenti autentici, proponendo la possibilità di scostarsi da un’idea di sé stessi inculcata dalle proprie negative esperienze di vita. In questo contesto psicologico il paziente può quindi conoscere ed esplorare parti di sé riuscendo a mantenere le nuove informazioni inconscie nella dimensione dell’accessibilità

¹⁵ Zinzi Ettore, Le caratteristiche psicologiche del cyberspazio. Con le sue implicazioni ed applicazioni. 2003

¹⁶ Giuseppe Morgana. Lo sguardo in psicoterapia.

<http://www.psicoterapia.it/rubriche/studi/template.asp?cod=8993#6>

¹⁷ Winnicott D.W., La funzione di specchio della madre e della famiglia nello sviluppo infantile, 1967 in *Gioco e realtà*.

cosciente, analogamente, la seduta con il video rimanda all'oggetto contenitore di Bion che aumenterebbe la capacità di simbolizzazione dell'individuo.¹⁸ Quindi la barriera data dallo schermo è superabile in quanto il trovarsi in un luogo familiare per il paziente (casa propria) e il confronto con il proprio viso, come abbiamo visto, permetterebbe comunque il presentarsi di quei meccanismi propri della psicoanalisi necessari al lavoro psicoterapeutico.

Civiltà dello spettacolo¹⁹

Tutti possiedono un profilo su Facebook e se non proprio tutti sicuramente la cifra si aggira sul 90% degli esseri umani dotati di una connessione internet. Facebook, negli ultimi 10 anni, ha permesso la condivisione del nostro profilo/diario personale con una rete "amicale" allargata prendendosi anche il merito di averla spettacolarizzata. Chi è nato dagli anni 50' fino ai primi anni del 90' sa bene che le vite che si seguivano con maggiore interesse erano quelle dei VIP, fruibili oltretutto solo dalle pagine delle riviste. Oggi questa tendenza, ancora molto in voga, si è allargata includendo al suo interno anche le vite dei Very Normal People, cioè tutti noi gente ordinaria. "Ordinaria" infatti è esattamente la parola chiave che rende straordinaria la spettacolarizzazione dei nostri eventi di vita. Nascite, compleanni, matrimoni, lutti, viaggi e lauree sono i "post" che riscuotono la maggior parte dei consensi e dei "like" su qualsiasi social network, con facebook in testa agli altri. Ma cosa ci spinge a mettere su pubblica piazza la nostra vita? Come funziona il meccanismo piacevole per cui un "mi piace" scatena l'euforia?

La differenza tra "l'io reale" e "l'io digitale" diventa permeabile e spesso anche sovrapponibile quando il profilo che rilasciamo su internet corrisponde alla nostra persona con tanto di foto; ovviamente il fenomeno del rendere la vita "meglio di quel che è" o "più drammatica" è ciò che bisogna sempre tenere in conto quando ci si avvicina a qualsiasi utente dei social network anche se la stessa persona è conosciuta anche nel mondo reale. Il digitale fa eco al reale ampliando e potenziando ogni cosa grazie alla partecipazione allargata e immediata degli utenti che "seguono" il profilo della persona. Lo scambio delle parti gioca anche un ruolo fondamentale in quanto siamo sia spettatori delle vite degli altri che protagonisti dello spettacolo che mettiamo sul palco di facebook (ed altri social), condividendo continuamente pensieri, sentimenti e modi di vivere con persone che sembra che ci apprezzino attraverso una continua narrazione di noi stessi, tutto attentamente passato attraverso il filtro del nostro giudizio finale su cosa condividere e cosa no ed in che modalità. Chi ha tendenze narcisistiche trova il paradiso delle conferme del proprio essere, chi desidera accettazione si procura consenso come meglio può e così via per ogni inclinazione del carattere umano; in ogni caso il contatto reale che inibirebbe certi comportamenti viene superato e gli utenti si sentono "liberi" di esprimersi come meglio credono.²⁰

Esiste un problema di sicurezza e di privacy²¹

I dati e le informazioni che immettiamo nel mondo del web sono una risorsa ed un business della quale è impossibile stimare il valore e proprio a causa di queste qualità molto spesso vengono prese di mira e trafugate. Il fenomeno dell'hacking è un problema che riguarda in misura maggiore le star del cinema, le

¹⁸ Manghi D., *Vedere se stessi. La psicoterapia mediata dal video*. Franco Angeli 2003

¹⁹ Marzi A., *Psicoanalisi, identità e internet. Esplorazioni nel cyberspace*, Franco Angeli 2013

²⁰ Bonazzi, *La digitalizzazione della vita quotidiana*, Volume 81 di Laboratorio sociologico, Franco Angeli 2014.

²¹ Churcher, J. (2012). On: Skype and Privacy. *Int. J. Psycho-Anal.*, 93:1035-1037. [...]

banche, le borse internazionali ed i sistemi di sicurezza militare dei vari paesi. Nonostante sia improbabile che un hacker prenda di mira un privato cittadino per appropriarsi del contenuto dei suoi colloqui di psicoterapia, la privacy e la sicurezza delle informazioni deve sempre essere garantita. Sylvia Lindinger-Sternart e Nick Piazza (2014²²) riportano come le consulenze di varia natura (da quelle mediche a quelle finanziarie) utilizzando le piattaforme di internet con supporto audio-video, sono il futuro delle professioni di supporto di ogni genere. Come abbiamo ampiamente affrontato in precedenza i vantaggi sono molti ma fanno anche capolino non pochi svantaggi come, per citarne alcuni, la certezza dell'osservazione delle norme giuridico ed etiche in base alla professione che si svolge e la privacy. I terminali utilizzati sia dal terapeuta che dal paziente, devono essere muniti di una rete internet veloce munita di password personale, il computer utilizzato possibilmente non deve essere quello condiviso da tutti i membri della famiglia e deve essere dotato di protezioni antivirus, spyware e firewall.²³ Nel caso specifico di Skype, l'applicazione stessa utilizza una serie di barriere e crittografia dei pacchetti di dati inviati e ricevuti che la rendono la piattaforma "casalinga" meglio protetta sulla piazza. "Meglio protetta" non significa totalmente inespugnabile perché, come fanno notare Lindinger-Sternart e Piazza nel loro articolo, "Skype non possiede un provider adeguato allo scambio di informazioni sensibili", ciò lo esclude dalle piattaforme approvate dai sistemi di sicurezza americani considerandolo non idoneo allo scopo di "distance professional services". La piattaforma rilasciata dalla Microsoft delinea molto chiaramente la sua politica sulla privacy nell'utilizzo di Skype dichiarando, in breve, che loro garantiscono la protezione dei dati immessi dagli utenti dall'utilizzo illecito da parte di terzi esterni alla piattaforma, mentre, ognuno è responsabile per sé stesso della produzione, utilizzo e ricezione di contenuti multimediali di varia natura che vengono utilizzati in maniera impropria. Questo discorso non si applica alla parte business con la dicitura "Queste Condizioni sono valide per applicazioni software e prodotti Skype per i consumatori. Non si applicano al prodotto Skype for Business e al servizio in linea offerto da Microsoft Corporation."²⁴

"Quando il confine tra fantasia e realtà è confusa ... "(Freud): Skype, il misterioso terzo, e la psicoanalisi".

Phil Irmgard Dettbarn sulla base della sua esperienza personale, si chiede che cosa accade quando la psicoanalisi avviene con l'aiuto di Skype o quando comunque possa essere condotta tramite videotelefonia. Quali sentimenti, pensieri e fantasie si sviluppano tra analista e analizzando, quando la voce dell'altro si trova nel diffusore di ascolto senza la presenza fisica o quando entrambi seguono il proprio video sul monitor? Quando la psicoterapia avviene per esempio per i disabili senza l'usuale vicinanza spaziale e fisica, è possibile lo sviluppo della necessaria confidenza per la terapia? Può il nuovo terzo terapeutico nel processo analitico portare alla negazione pericolosa della realtà della separazione e del dolore? Skype può proteggere con l'assenza della presenza fisica dai reali pericoli di aggressione violenta o dalla seduzione sessuale? E questo tipo di comunicazione può far scivolare la resistenza e la regressione nel regno della magia? Sarà Skype come un terzo sinistro nel processo terapeutico?²⁵ La sequenza delle domande lascia intuire che il vero timore sia il fantasma del prevalere dell'autoerotismo sull'eros. Che il mondo delle fantasie prevalendo traghetti la terapia verso le secche del soliloquio interiore. Molti pazienti psicotici sperimentano il piacere di una forma

²² Lindinger-Sternart, S., & Piazza, N. (2014). Major Ethical Considerations and Technological Challenges Related to Distance Professional Services. *International Journal of Social Science Studies*, 3(1), 104-110.

²³ Zinzi E., Le caratteristiche psicologiche del cyberspazio. Con le sue implicazioni ed applicazioni. 2003 (2)

²⁴ <https://www.skype.com/it/legal/>

²⁵ Dettbarn, I. (2013). "... wenn die Grenze zwischen Phantasie und Wirklichkeit verwischt wird ..." (Freud): Skype, das unheimliche Dritte, und Psychoanalyse. *Psyche – Z Psychoanal.*, 67:649-664. [...]

mentale di autoerotismo che riescono a prolungare per ore o a volte per giorni interi. In generale per autoerotismo si intende la capacità di erotizzare le relazioni, cioè esiste la capacità di alcune persone, cioè della mente, di trasformare anche le relazioni umane in termini di piacere sensoriale. Questo avviene perché la mente crea nel suo ritiro segreto delle scenografie erotiche che accompagnano l'individuo poco per volta sempre più fuori dalla relazione e dalle sue fatiche. Questo tipo di erotizzazione, sessualizzazione della mente crea dipendenza, da' piacere, ma una volta finito l'effetto, come tutte le droghe, fa di nuovo sperimentare il vuoto. La mente allora invece di funzionare come strumento di relazione tra esseri umani attraverso le emozioni e la plurisensorialità del contatto fisico, diventa fonte produttrice di stimolazioni autogenerate.

Conclusioni

Siamo ben lontani dal comprendere come l'uso delle nuove tecnologie cambierà le relazioni umane, ma proprio per questo reazioni evitanti risultano pregiudizialmente difensive. Occorre farne esperienza, studiarle e adattarsi al meglio ai nuovi strumenti. Dagli elementi portati alla riflessione appare evidente che la sospensione della presenza del corpo sia il fulcro dei problemi ma anche dei vantaggi.

Personalmente credo che la sospensione della presenza fisica sia un importante vantaggio quando il paziente è affetto da una patologia organica più o meno importante e si trova nell'impossibilità di accedere materialmente alla terapia. Si tratta di un vantaggio non puramente strumentale, la presenza di un corpo malato (ad esempio per una malattia oncologica) mette in primo piano l'angoscia di morte che può invece essere messa in sordina dal medium tecnologico e consentire di accedere a un pensiero maggiormente riflessivo. Russell sostiene che: "Un problema fondamentale del trattamento a distanza è che l'eliminazione della presenza fisica confina il processo psicoanalitico agli 'stati psichici', anziché toccare gli 'stati dell'essere'."²⁶ (pg.202) Ritengo che invece nel caso di una malattia grave sono proprio gli 'stati psichici' ad essere profondamente scompaginati dal ripresentarsi delle "agonie primitive", come definisce Winnicott l'impensabile stato di cose che sottostà alle organizzazioni difensive precoci le quali hanno preso il posto del collasso psico/somatico (crollo) determinato da fallimenti precoci e intensi dell'ambiente, che rendono quindi impensabile al paziente pensare alla propria condizione. In sostanza si rendono possibili relazioni terapeutiche altrimenti impossibili.

Un'altra criticità segnalata da Russell è che: "Chiedere al paziente che si procuri da solo uno spazio sicuro, inoltre, taglia fuori un altro aspetto potenziale di crescita e guarigione." (pg. 202)²⁷ Lungi dal ritenere che sia utile offrire ai pazienti un modello teorico dove il corpo è qualcosa di accidentale, credo sia invece più utile centrare l'attenzione sulle difficoltà di costruire un dispositivo 'rituale'.

Alcune situazioni cliniche personali illustrano che oltre agli elementi discussi in precedenza che rendono "fluido" il setting delle psicoterapie online, esistono anche aspetti di maggiore imprevedibilità delle cornici tradizionali.

Un paziente psicotico, ormai trasferitosi in un paese orientale, preferiva usare Skype solo come mezzo telefonico, riservandosi di scegliere di usare il video in maniera imprevedibile e/o spiazzante. Un altro paziente ha utilizzato la videochiamata cambiando molto di frequente luogo: dalla sua stanza, dalla cucina, dal laboratorio di ricerca dove lavora. Un altro paziente, quando tardava ad uscire dal lavoro, usava parcheggiare in un posto tranquillo e videochiamava dalla macchina. Un'altra paziente, che usava

²⁶ Russell G.I. *Psicoanalisi attraverso lo schermo. I limiti delle terapie online*, Astrolabio, 2017

²⁷ *Op. cit.*

abituamente collegarsi dal salotto di casa, al rientro imprevisto del marito, scappò in bagno immaginando di poter continuare la seduta in quel luogo. Un'altra paziente riuscì ad evitare di incontrarmi di persona per tutto il trattamento.

In questi esempi, l'ipotetico dispositivo rituale del setting ha subito ogni tipo di tempesta. Nella Treccani troviamo questa definizione del concetto di rito: "Il complesso di norme, prestabilite e vincolanti la validità degli atti, che regola lo svolgimento di un'azione sacrale, le cerimonie di un culto religioso". Si sottolinea qui che le *norme vincolano la validità degli atti*, dunque appare intuitivo che si possa aprire un territorio ancora più vasto di riflessioni di natura antropologico culturale riguardo i processi che oggi portano a istituire nuovi riti di cui ancora probabilmente non riusciamo a intravedere le forme. Nel bene e nel male sembra di poter dire che ci si sta lasciando alle spalle i luoghi dove danzavano gli sciamani. Nel dispositivo rituale del setting la psicoanalisi difende ancora molto degli aspetti sacrali del rito. A mio avviso l'affermarsi dei nuovi medium lascia intravedere lo spostamento della cornice terapeutica dalla sottomissione al rito istituito alla co-costruzione continua dello spazio rituale attraverso la modalità del tutto nuova di costringere la coppia al lavoro (nel caso delle terapie individuali) ad interrogarsi in un modo altrettanto continuo sul significato di quanto viene istituito, anche in modo apparentemente casuale ma dettato dai movimenti inconsci, e a dividerlo. In questa accezione le variazioni anche imprevedibili di spazio, di tempo, ecc. possono aprire a rivelazioni inaspettate del mondo interno del paziente.