

## L'IMPATTO DELLE NUOVE TECNOLOGIE SULLA PSICOTERAPIA

Sappiamo ormai che la **rivoluzione tecnico-digitale riguarda**, come i psicotecnologi sostengono da tempo, non solo la società, le abitudini, il comportamento ma anche **la mente** e addirittura **il cervello** in un rapporto tra cultura e pensiero che non può che essere circolare e interattivo.

In quest'ottica è **inevitabile** poiché tale rivoluzione investe anche la Psicoanalisi, una riflessione **critica** e **autocritica** sulla **perturbazione** che i **nuovi modelli cognitivi ed affettivo emotivi**, promossi dall'interattività digitale, **producono su** tutti i piani del sapere **Psicoanalitico** e **Psicoterapeutico** in genere a partire, cioè, dagli aspetti più pratici fino agli aspetti più tecnico-teorici concernenti la riflessione sul setting e sul metodo.

La sensazione è che l'apertura a questa riflessione sia ostacolata da una sorta di terrore sacro, d'istinto di conservazione che attiva **meccanismi difensivi** e resistenze non insoliti allorché la Psicoanalisi è stata chiamata ad un "mutatis mutandis" dal confronto con **nuovi modelli comportamentali e relazionali** emergenti nel contesto socio-culturale.

Così, anche ora, una sorta di **rimozione delle "pulsioni critiche"** pare verificarsi ogni qualvolta la **riflessione sulle mutazioni Psicotecnologiche investe il Sè Psicoanalitico del terapeuta**; la sua identificazione in un metodo, una gestualità, un ruolo, un rito.

In tal senso appare indiziante e sintomatico di uno spostamento reattivo, il **proliferare** selettivo di **ricerche e studi** esclusivamente **sulle Psicopatologie tecno-derivate** (*internet, telefonino, videogioco-dipendenza ecc*) o **sulle Psicoterapie on-line**, quasi come se il volto della **rivoluzione neo-tecnologica** possedesse il **potere "gorgonico" di pietrificare la ricerca**, inducendo una sorta di cecità isterica nello sguardo psicoanalitico quando si fa autoriflessivo.

Questo atteggiamento di evitamento appare, di fatto, sempre più difficile e anacronistico da sostenere: le **nuove tecnologie**, infatti, sono ormai non solo dentro la stanza dell'analista sotto forma di computer, cellulari, sms, e-mail; **strumenti** che entrambi i soggetti della relazione Psicoterapeutica usano per lavorare, per comunicare, per ricordare, per pensare, in breve **per vivere** ma, in un certo senso, **stanno trasformando la stanza stessa che da luogo chiuso**, spazio-temporalmente definito dell'analisi, **diventa** sempre più anche **"non-luogo" ubiquitario e virtuale** grazie alla multimedialità e alla reperibilità continua permessa da internet, cellulari ecc.

Quello che vorrei proporre è, pertanto, la **ricerca di una visione integrata che riconosca potenzialità** trasformative, a vari livelli delle nuove tecnologie della mente sulla pratica, sulla tecnica, e sulla epistemologia psicoterapeutica; **auspicando un percorso di allargamento progressivo dello sguardo** che *dal particolare approdi al globale, dal referenziale all'autoreferenziale, dal lineare al sistemico*.

Con l'ausilio di una tabella a doppia entrata ho provato a descrivere, schematicamente, le **specificità di alcuni possibili apporti "neo-tecnologici"** alla clinica Psicoterapeutica, *in relazione alle combinazioni di differenti ambiti del "sapere"* (tecnico-operativo, teorico-epistemico) e del **"fare"** Psicoterapeutico (pratico-organizzativo e simbolico-interpretativo) potenzialmente coinvolti.

## Interazioni tra nuove tecnologie della comunicazione e setting psicoterapeutico

<i>Ambiti del "sapere"</i>	<b>Tecnico-operativo</b>	<b>Teorico-epistemico</b>
<i>Ambiti del "fare"</i>		
<b>Pratico-organizzativo</b>	Utilizzo della tecnologia per comunicare archiviare gestire dati, informazioni.	Ridefinizione delle regole (contratto terapeutico) in relazione a reperibilità continua nello spazio e nel tempo tramite email e cellulare
<b>Simbolico-interpretativo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nuove patologie legate all'uso e abuso della tecnologia.</li> <li>• Dinamiche di identificazione e attaccamento allo strumento tecnologico.</li> <li>• Disagio generato in contesti esperenziali e relazionali virtuali</li> </ul>	Modificazioni simbolico epistemiche del setting connesse all'utilizzo dell'email o degli sms nella comunicazione cliente psicoterapeuta

### Il caso della posta elettronica

Tra quelle citate nella tabella, la **posta elettronica** mi sembra essere la tecnologia che per la sua diffusione e particolarità, **pone** maggiormente una serie di **questioni epistemologiche in relazione al suo utilizzo in un contesto psicoterapeutico**.

*Quando il paziente scrive una e-mail all'analista? Quale significato attribuirgli? Come deve rispondere l'analista? Trattare la "e-mail" come materiale d'analisi all'interno del luogo predisposto della terapia, alla stregua del classico sogno trascritto è davvero utile? Oppure risponde, soprattutto, all' esigenza difensiva dell'analista di ricondurre sul terreno, conosciuto e controllabile, della propria competenza consolidata un evento che lo coglie impreparato? Ed il paziente come vive questa eventuale azione o una non risposta? Potrebbe ad esempio sentirsi disconfermato immaginando di essere stato respinto per aver messo in atto un comportamento seduttivo, con tutte le implicazioni transferali che ne possono conseguire (ad esempio in termini di fantasie edipiche e angoscia di castrazione o d'onnipotenza, di controllo ecc.).*

In realtà l'**e-mail** potrebbe rappresentare anche una "**seduzione**", termine etimologicamente connesso all'idea di sviare e distrarre, in questo senso, l'e-mail del paziente potrebbe "agire" il desiderio di **allontanare**

**L'analista dalle regole**, le convenzioni "istituzionalizzate" della relazione analitica (il setting cosiddetto esterno) laddove, ad esempio, siano, più o meno inconsciamente, vissute dal paziente come **rappresentative dell'autorità** e del potere di una **figura paterna** a cui si desidera strappare "l'analista-madre" per poterne ricevere, senza condizioni, l'"amore".

Si profilerebbe, in pratica, una *riproposizione del triangolo edipico*, le cui implicazioni trasgressive emergerebbero anche nel **desiderio di violare quella sacralità** che il **setting tradizionale**, soprattutto quello considerato puro, può evocare.

Lo stesso tema può essere proposto in una chiave kleiniana maggiormente generalizzabile: quella dell'invidia del seno, con conseguente introiezione della "e-mail-parti dell'io" all'interno del "computer-analista-madre" per appropriarsi degli oggetti buoni che vi sono contenuti.

*Dunque, in che modo gestire queste proiezioni, il transfert, il controtransfert, la necessità di stabilire dei confini? Come mantenere una certa neutralità senza sembrare punitivi o rifiutanti? E, per quanto riguarda più specificamente la teoria della tecnica, lo psicoanalista deve continuare a comportarsi come tale con il paziente anche fuori il setting prestabilito dell'analisi? E, dunque, quali sono i reali confini del setting?*

Le domande possibili sono tante anche perchè la **e-mail**, in particolare nel contesto Psicoterapeutico, ha una **natura estremamente ambigua** che deriva forse dal suo **essere 'transizionale' in molti sensi**; *qualcosa a metà*, ad esempio, **tra la parola scritta e parlata**, tra il **pensiero e l'azione**, tra **virtuale e reale**, tra **oggetto concreto e immateriale input elettronico**, tra **finzione e verità**, **tra interno ed esterno al luogo spazio-temporale della terapia**.

Ma proprio questa ambiguità di fondo; questo essere in bilico sempre fra due possibilità che possono anche contemporaneamente essere in contraddizione e, pertanto, offrire sempre un diverso punto di vista mi sembra facciano della **e-mail** uno **strumento** da non sottovalutare e anzi **da valorizzare**.

Infatti, se costruire insieme un **punto di vista alternativo dell'esperienza** può essere uno degli obiettivi principali di un lavoro Psicoterapeutico, l'utilizzo della posta elettronica, esprimendo in qualche modo un nuovo "setting", **offre opportunità** per essere **che rivelano nuovi modelli di relazione**, veicolanti aspetti delle personalità del paziente e dell'analista alternativi a quelli emersi nella relazione terapeutica tradizionale; **promuove**, in sostanza, un'**alterità** che forse più che ridotta va in qualche modo **protetta** per sfruttarne quella carica perturbante che potrebbe tornare utile, tra l'altro, per *vitalizzare* o *disincagliare* il *processo Psicoterapeutico dalle secche di una relazione bloccata*.

Quello che più mi affascina, però, è la sovrapposizione e interazione di livelli interpretativi che emergono come se la "e-mail", *nel contesto della Psicoterapia*, fosse un **caleidoscopio di significati** che si possono ottenere e a cui dare un valore trasformativo soprattutto in virtù della **possibilità**, che realizza, **di guardare contemporaneamente dentro e fuori la stanza dell'analisi**; di cambiare il vertice di osservazione permettendo un processo simile a quello teorizzato da Bion dell'oscillazione "Ps-D" ossia: **un processo alternante** di costruzione e decostruzione di una percezione e di una comprensione **che genera nuova conoscenza**.

Anche i concetti di "livello logico" e "paradosso", mutuati dall'approccio sistemico, possono essere d'aiuto per **spiegare** l'apparente contraddizione paradossale di uno **strumento** che se **da un lato**, tramite l'atto dello scrivere, **facilita un'oggettivazione dell'emozione**; un differimento dell'impulso e della soddisfazione del desiderio e quella tolleranza alla frustrazione che Bion considera generatrice di pensiero (desaturazione); **dall'altro**, all'interno della relazione analitica, **rischia di assumere la forma di "agito"** ossia un atto impulsivo che risponde ad un'esigenza di scarica emotiva e soddisfazione immediata di un desiderio inconscio.

E' chiaro che i termini di questa contraddizione *non sono più escludentisi se collocati su differenti livelli logici* sicchè, in ultima analisi, i **benefici dello scrivere** (Pennebaker 1989); di quel raccontarsi che implica una scissione, funzionale al processo psicoterapeutico, tra *Io che sperimenta* e *Io che osserva* e,

---

conseguenzialmente, l'assunzione di una posizione riflessiva e critica sulla propria esperienza (mentalizzazione), **possono sommarsi** ai **benefici** potenzialmente derivanti dall'**interpretazione della e-mail** come acting, come *richiesta di collusione*, che invece **fornisce informazioni preziose** sullo "status quo" della relazione e sulle dinamiche di *transfert*, di *controtransfert*, che in particolare investono il setting.

Se dovessi sintetizzare in una metafora penso si potrebbe **paragonare** l'utilità della "e-mail" alla terapia a quella dello *specchietto retrovisore di un'automobile*, il quale porta *allo sguardo del conducente* (il **terapeuta**) la **visione** di uno **spazio altrimenti difficilmente percepibile**; tale visione può porsi come *contemporaneamente disponibile a quella diretta*, connaturata alla posizione di guida (la visione condizionata dai ruoli) ed essere **utile**, ad esempio, per **percepire a 360°** la collocazione (il **significato**) *del veicolo* (la relazione analitica, **la Psicoterapia**) *all'interno di quel setting più vasto che è la vita di tutti i giorni*.

## Bibliografia

**Bion W.** (1962) *Apprendere dall'esperienza* Tr. It. Armando Roma 1972;

**Carli R.** (1987) *Psicologia clinica* Utet, Torino;

**Lingiardi V Gazzillo F.** (2003) *Quale setting per la posta elettronica?* In *Psicotech rivista* n° 2 Franco Angeli, Milano;

**Neri C. Correale A. Fadda P** (a cura di) (1994) *Lecture Bioniane*. Borla, Roma;

**Pennebaker J.** (1989), *Stream of consciousness and stress: Levels of thinking*, in J.S. Uleman - J.A. Bargh (a cura di), *Unintended Thought*, Guilford Press, New York;

**Watzlawick P. Beavin J. H. Jackson D.** (1967) *Pragmatica della comunicazione umana* Astrolabio, Roma, 1971.