RECENSIONI

Recensione del libro "*La Clinica e il web. Risorse tecnologiche e comunicazione psicoterapeutica*" *di Gianmarco Manfrida, Valentina Albertini, Erica Eisenberg*

Elena Fedi

"*La tecnologia non è mai buona o cattiva di per sé, ma è l'uso che se ne fa che la rende un elemento positivo o negativo per la società".*

"La Clinica e il web", uscito nel periodo immediatamente successivo al lockdown da coronavirus, edito da Franco Angeli e scritto da Gianmarco Manfrida, Valentina Albertini ed Erica Eisenberg, con il contributo di altri importanti ed illustri psicoterapeuti, è un libro calato nel tempo presente, che permette di riflettere su come i cambiamenti tecnologici abbiano influenzato la comunicazione, non solo nella sfera sociale, ma anche nella nostra professione e, più specificamente, nell'ambito clinico: se è vero che non si può non comunicare, può un terapeuta relazionale sottrarsi al confronto con gli strumenti tecnologici di comunicazione che la rivoluzione di Internet ha portato con sé?

Come ogni grande rivoluzione tecnologica, anche quella digitale ha innescato cambiamenti sociali, relazionali e di costruzione dell'identità individuale di una portata tale da polarizzare il dibattito intorno alla bontà e all'effettiva utilità di questi nuovi strumenti messi a disposizione delle masse, favorendo l'emergere di posizioni diametralmente opposte, alcune francamente pessimistiche, altre eccessivamente entusiaste. Quello che è sembrato mancare finora, senza voler né sminuire le ragioni di chi si dice preoccupato dai rischi che questa rivoluzione porta con sé, né spengere gli entusiasmi di chi invece abbraccia questo cambiamento vedendone solo vantaggi e potenzialità, è una sintesi tra queste due visioni

© RIPRODUZIONE RISERVATA

diametralmente opposte e parzialmente legittime, ed è proprio questo il motore principale che muove questo libro: giungere ad un'integrazione. Il *fil rouge* teorico che connette tutti i capitoli del libro è infatti l'idea che di fronte alle novità e ai cambiamenti apportati dalla rivoluzione online, come terapeuti non sia utile negare i rischi e le insidie che i nuovi strumenti celano, né le potenzialità e i vantaggi, ma giungere ad un loro uso consapevole, affinché possano essere sfruttati all'interno del setting di terapia, volgendoli a favore della relazione terapeutica con il paziente. La tecnologia quindi non è buona o cattiva di per sé, come evidenzia Valentina Albertini nel primo capitolo, ma buono o cattivo è l'uso che se ne fa, anche (e direi soprattutto) nel setting di terapia. Nonostante la psicoterapia sistemica e familiare abbia registrato un ritardo nell'incontro con le tecnologie applicate alla clinica rispetto ad altri approcci, come quello cognitivo-comportamentale, da un sondaggio condotto nel 2017 in vari Paesi europei e comprendente l'Italia, il cui risultato è ben evidenziato nel secondo capitolo scritto da Borcsa e Pomini, è emerso come la maggior parte dei terapeuti sistemici utilizzi le risorse digitali, integrando frequentemente questi strumenti all'interno delle pratiche del lavoro clinico svolto con pazienti in terapia individuale e anche, in misura minore, con coppie e famiglie; non me ne vogliano gli ultimi scettici, ma sembra proprio che sia la realtà della pratica quotidiana, non speculazioni teoriche di vario tipo, a smentire la necessità di tenere fuori il virtuale dalle stanze di terapia per non inquinare l'immacolatezza del setting! Di fronte all'evidenza di un uso così esteso di queste modalità di comunicazione online, appare fondamentale per i terapeuti avere una formazione adeguata sulla gestione professionale, e non *naif*, degli stessi, di cui questo libro si fa portavoce. Se è vero che Skype, e-mail, Whatsapp, Messenger, Viber, Facebook, Instagram sono entrati a far parte a tutti gli effetti della nostra realtà dominante, accompagnando l'individuo durante tutto il suo ciclo vitale, dall'infanzia all'anzianità, con un forte impatto sulle relazioni di coppia e familiari, il loro utilizzo in ambito clinico è estremamente sofisticato. L'interesse per l'uso delle forme di comunicazione a distanza in psicoterapia nasce negli autori a metà degli anni 2000, trovando nell'impiego degli SMS, in accordo con il tipo di comunicazione prevalente all'epoca, il focus privilegiato della ricerca, arrivando alla pubblicazione di un importante articolo di Manfrida ed Eisenberg sulla rivista "Terapia Familiare" nel 2007 e di un libro pionieristico sull'impiego dei messaggi SMS in psicoterapia, dal

© RIPRODUZIONE RISERVATA

titolo "Gli SMS in Psicoterapia" di Manfrida nel 2009. Negli anni successivi l'interesse si è ampliato: alle forme di comunicazione a distanza basate sulla rete telefonica, come SMS/MMS, si sono aggiunte quelle basate sulla connessione Internet. Secondo gli autori, "*la possibilità di utilizzare le risorse online permette di integrare, completare o sostituire un incontro terapeutico*", a patto però che queste risorse vengano impiegate in maniera personalizzata e flessibile: come in un atelier di alta sartoria l'abito viene cucito addosso al singolo cliente in maniera unica e irripetibile, così le risorse online risultano efficaci solo se il terapeuta, oltre a conoscerle sufficientemente bene da un punto di vista tecnico, riesce a sfruttarle e declinarle tenendo conto delle caratteristiche di personalità, della storia di ciascun paziente e del processo terapeutico in atto, come ben illustrato ed evidenziato dai numerosissimi casi clinici presenti in questo volume. Inutile apparirebbe quindi un ricorso a protocolli o a set di risposte standardizzate, che il libro non propone mai: servirebbero più a tranquillizzare il terapeuta, dandogli l'illusione di essersi tolto qualche momentaneo grattacapo, piuttosto che a rafforzare l'alleanza con il paziente. Il libro, costituito da 16 capitoli che fanno parte di un'unica narrazione ma che rappresentano ciascuno una micro-storia godibile anche singolarmente, dal terzo capitolo in poi mostra la sua natura spiccatamente clinica, pratica ed operativa, presentando al lettore non solo i principali strumenti online, con caratteristiche ed usi potenziali, ma evidenziandone soprattutto la natura relazionale e diagnostica, supportata da casi clinici che vanno dall'area nevrotica a quella psicotica; emerge quindi come non esista un modalità online ed una offline di stare in relazione, ma un'unica modalità relazionale che tenga conto di entrambi gli aspetti. Come si può pensare, in effetti, che certe scelte messe in atto dal terapeuta nella comunicazione online, come quella di disabilitare la funzione di ricezione dei messaggi sulla chat o quella di non rispondere ad un messaggio, non abbiano delle conseguenze significative nel setting di terapia? Ai capitoli relativi alla messaggistica online e alle sue implicazioni relazionali e diagnostiche, scritti da Erica Eisenberg e Gianmarco Manfrida, si aggiungono quelli curati da quest'ultimo relativamente all'uso delle e-mail, evidenziandone il potenziale in ambito sia clinico che formativo, all'uso delle app, che permettono attività quali giochi e dating online e alle conseguenze, talvolta difficili da gestire, della presenza degli smartphone del paziente e del terapeuta durante gli incontri di terapia in

© RIPRODUZIONE RISERVATA

presenza. Valentina Albertini, oltre ad aver curato il primo capitolo relativo alle teorie sociologiche e psicologiche rispetto alla comunicazione online, si è occupata di illustrare le caratteristiche principali del lavoro di terapia in videochiamata e le conseguenze della condivisione di contenuti online in seduta da parte del paziente. Maria Borcsa e Valeria Pomini hanno proposto una panoramica teorica sulla diffusione delle pratiche digitali nella psicoterapia sistemica, Chiara Benini ha illustrato invece i rischi e le potenzialità connesse all'uso dei social network per i ragazzi adolescenti adottati alla ricerca delle proprie origini, mentre Massimo Giuliani ha evidenziato come l'esperienza virtuale sia un'esperienza prima di tutto spaziale, in cui centrali per la terapia sono i concetti di vicinanza e distanza. Dal dodicesimo al sedicesimo capitolo vengono presentati numerosi e significativi casi clinici da parte di Erica Eisenberg, Valentina Albertina, Francesca Bravi e Gianmarco Manfrida, che testimoniano come il ricorso alla comunicazione online abbia loro permesso di stringere o rafforzare l'alleanza terapeutica, rispondendo in maniera puntuale e specifica alle difficoltà o alle crisi dei diversi pazienti, arrivando a gestire situazioni fortemente compromesse da un punto di vista psicopatologico e di personalità, evitando scompensi più gravi e scongiurando persino il rischio suicidario. Nell'ultimo capitolo, curato da Barbara Bertelli, vengono evidenziati gli importanti aspetti legali di tutela della privacy, la cui conoscenza risulta fondamentale affinchè il lavoro online venga svolto in maniera deontologicamente corretta.

L'uscita di questo libro, come già preannunciato nella mia introduzione, è avvenuta alla fine della primavera del 2020, in un momento in cui, dopo quasi due mesi di lockdown nazionale intrapreso per far fronte alla pandemia di Sars-Cov-2, si stavano iniziando ad allentare le restrizioni più severe nel Paese, senza però la possibilità di tornare ad un'organizzazione lavorativa, scolastica e sociale simile a quella del periodo precedente al lockdown di marzo, visto il perdurare dell'emergenza sanitaria. Il 2020 è stato un anno in cui, a fronte di misure draconiane di distanziamento fisico imposte per la tutela della salute dei cittadini, che ci hanno fatto sentire tutti più soli e in preda al caos, le risorse di comunicazione online hanno permesso, almeno parzialmente, di tenere in piedi e mandare avanti la vita relazionale, lavorativa, formativa e sociale, come sanno bene tutti gli psicoterapeuti che a marzo, nel giro di pochi giorni, si sono ritrovati a dover

© RIPRODUZIONE RISERVATA

convertire online la maggior parte del loro lavoro, che era sempre stato svolto quasi interamente in presenza. Vista l'importanza della nostra figura professionale per contribuire alla tenuta individuale, familiare e sociale in questa emergenza sanitaria, che ha proprio nell'isolamento una delle sue caratteristiche più drammatiche da un punto di vista psicologico e relazionale, verrebbe da chiedersi che cosa sarebbe successo, specialmente nelle situazioni di maggiore compromissione psicopatologica, se non avessimo avuto la possibilità di comunicare online con i nostri pazienti durante il primo lockdown o in eventuali loro periodi di quarantena o isolamento fiduciario, dove alla sofferenza per l'isolamento, si aggiungono la paura della malattia per sé e per i propri cari e il senso di colpa derivante dal poter avere contagiato altri. Le risorse online quindi rappresentano sia un'arma da conoscere a fondo per l'impostazione di un lavoro psicoterapeutico *ad hoc*, di tipo sartoriale, che tenga presente le caratteristiche di personalità di ciascun paziente e che sia coerente con il processo terapeutico in corso, sia, riflettendo sulla situazione specifica e fuori dall'ordinario in cui ci troviamo, strumenti utili per navigare in questa crisi pandemica in cui siamo immersi, capaci di trasmettere ai pazienti un senso di presenza e reale supporto, aiutandoli a sentirsi meno minacciati e a ristabilire un senso di sicurezza e minor precarietà nelle loro vite.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

BIBLIOGRAFIA

Manfrida G., Albertini V., Eisenberg E. (2020), *La Clinica e il web. Risorse tecnologiche e comunicazione psicoterapeutica online*, FrancoAngeli, Milano.

© RIPRODUZIONE RISERVATA