

GRUPPO DI RICERCA TEORICO-CLINICO SULLA PSICOTERAPIA ON LINE

*E più lo 'ngegno affreno ch'i non soglio
Perché non corra che virtù nol guidi*

(Tengo a freno l'ingegno più di quanto faccia di solito
Affinchè non avanzi senza la guida della virtù)¹

Così ci invita Dante a considerare le implicazioni di quanto l'uomo crea utilizzando la tecnica e l'ingegno mettendolo però al vaglio di una valutazione del valore simbolico di quanto si va a realizzare.

In tempi in cui già si stava affermando l'utilizzo di modalità da remoto nella pratica psicoterapeutica, l'emergenza sanitaria ci ha proiettato tutti nel suo utilizzo prevalente. Da qui è nata l'esigenza di una riflessione approfondita e sistematica, che agganci al dato di realtà il fenomeno, circoscrivendone i confini e cercando elementi che ne definiscano il setting.

Così si è rinnovata una collaborazione già attiva fra le Scuole di Specializzazione in Psicoterapia "Istituto Aneb" ed "IdO-MITE" ad orientamento junghiano per l'età evolutiva, ed è nato un gruppo di studio teorico-clinico composto da allievi di entrambe le scuole e coordinato, in qualità di didatte, da Alda Marini (ANEB) e Magda Di Renzo (IdO-MITE). Obiettivo del gruppo di ricerca è stato quello di evidenziare le caratteristiche peculiari di psicoterapie mediate dalla tecnologia per circoscrivere la tipicità del setting ed individuare le modalità attraverso le quali tenere in vita un processo terapeutico a valenza psicodinamica e psicosomatica. In modo particolare l'attenzione è stata rivolta ai meccanismi che entrano in gioco in un setting che perde la tridimensionalità e che riduce la dimensione corporea, limitandone gli aspetti comunicativi, per comprendere quali sono gli elementi che attivano la dimensione transferale e controtransferale. Premesso che per entrambe le scuole la dimensione corporea costituisce uno strumento ineludibile del *fare terapeutico* ci si è posto l'obiettivo di comprendere come, nel setting on line, possa essere tenuta in vita la valenza affettiva ad essa connessa e attraverso quali canali sia possibile far passare le informazioni non verbali che fanno da sfondo a qualsiasi relazione. Considerato che attualmente, in letteratura, non esistono studi che mettano in evidenza la possibilità di un lavoro controtransferale nelle psicoterapie on line, il gruppo di ricerca ha elaborato una prima scheda di osservazione, da verificare e validare nel tempo, che consente di valutare alcuni parametri fondamentali nel processo terapeutico mettendo a confronto le terapie in presenza con quelle da remoto. La ricerca ha preso infatti le mosse dall'elaborazione di un questionario che ha permesso di evidenziare la sostanziale equivalenza delle due modalità terapeutiche (in presenza o online), vedendo i giovani privilegiarla e qualche titubanza da parte dei terapeuti senior. Viene però sottolineato quanto un approccio psicodinamico ed ecobiopsicologico permetta di lavorare col paziente qualunque sia la modalità che le contingenze rendono possibile in quanto in entrambi i casi l'attenzione al simbolico presente nella comunicazione e nella relazione rimane una costante determinante.

Il tentativo di operationalizzare le caratteristiche principali di un approccio psicodinamico-psicosomatico ha consentito al gruppo un approfondimento e una maggiore comprensione di tutti gli elementi che entrano in campo in una relazione terapeutica sia da parte del paziente che del terapeuta.

La nostra cura di studiosi del benessere psicosomatico dell'individuo è l'attenzione a che la psicoterapia mantenga il proprio valore, se ne traccino i confini, adattandosi ai mutamenti sociali ed integrando nuove modalità. Il nuovo campo che si genera dovrà mantenere vivo e vitale l'obiettivo della terapia che è la salute psicosomatica dell'individuo e l'omeostasi del suo sistema.

¹ Dante, Inferno, canto 26, v. 21-22

Poiché la ricerca è stata condotta online il gruppo è diventato un vero *laboratorio* in cui sperimentare gli elementi emersi nei propri setting. E allora la quota di *invisibile* presente nella relazione terapeutica è diventata pensabile, dotata di senso ed elemento determinante in seno al lavoro psicoterapico. L'attenzione alla dimensione simbolica è stata determinante nel nostro approccio al tema.

Il lavoro ha poi trovato concretizzazione in un libro, frutto di due anni di impegno costante, studi e approfondimenti del gruppo che ha prodotto una serie di saggi, anche a più mani e in collaborazione fra colleghi delle due scuole. Entro il 2023 il testo sarà pubblicato dalla casa editrice Magi di Roma con il titolo: *Psicoterapia on line. Lo schermo che scopre*, a cura di Magda Di Renzo e Alda Marini.

Milano, Aprile 2023