

E-mail, chat e perfino web-cam vengono utilizzati per la consulenza virtuale. Una ricerca ha esaminato le risposte dei «dottori» offerte ai pazienti

«Su Internet il boom della psicologia fai-da-te»

Si moltiplicano i siti, l'allarme degli specialisti: «Sovente vengono chiesti soldi e in cambio si danno consigli da posta del cuore»

Enza Cusmai
da Milano

● Si può guarire dall'ansia e dalla depressione con un dialogo a distanza? Con una consulenza terapeutica fatta solo di parole? Senza guardarsi in faccia, senza un contatto fisico? Molti la pensano così visto che i siti su Internet dedicati alla psicoterapia proliferano. E gli psicologi sono sempre più allarmati per il fenomeno delle consulenze in psicoterapia via web. «Un fenomeno - sottolinea il presidente dell'Ordine degli psicologi del Lazio, Emanuele Morozzo Della Rocca che solleva forti preoccupazioni -, direi un allarme, per il rischio di abusi sia sul piano economico, le persone pagano con la carta di credito questo ti-

Una donna: mi suicido. L'esperta: hai pensato ad altre soluzioni?

po di servizi, sia sul piano della salute psicologica».

Le critiche si basano su dati concreti. In una ricerca molto accurata, sono stati esaminati un centinaio di siti che forniscono servizi di consulenza psicologica e/o psicoterapeutica. Nelle richieste inviate con posta elettronica si legge di tutto e di più. Qualche assaggio.

Scriva Sara, 19 anni. «Il mio problema riguarda la voglia di non vivere. Vorrei autodistruggermi, lentamente, oppure di colpo, suicidandomi. Vorrei sapere: sto diventando pazza?». Risposta: «Capisco il tuo stato d'animo ma non ho i mezzi per rispondere alla tua domanda. Ma da quello che dici non mi sembra che tu possa essere pazza ma depressa. Davvero è così inutile vivere? Hai pensato ad altre soluzioni? Pensaci e sono sicuro che una via d'uscita ci sarà». Firmato: Auguri.

La consulenza si esprime via e-mail, sottoforma di chat o anche con la web-cam. Ed è proposta come una sorta di «posta del cuore», come consiglio e sostegno generico nei confronti di un disagio psicologico. Le richieste più frequenti fanno riferimento all'ansia, agli attacchi di panico, ai disturbi dell'alimentazione co-

me l'anorexia e la bulimia. A un paziente, un certo R., che dice di soffrire di attacchi di panico a cui è stato

prescritto un medicinale, Paola (così si firma l'esperta) offre questa soluzione: «Utilizza se vuoi il rescue re-

medy dei fiori di Bach vedrai ti aiuterà a risistemare le cose». In un altro sito, un tale

parla della sua «svogliatezza» e del «nervosismo» che lo assale la sera. Potrebbe essere sintomo - azzarda -

«del caldo? O dell'aria condizionata? O anche di una certa insoddisfazione nella vita privata? E mi chiedo,

andrà via questa sensazione?». La risposta: «Quelli che hai descritto sono tutti sintomi di depressione ma tranquillo non è grave. Ti posso solo suggerire di staccare per un po' la spina e rigenerarti approfittando delle vacanze. È una cosa transitoria ma è importante che ritrovi te stesso svagandoti e non pensando a nulla. Vedrai, passerà in fretta».

Risposte su cui il documento degli psicologi è molto critico perché «gli esperti interpellati non sempre lasciano emergere il valore aggiunto di una preparazione». Inoltre «non si capisce bene quale sia la differenza tra questo tipo di approccio e le rubriche di corrispondenza reperibili sui rotocalchi». Aggiunge Morozzo: «I rischi di queste presunte consulenze, a volte occasionali ma non sempre sono molto alti, spesso si bruciano opportunità per affrontare correttamente i veri problemi, si «consuma una cosa», è come un usa e getta che non solo non risolve ma può essere anche dannoso».

LA PSICHE IN RETE

Info scientifica e professionale	65%
Info su servizi offerti in rete	59%
Possibilità di prenotare appunt.	38%
Raccolta dati a fini di ricerca	5%
Orientamento universitario	4%
Orientamento professionale	7%
Consul. altri settori	10%
Eventi	50%
Bibliografie	50%
Dibattito	50%
Spazi pubblicità professionale	17%
Bacheca	5%
Altro	59%



CURARSI VIA INTERNET Crescono i siti in Internet dove specialisti e anonimi offrono consulenza psicologica. L'allarme degli esperti

A FAVORE

«Il web è una finestra di dialogo, chi mi consulta non è sprovveduto»

● Giuliana Proietti è una psicologa. Da quattro anni dirige «Psicolinea», un sito di cosiddetta psicologia amica. È uno dei servizi su cui si è puntato l'indice, per una risposta data su Dio. Dottoressa una ragazza le aveva chiesto aiuto perché attratta dal satanismo. Lei ha risposto: «Se non crede in Dio non è necessario odiarlo o rifiutarlo, semplicemente lo ignori». «È vero ho risposto così e più ci penso, più sono convinta di aver fatto la scelta giusta nonostante le critiche».

Qualcuno sostiene che certe risposte siano troppo superficiali, una sorta di consigli del cuore da rotocalco.

«Leggendo la lettera un po' confusa di questa ragazza ho avuto la sensazione che si stesse avvicinando al satanismo. Ma in una risposta non avrei potuto fare un discorso troppo raffinato. Non potevo fare un trattato sul satanismo. Così ho pensato di scrivere una frase ad effetto che in qualche modo la facesse riflettere. Comunque non si può demonizzare un sito solo per una battuta. Non è detto che chi si presenta dallo psicanalista in studio sia trattato meglio».

Si riferisce a qualcuno in particolare? «Mi viene in mente una psicologa che lavora per il servizio pubblico. Lei non accetta i pazienti brutti perché ha senso estetico, riesce a dialogare solo con quelli belli». Perché ha aperto un sito su Internet?

Giuliana Proietti
In certi studi si è trattati molto peggio. Dai giovani le richieste più frequenti

«Perché sono una psicologa con la passione per l'informatica».

E con il sito sono arrivati clienti? «Non ho mai ricevuto richieste di psicoterapia a pagamento on line. Le persone che ci scrivono non vogliono pagare ma dialogare».

Ma una risposta sbagliata non può influenzare negativamente una persona debole?

«L'utente che scrive non è così sprovveduto, semmai si sente solo e così si rivolge al psicologo ma fa anche chat, partecipa ai blog. E di fronte una richiesta seria io consiglio di rivolgersi a uno psicologo».

Quali sono i messaggi più frequenti? «Quelli scritti dai giovani e riguardano la sessualità e la contraccezione. C'è ancora molta ignoranza su certe cose nonostante se ne parli tanto».

[ECus]

CONTRO

«Non è dannoso ma è inutile: la terapia ha bisogno del contatto»

● «Inutili e inefficaci ma non dannosi». Vincenzo Caretti, ordinario di psicopatologia dello sviluppo all'università di Palermo, psicanalista e componente del direttivo della Siptech, la società italiana di psicotecnologia, non aprirà mai un sito per fare consulenze on line ma sta dalla parte di quelli che vorrebbero oscurarli. «Sarebbe del tutto inutile».

Allora professore bisogna lasciar proliferare queste consulenze da rotocalco?

«Non mi interessa la demonizzazione dei siti. Se ne oscura uno e se ne trovano altre cento che ti offrono lo stesso servizio. Però bisogna fare attenzione. Il computer non è un elettrodomestico, con lui si interagisce e la tecnologia è in fortissima espansione. Ci saranno forme di interattività sempre più complesse che devono essere studiate a fondo perché il mondo del virtuale ha un impatto psicologico sul comportamento e sulla salute delle persone».

Lei ritiene dannose le consulenze di tipo psicologico?

«Conseguenze dannose non ne vedo, le persone sanno benissimo che uno scambio all'interno di una chat e con una web-cam non ha nulla a che fare con la psicoterapia. Però molti riescono a regolare le proprie emozioni e a sviluppare sentimenti di vergogna della loro vita intima».

Cosa serve per fare vera psicoterapia? «La psicoterapia ha bisogno del corpo, dello

Vincenzo Caretti
L'interazione che si ha con un computer non è sufficiente: il paziente va visto in faccia

sguardo sensoriale. Scrivendo una e-mail non si può interagire, la psicologia ha bisogno di uno scambio umano che può dar luogo a un cambiamento nella vita del paziente. La tecnologia non può replicare questo».

Perché?

«Il paziente bisogna vederlo in faccia. Da quando apre la porta o mi dice «buon giorno» mi accorgo del suo umore. Una persona si intuisce dalla postura del corpo: se è depressa si ripiega, se è aggressiva ti guarda fisso negli occhi. Lei dunque non aprirebbe un sito?»

«No, non lo farei. Le prestazioni professionali on line si possono fare solo in via transitoria e con pazienti conosciuti».

Che valore hanno i siti attuali? «Significativi socialmente ma totalmente inefficaci da un punto di vista terapeutico».

[ECus]

I PRIMI TEST EFFETTUATI IN ITALIA

Mille controlli, zero casi «L'aviaria? Non esiste»

Daniele Colombo

● «Allarme» aviaria: i primi risultati dimostrano che, probabilmente, parlare di «allarme» è stata un'esagerazione. Nell'ambito del piano di monitoraggio predisposto dal ministero della Salute, infatti, si rende noto che presso il Centro di referenza per l'influenza aviaria di Padova «in relazione agli oltre mille controlli effettuati finora, è stato riscontrato un solo campione di anatra selvatica positivo al virus H5N1».

Test che sembrano dar ragione al professore emerito di biochimica all'Università di Monaco, Roland Scholz, che, con un rivoluzionario studio ha contestato la natura infettiva della Bse (una «mera ipotesi» spacciata come prova attendibile), ipotizzandone la causa nei difetti genetici dei bovini, acquisiti a causa dei troppi incroci tra consanguinei. Sistema che li ha resi più sensibili a intossicazione da insetticidi, deficienza di rame e malattie autoimmuni. Ed ora attacca chi diffonde il panico sulla febbre aviaria.

Quali paralleli vede tra la vicenda della «mucca pazza», costata alla Ue 92 miliardi di euro, e l'influenza aviaria? «La stessa isteria. Bisogna chiedersi a chi giova».

A chi appunto? «Può giovare a chi produce farmaci antivirali, anche se nel caso l'efficacia di queste sostanze non è stata dimostrata. Ma anche agli

Il ministro della Salute: positivo solo un volatile, ma non era febbre dei polli. Il biologo Scholz: l'H5N1 non può infettare l'uomo

scienziati che seguono questo motto: «Pronostica una catastrofe globale e riceverai molti fondi per la ricerca e guadagnerai prestigio». I giornali catturano questo scenario



ALLARME Due giorni fa l'ultimo caso in Asia

spaventoso, uno copia dall'altro e si esagera. La popolazione viene presa dal panico, i governi devono reagire. Tanto più sono rigorose le «ordinanze» di protezione, tanto più la gente trova conferma che la sua paura è fondata. E il circolo vizioso entra in movimento».

Perché non dovremmo temere l'H5N1?

«Per essere pericoloso un virus deve essere inglobato in una cellula. Ci vuole, dunque, un'interazione tra i suoi recettori e le proteine virali. Questo virus è specifico degli uccelli. Più precisamente, attacca le cellule del sistema respiratorio del pollame. Non quelle dei piccioni, però, e nemmeno quello di molti altri volatili».

E se ci fosse un «salto» di specie? «Tutto può succedere, anche che ci colpisca un meteorite. Ma è altamente improbabile che la mutazione di questo virus possa fare un così grande salto dagli uccelli ai mammiferi».

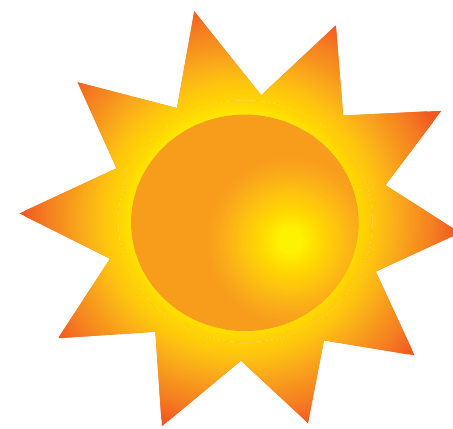
Eppure ci sono centinaia di casi tra gli allevatori del Sud Est asiatico...

«Con grande sicurezza posso affermare che quelle persone non sono state infettate da questo virus».

E di cosa sono morte?

«Ciò che li ha uccisi è stato un virus influenzale specifico per l'uomo. Aver trovato l'H5N1 nei loro corpi, magari insieme a tanti altri virus, sia interamente sia parzialmente (i suoi acidi nucleici) non significa niente».

Cosa renderebbe la questione completamente diversa? «Trovare nel corpo dei malati di influenza aviaria gli anticorpi dell'H5N1 e non il virus».



METEO

ogni giorno, le previsioni la tua città, l'Italia, il mondo su www.ilgiornale.it

il Giornale.it

un altro punto di vista, ogni giorno