



# **Corso di cyberpsicologia**

**Prof. Tonino Cantelmi**

## **Dott.ssa Michela De Luca**

Psicologa - Psicoterapeuta

Corresponsabile del Servizio per l'Età Evolutiva presso l'Istituto di Terapia Cognitivo-Interpersonale

Ricercatrice clinica ITCI

Cultrice della materia corso di Cyberpsicologia presso l'UER



L'aggettivo *digitale* definisce un segnale codificato in sistema binario.

I circuiti neurali del cervello sono biologicamente impostati per funzionare in modo digitale (Levy e Baxter, 2002) = Per ogni pensiero o sensazione, infatti, ogni neurone comunica le informazioni al neurone successivo, rilasciando una molteplicità di neurotrasmettitori. Non tutti i neurotrasmettitori giungono ai recettori del neurone successivo: la connessione fallita può essere indicata con uno "0", quella che ha successo con un "1".



***Le tecnologie digitali sono quindi riconosciute come "naturali" dal cervello e creano con rapidità i loro effetti sul wiring cerebrale, producendo un cambiamento nel modo in cui si processano le informazioni e un conseguente cambiamento fisico del cervello.***

# INTELLIGENZA DIGITALE



# CAMBIATO IL NOSTRO MODO DI VIVERE

Siamo sempre più preoccupati di esserci persi qualcosa, temiamo di rimanere senza telefono (NOMOFOBIA) disconnessi (FOMO): siamo degli obesi digitali, sempre connessi e tecnocentrici, focalizzati e sempre più dipendenti dalle tecnologie

Dove ci porterà tutto questo? Possiamo cominciare a parlare di salute digitale e dieta digitale?





Viviamo un una condizione definita DIGIFRENIA, ovvero l'esperienza di cercare di esistere in più di un'incarnazione di se stessi allo stesso tempo in simultanea e in parallelo: profilo Twitter, profilo Facebook, profilo di posta elettronica, ecc., e a quanto ci rende 'digitalmente vulnerabili').

uno studio del Penn State's College of Information Sciences and Technology (IST), negli Usa, e del King's College di Londra, presentato alla International AAAI Conference on Web and Social Media (ICWSM). Gli studiosi hanno raccolto informazioni su 100mila utilizzatori di profili social, attraverso la piattaforma di aggregazione About.me. Analizzando le immagini del profilo e le informazioni biografiche, hanno potuto identificare delle differenze. Su Facebook, ad esempio, solo il 15 per cento delle foto profilo sono di gruppo, meno del 60 per cento ritraggono invece una sola persona. Più spesso nelle foto gli utenti sono all'aperto, perché c'è una maggiore enfasi su attività che non riguardano il lavoro. Mentre LinkedIn è il social network in cui gli utilizzatori sorridono di più e nel 90% dei casi hanno immagini associate al profilo che li ritraggono da soli. E se Instagram si rivela il 'luogo' in cui gli utenti appaiono più rilassati (nelle descrizioni si utilizzano le parole 'vita' o 'amore'), e in cui il 40% al posto di una propria foto sceglie quella di un paesaggio o di un cartoon, su Twitter testi e forme come immagini del profilo sono più comuni. Infine, dall'analisi complessiva emerge anche che le donne sui social network scelgono meno foto che le ritraggono con gli occhiali, come quelli da lettura, e che gli under 25 sorridono di meno



Gennaio si chiude con una delle tante Challenge del web. Questa volta **si chiama "Dolly Parton Challenge"** ed è rapidamente diventata virale a livello mondiale, grazie alle molte celebrità che hanno deciso di partecipare.



# CYBERPSICOLOGIA: una porta sul presente e una finestra sul futuro

- analizza gli effetti dei nuovi media
- Spiega le nuove psicopatologie e fenomeni
- Altri contributi
  - Neuromarketing: come convertire le emozioni degli utenti in vendite online
  - Facebook





NON SOLO....



.....Itinerari di felicità.....

Anche la psicoterapia si adatta al nuovo mondo e sfrutta la tecnologia!

## La psicoterapia online



Gli interventi psicoterapeutici web-mediati, non sostituisce la terapia vis à vis né si è mai proposta di aspirare a modello terapeutico esclusivo, non vi deve essere una contrapposizione tra questa e la terapia face-to-face.

permette l'avvicinamento, la sensibilizzazione e l'educazione su diversi fronti. Utilizzare una realtà mediata dal computer permette infatti di raggiungere persone che prima non erano a conoscenza di un'opportunità terapeutica o diffidenti circa il reale beneficio che possono trarne, oppure, dato che lpermette di abbattere barriere fisiche e materiali (dato che è fattibile praticamente in qualsiasi luogo e a costi ridotti), consente di raggiungere persone con limitata capacità di spostamento o poco abbienti. Oppure mantenere il contatto con pz che si trasferiscono all'estero.

# Realtà Virtuale nel contesto terapeutico

---

La realtà virtuale consente di simulare scenari reali, o di fantasia, al fine di generare la sensazione di essere presenti nell'ambiente riprodotto.

- Immersiva
- Semi-immersiva
- Non immersiva

*Perché dunque potrebbe essere utile l'impiego della **Realtà Virtuale nel percorso psicoterapico**?*

L'importanza dell'utilizzo della **Realtà Virtuale nel contesto terapeutico** è da ricercare nella diade paziente-terapeuta. In tal senso, il paziente ha la possibilità di sperimentare in maniera attiva e immediata le proprie modalità di gestione di emozioni, pensieri e comportamenti.

Il terapeuta, a sua volta, ha l'opportunità di intervenire direttamente all'interno del setting per lavorare con il paziente nell'ottica di una maggiore acquisizione di consapevolezza dei propri vissuti e di una gestione più funzionale degli stessi.

# Le intelligenze artificiali

---

Per IA si intende un qualsiasi hardware o software che svolge compiti tipicamente umani. Tali compiti possono essere dominio specifici (IA debole), per cui l'IA replica molto bene solo un singolo aspetto dell'intelligenza umana, oppure ad un livello superiore l'IA (detta in questo caso forte) può replicare le abilità cognitive umane necessarie alla risoluzione di compiti nuovi e non familiari, attività di problem solving tipicamente umana. Le applicazioni in ambito clinico più recenti sono i chatbot come Woebot, ovvero IA con le quali un utente può interagire in chat tramite apposita App o Messenger di Facebook. Il vantaggio è che sono disponibili sempre e ovunque, naturalmente vanno visti più come un supporto in un momento di emergenza che come strumenti terapeutici in sé.

La robotica sociale si occupa della creazione di robot che si sostituiscono a umani o animali senza prenderne il posto, ma solo in determinati momenti e circostanze particolari. Con la parola *sociale* si vuol proprio enfatizzare l'aspetto relazionale: questi robot sono pensati per interagire *alla pari* con le persone in un sistema cooperativo e funzionale allo svolgimento di specifici compiti, in particolare nei servizi di assistenza a persone con bisogni speciali. Si tratta per esempio di prendersi cura a domicilio di persone anziane che hanno perso l'autonomia, mantenendole in contatto con parenti e team di medici; oppure di caregiver artificiali che si prendono cura di bambini in assenza dei genitori o, ancora, di animali da compagnia (come Paro, il cucciolo di foca robotico che, al pari di qualsiasi cucciolo di animale domestico, si fa accarezzare, risponde al richiamo, fa versi e in breve non ha alcuna funzione specifica se non quella di sostituire animali da compagnia in ospedali e case di riposo



Es. LOVOT robot progettato dal giapponese Kaname Hayashi della Groove X che spera di combattere la solitudine che rappresenta un vero problema nel suo paese di origine *“se ami qualcosa ogni giorno, allora hai amore e sei pronto ad amare. Cerchiamo quindi di insegnare alle persone ad amare qualcos'altro”*



---

**Terapia online, VR e IA** sono strumenti utili che possono supportare il clinico nel suo dialogo col paziente e che non potranno mai sostituirsi ad esso.

Lo psicologo contemporaneo dovrebbe avere un atteggiamento di apertura e consapevolezza nei confronti di questi tool e dei nuovi media, di conoscenza e approfondimento circa le nuove opportunità di oggi e di domani, senza sottovalutare quanto nella pratica professionale sia necessario essere al passo con le trasformazioni culturali e sociali come quella che ci sta portando l'evoluzione digitale.

*Graxie per l'Attenzione*



[www.itci.it](http://www.itci.it)

***Presidente:*** Prof. Tonino Cantelmi

Via Livorno 36, 00162 Roma

***Contatti***

[info@itci.it](mailto:info@itci.it)

0644247115