

COMUNICACIÓN ONLINE

¿Es posible la terapia online?

Parte II

Lic Sonia Cesio¹

INTRODUCCIÓN

“Hace algunos años...pensé cuántos trabajos sobre ‘reacciones’ frente a hechos históricos trascendentes podríamos escribir los psicoanalistas y, más aún, si todo trabajo científico no es al principio una especie de ‘reacción’ frente a una circunstancia de la realidad” (1)

La historia de la humanidad agrega a su lenta, inexorable e interminable evolución, el ‘universo on-line’ que tiene la jerarquía de acontecimiento e instaura marca en la subjetividad, formando parte de los rasgos distintivos de nuestro tiempo.

Se lo incluye también como el problema del devenir: aquello que aparece como punto de creación, que estuvo siempre pero que de pronto, irrumpe (al estilo del decir de Gilles Deleuze).

Como en todo universo, se advierten los fenómenos inherentes a su naturaleza: sus luces y sombras; con diversas posibilidades de satisfacción de la curiosidad: dirigida al conocimiento científico, al aspecto lúdico, al placer estético (2); y al elemento propio de la cosmología informática: el anonimato y las múltiples posibilidades de acceder a identidades fantasmas, posibilitando al sujeto adquirir diferentes géneros y estilos de comunicación.

Se lleva a cabo una interacción con alguien cuya identidad es verdadera o falsa; pero siempre posible, ya que un aspecto de la persona puede ser mantenido en secreto y desplegar el otro ‘mostrable’ (como en los sueños, en la vida sexual o en la profundidad de lo inconsciente). Y sucede que ese anonimato favorece la expresión de lo creativo, del ejercicio lúdico y disminuye la inhibición.

Roberto Balaguer nos dice que “el riesgo es realizar lecturas solamente desde lo ya conocido, y esto que sabemos está atravesado por lo material, por lo sólido; y todo aquello que así no sea, podrá ser interpelado entonces desde la pérdida, desde lo imaginario, desde la desvalorización. Se corre el riesgo de forzar las teorías, y sobre todo, dejar de estar con el oído atento a lo novedoso, aquello que al principio es ruido, interpelante molestia pero que vuelve una y otra vez insistentemente, queramos

¹ Coordinadora, redactora de contenidos y webmaster de www.enigmapsi.com.ar Correo electrónico: info@enigmapsi.com.ar scesio@2vias.com.ar

escucharlo o no. El riesgo es forzar las teorías para evitar el riesgo del vacío, de lo nuevo, de lo no-sabido” (3)

El lenguaje informático resulta de la sumatoria del (lenguaje) que conocemos, más la lectura de iconos, la interpretación de disímiles imágenes; el uso de múltiples programas: para 'subir' material a internet; para escuchar música, para chatear, para enviar correos; para evitar el ataque de los virus y entonces navegar por internet según lo previsto...(todo realizado simultáneamente).

La temporalidad es diferente y aún falta una nominación común para designar a este paradigma y así describir sus cualidades.

El ciberespacio posee características que le son inherentes y da cuenta de una locación psíquica concomitante, que requiere investigación y semantización.

Tomamos contacto con este universo desde el teclado y el monitor de nuestra computadora, en la intimidad de nuestra casa (solo o con amigos), o en el ámbito de trabajo y transitamos por allí. Este ámbito puede ser utilizado de diferentes maneras: empleando la forma más primitiva del pensamiento y/o extenderse hasta la más abstracta.

Este fenómeno está directamente unido a otro: la globalización concepto que en principio apareció ligado a la economía de mercado, pero que produjo importante resonancia en otros aspectos humanos: personales y sociales; de inclusión y de exclusión, y construye otros modos de subjetivación.

El contacto inicial en línea/online conmueve al sujeto promoviendo un efecto al estilo de lo mágico, por su carácter de novedoso y desconocido, por ser poseedor de múltiples rincones por recorrer y en consecuencia, con mucho por descubrir.

Elizabeth Coliccio nos dice “cuando una persona prende la computadora, inserta un programa, escribe un correo electrónico, o ingresa a un servicio en línea, tiene la sensación de estar entrando en un lugar o espacio que posee un amplio cúmulo de significados y propósitos. Generalmente los usuarios describen la experiencia como ‘viaje’ o ‘ida’ a algún lugar y son comunes las metáforas espaciales como mundos, dominios o salones, comunes en las actividades en la red. Muchas personas consideran a sus computadoras como una extensión de su mente y para algunos el ciberespacio puede ser experimentado como una zona intermedia entre él mismo y los otros. Al comunicarse en la red, muchos individuos sienten como si su mente emergiera o se mezclara con la de esos otros. En estos casos la puerta es atravesada por un amplio espectro de fantasías y reacciones de transferencia proyectadas en este espacio. Los usuarios aprovechan esta experiencia para mejorar el entendimiento de sí mismos, como un camino para explorar sus identidades y como una manera de abordar o atraer a esos otros que encuentra allí. Bajo condiciones menos óptimas, se usa internet para desahogar o manifestar frustraciones, ansiedades y deseos insatisfechos” (4).

Con las herramientas informáticas se establece un tipo de relación que comienza con el juego en los más chicos, y en las personas adultas el interés dependerá del estímulo que significa para cada uno el acceso a nuevas posibilidades vitales. Se establece entonces un 'lazo' con la computadora y sus programas. Aparece un desarrollo

emocional relacionado con el interés por el conocimiento y teñido de connotaciones personales. Hay frases comunes ejemplificadoras: 'cuando no uso la computadora me falta algo'; colocarle un nombre propio para denominarla, etc. (son datos para pensar la resonancia en la subjetividad).

Con internet ocurre un proceso similar. También hay un pasaje desde el vínculo más primario, más lúdico, hacia otro secundario y más complejo. Se espera que sea enriquecedor tanto para el sujeto como para su entorno, en tanto se trata de una nueva adquisición.

Cuando aparece el aspecto hostil del 'lazo', éste tiene la cualidad de la relación hombre-máquina; se rige por leyes selladas por el libre albedrío, ya que cada sujeto procede con la computadora en función de su propia elección, en cuanto al uso de sus funciones, en horarios elegidos, etc. Pero cuando se cae el sistema operativo, se recurre a mecanismos propios del funcionamiento programado para que esa computadora retome su andar. La primera reacción es emocional con un despliegue de la fantasmática relacional; se suele decir... 'y ahora que te pasa'... 'me lo hacés a propósito' etc., por la implicancia personal ante el corte abrupto y la interrupción irreversible de la tarea programada. De todos modos, el sistema se restablecerá de la forma indicada en un manual de instrucciones.

Damos cuenta de otra pantalla de proyección: el monitor de la computadora y el ciberespacio. La descarga/satisfacción variará desde intercambiar, enriquecerse, repetir una conducta o hacer daño. La gama se extiende desde los grandes contribuyentes de internet a los crackers productores de virus, conociendo ya su efecto devastador, por lo que es irreductible lidiar con su presencia.

ELEMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN ONLINE

La comunicación online es posible a través de: el correo electrónico; el chat; la videoconferencia.

Los elementos necesarios son:

- La escritura**, que se privilegia como emergente de la comunicación más primaria, con otro control de la inhibición y la transmisión de contenidos. La misma combina los tipos conocidos (oraciones, puntuaciones) con otros nuevos, a la que se agregan iconos múltiples, imágenes; nicks (apodos);
- El ciberespacio**, como un nuevo estilo comunicacional. La "World Wide Web o www es un sistema de distribución de información tipo revista. Este sistema de visualización de la información revolucionó el desarrollo de internet, hasta el punto de que hoy en día casi siempre que hablamos de internet nos referimos a la www" (4)
- La temporalidad**, con una modalidad propia que implica otros acomodamientos y otra velocidad mental.

El correo electrónico es viable por medio de la escritura, llamada comunicación asincrónica (ya que no se relaciona con el tiempo cronológico), y que admite el envío de imágenes por medio de archivos con diferentes extensiones. La expresión de afectos se homologa con el uso del 'diario personal'. Otorga la posibilidad de reflexión como así

también de la comunicación de vivencias íntimas, de difícil transmisión en presencia del otro. También favorece la espontaneidad; se escribe como si se estuviera hablando coloquialmente (sin puntuaciones ni el uso adecuado en el sentido académico) posibilitando el desarrollo del aspecto creativo individual.

Hay expresiones que ejemplifican:

“.....me siento muyyyy solaaaa.....”

o también...

“GGGGRRRRRRRAAAAAACCCCCCCCIIIIIIIAAAAAAASSSSSSS!!!!!!!!!!”.

Se reproducen a través de oraciones las expresiones afectuosas. Algunas son novedosas y otras son comunes de todos los tiempos. Vale citar expresiones de Freud en su epistolario: ¡Ja, ja, ja!....!Ahhhh! (5) entre muchas otras.

La velocidad es instantánea y podemos intercambiar mensajes o ideas con cualquier persona del mundo que se conecte a internet.

El chat denominado “Internet Relay Chat permite entablar una conversación en ‘tiempo real’ con una o varias personas, por medio de texto. Todo lo que se escribe en el teclado aparece en las pantallas de quienes participan en la charla. También permite el envío de imágenes u otro tipo de ficheros mientras se dialoga”(4). Tiene un lenguaje específico y es propio del espacio virtual. Naturalmente la sintaxis, la gramática y la ortografía son diferentes. Es dable interrogarse respecto si se trata de un maltrato del idioma, del uso de cierta jerga, o de la existencia de un código propio. Son temas discutibles, pero lo que sí sabemos es que se trata de un lenguaje pleno de símbolos nuevos.

Tomemos un ejemplo: “Akbo d ygr a ksa. tki un rto. slmos mña? b :-). La traducción es: “Acabo de llegar a casa. Tengo que irme en un rato. Salimos mañana? Besos” y el símbolo :-) significa que el que escribe está bien, contento.

Hay muchos otros, incluyendo en los mensajes a los símbolos llamados caritas o emoticones (en inglés ‘emoticons’ conjunción de icons y emotion) que se utilizan para expresar gestos y emociones. Reflejan fluidez y dinamismo. Tiene cierta lógica y algunas reglas: por ejemplo la ‘h’ no solo no es muda, también invisible; la letra ‘y’ empujó a la ‘ll’; la ‘k’ reemplazó en casi todos los casos a la ‘c’ y a la ‘q’, la ‘e’ se esfuma al comienzo de la palabra y las demás vocales se suprimen en el medio; las abreviaturas y contracciones son bienvenidas y los signos matemáticos reemplazan a las palabras. Este tipo de conversación escrita revela desprolijidad, pero esto es lo que ocurre en una charla informal y espontánea. Naturalmente, este tipo de comunicación requiere de un código, y es efectivo entre quienes lo comparten, careciendo de significación fuera de ese ámbito.

Los nicks o apodos empleados también están al servicio de este intercambio ágil. Algunos de ellos pueden ser: pulgamansa - cactus - melon rocío - bir35 - cignus (entre muchísimos otros)

Los virus informáticos son programas especialmente diseñados para atacar a las computadoras y están en constante evolución como los que afectan a los humanos. Tienen la misma edad, y la característica de auto-reproducción y mutación de estos programas los hace parecidos a los virus biológicos. La palabra "virus" es un vocablo latín y su equivalencia a nuestro lenguaje actual es "veneno".

La génesis de este fenómeno data de 1949, cuando el matemático estadounidense de origen húngaro John von Neumann, en el Instituto de Estudios Avanzados de Princeton (Nueva Jersey), planteó la posibilidad teórica de que un programa informático se reprodujera. Esta teoría se comprobó experimentalmente en la década de 1950 en los Laboratorios Bell, donde se desarrolló un juego llamado Core Wars en el que los jugadores creaban minúsculos programas informáticos que atacaban y borraban el sistema del oponente e intentaban propagarse a través de él. En 1985 aparecieron los primeros caballos de Troya y pronto siguieron un sinnúmero de virus cada vez más complejos.

La reacción afectiva ante el ataque de un virus, es de pánico e impotencia, junto con la sensación de violación de la intimidad: produce un estado de inermidad y desamparo. Cuando es posible restablecerse de ese impacto, recién se podrá pensar qué hacer; y es muy probable que se descubra la falta de recursos (al principio) respecto de cómo enfrentarse al ataque del virus. Naturalmente, el ataque daña pero también otorga experiencia y conocimiento al respecto, que habilita a enfrentar las experiencias posteriores.

En la terapia online se privilegia la escritura, por su valor intrínseco ya mencionado. Es habitual que quien accede a este tipo de consulta tiene en su haber múltiples contactos previos con otros sitios y navegantes; privilegia internet, le resulta familiar y se beneficia con esa interacción; por eso intenta nuevas experiencias: la terapia es una de ellas.

ELEMENTOS A ESTABLECER EN LA TERAPIA ONLINE

Con los parámetros ya señalados se establece el dispositivo del trabajo terapéutico y se evalúa cada posibilidad individual.

Es necesario establecer:

Códigos de comunicación, previendo una conducta a seguir en función de las cualidades inherentes al dispositivo: frente a un corte en la conexión, a la intrusión de un hacker (si la terapia se realiza por chat); ante una caída del sistema operativo del equipo (cuando 'se cuelga' la computadora). Cuando sobrevienen estas eventualidades uno de los integrantes de la dupla se pierde (algo así como 'desaparecer sin dejar rastro') y el que queda conectado se enfrenta a una situación de vacío e interrogante. Son circunstancias que pueden resolverse rápido o no (según el problema de que se trate); la intrusión de un hacker puede generar mucha confusión (aquí el problema denota la aparición de mensajes extraños y diferentes a los que se mantenían) Si bien estos fenómenos son comunes en el uso de internet, establecer una conducta previa ante ellos promueve la idea de sostén y de cuidado; lo que de por sí instala la noción de trabajo conjunto;

Establecer un encuadre: acordar días y horas de trabajo; si se emplea el correo electrónico, diseñar una frecuencia. Por ej dos veces por semana o más y cómo será la modalidad de respuesta. Es importante esclarecer algo del orden de la extensión, ya que hay personas con tendencia a escribir mucho.

Señalamos la no conveniencia de un encuadre rígido, pero sí firme; ya que se trata de la contención del vínculo terapéutico y es un tope a la emergencia de impulsos.

Poner reglas favorece le aparición de otros contenidos (asociaciones, recuerdos, afectos diversos) que se constituyen en material privilegiado para su análisis ulterior.

También aparecerán resistencias y será esencial trabajar con ellas. Esto será posible según el paciente y sus condiciones de analizabilidad; algunos seguirán con el discurso asociativo, otros desaparecerán sin dejar rastro (cualidad inherente a internet).

EL CONTEXTO EN LA TERAPIA ONLINE

Es fundamental que la experiencia se realice en un contexto determinado por:

Un lugar de reconocimiento con respecto de la seriedad científica, por eso la asistencia online se ofrece a partir de un portal donde hallar las referencias del profesional y su formación académica;

Un dispositivo con reglas que faciliten plantear la problemática productora de sufrimiento, y donde se resguarde la intimidad (por eso la importancia de establecer códigos);

Que el psicólogo acredite su idoneidad para llevar a cabo una terapia (título habilitante, matrícula) y su análisis personal. En algunos sitios de Centroamérica se ofrecen también, los datos de colegas con quienes corroborar esas referencias.

EL CONTRATO EN LA TERAPIA ONLINE

La especificidad del contrato se basa en establecer un acuerdo a través del cual:

La persona que consulta reconozca su necesidad de ayuda para tramitar un conflicto psicológico cuyo aspecto profundo desconoce, razón por la que requiere ser pensado y tratado diferente de cómo lo ha hecho antes. Como la temporalidad de internet es muy veloz y con posibilidad efímera de contacto, conviene transmitir que los procesos terapéuticos llevan más tiempo, requieren de cierta espera .

La finalidad de estos ítems es generar a un trabajo similar a la ‘toma de conciencia’; situar a la persona en la posición de asistencia psi;

Que se trata de una trabajo de a dos en cuanto a:

- El conocimiento profesional, que lo habilita al terapeuta a realizar el análisis del conflicto, cuyo resultado emerge de la mutua interacción, esclareciendo así la cualidad del trabajo;

- Respecto de quien consulta, se requiere que acepte la modalidad de este dispositivo; y disponerse a pensar sobre sus ideas para redescubrirlas (tanto en el aspecto agradable como el desagradable); advertir de la emergencia de prejuicios (que se desconocen al momento de la consulta), y que ello es material analizable.

Estas aclaraciones posicionan al futuro paciente en la situación vincular; donde no hay resolución inmediata ni individual, y que es el producto de la relación terapéutica lo que cuenta.

Se incluye también hacerse cargo de un costo del tratamiento (en una forma previamente establecida).

Si bien es cierto que no hay garantías para el sostén y mantenimiento del trabajo terapéutico (tanto online como offline) de esta manera facilitamos el camino a seguir en un medio nuevo, donde la psicoterapia es una disciplina que recién emerge.

BIBLIOGRAFÍA

- (1)“ La Inflación- Algunas consecuencias de las crisis económicas sobre la práctica psicoanalítica” - Santiago Dubcovsky - Revista Argentina de Psicología – Año IX – Nº 25 – 1979 –
- (2) “Comunicación Online: posibilidad de Terapia Online” – Sonia Cesio, publicado en: <http://www.enigmapsi.com.ar/trabcomunline.html>
- (3) “Vínculos y subjetividad en los nuevos contextos electrónicos. Hacia una escucha abierta y desprejuiciada” Roberto Balaguer Prestes - Publicación Original: Primera Revista Electrónica de America Latina Especializada en Topicos de la Comunicación - Número 40 – <http://www.enigmapsi.com.ar/vincsubjet.html>
- (4)“Los adolescentes y la tecnología” Tesis propuesta para la Licenciatura en Psicología de Elizabeth Colicchio – Universidad Católica Argentina – 2003
- (5) “Epistolario 1873-1939”. Carta 184 – Sigmund Freud - Ed Biblioteca Nueva – Madrid

Publicacion Original: <http://www.elsigma.com/colaboraciones/>



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Usted es libre para Compartir —copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato— y Adaptar el documento —remezclar, transformar y crear a partir del material— para cualquier propósito, incluso comercialmente, siempre que cumpla la condición de:

Atribución: Usted debe reconocer el crédito de una obra de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios . Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace.

[Resumendelicencia - Textocompletodelalicencia](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)