

# Inconscio digita- le e psicoterapia online

## Indice

1. Introduzione.....	3
2. Gli indirizzi Web selezionati .....	4
3. Alcune peculiarità degli indirizzi Web selezionati.....	8
4. Social Network Analysis .....	14
5. Il contesto italiano .....	26
6. I nodi titolari e i nodi diffusori .....	26
7. Conclusioni.....	32
8. Appendice .....	34

## 1. Introduzione

Questo report sintetico riporta i risultati di una breve ricerca condotta durante il periodo Agosto - Settembre 2012 dai ricercatori di Fondazione <ahref per conto dell'associazione Umanamente (<http://www.umanamenteonline.it>). L'obiettivo del progetto era quello di esplorare il tema della "psicoterapia online" cercando di comprendere meglio il fenomeno e costruire, almeno in forma iniziale, una mappa di ciò che è presente in rete, con particolare riferimento al contesto italiano. Questa breve ricerca contribuisce agli obiettivi dell'associazione Umanamente di iniziare ad esplorare il problema della trasformazione o meno della psicoterapia in senso digitale (<http://www.umanamenteonline.it/verso-una-psicoterapia-digitale/>).

L'analisi è stata impostata seguendo un approccio esplorativo al fenomeno, volto a scoprire quello che si può trovare navigando nella rete Internet. In altre parole, l'obiettivo conoscitivo posto da questa ricerca non consiste nell'indagare e neppure di prendere posizione nel dibattito in merito alla bontà o meno della terapia condotta attraverso la rete Internet. Il presente lavoro, inoltre, non affronta il problema di cosa comporti la migrazione verso tecnologie digitali di questa pratica. Anche se, speculando, non sembra del tutto irragionevole che anche questa attività umana, come molte altre stia convergendo in maniera sistematica verso la rete Internet. Un documento interessante intitolato *E-Therapy: History and Survey* (<http://www.metanoia.org/imhs/history.htm>), ricorda infatti che già agli albori delle tecnologie telematiche le potenzialità per la psicoterapia "online" erano abbastanza evidenti e che già agli inizi degli anni settanta vi furono le prime dimostrazioni.

Ecco che, per tornare al problema iniziale, ci si è posti l'obiettivo di capire la profondità del fenomeno della psicoterapia online andando a costruire una lista di quanti e quali siti web, portali, blog trattano del tema, cercando inoltre di comprenderne i rapporti reticolari, ossia di come questi portali sono collegati tra loro in rete. Parafrasando la descrizione che Umanamente fa sulla piattaforma *timu* (<https://timu.civiclincs.it/it/m/inquiry/la-relazione-online-condivisione-ascolto-e-cura/>), il tema della psicoterapia online appare come un "Un arcipelago ancora in gran parte inesplorato ma presumibilmente vasto e variegato, costituito da tante psico-isole". La nostra analisi permette di costruire una prima mappatura di questo arcipelago di psico-isole, intese come siti web e portali dedicati in varia misura al tema. Questa prima mappatura consentirà - crediamo noi - future esplorazioni, cartografie e descrizioni più dettagliate. Per questo motivo possiamo affermare che questa ricerca ha una natura esplorativa più che normativa e siamo convinti che essa possa costituire la base per future ricerche sicuramente più strutturate e mirate anche alla verifica di ipotesi.

In quest'ottica alcune premesse metodologiche sono importanti. Nella raccolta delle informazioni siamo partiti inizialmente usando il motore di ricerca Google al fine di compilare una lista il più possibile esaustiva di siti web, portali, blog, forum etc. Abbiamo usato varie parole chiave per compilare questa lista sia in lingua italiana che inglese. La lista che abbiamo così redatto, presumibilmente, non raccoglie la totalità delle esperienze di psicoterapia online, ma può costituire una valida rappresentazione di alcune di esse. Abbiamo stilato infatti una lista di 53 siti dedicati al tema, raccogliendo inoltre indicazioni sul

tipo di attività condotte e sulle eventuali forme tecnologiche (telefono, Skype, mail, chat, altro) attraverso cui sono somministrati gli interventi psicoterapici.

A partire da questa base abbiamo condotto alcune analisi iniziali che potessero fornire ulteriori conoscenze capaci di superare il carattere compilativo della prima parte della ricerca. Abbiamo realizzato delle analisi di frequenze che mostrano la prevalenza di portali basati negli Stati Uniti, ma che mostrano pure una buona presenza di siti web italiani. Inoltre abbiamo riportato le frequenze sulle forme tecnologiche di somministrazione della terapia che mostrano un uso prevalente di Skype.

Oltre alle semplici frequenze, abbiamo condotto alcune analisi attraverso dei “*web crawler*”<sup>1</sup> che ci hanno permesso di creare un’immagine reticolare della psicoterapia online. Analizzando la rete dei siti/portali abbiamo individuato una serie di dinamiche interessanti che meritano attenzione: quali ad esempio l’esistenza di sottoreti di portali fortemente collegate, o la presenza di alcuni portali che giocano un ruolo di maggior peso nel fenomeno e che sono perciò attori centrali della rete della psicoterapia online. Un altro aspetto interessante che è emerso, in relazione al confronto tra siti italiani e di lingua inglese è che i primi appaiono in parte più isolati rispetto ai secondi che sono, invece, più connessi. Questi risultati illustrano interessanti dinamiche della topologia della psicoterapia online che future ricerche più approfondite potranno meglio spiegare.

Senza dilungarci troppo nell’introduzione di questo lavoro, come ricercatori ci preme sottolineare nuovamente la natura preliminare ed esplorativa di questa ricerca, nella speranza che future indagini condotte anche da altri colleghi possano in maniera più esaustiva affrontare il tema della psicoterapia online.

## 2. Gli indirizzi Web selezionati

Per delineare una breve rassegna dei principali siti web che affrontano il tema della psicoterapia online e che offrono servizi di consulenza tramite la rete Internet sono stati individuati 53 indirizzi Web (o URL<sup>2</sup>). Questi URLs (riportati nella tabella 1 in appendice) sono stati selezionati manualmente attraverso il motore di ricerca *Google* utilizzando le seguenti parole chiave: *Psychotherapy on-line*, *Psychotherapy web*, *Psychotherapy internet*, *Psychotherapy computer mediated*, *Psychotherapy Second Life*, *Avatar Therapy*, *Counseling*, *Virtual Worlds Therapy*. Per ciascuna delle parole chiave il motore di ricerca ha restituito una lista di indirizzi Web che sono stati successivamente analizzati singolarmente. I siti Web che non hanno presentato attinenza con l’argomento sono stati scartati mentre sono stati selezionati i siti esplicitamente collegati al tema della psicoterapia online.

<sup>1</sup> Un *web crawler* è uno strumento che permette la raccolta delle informazioni presenti nella rete Internet. Questi programmi sono in grado di percorrere la rete World Wide Web in cerca di dati e di creare un database di risorse.

<sup>2</sup> Uniform Resource Locator o URL è una sequenza di caratteri che identifica in modo univoco l’indirizzo di una risorsa in Internet, come ad esempio un sito, un forum o anche un documento o un’immagine. L’indirizzo URL è ciò che viene digitato nel motore di ricerca quando si cerca una pagina o un file.

La compilazione della lista non ha seguito, dunque, un procedimento di campionamento in senso strettamente scientifico e pertanto non è possibile estendere genericamente i risultati ottenuti. La lista degli URLs non può, quindi, essere considerata un campione rappresentativo delle pratiche di psicoterapia online ma può essere utile per delineare alcune tendenze che caratterizzano attualmente il mondo della psicoterapia.

Questo lavoro si avvicina ad un approccio di tipo qualitativo, ovvero lo studio di una precisa realtà sociale che viene analizzata approfonditamente nelle sue unicità e che, di conseguenza, permette l'interpretazione dei comportamenti sociali ed offre alcune possibili chiavi di lettura. Il tipo di ricerca da noi realizzato, sebbene non in senso stretto, può essere considerato un valido strumento per esplorare le dinamiche del caso in quanto delinea alcune peculiarità e tendenze dell'insieme osservato.

In generale, l'insieme degli URLs selezionati è composto da:

- i siti personali di famosi psicoterapeuti che offrono differenti tipi di consulenze personalizzate come telefonate Skype, risposte private mediante posta elettronica o sedute di gruppo di Avatar therapy nella piattaforma di Second Life, come ad esempio (1) [www.liveperson.com/experts/professional-counseling/](http://www.liveperson.com/experts/professional-counseling/), (2) [www.proventherapy.com](http://www.proventherapy.com) o (3) <http://www.drkerley.com/avatartherapy.html>;

Figura 1. Esempio di portale dedicato all'Avatar Therapy (3)

**D. Craig Kerley, Psy.D.**  
Georgia Licensed Psychologist

Email - [info@drkerley.com](mailto:info@drkerley.com)  
Skype ID - dckerley  
Second Life Avatar - Craig Kamenev  
Second Life Group - Positive Mental Health  
Second Life Location - Kkotsam 169, 182

Home  
Office Services  
Psychological Assessment  
Cybertherapy Overview  
Appointments  
Request an Invoice  
Forms  
Directions  
Resources  
About Dr. Kerley  
Newsletter Archives  
Press

## Avatar-based Therapy

In cyberspace, the term "avatar" is used to describe one's personal manifestation in a virtual world. It may be the visual image you create for yourself, as well as the psychological character or persona you present to others. Avatar-based Cybertherapy provides a virtual approximation of traditional face-to-face therapy available in cyberspace.

Through the use of **Secondlife**, a free Massive Multiplayer Online Environment (MMOE) software package and service, you are able to meet with me in a virtual face-to-face manner in a virtual office. Avatar-based Cybertherapy provides a relatively anonymous method of interacting with a therapist. While current communication in **Secondlife** is limited to typed chat conferences, voice chat is expected to be offered in the very near future.

### Getting Started with Avatar-based Cybertherapy

Welcome to the Center for Positive Mental Health  
Weekly discussion groups are held on Wednesdays at 8:00pm on the patio in back.  
To listen in, and not participate, you are welcome to have a seat on the roof.  
For information on our cybertherapy services, go to [www.drkerley.com/cybertherapy.html](http://www.drkerley.com/cybertherapy.html)

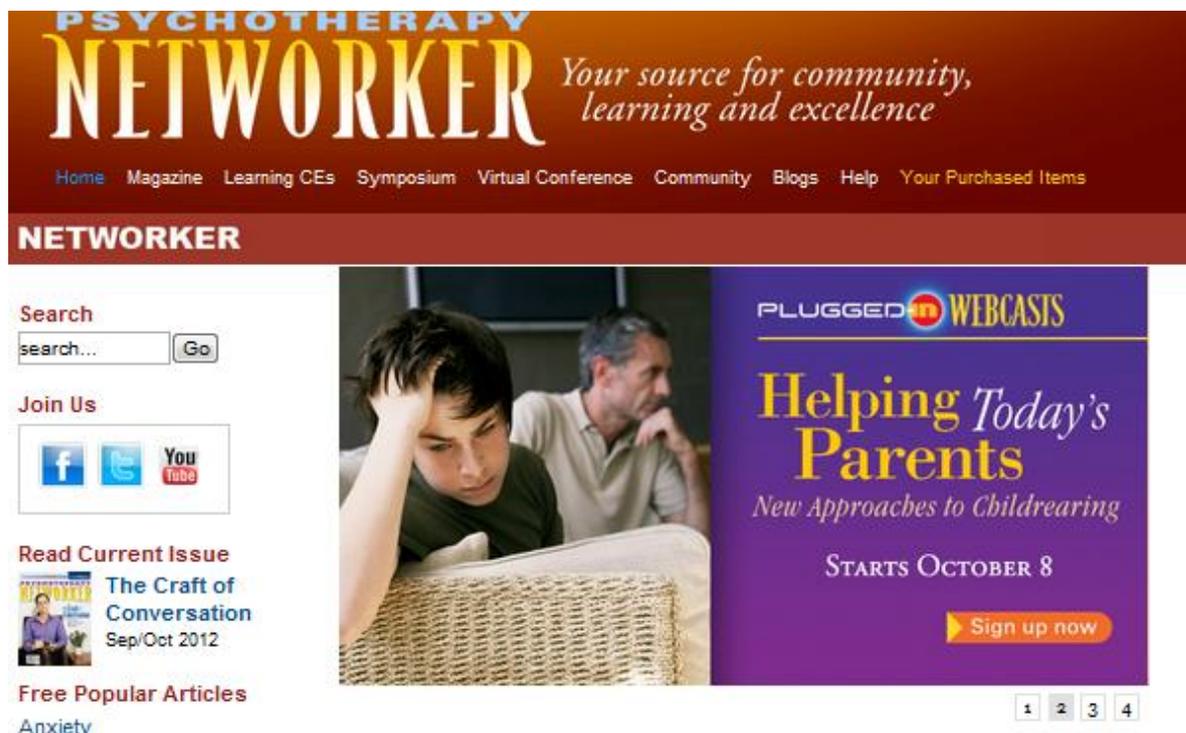
- le pagine web di alcune importanti istituzioni che discutono i benefici e le pratiche degli interventi psicoterapici attraverso il Web, tra cui il sito <http://www.psychologicalscience.org/> dell'Association for psychological science;

Figura 2. Esempio di indirizzo Web dell'Association for psychological science



- alcuni forum di discussione specifici per i professionisti del settore, ad esempio <http://www.psychotherapynetworker.org/>.

Figura 3. Esempio di portale per i professionisti



La tabella 1, in appendice, riporta la lista degli URLs selezionati, l'estensione web, l'ubicazione geografica ed una breve descrizione dei servizi offerti dai vari professionisti attraverso Internet.

### 3. Alcune peculiarità degli indirizzi Web selezionati

La figura 4 riporta la distinzione dei 53 siti catalogati in relazione ai servizi da loro offerti. La maggior parte degli URLs, circa il 35%, attua un servizio di telefonia mediante il supporto di Skype e realizza così interventi terapeutici di psicoterapia online. Le sessioni di *video counseling* permettono l'interazione dottore-paziente ad un costo ridotto in quanto diminuiscono i costi degli spostamenti ed eliminano il problema delle distanze. In generale, i siti che offrono questa tipologia di servizi presentano una sezione dedicata alla spiegazione delle modalità di pagamento: talvolta il pagamento è calcolato sulla base dei minuti di sessione offerti, in altri casi invece, le sedute Skype sono standardizzate nei tempi e nei costi.

La diffusione di servizi di Online-Chat therapy ed E-mail therapy è abbastanza equamente distribuita, con una leggera predominanza delle sessioni di Online-Chat therapy (26%).

L'utilizzo della chat permette una privata interazione tra paziente e dottore ed è spesso un servizio offerto parallelamente alla possibilità delle sessioni telefoniche mediante Skype. L'utilizzo della chat, tuttavia, non è utilizzato come un vero intervento di psicoterapia, piuttosto è un mezzo attraverso il quale i pazienti grazie al confronto con gli esperti, possono prendere coscienza dei problemi che devono affrontare.

Le consulenze private effettuate dagli psicologi attraverso la posta elettronica raggiungono una percentuale del 21%. Questo tipo di servizi sembra essere dunque abbastanza diffuso. In questo modo è possibile fornire un supporto emotivo e psicologico al paziente abbattendo i costi degli spostamenti e lo stress legato alle sedute faccia a faccia.

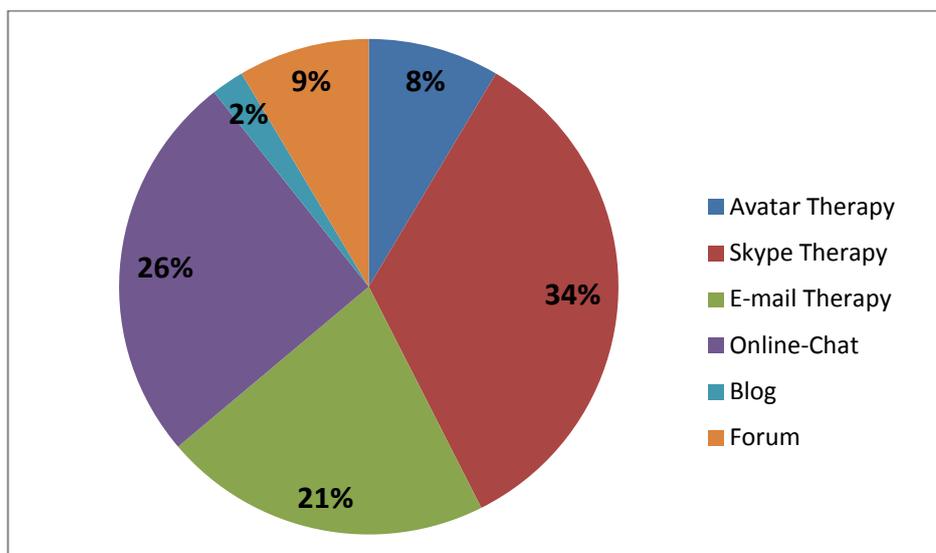
La percentuale dei siti che utilizzano i blog ed i forum per fornire servizi di consulenze di psicoterapia raggiungono in totale poco più del 10%. Questo risultato può essere dovuto al fatto che i forum e i blog non prevedono un rapporto privilegiato tra dottore e paziente all'interno di una sfera privata. Tuttavia, i blog e i forum di discussione online restano pur sempre validi strumenti capaci di garantire talvolta un primissimo intervento terapeutico, oppure di incentivare la presa di coscienza del problema da parte degli utenti con disagio.

Relativamente al panorama dei servizi offerti attraverso Internet, la figura 4 rivela, inoltre, la presenza dell'Avatar therapy che corrisponde all'8% del totale. Questo tipo di interventi prevede l'incontro tra Avatar - dottore ed Avatar - paziente all'interno di uno studio professionale virtuale, ovvero presente sulla piattaforma di Second Life. Con "Avatar" si intende un'immagine che solitamente riprende i tratti umani dell'utente e che lo rappresenta all'interno di sessioni di gruppo, giochi online, discussioni etc., all'interno di precise comunità presenti nelle piattaforme online di Internet. Il servizio di Avatar therapy può essere particolarmente utile per i navigatori problematici che così riescono presumibilmente a migliorare il proprio adattamento alla vita reale ed a seguire uno specifico percorso

terapeutico virtuale. Secondo alcune interpretazioni, infatti, l'Avatar therapy garantisce l'anonimato dei pazienti accanto ad un intervento medico di risoluzione dei problemi degli utenti. In questo modo, anche coloro che non riuscirebbero fisicamente a rivolgersi allo psicoterapista sono più incentivati nel farlo.

La distinzione in base ai servizi offerti suggerisce, inoltre, la presenza di nuove pratiche di psicoterapia che si stanno diffondendo segnalando così lo sviluppo di nuove frontiere della psicoterapia.

Figura 4. Percentuale dei servizi offerti

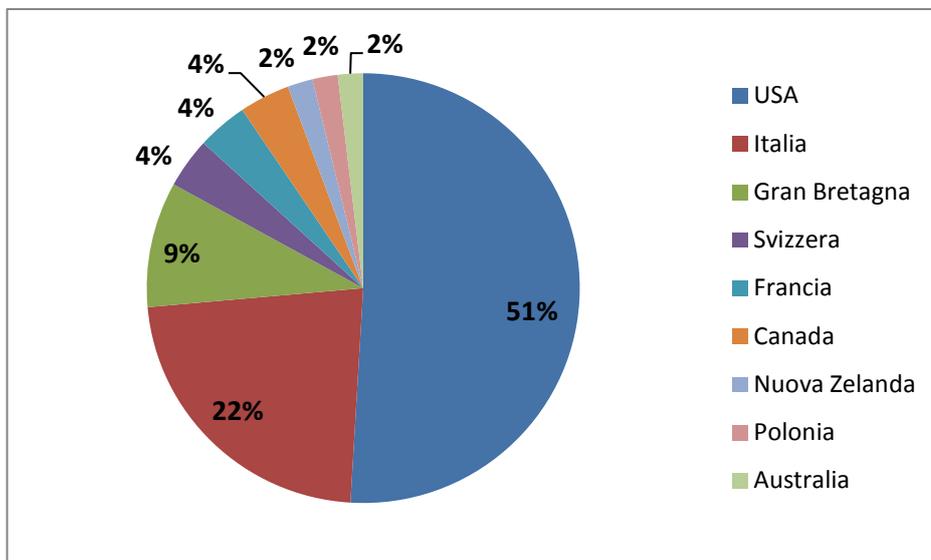


Fonte: elaborazione Fondazione <ahref

La figura 5 sintetizza la diversa provenienza geografica dei 53 siti selezionati. Circa la metà degli indirizzi Web selezionati si riferisce al dibattito che è presente negli Stati Uniti, segno, probabilmente, di una maggiore sensibilità nei confronti della tematica da parte degli psicoterapeuti americani. Il maggiore utilizzo dell'Avatar therapy da parte dei cittadini americani può essere considerato un segnale della presenza di un più vivo dibattito legato alle questioni di psicoterapia online condivise tramite Internet dagli psicologi americani. Questo risultato sembra confermare che gli psicoterapeuti americani hanno iniziato a sperimentare l'Avatar therapy da più tempo e che possono essere considerati, dunque, i pionieri della psicoterapia online e i primi sostenitori dell'idea di fornire servizi informativi per la salute mediante siti specifici di *counseling* psicologico online.

Il 22% dei siti fa riferimento, invece, al contesto italiano. Questo risultato può essere considerato abbastanza realisticamente come una conseguenza del fatto che anche in Italia vi è una certa vivacità del dibattito che indaga i benefici o meno della psicoterapia online. La Gran Bretagna si posiziona, invece, al terzo posto con meno del 10% di rilevanza. Ciò può essere una conseguenza del fatto che in questo Paese manca un dibattito altrettanto vivo come in America e in Italia. Le percentuali degli altri Stati risultano essere, invece, poco utili alla comprensione dello scenario dei servizi di psicoterapia online.

**Figura 5. Divisione percentuale degli indirizzi Web selezionati in base al paese di provenienza**

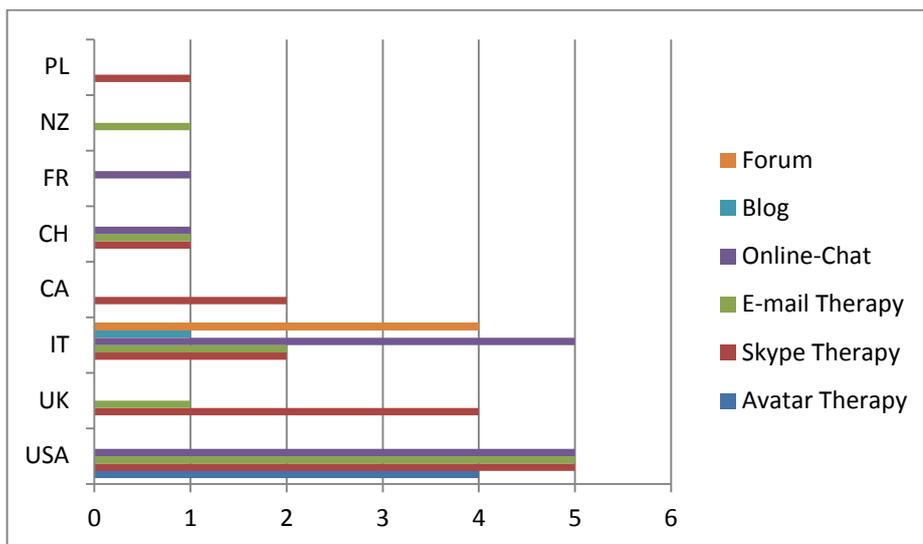


Fonte: elaborazione Fondazione <ahref

La figura 6 riporta la distinzione tra i siti Web in relazione al paese geografico di provenienza distinguendo per ciascuno di essi la tipologia dei servizi di psicoterapia offerti.

L'America sembra essere nella posizione di maggiore visibilità nell'offrire servizi di psicoterapia online. I siti di psicoterapia online americani risultano coprire meglio l'intera gamma della tipologia dei servizi offerti, ad eccezione dei blog e dei forum che sembrano essere, invece, una prerogativa strettamente italiana. Inoltre, i siti Web americani si distinguono da quelli degli altri paesi in quanto sono gli unici ad offrire interventi terapeutici attraverso l'interazione degli Avatar tra dottore e paziente su Second Life. I siti inglesi, invece, presentano un ben avviato servizio di video *counseling* mediante la Skype therapy.

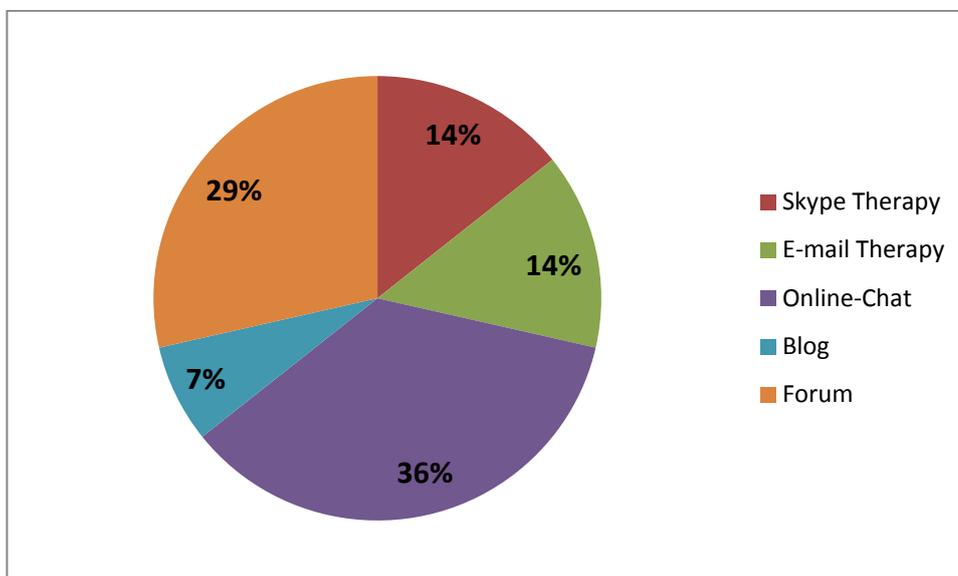
**Figura 6. Divisione degli indirizzi Web selezionati distinti per provenienza in base ai servizi offerti**



Fonte: elaborazione Fondazione <ahref

Sebbene in misura minore rispetto del panorama americano, anche lo scenario italiano sembra essere abbastanza variegato e differenziato in base ai diversi servizi di psicoterapia offerti. La seguente figura distingue gli indirizzi Web legati al contesto italiano precedentemente individuati.

**Figura 7. Divisione percentuale degli indirizzi Web legati al contesto italiano distinti in base ai servizi offerti**



Fonte: elaborazione Fondazione <ahref

La maggioranza dei siti italiani offre la possibilità di chattare e di relazionarsi con i dottori o di condividere le proprie esperienze con altri utenti che hanno usufruito degli interventi di psicoterapia. Un esempio di sito che fornisce l'opportunità di chattare con i professionisti è

<http://www.servizipsicologici.com/>, mentre il seguente forum <http://www.psiconline.it/forum> permette l'integrazione tra coloro che accusano i medesimi disagi.

Anche in Italia, inoltre, sembra inizi a diffondersi un servizio di Skype therapy ed E-mail therapy. Questo risultato può essere interpretato come l'inizio dell'apertura anche in Italia dei servizi di psicoterapia e di *counseling* offerti attraverso la rete Internet. A differenza degli Stati Uniti, tuttavia, non è ancora diffusa l'Avatar therapy.

#### 4. Social Network Analysis

Sviluppatesi attorno agli anni Cinquanta all'interno del filone della Psicologia della Gestalt, la Social Network Analysis<sup>3</sup> (SNA) è un metodo di ricerca sociale che permette di analizzare le relazioni tra gli individui e, più in generale, di osservare la struttura interna di un sistema di rapporti tra individui o tra gruppi. La SNA serve dunque per indagare le dinamiche di interazione, ovvero mappare le reti sociali. I due indispensabili elementi di ogni network sono gli attori e le relazioni. Con relazione si intende uno specifico tipo di contatto, connessione, o legame tra una coppia di attori (anche detta diade). Le relazioni possono essere reciproche, se i legami sono reciprocamente orientati come nel caso delle relazioni di amicizia, matrimonio o parentela, oppure non reciproche se i legami non sono reciprocamente orientati come nel caso, ad esempio, delle relazioni di potere.

A seguito della diffusione dello sviluppo tecnologico che ha investito le attuali società e dell'intensificarsi delle relazioni online alcuni studiosi delle reti sociali hanno iniziato ad utilizzare questa metodologia per analizzare le strutture sociali presenti nel World Wide Web. Questo nuovo approccio, che prende il nome di Hyperlink Network Analysis, è utile per la comprensione delle posizioni assunte dagli attori all'interno del Web partendo dagli hyperlinks presenti o non presenti tra gli attori che popolano lo scenario Web che si è deciso di analizzare. Grazie alla HNA è dunque possibile studiare le strutture relazionali presenti nel Web, le forme di collaborazione e sinergia e ricostruire così alcune specifiche tendenze comportamentali tra gli attori online.

Nel nostro caso, l'analisi dei network serve per ricostruire la rete delle relazioni immediate dei siti Web che affrontano il tema della psicoterapia online. Questi risultati permettono l'individuazione dei "ponti consapevoli" ovvero l'identificazione dei siti Internet che più di altri sono al centro della discussione e che permettono il collegamento tra i vari sottogruppi presenti nella rete. Inoltre, questo tipo di analisi permette la comprensione delle dinamiche attraverso le quali si diffonde la novità della Psicoterapia online.

Focalizzare l'attenzione sui ponti consapevoli è utile per:

- 1) comprendere in che direzione si sviluppa la discussione,
- 2) capire se e come sono presenti sinergie (ed eventualmente promuovere la collaborazione tra sotto-aree).

In questo lavoro abbiamo ritenuto opportuno utilizzare il software elaborato da Richard Rogers e dalla Digital Method Initiative presso l'Università di Amsterdam (<http://www.issuecrawler.net>). Questo crawler rende possibile la ricostruzione delle reti tematiche sul Web e permette di esaminare il livello di interazioni online fra i diversi attori, in tal caso di coloro che si occupano di Psicoterapia nella rete Internet. Per l'applicazione

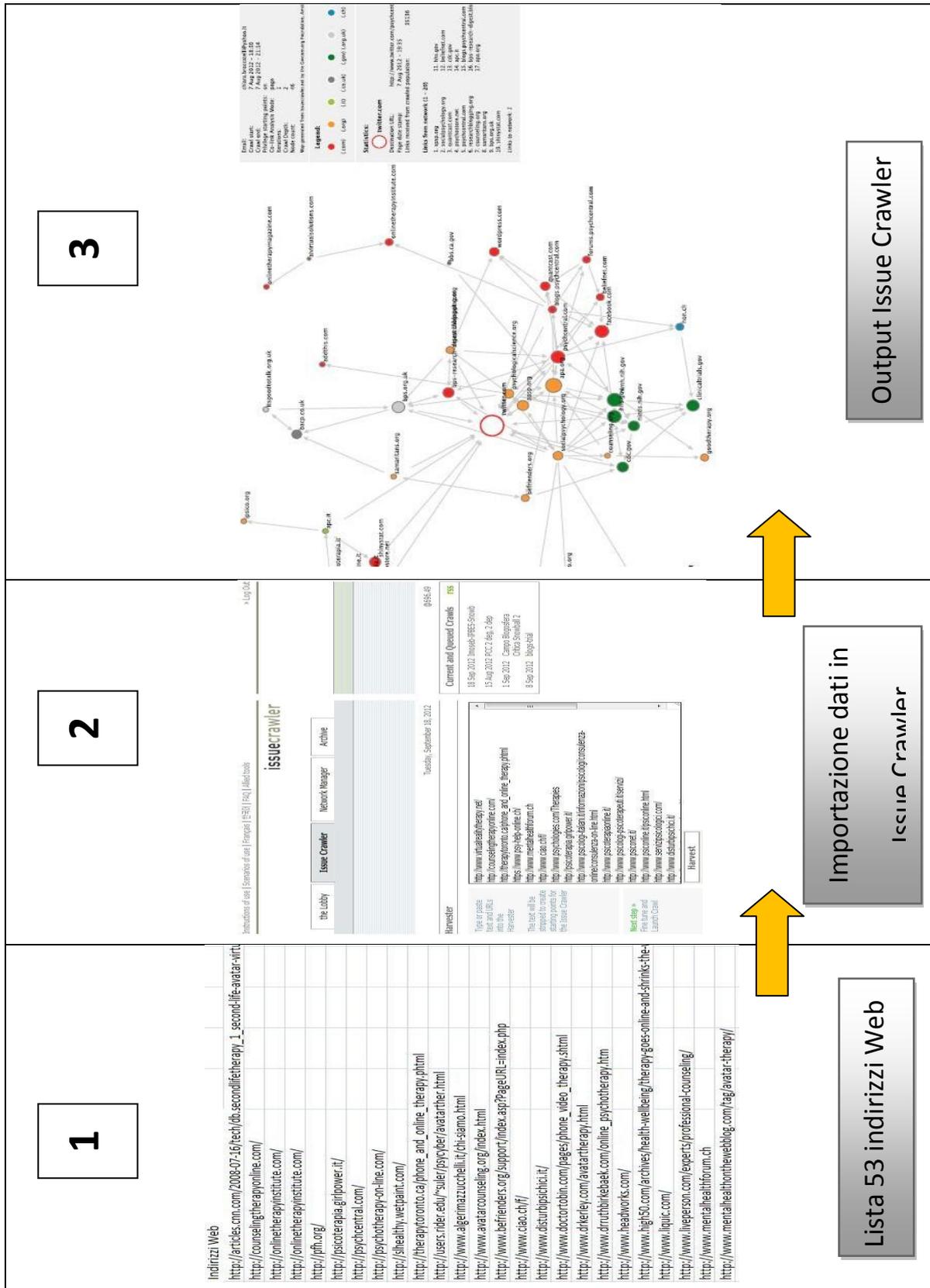
---

<sup>3</sup> Per un maggiore approfondimento si rimanda a Chiesi, A. M. (1999). L'analisi dei reticoli. Franco Angeli, Milano.

iniziale di *Issue Crawler* sono stati utilizzati i 53 indirizzi Web a partire dai quali è stato lanciato il crawler che ha generato la visualizzazione della rete dei collegamenti tra i siti.

La figura 8 rende visivamente l'idea dei passaggi che è stato necessario fare per procedere con questo tipo di analisi.

Figura 8. I passaggi di analisi



**fondazione**

**<ahref**

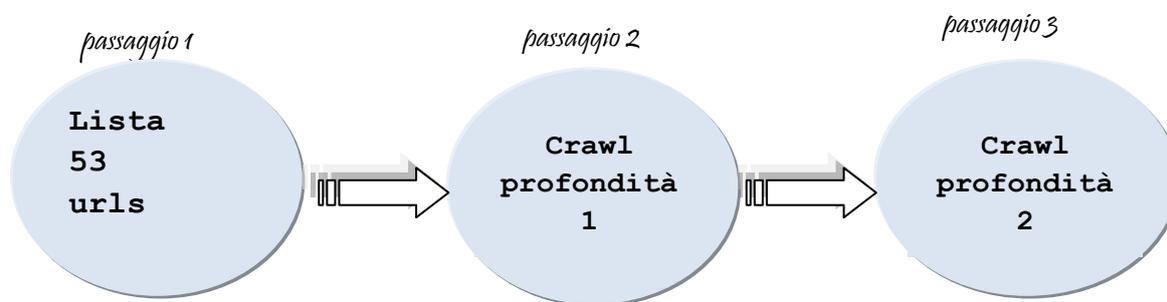
living links

*Fonte: elaborazione Fondazione <ahref*

La seguente visualizzazione (figura 9) rende visivamente l'idea del tipo di lavoro effettuato dal crawler. Questo software parte da alcuni siti di partenza e cattura gli URL da loro in uscita. Nel nostro caso i siti sono stati rilevati utilizzando la via della *co-link analysis*, ovvero registrando gli URL in comune ad almeno due dei siti di partenza.

Nel nostro caso l'output prodotto da *Issue crawler* è il risultato di un crawl di profondità 2. Il software ha importato la lista dei siti ed ha effettuato una prima ricognizione registrando gli URL collegati. Successivamente l'operazione è stata ripetuta partendo dai risultati del passaggio precedente fino a raggiungere un massimo di profondità 2.

**Figura 9. Come funziona Issue Crawler**



Fonte: elaborazione Fondazione <ahref

Da questi primi risultati ottenuti (figura 10) emerge la centralità dei social network come twitter e facebook. Secondo una prima lettura questo risultato potrebbe lasciar intendere l'utilizzo dei social network come piattaforma privilegiata per lo scambio di informazioni identificando i social media come un luogo privilegiato per lo sviluppo della discussione. In realtà ciò è dovuto al fatto che lo strumento che registra gli URL presenti nei siti subisce la presenza diretta del collegamento a twitter ed a facebook che è presente nelle homepages della maggior parte dei siti analizzati.

Per questo motivo, secondo l'esigenza di avere dei dati più precisi si è proceduto alla pulizia della rete dai nodi non utili. Per questo motivo sono stati tolti 14 indirizzi Web (tabella 2, in appendice) che identificavano Twitter, Facebook, Java, o altri indirizzi Web riferiti agli strumenti di regolazione dei forum e dei blog.



La figura 11 riporta la visualizzazione della rete dei collegamenti tra gli indirizzi Web senza quelli cancellati. La suddivisione cromatica si riferisce al differente dominio di riferimento mentre la grandezza della forma dei vari nodi dipende dal numero totale dei siti che ciascun nodo collega.

La conformazione della rete frammentata ed organizzata in sottogruppi di indirizzi Web lascia intuire la presenza di differenti insiemi di siti che si confrontano sul tema della Psicoterapia online in maniera diversa. Ciò significa che all'interno del panorama di Internet sono presenti differenti punti di vista con cui viene affrontata la questione da cui dipende la varietà dei diversi servizi offerti. Questo risultato sembra confermare l'ipotesi che percepisce lo scenario Web caratterizzato da tante *psico-isole* di siti e portali che si occupano di Psicoterapia online offrendo servizi variegati.

Uno dei primi obiettivi dell'analisi è stato quello di distinguere gli indirizzi Web presenti sulla base dei differenti domini. Le principali distinzioni sono quelle che riguardano gli URLs .com (in giallo), da quelli .org (in blu), quelli che fanno riferimento al panorama italiano .it (in azzurro) e quelli che fanno riferimento ai siti americani istituzionali .gov (verde).

Le entità commerciali, i siti con estensione .com, sono quelli più numerosi e comprendono per lo più siti di provenienza statunitense ed inglese. Ciò conferma le precedenti affermazioni per cui si è ritenuto che il panorama americano e quello inglese fossero i più avanzati nell'offerta di servizi psicoterapeutici mediante le piattaforme online. Anche l'estensione .org è molto diffusa e raggruppa per lo più siti americani ed inglesi. I siti .gov, invece, identificano le istituzioni nazionali degli Stati Uniti.

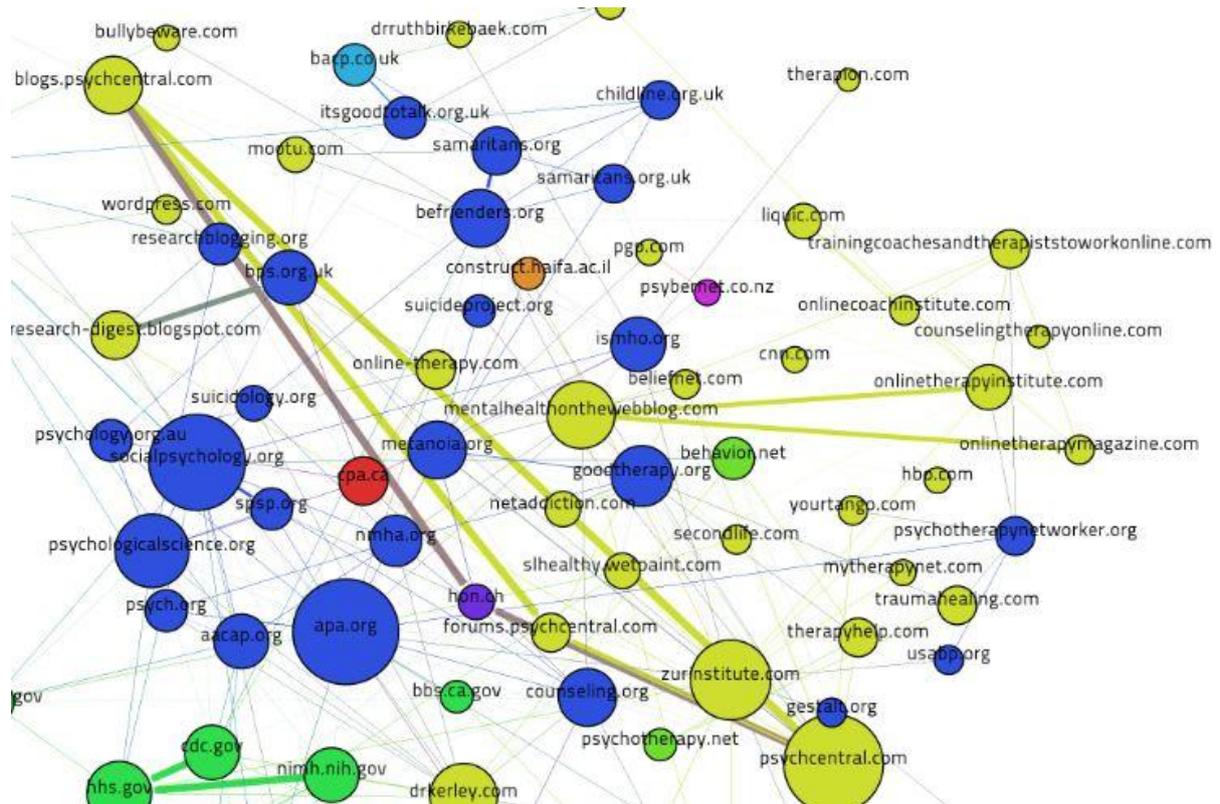


L'analisi delle interazioni tra i siti di psicoterapia online permette di evidenziare le forme di collaborazione tra i vari filoni e di ipotizzare la presenza di alcune strette collaborazioni.

Le seguenti figure sono le visualizzazioni di alcuni estratti dalla rete utili per sottolineare i sottogruppi di siti di psicoterapia più strettamente collegati tra loro.

In particolare, è possibile individuare un primo sottogruppo - o cluster - connesso (figura 12) che comprende i siti .com e punto .org.

**Figura 12. Sottogruppo della rete dei siti .org e .com**



Fonte: elaborazione Gephi Fondazione <ahref

Nella zona sud-est della figura si concentrano gli indirizzi Web commerciali (in giallo) e tra essi [psychcentral.com](http://psychcentral.com), [zurinstitute.com](http://zurinstitute.com) e [mentalhealthontheblog.com](http://mentalhealthontheblog.com) spiccano per la densità dei loro collegamenti. Il primo si riferisce ad un autorevole sito web legato alle problematiche di salute mentale. Il sito, gestito dal professore John M. Grohol, si prefigge di supportare non solo i pazienti ma anche le famiglie e i parenti dei pazienti creando delle occasioni di reciproco scambio. Il secondo è un portale gestito dal professore Ofer Zur che offre diversi materiali di approfondimento per i professionisti, tra cui corsi di specializzazione, materiale generico e consigli per il pubblico più vasto. Infine, il terzo sito è gestito dalla psicoterapeuta DeeAnna Merz Nagel, co-fondatrice dell'Online Therapy Institute.

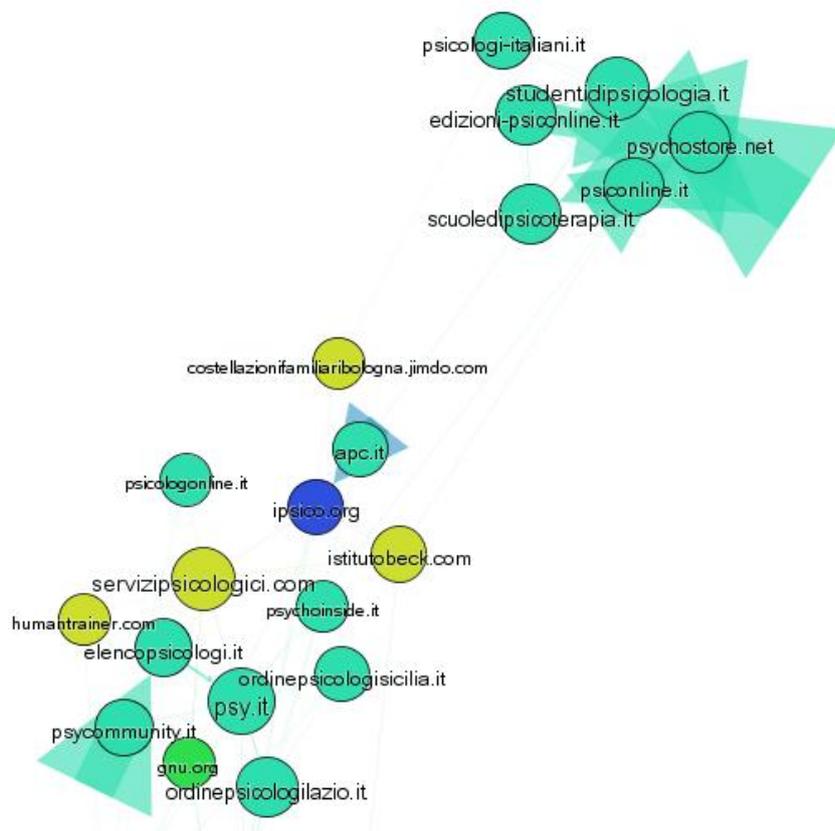
La direzione dei legami, inoltre, sembra rivelare l'importanza di un altro nodo: il sito [hon.ch](http://hon.ch). il portale svizzero di The Health On the Net Foundation (HON) è attivo dal 1995 e si prefigge di promuovere la divulgazione online di informazioni sulla salute dei cittadini.

Altrettanto centrali sono i siti .org, [apa.org](http://apa.org), [socialpsychology.org](http://socialpsychology.org) e [psychologicalscience.org](http://psychologicalscience.org) che si riferiscono rispettivamente all' American Psychological Association, al Social Psychology Network e all'Association for Psychological Science. Poiché il cluster composto dai siti .com e .org è abbastanza interconnesso, la rete rivela un importante collegamento presente all'interno del dibattito americano tra gli psicoterapisti che offrono consulenze e servizi di Psicoterapia online e la più vasta comunità degli psicologi. Dal momento che la Psicoterapia è una branca della Psicologia che si concentra in modo privilegiato sulla dimensione individuale, il collegamento tra la Psicologia e le questioni di Psicoterapia online dimostra che il dibattito sull'utilizzo dei mezzi digitali per la fornitura di sedute di Psicoterapia si costruisce grazie al contributo di medici e psicologi. Inoltre, la centralità dei blog e dei forum nella rete ([forumpsycentral.com](http://forumpsycentral.com), [blogs.psychcentral.com](http://blogs.psychcentral.com)) suggerisce la presenza nel Web di una vivace discussione legata a queste tematiche. Da ciò possiamo concludere che i professionisti del settore sono inclini al confronto rispetto l'utilizzo di nuove pratiche di Psicoterapia.

Questo cluster è importante anche perché ha rilevato la presenza di una certa diffusione dell'Avatar therapy. E' presente infatti, un collegamento diretto alla piattaforma di [secondlife.com](http://secondlife.com), probabile segno di un'avviata pratica di questa forma di terapia che contraddistingue la Psicoterapia americana.

Nella parte alta della rete vi è poi il cluster che raggruppa la maggior parte dei siti italiani e che è distinto a sua volta in due sottoreti diverse (figura 13).

### Figura 13. Sottogruppo della rete che comprende i siti .it



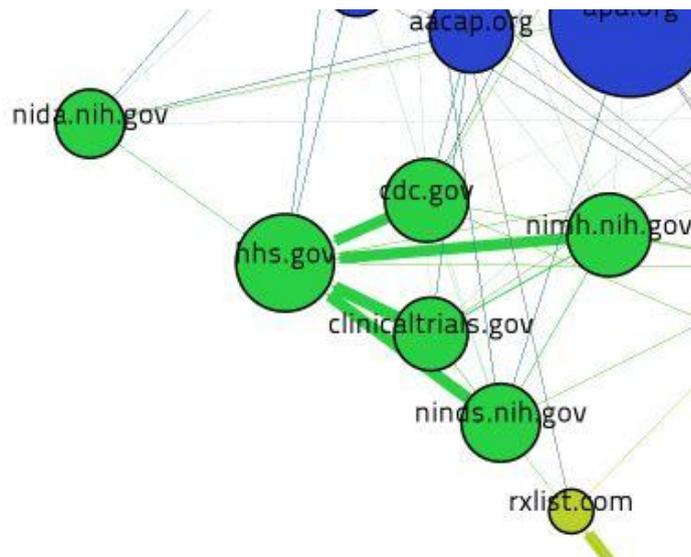
Fonte: elaborazione Gephi Fondazione <ahref

In questo caso l'analisi dei collegamenti mette in evidenza la presenza nel dibattito degli psicologi del Lazio e della Sicilia. In generale, tuttavia, il dibattito italiano fa poco riferimento alla questione specifica della Psicoterapia online, mentre è più ampio e legato alla tematica della psicologia in generale.

Il cluster che raggruppa i siti italiani si collega con i siti americani attraverso [psiconet.it](http://psiconet.it), il sito del Network di Psicoterapia e Risorse Psicologiche Online che svolge un importante ruolo di congiunzione tra i due discorsi collegando le due aree e facilitando gli scambi tra i due sottogruppi. Il sito, infatti, fornisce diversi servizi informativi e formativi gratuiti su argomenti di ambito psicologico, tra cui l'aggiornamento sulle novità, le tendenze e le scoperte scientifiche nell'ambito.

Gli indirizzi Web con estensione .gov (figura 14) ribadiscono la valenza istituzionale che ormai ha investito il dibattito sulla Psicoterapia online, segno non solo dell'importanza che questo tipo di interventi ha dimostrato, ma identificativo anche del livello di fiducia di cui gode la disciplina della Psicoterapia in generale.

**Figura 14. Sottogruppo della rete che comprende i siti .gov**



Fonte: elaborazione Gephi Fondazione <ahref

Il nodo che in questo gruppo assume la maggiore centralità è quello del U.S. Department of Health & Human Services e dei dipartimenti ad esso collegati.

Infine, anche l'osservazione dei nodi isolati può essere utile per completare la presente ricognizione. La presenza di un certo numero di nodi isolati, infatti, può essere identificativa della caratteristica di frammentarietà del dibattito sulla Psicoterapia online (figura 15).

**Figura 15. Sottogruppo della rete dei nodi isolati**



Fonte: elaborazione Gephi Fondazione <ahref

Gli indirizzi Web isolati rientrano in parte all'interno del panorama italiano, ma comprendono anche un sito web di psicologia francese, il website di una professionista polacca ed un sito di consulenze inglese. Questo risultato potrebbe mettere in luce la presenza di alcuni siti non inseriti all'interno del dibattito sulla Psicoterapia online, ulteriore segno della natura frammentata del dibattito e della presenza di psico-isole. Tuttavia la natura esplorativa della ricerca non ci permette di controllare efficacemente questa nostra ipotesi.

26

## 5. Il contesto italiano

In questa sezione vogliamo focalizzare l'attenzione sui risultati legati in particolare agli indirizzi Web italiani e mettere in luce i differenti comportamenti riscontrabili all'interno del contesto italiano. Da un lato, infatti, la rete generale presenta una certa presenza di indirizzi Web legati alla Psicoterapia online in Italia ben integrati all'interno della rete. Un esempio dimostrativo è dato dal sito del Network di Psicoterapia e Risorse Psicologiche Online che svolge un importante ruolo di collegamento, o [psy.it](http://psy.it) che collega vari siti di psicologia come [psycoinside.it](http://psycoinside.it), [ordinepsicologilazio.it](http://ordinepsicologilazio.it) o anche [psicoterapia-palermo.it](http://psicoterapia-palermo.it). Come già sottolineato questi risultati mostrano una certa visibilità dei professionisti che operano nel sud Italia.

D'altro lato, invece, i siti italiani tendono ad assumere posizioni isolate come ad esempio i siti: [algerimazzuchelli.it](http://algerimazzuchelli.it), [psicoterapiaonline.it](http://psicoterapiaonline.it) o [disturbipsichici.it](http://disturbipsichici.it).

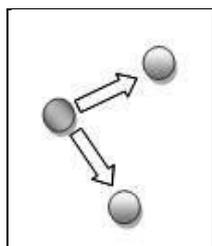
Infine, un ultimo aspetto che vale la pena sottolineare è l'orientamento che la maggior parte dei siti rivela verso la psicologia in generale piuttosto che unicamente sulla questione della Psicoterapia.

In generale, questi risultati potrebbero essere interpretati nel seguente modo: in Italia il discorso appare ancora isolato e ristretto solo ad alcune nicchie e poco collegato al dibattito internazionale.

## 6. I nodi titolari e i nodi diffusori

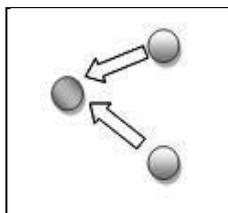
Nella seguente parte della ricerca abbiamo cercato di identificare gli indirizzi Web più centrali all'interno della rete. Per questo motivo sono stati utilizzati due importanti indicatori di centralità: l'Outdegree, che è calcolato dal numero di collegamenti esterni che possiede ciascun indirizzo Web e l'Indegree, che è dato invece dal numero delle volte che un sito riceve un collegamento da altri siti.

### Figura 16. Visualizzazione del concetto di link in uscita da un nodo (Outdegree)



Fonte: elaborazione Fondazione Ahref

### Figura 17. Visualizzazione del concetto di links in entrata in un nodo (Indegree)



Fonte: elaborazione Fondazione Ahref

Il primo indicatore, l'Outdegree, identifica i nodi che più di tutti sono in grado di smistare le informazioni e di gestire i flussi di conoscenze. Ciò significa che maggiore è il numero di collegamenti in uscita posseduti da un sito, più grande sarà il suo ruolo di diffusione dei contenuti. Per questo motivo possiamo supporre che siano i nodi che svolgono la maggiore funzione di diffusione delle informazioni.

L'Indegree, invece, è un indicatore dell'importanza che rivestono i singoli indirizzi Web. In altre parole maggiore è il numero di collegamenti in entrata, più grande sarà la considerazione e la stima che esso riceve dagli altri siti Internet. In questo modo possiamo individuare quali sono i nodi più seguiti e dunque considerati più autorevoli.

La tabella 3 riporta l'indicazione dei siti che svolgono principalmente la funzione di diffondere le informazioni e di guidare le discussioni sulle piattaforme online. I nodi con i valori più alti identificano i siti che possiedono il maggior numero di indirizzi Web consigliati. Per questo motivo possiamo supporre che siano anche quelli che orientano maggiormente gli utenti nel dibattito e guidano la loro attenzione.

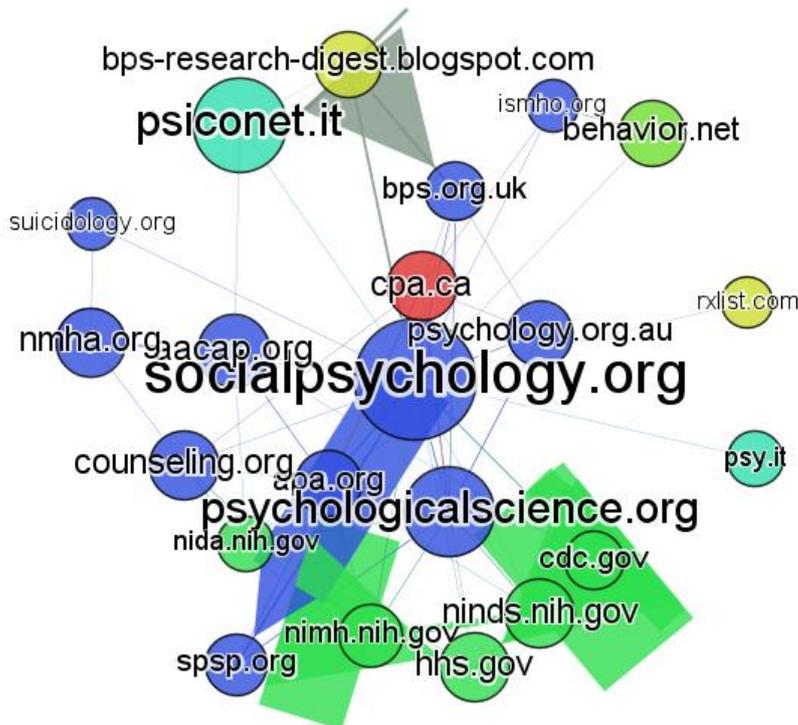
Tabella 3. I principali nodi diffusori della rete

Label	category	Outdegree >2	%
socialpsychology.org	ORG	20	<b>5,26</b>
zurinstitute.com	COM	19	<b>5,00</b>
psychcentral.com	COM	16	<b>4,21</b>
drkerley.com	COM	15	<b>3,95</b>
mentalhealthonthewebblog.com	COM	15	<b>3,95</b>
metanoia.org	ORG	13	<b>3,42</b>
psiconet.it	IT	12	<b>3,16</b>
psychologicalscience.org	ORG	11	<b>2,89</b>
blogs.psychcentral.com	COM	10	<b>2,63</b>
servizipsicologici.com	COM	8	<b>2,11</b>

Fonte: elaborazione Fondazione Ahref

La figura 18 riporta la visualizzazione del sito Internet che presenta il maggior numero di collegamenti in uscita: [socialpsychology.org](http://socialpsychology.org). La visualizzazione restituisce la posizione del nodo e riporta l'indicazione dei siti a lui direttamente collegati. L'indirizzo Web si riferisce al portale del Social Psychology Network, uno dei più importanti siti Internet che si occupa di ricerca psicologica e insegnamento. L'alto valore dell'Outdegree è determinato dal numero di collegamenti che il portale stabilisce con il sito della Society for Personality and Social Psychology (SPSP), fondata nel 1974.

**Figura 18. Il sito socialpsychology.org e i nodi direttamente ad esso collegati**



Fonte: elaborazione Fondazione Ahref

La tabella 4, invece, riporta la classifica dei siti più spesso suggeriti, ovvero quelli ritenuti più autorevoli e detentori di informazioni utili all'interno del dibattito. La classifica degli indirizzi Web, in questo secondo caso, è stata costruita in base ai siti che possiedono maggiormente collegamenti in entrata.

**Tabella 4. I principali nodi titolari della rete**

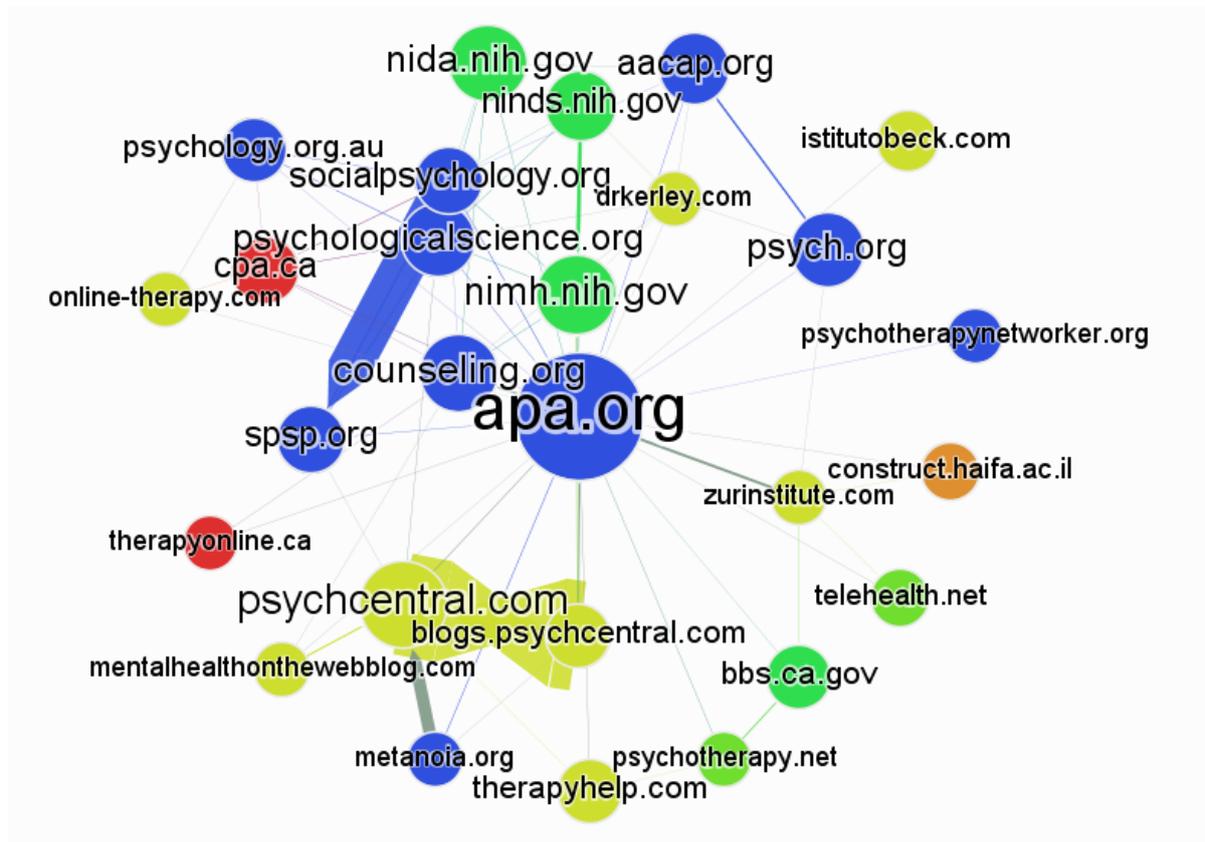
Label	category	Indegree >2	%
apa.org	ORG	23	<b>6,05</b>
hhs.gov	GOV	13	<b>3,42</b>
psychcentral.com	COM	13	<b>3,42</b>
goodtherapy.org	ORG	11	<b>2,89</b>
ismho.org	ORG	11	<b>2,89</b>
bps.org.uk	ORG	10	<b>2,63</b>
simpleweb.it	IT	10	<b>2,63</b>
cdc.gov	GOV	9	<b>2,37</b>
psy.it	IT	9	<b>2,37</b>
befrienders.org	ORG	8	<b>2,11</b>
clinicaltrials.gov	GOV	8	<b>2,11</b>
onlinetherapyinstitute.com	COM	8	<b>2,11</b>

nimh.nih.gov	GOV	8	2,11
--------------	-----	---	------

Fonte: elaborazione Fondazione <ahref

La figura 19 riporta invece la visualizzazione dell'indirizzo Web che presenta il maggior livello di Indegree, ovvero che possiede il maggior numero di collegamenti in entrata e che possiamo considerare presumibilmente una delle maggiori fonti autorevoli di informazioni sul Web. [Apa.org](http://Apa.org) è il portale dell' American Psychological Association, la più ampia organizzazione scientifica e professionale che rappresenta l'ordine degli psicologi negli Stati Uniti. Il suo alto valore di centralità è dato dal variegato numero di indirizzi Web a lui collegati.

Figura 19. Il sito apa.org e i nodi direttamente ad esso collegati



Fonte: elaborazione Fondazione <ahref

In generale, le tabelle 3 e 4 arricchiscono le analisi della precedente sezione rivelando l'importanza dei siti commerciali. Esse, inoltre, chiariscono anche il livello di diffusione dei servizi terapeutici forniti tramite Web. Questo risultato sembra suggerire la presenza di una certa fiducia diffusa nei confronti dei nuovi sistemi tecnologici nella fruizione di servizi di assistenza psicologica.

Tuttavia, la natura preliminare di questa ricerca non ci permette di poter approfondire i risultati ottenuti, piuttosto sottolinea la necessità di attuare altre indagini al fine di interpretare questi risultati nella maniera più adeguata.

## 7. Conclusioni

Il principale scopo della presente ricerca è stato quello di realizzare una prima mappatura dei siti Web e dei principali portali dedicati in varia misura al tema della Psicoterapia online.

Il lavoro è iniziato con l'individuazione dei siti e dei portali legati alla Psicoterapia online attraverso la ricerca sul Web effettuata mediante il motore di ricerca di Google. In seguito all'analisi dei siti e dei portali ottenuti è stata costruita una lista di 53 siti che affrontano il tema della Psicoterapia online.

In seguito alla categorizzazione dei siti in relazione al paese geografico di riferimento e sulla base della tipologia di intervento di Psicoterapia da loro offerto tramite Web, è stato possibile indicare alcune importanti considerazioni iniziali.

Le distribuzioni di frequenza hanno evidenziato la predominanza delle sessioni di *video counseling*, diffuse maggiormente in Gran Bretagna. Le sessioni di Skype therapy permettono ai dottori di raggiungere i loro pazienti direttamente nelle loro case e di realizzare un intervento personalizzato. Altrettanto diffuso è il servizio di E-mail therapy capace di fornire un supporto emotivo e psicologico al paziente abbattendo i costi degli spostamenti e lo stress legato alle sedute faccia a faccia.

I risultati hanno inoltre rilevato una certa diffusione dell'Avatar therapy in particolare in America. Questo tipo di interventi che prevede l'incontro tra dottore e paziente nella realtà virtuale inizia ora ad affermarsi nello scenario dei servizi di psicoterapia offerti attraverso la rete Internet.

L'utilizzo dei forum e dei blog sono una prerogativa del panorama italiano. Questi possono essere considerati in prima istanza una sorta di iniziale intervento terapeutico.

L'analisi dei servizi offerti e della distribuzione geografica dei siti Web se da un lato delinea alcuni tratti della diffusione delle pratiche di psicoterapia online, d'altro lato non chiarisce lo stato di avanzamento del dibattito sulla questione e le dinamiche di connessione tra le differenti comunità scientifiche di psicologi e psicoterapeuti dei vari paesi.

Per cercare di analizzare la questione dal punto di vista della diffusione del dibattito sul Web si è ritenuto opportuno utilizzare il metodo di ricerca diffuso nelle scienze sociali che prende il nome di Social Network Analysis. In particolare è stato utile riprendere gli assunti di base legati alla Hyperlink Network Analysis che valuta in modo rigoroso i collegamenti tra siti Internet e Webpages.

L'Hyperlinks Network Analysis ci ha permesso di individuare la presenza di indirizzi Web più centrali di altri che influenzano la direzione in cui si sviluppa il dibattito, nonché di definire le caratteristiche strutturali della rete ovvero di precisare la presenza o meno di sinergie tra i sottogruppi.

Per individuare gli indirizzi Web presenti nel panorama online si è scelto di utilizzare un web crawler in grado di registrare la presenza dei collegamenti in entrata ed in uscita tra i 53 siti di partenza da noi selezionati.

La conformazione della rete presenta una struttura in cui sono facilmente distinguibili diversi sottogruppi (o cluster). Ciò significa che la discussione inerente le questioni di psicologia e Psicoterapia non sono trattate in modo univoco, bensì il dibattito è frammentato ed ipoteticamente assume delle sfumature differenti a seconda dei differenti insiemi di indirizzi Web. Il cluster più collegato sembra essere quello legato al dibattito americano che avviene tra gli psicoterapisti che offrono consulenze e servizi di psicoterapia online e la più vasta comunità degli psicologi.

Non solo la presenza dei blog e dei forum suggeriscono la vivacità degli scambi di vedute tra professionisti ma anche utenti e professionisti, ma il legame tra Psicologia e Psicoterapia online sembra rivelare la presenza di un vivo dibattito sull'utilizzo dei mezzi digitali per garantire interventi di Psicoterapia, tra cui l'Avatar therapy.

Il contesto italiano sembra essere, invece, meno caratterizzato da una forte discussione sull'argomento. La questione è probabilmente ristretta a poche nicchie di discussione ed è assente ancora un collegamento forte con il dibattito internazionale. Inoltre, il dibattito italiano fa ancora poco riferimento alla questione della Psicoterapia online, mentre è più ampio e legato alla tematica della psicologia in generale.

Infine, la presenza nella rete dei siti governativi ribadisce la valenza istituzionale che ha investito il dibattito sulla Psicoterapia online, segno non solo dell'importanza che questo tipo di interventi ha dimostrato, ma identificativo anche del livello di fiducia di cui gode la disciplina della Psicoterapia in generale.

La natura esplorativa di questa indagine può essere considerata come un valido punto di partenza per proseguire nella direzione di mappature più dettagliate dello scenario online dei servizi di psicoterapia.

## 8. Appendice

Tabella 1. Lista dei 53 URLs selezionati

Indirizzo Web	Dominio	Provenienza	Servizi offerti	Descrizione
<a href="http://www.virtualrealitytherapy.net/">http://www.virtualrealitytherapy.net/</a>	.NET	Austria		Il sito propone una nuova tecnica di psicoterapia che utilizza la realtà virtuale: un dispositivo audio e visivo permette ai pazienti di concentrarsi senza subire stimoli esterni.
<a href="http://counselingtherapyonline.com/">http://counselingtherapyonline.com/</a>	.COM	Canada	Skype Therapy	Il sito propone una forma di terapia per risolvere i problemi mentali (mindfulness therapy) attraverso la possibilità di sedute di psicoterapia on-line mediante telefonate skype.
<a href="http://therapytoronto.ca/phone_and_online_therapy.phtml">http://therapytoronto.ca/phone_and_online_therapy.phtml</a>	.CA	Canada	Skype Therapy	Il sito propone una lista dei terapisti disponibili che i pazienti possono contattare.
<a href="https://www.psy-help-online.ch/">https://www.psy-help-online.ch/</a>	.CH	Svizzera	E-mail, Online-Chat, Skype Therapy	Gruppo di esperti psicoterapisti tedeschi che offrono servizi di consulenza on-line.
<a href="http://www.mentalhealthforum.ch">http://www.mentalhealthforum.ch</a>	.CH	Svizzera		Forum svizzero per i professionisti del settore.
<a href="http://www.ciao.ch/f/">http://www.ciao.ch/f/</a>	.CH	Francia		Sito che offre un servizio informativo rispetto a varie tematiche psicologiche.
<a href="http://www.psychologies.com/Therapies">http://www.psychologies.com/Therapies</a>	.COM	Francia	Online-Chat Therapy	Gruppo di psychology francesi che offrono servizi di consulenza on-line.
<a href="http://psicoterapia.girlpower.it/">http://psicoterapia.girlpower.it/</a>	.IT	Italia	Blog	Blog di una rivista femminile a cui risponde la psicoterapeuta.
<a href="http://www.psicologi-italiani.it/informazioni/psicologi/consulenza-online/consulenza-online.html">http://www.psicologi-italiani.it/informazioni/psicologi/consulenza-online/consulenza-online.html</a>	.IT	Italia	E-mail Therapy	Il sito favorisce la conoscenza e la diffusione di una cultura psicologica e mette a disposizione dei propri visitatori un servizio di Consulenza privata via email a pagamento
<a href="http://www.psicoterapiaonline.it/">http://www.psicoterapiaonline.it/</a>	.IT	Italia	E-mail, Online-Chat, Skype Therapy	Il sito è la pagina ufficiale di un gruppo di esperti coordinati dal prof. Cabrini che fornisce servizi di consulenze on-line.
<a href="http://www.psicologi-psicoterapeuti.it/servizi/">http://www.psicologi-psicoterapeuti.it/servizi/</a>	.IT	Italia	Forum, Online-Chat Therapy	Pagine Blu degli Psicologi Psicoterapeuti offre dal 2001 servizi professionali per psicologi, psicoterapeuti, utenti e appassionati di psicologia. Offre un

				servizio di psicologia on line.
<a href="http://www.psiconet.it/">http://www.psiconet.it/</a>	.IT	Italia	Forum, Online- Chat Therapy	Network di Psicoterapia e Risorse Psicologiche Online
<a href="http://www.psiconline.it/psiconline.html">http://www.psiconline.it/psiconline.html</a>	.IT	Italia	Forum, Online- Chat Therapy	Associazione di psicologi in rete.
<a href="http://www.servizipsicologici.com/">http://www.servizipsicologici.com/</a>	.COM	Italia	Forum, Online- Chat Therapy	Il sito è la pagina ufficiale di psicologi e psicoterapisti che offrono servizi on-line. Il sito attua un servizio gratuito di mediazione tra professionisti della salute mentale e utenti
<a href="http://www.disturbipsichici.it/">http://www.disturbipsichici.it/</a>	.IT	Italia		Pagina ufficiale del Centro Disturbi Psicici di Milano. Offre consulenze on-line per un primo colloquio.
<a href="http://www.psicoterapia-palermo.it/">http://www.psicoterapia-palermo.it/</a>	.IT	Italia		Pagina ufficiale dello studio di Psicoterapia.
<a href="http://www.psychoinside.it/">http://www.psychoinside.it/</a>	.IT	Italia		Il link è la pagina ufficiale di un esperimento degli studiosi di Psychoinside sull'Avatar Therapy.
<a href="http://www.psycommunity.it/">http://www.psycommunity.it/</a>	.IT	Italia		Il sito è il portale ufficiale della Comunità online degli psicologi.
<a href="http://www.algerimazzucchelli.it/chisiamo.html">http://www.algerimazzucchelli.it/chisiamo.html</a>	.IT	Italia	Skype Therapy	Il sito fornisce agli utenti interventi diversi servizi di terapia on-line e garantisce la scelta del proprio consulente.
<a href="http://www.psybernet.co.nz/psychotherapy-online.html">http://www.psybernet.co.nz/psychotherapy-online.html</a>	.CO	Nuova Zelanda	E-mail Therapy	Il sito fornisce agli utenti interventi di E-mail therapy
<a href="http://psychotherapy-on-line.com/">http://psychotherapy-on-line.com/</a>	.COM	Polonia	Skype Therapy	Il sito fornisce servizi di video counseling.
<a href="http://www.drruthbirkbaek.com/online_psychotherapy.htm">http://www.drruthbirkbaek.com/online_psychotherapy.htm</a>	.COM	United Kingdom	E-mail, Skype Therapy	Il sito fornisce servizi di video counseling.
<a href="http://onlinetherapyinstitute.com/">http://onlinetherapyinstitute.com/</a>	.COM	United Kingdom		Portale ad uso dei terapisti che fornisce consigli utili ai professionisti del settore e la possibilità di conseguire delle certificazioni per effettuare interventi terapeutici on-line.
<a href="http://www.high50.com/archives/health-wellbeing/therapy-goes-online-and-shrinks-the-world">http://www.high50.com/archives/health-wellbeing/therapy-goes-online-and-shrinks-the-world</a>	.COM	United Kingdom	Skype Therapy	Il sito fornisce servizi di video counseling.

<a href="http://www.mootu.com/">http://www.mootu.com/</a>	.COM	United Kingdom	Skype Therapy	Il sito fornisce servizi di video counseling.
<a href="http://www.therapyworld.net/">http://www.therapyworld.net/</a>	.NET	United Kingdom	Skype Therapy	Il sito fornisce servizi di video counseling.
<a href="http://pfh.org/">http://pfh.org/</a>	.ORG	USA	Avatar Therapy	Il sito fornisce servizi di avatar therapy.
<a href="http://slhealthy.wetpaint.com/">http://slhealthy.wetpaint.com/</a>	.COM	USA	Avatar Therapy	Il sito del dr. Kerley propone il primo centro di Avatar-terapia: "Center for Positive Mental Health".
<a href="http://www.avatarcounseling.org/index.html">http://www.avatarcounseling.org/index.html</a>	.COM	USA	Avatar Therapy	Il sito fornisce servizi di avatar therapy.
<a href="http://www.drkerley.com/avatartherapy.html">http://www.drkerley.com/avatartherapy.html</a>	.COM	USA	Avatar Therapy	Il sito fornisce servizi di avatar therapy.
<a href="http://www.headworks.com/">http://www.headworks.com/</a>	.COM	USA	E-mail Therapy	Il sito fornisce agli utenti interventi di E-mail therapy.
<a href="http://www.befrienders.org/support/index.asp?PageURL=index.php">http://www.befrienders.org/support/index.asp?PageURL=index.php</a>	.ORG	USA	E-mail, Online-Chat Therapy	Il sito fornisce agli utenti interventi di E-mail therapy e il supporto degli specialisti in chat.
<a href="http://www.online-therapy.com/web-therapy-online-a-159.html">http://www.online-therapy.com/web-therapy-online-a-159.html</a>	.COM	USA	E-mail, Online-Chat Therapy	Il sito fornisce un intervento di psicoterapia e la possibilità di valutare la propria condizione mediante l'effettuazione di test online.
<a href="http://www.proventherapy.com/">http://www.proventherapy.com/</a>	.COM	USA	E-mail, Online-Chat, Skype Therapy	Il sito fornisce agli utenti interventi diversi servizi di terapia on-line e garantisce la scelta del proprio consulente.
<a href="http://www.therapion.com/therapy-programs.php">http://www.therapion.com/therapy-programs.php</a>	.COM	USA	E-mail, Online-Chat, Skype Therapy	Il sito fornisce agli utenti interventi diversi servizi di terapia on-line.
<a href="http://articles.cnn.com/2008-07-16/tech/db.secondlifetherapy_1_second-life-avatar-virtual-world?s=PM:TECH">http://articles.cnn.com/2008-07-16/tech/db.secondlifetherapy_1_second-life-avatar-virtual-world?s=PM:TECH</a>	COM	USA		Articolo dedicato alla questione dell'Avatar Therapy.
<a href="http://psychcentral.com/">http://psychcentral.com/</a>	COM	USA		Il sito è il portale ufficiale del social network relativo agli studi di salute mentale. Offre un ampio e vasto approfondimento delle varie tematiche.
<a href="http://users.rider.edu/~suler/psyber/avatarther.html">http://users.rider.edu/~suler/psyber/avatarther.html</a>	EDU	USA		Il link affronta la questione delle pratiche di psicoterapia online con particolare riferimento all'Avatar Therapy.

<a href="http://www.mentalhealthonthewebblog.com/tag/avatar-therapy/">http://www.mentalhealthonthewebblog.com/tag/avatar-therapy/</a>	COM	USA		Articolo dedicato alla questione dell'Avatar Therapy.
<a href="http://www.metanoia.org/imhs/safety.htm">http://www.metanoia.org/imhs/safety.htm</a>	ORG	USA		Il link affronta la questione della sicurezza degli utenti nelle pratiche di terapia online.
<a href="http://www.popsoci.com/technology/article/2010-12/avatar-will-see-you-now">http://www.popsoci.com/technology/article/2010-12/avatar-will-see-you-now</a>	COM	USA		Articolo dedicato alla questione dell'Avatar Therapy.
<a href="http://www.psychologicalscience.org/observer/getArticle.cfm?id=2179">http://www.psychologicalscience.org/observer/getArticle.cfm?id=2179</a>	ORG	USA		Il link affronta la questione delle pratiche di psicoterapia online.
<a href="http://www.psychotherapy.net/">http://www.psychotherapy.net/</a>	NET	USA		Portale ad uso dei terapisti che fornisce consigli utili ai professionisti del settore.
<a href="http://www.psychotherapynetworker.org/">http://www.psychotherapynetworker.org/</a>	ORG	USA		Portale ad uso dei terapisti che fornisce consigli utili ai professionisti del settore.
<a href="http://www.therapyonline.ca/">http://www.therapyonline.ca/</a>	CA	USA		Portale ad uso dei terapisti che fornisce consigli utili ai professionisti del settore.
<a href="http://www.webmd.com/default.htm">http://www.webmd.com/default.htm</a>	COM	USA		Portale che fornisce indicazioni sul problema della depressione e della bipolarità. La sezione community permette inoltre il confronto delle proprie esperienze legate alla malattia.
<a href="http://www.zurinstitut.com/aboutzurinstitute.html">http://www.zurinstitut.com/aboutzurinstitute.html</a>	COM	USA		Il link affronta la questione delle pratiche di psicoterapia online.
<a href="http://www-cs-faculty.stanford.edu/~eroberts/cs201/projects/virtual-worlds/psychology.html">http://www-cs-faculty.stanford.edu/~eroberts/cs201/projects/virtual-worlds/psychology.html</a>	EDU	USA		Il link è la pagina ufficiale di un esperimento dell'università di Stanford legato all'Avatar Therapy.
<a href="https://counsel.com/site/index/default/">https://counsel.com/site/index/default/</a>	COM	USA		Il sito fornisce servizi di garanzia della sicurezza degli utenti nelle pratiche di terapia online.
<a href="http://www.liveperson.com/experts/professional-counseling/">http://www.liveperson.com/experts/professional-counseling/</a>	COM	USA	Online-Chat, Skype Therapy	Il sito garantisce il confronto con gli specialisti attraverso telefonate o mediante chat. Il pagamento viene effettuato sulla base dei minuti utilizzati.
<a href="http://www.doctortobin.com/pages/phone_video_therapy.shtml">http://www.doctortobin.com/pages/phone_video_therapy.shtml</a>	COM	USA	Skype Therapy	Il sito fornisce servizi di video counseling.

<a href="http://www.liquic.com/">http://www.liquic.com/</a>	COM	USA	Skype Therapy	Il sito fornisce servizi di video counseling e permettendo all'utente di scegliere il proprio consulente.
<a href="https://www.breakthrough.com/">https://www.breakthrough.com/</a>	COM	USA	Skype Therapy	Il sito fornisce servizi di video counseling.

**Tabella 2. Lista degli URLs cancellati**

addthis.com
aivirtualsolutions.com
facebook.com
herppi.net
hushmail.com
imdb.com
java.com
liveperson.com
popsci.com
shinystat.com
skype.com
starvmax.com
twitter.com
users.rider.edu
quantcast.com

Indagine curata da:

Chiara Broccatelli, [chiara@ahref.eu](mailto:chiara@ahref.eu)

Stefano De Paoli, [stefano@ahref.eu](mailto:stefano@ahref.eu)

fondazione



living links

per conto dell'Associazione Uma.na.mente

**fondazione**

**<ahref**

living links



<http://www.umanamenteonline.it>