INTERVENCIONES Y PSICOTERAPIAS ONLINE. Teoría y Técnica.

Introducción

Primera parte

TEORÍA, TÉCNICA Y ENCUADRE

1. Bases de las psicoterapias online.
Cuatro principios fundamentales. Diferencias entre intervenciones online y presenciales. Ventajas y desventajas. Virtualización y digitalización. Posibilidades y límites de las intervenciones online. Historia de la psicoterapia y las intervenciones online.

2. Nuevos aportes teóricos.
Aparato psíquico y tecnología, el objeto tecnológico.
Realidad, realidad online y realidad virtual.
Espejo tecnológico.
Ciberespacio transicional.
Sistema reticular de análisis.
La escena dentro de la escena online.

3. Nuevos aportes técnicos.
Problemas y posibilidades de la técnica online.
Sincronía y asincronía.
Cuerpo online.
Escena online (teatral, cinematográfica, literaria).
Objetos online.
Vínculo terapéutico online. Sus características. Empatía, transferencia, copensamiento, enactment.
Presencia e intimidad en los vínculos online.

4. Encuadre online.
Espacio
Tiempo
Tarea
Tipos de psicoterapias e intervenciones online.
Diferentes lenguajes online: texto, audio, video, plataformas de creación colectiva, realidad virtual, videojuegos.
Encuadre mixtos e híbridos.
Indicaciones y contraindicaciones de las intervenciones y psicoterapias online.
Desde la psicología 1.0 a la 5.0.

5. Ciberespacio. Lugar para la mente y para la sociedad.
La brecha digital. Cómo comprenderla.
Intra, inter y transubjetividad online.

Política, ciencia y tecnología. La conciencia de la amenaza de destrucción mutua como forma de control de la agresividad. La caída del muro de Berlín y la emergencia de la www. Control y libertad en la red.

6. **El Mundo online desde la perspectiva del pensamiento filosófico.**

Segunda parte

ESPECIALIDADES EN PSICOTERAPIA E INTERVENCIONES ONLINE

1. **Psicoterapia individual online.**
2. **Psicoterapia de pareja, familia y organizaciones.**
3. **Psicoterapia de Grupo Online.**
4. **Psicodrama online.**
5. **Psicodrama y cine. Cine interior.**
6. **Atención temprana e infancia. Trastornos del espectro autista (TEA). Adolescencia online.**
7. **La Intervención Social Online.**
8. **Psicosis y trastornos mentales severos online.**
9. **El cuerpo en las intervenciones online (Psicodrama Corporal).**
10. **Artes plásticas y teatro de figuras online.**
11. **Social dreaming matrix online.**
12. **Psicodrama Público Online.**

Introducción

Somos química, bits y representación

Vivimos, al menos, en tres mundos: el Mundo Psíquico, el Mundo Social y el Mundo Online. Por mundo entendemos un tipo de realidad, de espacio-tiempo, cosmovisión y estructura de representación. Estos mundos existen en base a la química y la representación. La química está presente y es indispensable como infraestructura biológica de nuestro ser y de nuestros mundos, sin ella no puede existir el psiquismo. Por representación entendemos la capacidad de generar una re-presentación, una vuelta a presentar el mundo como un mapa o una simulación a nivel de la mente y de la cultura. A partir de esta representación es posible pensar, actuar y generar transformaciones en nuestros mundos. Existen desde hace 50 años, miles de millones de pantallas, ordenadores, teléfonos móviles y tabletas repartidas por el planeta que hacen visibles y audibles estas representaciones a nivel del mundo online.

Estos dispositivos tecnológicos son producto de la evolución de tres grandes desarrollos de anteriores siglos: la imprenta, la radio y el cine, que confluyeron en la televisión y desde allí a internet, un sistema de comunicación que permite integrar representaciones de texto, sonido e imagen, propios de los anteriores descubrimientos, e incluir fundamentalmente la interactividad. Las personas conectadas a internet pueden interactuar entre ellas, editar los contenidos presentes en la pantalla, contar con una memoria de características excepcionales y con una capacidad de procesamiento de datos también excepcional. Estas características, en muchos casos, son superiores a las del sistema nervioso humano, si bien, otras características definidamente humanas, como el contacto piel con piel, el olfato o la conexión de las miradas, no pueden ser experimentadas a través de estas verdaderas 'prótesis tecnológicas'.

Desde la perspectiva del mundo online somos átomos, bits y representaciones. Los átomos son la materia que constituye la infraestructura tanto biológica como tecnológica; los bits constituyen la información registrada en un sistema binario (digitalización) que se transmiten en tiempos y espacios relacionados con la física de las ondas electromagnéticas. La representación online a diferencia de la representación psíquica es capaz de captar el mundo partiendo de unas cualidades particulares de fragmentación, duplicación, multiplicación, recombinación, autoedición y memoria individual y colectiva. Estas características particulares, junto con el deseo de las personas de comunicarse, hacen posible acceder a procesos de subjetivación psicológica y social a través de dispositivos online.

La mente humana ha ido evolucionando a lo largo de la historia de la humanidad junto con la evolución de la tecnología. En los últimos 50 años se ha producido una aceleración de esta evolución y nos preguntamos acerca de cuál es la relación que existe en esta evolución entre la mente y la tecnología. A veces pensamos que los cambios psicosociales y económicos generan cambios a través del descubrimiento de nuevas tecnologías, otras veces, que el descubrimiento, el invento de una nueva tecnología, produce un avance en las transformaciones del psiquismo y de la sociedad. En todo caso, las crisis de crecimiento en la historia de la humanidad parecen ocurrir en momentos en que se dan condiciones en las distintas dimensiones del conocimiento y de la acción humana para así producir saltos evolutivos. Muchas veces, estas crisis de crecimiento colectivo no están exentas de grandes traumas sociales como, por ejemplo, las dos guerras mundiales del pasado siglo, que generaron importantes transformaciones a nivel de la organización del planeta, de la evolución del conocimiento y de las tecnologías. ¿Tal vez el hombre al percibir su capacidad de destruir el planeta y la especie ha necesitado construir nuevas maneras de resolver su tendencia autodestructiva?

¿Por qué nos planteamos trabajar con intervenciones y psicoterapias online?

Hemos descubierto nuevas aplicaciones en salud mental que han significado nuevas indicaciones y contraindicaciones, con importantes reducciones de costes y recursos, muchas veces han sido las circunstancias socio sanitarias o las necesidades de los pacientes las que nos han dirigido a la utilización de encuadres online. La experiencia clínica y la investigación han confirmado sus beneficios.

En los foros de discusión y grupos de formación de profesionales de la salud mental, una de las frases que se suele decir es que la evolución del uso de las tecnologías de la comunicación e información 'ha llegado para quedarse'. Lo suelen atribuir al inicio de la pandemia del COVID-19, solemos decir que el uso de tecnologías en salud mental ya existía desde hace 40 años, y que seguirá existiendo después de la pandemia. Se ha producido una aceleración y generalización de su uso y una ampliación de sus aplicaciones, si bien en estos momentos existe una cierta incertidumbre acerca de cuál será la dimensión y modalidades de estos usos en el futuro. Esta evolución nos lleva con decisión a plantear espacios de formación para los profesionales de la salud mental y de investigación acerca de las prácticas terapéuticas online y sus resultados. Necesitamos entender los cambios que se han producido y desarrollar nuevas concepciones teóricas y nuevos desarrollos técnicos para trabajar desde dentro de estas transformaciones.

Cada nueva tecnología ha despertado fantasmas, temores y resistencias y poco a poco cada uno de estos cambios ha ido ocupando el lugar que le corresponde entre las diferentes herramientas con las que contamos. Nuestros especialistas en general se han mostrado reticentes a estos procesos de transformación. Podemos describir dos grandes tendencias: tecnofílica y tecnofóbica, con profesionales que se encuentran entusiasmados ante las posibilidades que presentan los nuevos dispositivos online y otros que son renuentes o contrarios a estos medios. Lo que vamos observando, en el momento actual, es una tendencia a la utilización de 'encuadres mixtos', con diferentes combinaciones como, por ejemplo, tratamientos online con entrevistas esporádicas presenciales, o tratamientos presenciales con entrevistas complementarias online u otras modalidades que complementan de manera equilibrada o variable estas dos modalidades, online y presencial.

Por último, hemos observado otra tendencia orientada a la 'hibridación' que consiste en combinar modalidades online y presencial de manera simultánea, estas modalidades han mostrado ventajas en las formaciones e intervenciones que se realizan de manera internacional o interregional, facilitando así un intercambio de conocimientos y una generación de interacciones de características insospechadas hace pocos años.

Las mejoras de las conexiones y avances tecnológicos en todo el planeta han influido en esta evolución, sin embargo, sigue existiendo una importante 'brecha tecnológica' entre países ricos y países pobres o dentro de cada país debido a los altos costes y necesidad de capacitación que requieren estos dispositivos tecnológicos.

En cuanto a las intervenciones en salud mental, y a partir de las múltiples experiencias y observaciones realizadas durante el período de pandemia, pensamos que es importante no tener una actitud prejuiciosa en cuanto a sus usos y utilidades. Nos hemos encontrado con beneficios impredecibles, como, por ejemplo, los observados con diferentes modalidades de intervención online en patologías psicóticas crónicas, trastornos de personalidad o en estructuras psicopatológicas de severidad clínica. También hemos observado beneficios en intervenciones familiares en tratamientos en atención temprana o en tratamientos de niños, intervenciones online en adolescentes de riesgo o personas mayores.

En otros casos en los cuales se podría haber predicho un buen resultado, no ha sido así, como por ejemplo, en pacientes neuróticos con buena capacidad de comunicación y habilidades y

recursos tecnológicos que no han querido conectarse por esas vías y han suspendido o interrumpido los tratamientos hasta que se pudiera recuperar la comunicación presencial. Ciertos pacientes fóbicos se han visto altamente beneficiados al utilizar tecnologías de comunicación a distancia y otros con características esquizoides o rasgos autísticos se han mostrado demasiado cómodos con las tecnologías y presentaron dificultades para salir de esos espacios 'protegidos'.

El análisis de las transiciones entre entornos online y presencial en doble dirección nos da una gran fuente de información para la comprensión de estos fenómenos y para desarrollar diferentes modalidades de instrumentación técnica, como hemos observados, por ejemplo, en el abordaje mixto e híbrido en pacientes con Síndrome de Asperger, utilizando grupos presenciales y grupos conectados por plataformas de videojuegos sucesiva y simultáneamente. De estas y otras muchas experiencias tenemos aún mucho por aprender. Los pacientes afectados por COVID-19 han recibido, gracias a las tecnologías online, grandes ayudas por parte de familiares y psicoterapeutas, especialmente durante períodos de internamiento o confinamiento.

Discurriendo sobre la evolución del cuerpo, la arquitectura de las ciudades y la evolución social en la historia de la humanidad, Richard Sennet (1997), destaca como un punto fundamental en la evolución de la humanidad, el momento en que se estudia el interior del cuerpo humano y, por ejemplo, se descubre cómo funciona la circulación de la sangre y el transporte del oxígeno a través de los glóbulos rojos. Considera que este nuevo conocimiento genera una nueva representación del mundo y transformaciones en la arquitectura de las ciudades, a partir de una nueva concepción de las ciudades, anteriormente protegidas por murallas, que pasan progresivamente a estar conectadas por caminos y atravesadas por autopistas y cuentan con un sistema de transporte de mercancías entre diferentes regiones.

Actualmente, en el mundo online, se genera una nueva concepción del espacio y del tiempo por lo cual la asociación del cuerpo y del psiquismo con el espacio físico de las interacciones sociales, de la arquitectura o de la representación del propio cuerpo, se ven transformados e interconectados por información digitalizada que surca el espacio a través de ondas electromagnéticas o lumínicas. El espacio online esta deslocalizado, separado del territorio y funciona como una red en la cual las ondas electromagnéticas pueden atravesar las fronteras tanto sociales como corporales. Podemos así observar cómo los sistemas analógico y digital están en permanente interacción, así como el espacio físico y el espacio online están en constante interdependencia.

Nuestro sistema de representaciones psíquicas es claramente analógico, sin embargo, la codificación, transmisión de la información y el funcionamiento de las redes neuronales se desarrolla como un sistema binario, o mejor dicho el sistema binario copia el modo de funcionamiento del sistema nervioso. Las neuronas funcionan básicamente con dos mensajes + y – relacionados con la despolarización o no de la célula neuronal, en un complejísimo entramado en redes tridimensionales en el cual las múltiples interacciones simultáneas permiten generar una infinidad de circuitos y representaciones.

Autores como Marshall McLuhan, gestor de ideas fundamentales de la evolución tecnológica como "la aldea global" (McLuhan, 1983) y Yuval Noah Harari (2018) que pronostica en cien años la existencia de los humanos como seres no naturales, dejan ver en su pensamiento, las ventajas y desventajas de esta evolución tecnológica. Pero ya en 1930 Sigmund Freud en "Malestar en la Cultura" (pp. 89-91) abre un debate que parece de gran actualidad:

> ... Reconocemos como 'culturales' todas las actividades y valores que son útiles para el ser humano en tanto ponen la tierra a su servicio, lo protegen contra la violencia de las fuerzas naturales, etc. Sobre este aspecto de lo cultural hay poquísimas dudas. Remontémonos lo suficiente en el tiempo: las primeras hazañas culturales fueron el uso de instrumentos, la domesticación del fuego, la construcción de viviendas. […] Con ayuda de todas sus herramientas, el hombre perfecciona sus órganos -los motrices, así como los sensoriales-

> o remueve los límites de su operación. Los motores ponen a su disposición fuerzas enormes que puede enviar en la dirección que quiera como a sus músculos; el barco y el avión hacen que ni el agua ni el aire constituyan obstáculos para su marcha. Con las gafas corrige los defectos de las lentes de sus ojos; con los prismáticos atisba lejanos horizontes, con el microscopio vence los límites de lo visible, que le imponía la estructura de su retina. Mediante la cámara fotográfica ha creado un instrumento que retiene las impresiones visuales fugitivas, lo mismo que el disco del gramófono le permite hacer con las impresiones auditivas, tan pasajeras como aquellas; en el fondo, ambos son materializaciones de la facultad de recordar, de su memoria, que le ha sido dada. Con ayuda del teléfono escucha desde distancias que aun los cuentos de hadas respetarían por inalcanzables; la escritura es originariamente el lenguaje del ausente, la vivienda un sustituto del seno materno, esa primera morada, siempre añorada probablemente, en la que uno estuvo seguro y se sentía tan bien. […] lo que el hombre ha conseguido mediante su ciencia y su técnica sobre esta tierra donde emergió al comienzo como un animal endeble y donde cada individuo de su especie tiene que ingresar de nuevo como un lactante desvalido (*oh inch of nature!*). Todo este patrimonio puede reclamar él como adquisición cultural. En tiempos remotos se había formado una representación ideal de omnipotencia y omnisapiencia que encarnó en sus dioses. Les atribuyó todo lo que parecía inasequible a sus deseos -o le era prohibido-. Es lícito decir, por eso, que tales dioses eran ideales de cultura. Ahora se ha acercado tanto al logro de ese ideal que casi ha devenido un dios él mismo. […] El hombre se ha convertido en una suerte de dios-prótesis, por así decir, verdaderamente grandioso cuando se coloca todos sus órganos auxiliares; pero estos no se han integrado con él, y en ocasiones le dan todavía mucho trabajo. Es cierto que tiene derecho a consolarse pensando que ese desarrollo no ha concluido en el año 1930. Épocas futuras traerán consigo nuevos progresos, acaso de magnitud inimaginable, en este ámbito de la cultura, y no harán sino aumentar la semejanza con un dios. Ahora bien, en interés de nuestra indagación no debemos olvidar que el ser humano de nuestros días no se siente feliz en su semejanza con un dios.

Hubo que esperar 60 años, en 1989, con apenas seis meses de diferencia con la caída del muro de Berlín, para que se creara la WWW (World Wide Web), un sistema que funciona a través de internet, por el cual se puede transmitir y acceder a información de diversos tipos como una red de nodos en los que el usuario puede navegar a voluntad, la web, tal y como la conocemos hoy día, ha permitido un flujo de comunicación global a una escala sin precedentes en la historia humana. Personas separadas en el tiempo y el espacio, pueden usar la web para intercambiar, o incluso desarrollar mutuamente sus pensamientos.

Veinte años antes McLuhan concibe la idea de aldea global y de un sistema que metaforiza a un sistema nervioso transindividual y global. Las actuales aportaciones de Harari, con su previsión de la existencia de los que denomina “seres no naturales” que, desde una perspectiva menos distópica, da lugar a pensar en la hibridación entre el ser humano y la máquina y abren el camino de una nueva subjetividad individual y colectiva.

La evolución de conocimiento del sistema nervioso humano, junto con el pensamiento de McLuhan nos permiten avanzar en la concepción de la interacción de los sistemas nerviosos interconectados a través de ondas electromagnéticas en distancias cortas y junto con una gran prótesis tecnológica conectada también a través de ondas electromagnéticas (internet). Esta interacción nos da pie a pensar en la hibridación hombre máquina a nivel del planeta. Si bien es cierto que los sistemas de poder conservan una parte importante del control de estos sistemas de comunicación, influyendo sobre las prótesis tecnológicas y sobre el funcionamiento de nuestra mente.

Una nueva evolución del lenguaje, la creación del lenguaje binario tiene una influencia fundamental en el desarrollo de la arquitectura de este sistema tecno-representacional universal que constituye internet (Negroponte, 1998). Otro autor, discípulo de McLuhan, Derrick de Kerchove (2006) explica que la digitalización se basa en un lenguaje construido por 0 y 1 organizados en extensísimas secuencias de información y no información o pausas, que permiten representar, paradójicamente, las diversas modalidades de información (texto, audio, imagen), mientras que con el lenguaje alfabético (27 letras en el abecedario español) podemos representar textos, pero no podemos representar imágenes ni sonidos. Así es como el código binario nos permite ir construyendo una representación del mundo multimodal que puede ser fragmentado y observado por partes o puede ser integrado y observado en su conjunto. Si bien hay algunas de las modalidades de comunicación humana que, al menos en el momento actual,

no pueden ser representadas a través de códigos binarios, como, por ejemplo, el contacto piel a piel y el olfato.

Pensamos que, en el mundo y el psiquismo actuales, la digitalización partiendo de un sistema de codificación altamente fragmentado (microunidades de información denominadas bits), facilita generar diversos sistemas de integración que permiten reconfigurar las representaciones y transformar el mundo y el psiquismo. Los sistemas de comunicación analógicos favorecen naturalmente una representación integrada de las diversas modalidades de representación, en un formato tridimensional y con tendencia a generar una representación continua. La permanente interrelación entre lenguajes analógico y digital constituyen una de las esencias del mundo online.

Desde Lucrecio a Pessoa

En este punto queremos apartarnos un momento de estas disquisiciones psicotecnológicas y ensayar otro recorrido que comienza con Lucrecio, llegando hasta Pessoa y que nos permite articular estos complejos sistemas con otros recorridos más cercanos a la construcción de la subjetividad y de la intersubjetividad a través de las tecnologías. Lucrecio escribe hacia el año 50 a.C. su conocido poema *De rerum natura* en el cual desarrolla el concepto de 'simulacra'. Los simulacra son pequeñas membranas muy delgadas que se desprenden de la superficie de los cuerpos, se desplazan por el aire en todas direcciones y pueden depositarse en la superficie de los órganos de percepción o entrar por los poros del cuerpo. De esta manera el romano entiende el fenómeno de la percepción, la memoria y los sueños. La memoria guardaría estas delgadas e innumerables membranas en el interior del cuerpo. En los sueños, se producirían combinaciones de fragmentos de membranas que podrían integrarse y crear nuevos seres, algunos inexistentes, como por ejemplo un 'centauro', mitad animal y mitad hombre, que se produciría como resultado de combinar una membrana de una parte del cuerpo de un hombre con la membrana de una parte del cuerpo de un caballo. Es evidente la relación entre estas delgadísimas membranas -que vuelan- desde una perspectiva de una física precientífica y cercana a la poesía y la información (bits) trasportada a través del aire por medio de la física de las ondas.

Pessoa, escritor portugués, escribe a través de 64 heterónimos y un ortónimo. Es inquietante el diálogo entre uno de sus heterónimos y su ortónimo, con quien dialoga en la ficción literaria después de la muerte del ortónimo. Por otro lado, en una serie de poemas titulados "Lluvia oblicua", Pessoa desarrolla la idea de 'intersección' y de 'cambio súbito'. La intersección permite que representaciones provenientes de diferentes dimensiones, conscientes e inconscientes, propias o ajenas, de objetos animados, inanimados y de los cuerpos puedan formar nuevas representaciones, y 'de pronto' se produce una transformación. El mundo online es un mundo de intersecciones que escapa a los límites de las representaciones cartesianas, y está en permanente disposición de cambios súbitos, nuestras identidades pueden multiplicarse también a través de diferentes ortónimos. En tiempos de tecnologías y de internet, y de la comprensión de la física de las ondas electromagnéticas, entre la visión precientífica de Lucrecio y la poética de Pessoa y entre las nuevas concepciones de Sistema Nervioso (Damasio) y la idea de aldea global de McLuhan, creo que podemos ir construyendo una representación de la intersubjetividad que nos permite transitar por los nuevos fenómenos del mundo online.

Representación online e hibridación

Somos 'química y representación'. La química sostiene la subjetividad desde un infraestructura atómica y electroquímica, conectada a través de ondas electromagnéticas, a través de axones, cables y a través del aire (inalámbrico). Por otro lado, somos representación, generamos una representación de nuestro mundo, que nos da la posibilidad de imaginarlo, recordarlo y transformarlo. Creemos que se ha generado una nueva modalidad de representación que denominamos 'representación online', que es un primer resultado de esta complejidad descrita y

que nos genera un grado de incertidumbre y nos impulsa a crear, repensar y ser especialmente cuidadosos en cómo intervenir en la construcción del futuro de nuestro mundo.

En la situación actual de crisis social, sanitaria, política y económica (Barcelona, 2021)[1], se producen cambios significativos a nivel psicológico y de las formas de relación. Ha transcurrido un año entre los períodos de confinamiento, desconfinamiento y confinamientos parciales en todo el planeta a partir de la existencia de una pandemia que nos obliga, como forma de protección, a quedarnos en casa y evitar contacto y acercamiento corporal. En el llamado 'desconfinamiento', progresivamente se han ido flexibilizando las medidas restrictivas, y se abre un panorama de incertidumbre acerca de las posibilidades de nuevos brotes pandémicos y posibles reconfinamientos. Después de un año y medio de la declaración de pandemia en marzo del 2020, estamos analizando los resultados de diferentes vacunas mientras ya han muerto entre 4 millones y 10 millones de personas en el planeta (teniendo en cuenta consideraciones de la OMS), y estamos en diferentes países y regiones y en función de sus situaciones socioeconómicas en un período que podríamos denominar de postpandemia.

Experimentamos una paralización de las formas habituales de producción, enseñanza, cultura y de relación más allá de los compañeros de confinamiento. En este contexto surgió una necesidad imperiosa de desarrollar diferentes modalidades de comunicación a distancia a través de la mediación generada por diferentes tipos de tecnologías, estas tecnologías de comunicación son las únicas que no transmiten el virus COVID-19. Paradójicamente, en formatos híbridos en los que participan personas presencialmente y otras online, los que están reunidos presencialmente tienen puestas mascarillas y los que participan online están a cara descubierta, y podemos apreciar mejor la gestualidad de la totalidad del rostro. Se desarrolla vertiginosamente el teletrabajo, la telemedicina, la teleasistencia psicológica, la venta online, la cultura online a través de teledispositivos en todos los campos de la vida y de la relación.

Se utilizan muy diferentes denominaciones para las intervenciones psicológicas: psicoterapias online, a distancia, remotas, ciberterapias, el denominador común es la utilización de algún tipo de tecnología que permite la comunicación a distancia o que media en la comunicación entre los diferentes participantes del evento. Desde los inicios de la comunicación por carta, ya utilizada por Freud, en intervenciones terapéuticas o para el intercambio de conocimientos, se ha ido evolucionando hacia la utilización del teléfono, los foros escritos a través de internet, el desarrollo de plataformas de creación colectiva a través de imagen, dibujo, sonido, voz, música y últimamente las plataformas de videoconferencia simultánea. Las videoconferencias han tenido su propia evolución desde las comunicaciones bipersonales por Skype, a las que soportaban 3 o 4 participantes, posteriormente 5 a 8 y actualmente hasta 500 personas conectadas simultáneamente en una misma pantalla.

Ver a una persona en un contexto físico presencial o a través de una imagen bidimensional en una pantalla, parecían estar separadas por fronteras difíciles de traspasar. Hoy en día podemos imaginarnos plataformas que den acceso a la tridimensionalidad, al tacto y hasta al olfato. Pensamos en cómo, a través de nuestra subjetividad y de la intersubjetividad, hibridizar el entorno tecnológico con el entorno intersubjetivo para construir, entre las personas que deseamos comunicarnos, un vínculo que incluya emoción, intimidad y capacidad de transformación. En el momento actual de la evolución de las tecnologías y de los desarrollos técnicos en salud mental, los entornos mixtos online-presenciales nos dan estas posibilidades si bien queda mucho camino por recorrer y mucho por investigar.

En este contexto se hacen indispensables nuevos desarrollos teóricos y técnicos para los profesionales de la salud mental. Aparecen trabajos acerca del psicoanálisis online, el psicodrama y en general las psicoterapias, en sus diferentes aplicaciones: niños, adolescentes,

[1] Es necesario indicar la ciudad y el año, debido a que esta situación actual es universal y difiere por semanas o meses en los distintos países y regiones.

adultos, tercera edad. Surgen a través de diferentes tecnologías: teléfono, whats app, foros, videoconferencias, y por medio de diferentes modalidades de lenguaje: verbal, textual, hipertextual, por videoconferencias, por medio de juegos online, por plataformas de realidad virtual y a través de plataformas de creación colectiva online. Básicamente se desarrollan dos modos de conexión, la asincrónica, con distintos tipos de retardo entre el mensaje y la respuesta y la sincrónica, con formas de comunicación simultánea.

Llevamos 15 años investigando y trabajando sobre el tema. Producto de esta tarea surgieron una tesis doctoral: "Estudio de macro y micro procesos terapéuticos a través de participación online" (2010); un libro: *Psicoterapia de grupo. Psicoterapia de grupo online* (2012), y en 2020 participamos en el libro *Theory and Practice of Online Therapy*, de H. Weinberg, y A. Rolnick, con un capítulo sobre psicoterapia de grupo online. En estos nueve años las transformaciones han sido espectaculares y nos planteamos la necesidad de escribir este nuevo libro para actualizar los importantes desarrollos que se han producido y transmitir lo mucho que hemos aprendido.

Hemos concluido la cuarta edición de un curso de formación de profesionales de la salud mental: "Intervenciones y psicoterapia online" y múltiples formaciones que nos han requeridos desde instituciones de salud mental de todo el territorio español e internacional. Empleamos un campus virtual y varias horas de formación a través de videoconferencia sincrónica con más de cuatrocientos profesionales de toda España, América del Sur, Portugal e Italia. Queremos transmitir la experiencia y el enriquecimiento que nos ha posibilitado el contacto durante muchas horas con profesionales de la Salud mental y con pacientes de psicoterapia. En el momento actual no podemos discriminar si la urgencia formativa acontecida se debe a la necesidad producida por la experiencia de confinamiento de gran parte de la población mundial o si es una aceleración de un proceso que ya llevaba 40 años y que es posible que continúe, aunque en menor grado.

Fundamentalmente pensamos que las diferentes tecnologías de comunicación a distancia pueden generar transformaciones en el campo de la salud mental, a través de la comunicación internacional y transcultural, de la producción de subjetividad, intersubjetividad, intimidad online y del desarrollo de diversas modalidades de creatividad a través de la red.

En mi experiencia personal he ido atravesando por diferentes etapas en la relación con las tecnologías, al principio un cierto rechazo o reticencia que lo nuevo suele generarme, posteriormente, un gran entusiasmo frente a la invención y las posibilidades que se abrían en diferentes campos, épocas de gran inmersión e investigación en profundidad, otras de descanso, y una progresiva visión de cómo nuestra mente se iba adaptando a los espacios online. En estos últimos tiempos de gran inmersión en la utilización de tecnologías de comunicación en el planeta, comienzo a percibir una transformación del espacio mental hacia la construcción de una subjetividad híbrida en la cual la virtualización, característica fundamental de la mente humana, oscila ente la simbolización y la objetivización. El símbolo, característica fundante del ser humano y el objeto atado a la tecnología que pueden funcionar en otro tiempo y en un espacio deslocalizado, comienzan a producir una nueva dimensión de la subjetividad humana. Con las posibilidades que esto implica de transformaciones constructivas de nuestro mundo y de nuevas formas de destructividad.

Las preguntas que orientaron este libro fueron:

1. ¿Cómo ha afectado la pandemia COVID-19 el trabajo de los profesionales en salud mental, a los pacientes y a sus familiares?
2. ¿Qué beneficios y desventajas hemos observado en las intervenciones y psicoterapias online? ¿Qué experiencias que ejemplifiquen estas observaciones podemos compartir?

3. ¿Qué medios tecnológicos han sido utilizados y cuáles han sido sus resultados?
4. ¿Qué nuevas conceptualizaciones teóricas y técnicas podemos desarrollar?
5. ¿Qué nuevas aplicaciones se han puesto en práctica?
6. ¿Cómo consideramos que las intervenciones y psicoterapias online podrían ser implementadas en el futuro?

Consta de dos partes, una primera de aspectos generales vinculados a la teoría, la técnica y el encuadre online y una segunda parte relacionada con las diferentes especialidades de las psicoterapias e intervenciones online.

En la Primera parte, capítulo 2, ampliamos las bases de las psicoterapias e intervenciones online planteadas en un primer trabajo sobre el tema. Los cuatro principios fundamentales, ventajas y desventajas, posibilidades y límites. En este capítulo recorremos brevemente la historia de este tipo de intervenciones. En el capítulo 3, nos adentramos en el estudio de nuevos conceptos teóricos necesarios para la comprensión e instrumentación de estos métodos. Cuestiones relacionadas con el aparato mental y las tecnologías, el concepto de objeto y prótesis tecnológicas y cómo evolucionan junto con el desarrollo del psiquismo. El nuevo concepto de realidad online y sus diferencias con la realidad, la realidad psíquica y la realidad virtual. El concepto de espejo tecnológico y de espacio transicional online. El sistema de análisis en red describe una manera de observar y pensar los fenómenos terapéuticos online. La escena dentro de la escena es una particularidad de la estructuración del espacio terapéutico online con profundas implicaciones terapéuticas.

En el capítulo 4, abordamos nuevos aspectos técnicos del tema del libro, problemas y posibilidades de la técnica online. Sincronía y asincronía. Cuerpo online. Escena online (teatral, cinematográfica, literaria). Objetos online. El vínculo terapéutico online, sus características, empatía, transferencia, copensamiento, *enactment*. Presencia e intimidad en los vínculos online.

En el capítulo 5, desarrollamos un aspecto fundamental relacionado con el encuadre en las diferentes modalidades de psicoterapias e intervenciones online. Espacio, tiempo, tarea. Tipos de psicoterapias e intervenciones online. Diferentes lenguajes online: texto, audio, video, plataformas de creación colectiva, realidad virtual, videojuegos. Encuadres mixtos e híbridos. Indicaciones y contraindicaciones de las intervenciones y psicoterapias online. Desde la psicología 1.0 a la 5.0.

Los capítulos 6 y 7 han sido escritos junto con especialistas de los campos de la filosofía política y de la filosofía y nos permitirán adentrarnos en la comprensión del mundo online y los cambios sociopolíticos que han acontecido en la modernidad. Por otro lado, intentamos indagar en el significado del mundo online en el desarrollo de lo humano.

La Segunda parte del libro la constituyen 11 capítulos que profundizan en aspectos teóricos y técnicos de diferentes especialidades en el campo de la atención en salud mental online. Fundamentalmente psicoterapia individual y de grupos. Psicodrama online Abordaje en atención temprana, niños y adolescentes. Psicosis y trastornos mentales severos. Tratamientos con el cuerpo, artes plásticas, y teatro de figuras. Social dreaming matrix online y psicodrama público online.

Bibliografía

Damasio, A. (2010). *Y el cerebro creó al hombre.* Barcelona: Destino
Freud, S. (1930). *El malestar en la cultura.* Vol. XXI, O.C., Buenos Aires: Amorrortu editores, 2.ª ed. en castellano.
Harari, Y. N. (2018). *21 lecciones para el siglo XXI*. Madrid: Debate.
Kerchove, D. (2006). Els biaixos de la electricitat. Lección inaugural del curso académico 2005-2006 de la UOC. http://www.uoc.edu/inaugural05/esp/kerckhove.pdf.
Sennett, R. (1997). *Carne y Piedra. El cuerpo y la ciudad en la civilización occidental*. Madrid: Alianza Editorial.
Lucrecio, T. (siglo I a. C.). *De rerum natura. De la naturaleza de las cosas. https://biblioteca.org.ar/libros/89401.pdf*
Mcluhan, M. (1983). *El Medio es el mensaje.* Barcelona: Paidós.
Negroponte, N. (1995). *El Mundo Digital. El futuro ha llegado.* Editorial digital: Titivillus, ePub base r1.2
Pessoa, F. "Lluvia oblicua". https://www.youtube.com/watch?v=AKqB2_-8nsU
Vaimberg, R. (2010). "Psicoterapias tecnológicamente mediadas (PMT). Estudio de procesos y microprocesos a partir de participación online" (Tesis doctoral). http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/42573
Vaimberg, R. (2012). *Psicoterapia de grupo. Psicoterapia de grupo online*. Barcelona: Octaedro.
Weinberg, H and Rolnick A. (2020). *Theory and Practice of Online Therapy.*