

CORRIERE SALUTE

L'editoriale

Clinica e intelligenza artificiale

di **Luigi Ripamonti**

«L'intelligenza artificiale procede secondo il criterio della moltiplicazione dei dati, processati e incrociati il più rapidamente possibile – ha detto il poeta Valerio Magrelli, nel corso dell'ultimo Festival Kum! a Pesaro – Ma, come sostiene Walter Siti, l'IA non potrebbe mai creare un romanzo, perché non possiede un inconscio: l'iceberg che emerge per una piccola puntina è il pensiero cosciente, tutto il resto dell'uomo è passioni, relazioni, connessioni sommerse». Una riflessione affascinante e, se vogliamo, consolante. In fondo siamo alla quasi disperata ricerca di qualcosa che ci differenzi dalla inusitata e ancora inesplorata potenza dell'intelligenza artificiale. Forse inconsciamente, giusto per rimanere in tema, cerchiamo di resistere alla necessità di una nuova comprensione del mondo che potrebbe essere paragonata a quella che ci ha sfidato come genere umano nei primi decenni del secolo scorso, quando, come ben rappresentato dallo scrittore Benjamin Labotout, «Abbiamo smesso di capire il mondo». Allora siamo stati costretti a fare i conti con la teoria della relatività di Einstein e con la fisica quantistica, adesso dobbiamo confrontarci con una situazione per certi versi simile. «Il processo di digitalizzazione – ha chiosato dopo Magrelli, Marcello Ienca, professore di Etica dell'Intelligenza Artificiale e delle Neuroscienze all'Università tecnica di Monaco – comporta una ridefinizione di che cosa significa essere umani». L'intelligenza artificiale in medicina può davvero essere rivoluzionaria, aprire straordinarie possibilità, permettendo diagnosi più precise e più tempestive, facilitando la realizzazione di farmaci sempre più mirati. La sfida sarà quella di riuscire a far cooperare le «macchine», con le capacità del medico, che può essere aiutato, e anche «integrato» utilmente dagli algoritmi, ma rimane, almeno per ora, l'unico a poter esercitare l'arte clinica, cioè quella di «chinarsi sul giaciglio del malato». Chissà: forse a fare la differenza sarà proprio il fatto che il medico ha un inconscio (e meno male che rimane difficile capire che cos'è esattamente...).

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Che fine ha fatto l'inconscio?

L'interpretazione di questa parte della vita psichica è profondamente cambiata rispetto alla visione di Freud, ma non per questo ciò che accade nella nostra mente, senza che ne siamo consapevoli, ha perso importanza

di **Danilo di Diodoro**

Non è più tempo di pensare all'inconscio come lo pensavano poeti e artisti del Romanticismo, ma neppure come quel «calderone ribollente di impulsi», magari perversi, di cui parlava Sigmund Freud. La ricerca scientifica sull'inconscio, o meglio, sui processi inconsci, come si preferisce dire, cancella anche l'idea romanzesca del tenebroso Mr.Hyde, opposto al razionale dottor Jekyll, che dovremmo reprimere. Ed è da cancellare anche l'immagine di un inconscio fonte di saggezza per grandi pensatori o quella di un misterioso tramite con l'infinito. «La concezione scientifica contem-

poranea dell'inconscio è più semplice ma più interessante», dice Joel Weinberger, uno dei ricercatori più noti sull'argomento, coautore con con Valentina Stoycheva, del libro *The Unconscious: Theory, Research, and Clinical Implications* (Guilford, 2020). Sul numero 3 del 2025 della rivista *Psicoterapia e Scienze Umane* è stato appena pubblicato un suo articolo dedicato proprio alla ricerca sull'inconscio. «I processi inconsci sono parte integrante del funzionamento quotidiano. Non riusciremmo a sopravvivere senza, perché sono indispensabili per il regolare funzionamento del cervello e della mente. Si sono evoluti per funzionare al

meglio grazie a quella che è chiamata «elaborazione distribuita parallela», il fatto che la mente deve per forza fare molte cose allo stesso tempo, operando in centesimi di secondo. Di conseguenza, non potrebbe avere consapevolezza istantanea di tutto ciò che avviene al suo interno. La coscienza non può rappresentarsi tutto insieme, ma solo una cosa per volta, quindi è indispensabile l'esistenza di processi inconsci. Le scienze cognitive, la psicologia sociale e la psicologia clinica li stanno studiando in modo sistematico e ne stanno svelando i segreti».

continua alla pagina seguente

Dossier

La distinzione
Inconscio cognitivo
e inconscio
psicanalitico

Nell'ambito della terapia psicologica, due orientamenti teorici e clinici oggi prevalenti in Italia sono quello cognitivo e quello psicomodinamico, sebbene i confini tra questi approcci siano meno netti che in passato. «Le scuole non psicoanalitiche danno maggiore importanza agli aspetti consci», dice Paolo Migone. «La terapia cognitiva classica prevede un esame dei pensieri consapevoli, o vicini alla consapevolezza, i pensieri "automatici", come vengono chiamati, nel tentativo di modificarli perché ritenuti responsabili del comportamento e delle eventuali difficoltà conseguenti. Scuole di orientamento

psicodinamico fanno invece riferimento alla psicoanalisi, che aveva messo l'inconscio al centro di teorizzazione e pratica clinica. Tuttavia, oggi lo studio della mente e del comportamento tiene molto più in considerazione l'inconscio, dalla psicologia cognitiva alle neuroscienze, anche se si tratta di un inconscio diverso da quello psicoanalitico, ed è l'inconscio cognitivo. Nel contempo, si è assistito a un ridimensionamento dell'importanza dell'inconscio all'interno della psicoanalisi».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

L'inconscio contiene informazioni apprese dall'esperienza di cui non siamo consapevoli, ma che neppure possiamo scordare davvero, dato che operano in maniera automatica

Ricordi rimossi
oppure soltanto
dimenticati?

Cocktail party

Il «fenomeno del cocktail party» è quello per cui se tante persone parlano tutte insieme, percepiamo il rumore, senza la consapevolezza di sentire che cosa dicono, ma se qualcuno pronuncia il nostro nome, subito ci voltiamo, a dimostrazione del fatto che era in corso un'elaborazione fuori della consapevolezza. Il fenomeno è stato uno dei primi, riguardanti i processi inconsci, a essere studiato dalla psicologia accademica.

di Danilo di Diodoro

SEGUE DALLA PAGINA PRECEDENTE

Sebbene alle ricerche sul classico inconscio freudiano si siano oggi aggiunte molte ricerche sull'inconscio cognitivo, non vuol dire che non esistano più psicoanalisti che lo considerano ancora uno strumento del loro bagaglio culturale e clinico. Tanto che, secondo molti osservatori, oggi esistono modalità abbastanza diverse di praticare la

terapia psicoanalitica o le diverse terapie psicologiche da essa derivate. Anche all'interno delle società scientifiche di settore convivono approcci e modalità operative differenziate. Per quanto riguarda l'ambito della ricerca sui processi inconsci della mente, molto è stato realizzato negli ultimi decenni, e nuovi concetti sono emersi. «La mente umana, per poter funzionare, ha bisogno che una gran parte dei meccanismi che la muovono restino al di fuori della coscienza», spiega Paolo Migo-

ne, condirettore della rivista Psicoterapia e Scienze Umane. «Quest'area, che viene chiamata inconscio cognitivo, contiene informazioni apprese dall'esperienza che non possiamo ricordare perché non sono mai state concesse, e neppure possiamo dimenticare dato che operano in maniera automatica e sono di fondamentale importanza per il funzionamento quotidiano. Costituiscono un tipo di inconscio che viene chiamato tacito, implicito, o procedurale. Per spiegare come funziona

invece l'inconscio psicoanalitico, si può dire che un'idea o un ricordo possono passare dallo stato conscio a quello inconscio e viceversa, ed è appunto per questo che viene chiamato anche inconscio dinamico. Ad esempio, un ricordo doloroso della propria vita può essere rimosso e diventare inconscio, e questo è un modo per difendersi, per non soffrire. La rimozione è un meccanismo di difesa che era stato postulato da Freud, assieme ad altri, quali la proiezione e la negazione. Come tutti i meccanismi di difesa, però, la rimozione non si trova sotto il controllo della volontà, ma funziona inconsapevolmente. Un contenuto rimosso può in seguito ritornare alla coscienza dopo un'esperienza positiva o quando la persona si sente in una condizione di sicurezza che fa allentare le difese e arriva così a potersi permettere di affrontare temi dolorosi. È importante sottolineare che questo è esattamente uno dei modi di funzionare della psicoterapia: dato che per il paziente essa rappresenta una condizione di sicurezza psicologica, diventa il luogo dove è possibile trovare il coraggio, nel giusto momento, per provare a far riemergere e



Ricercatori e psicanalisti dovrebbero essere aperti alle rispettive esperienze e scoperte, imparando gli uni dagli altri

a rielaborare ricordi del passato, per comprenderli meglio e dare loro nuovi significati. Ciò può avvenire spontaneamente grazie all'atmosfera della terapia, anche senza che il terapeuta cerchi di interpretare in maniera diretta e specifica i contenuti rimossi nella parte inconscia della mente».

Ma fino a che punto le ricerche realizzate negli ultimi anni sui processi inconsci stanno modificando il modo di operare di psicoterapeuti e psicoanalisti? «È difficile da dire», afferma Joel Weinberger. «Spero che le nuove concezioni stiano entrando nella pratica clinica, quindi che gli psicoanalisti siano più motivati a prendere in esame le ricerche sui processi inconsci e a riflettere su come potrebbero applicarle nel loro lavoro. E nello stesso tempo spero che i ricercatori riflettano maggior-

DALLA RICERCA

ESI

SENTIRSI BENE È NATURALE

Mara.
Ama sentirsi protetta.
Anche dal suo sistema immunitario.

Il benessere è di casa con **Immuniflor**.
Dalla ricerca ESI, gli integratori di origine naturale per la normale funzione del sistema immunitario.

- FAVORISCE LE NATURALI DIFESE DELL'ORGANISMO*
- CONTRIBUISCE ALLA FUNZIONE DEL SISTEMA IMMUNITARIO**
- CONTIENE 2 MILIARDI DI FERMENTI LATTICI TINDALIZZATI

*Echinacea e Uncaria / ** Vitamina C, Vitamina D, Zinco

IN FARMACIA, PARAFARMACIA ED ERBORISTERIA.

Leggere le avvertenze riportate sulle confezioni. Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta variata, equilibrata e di uno stile di vita sano. Non superare la dose giornaliera consigliata. Tenere fuori dalla portata di bambini.

Modelli di funzionamento

Perché facciamo
ciò che non vogliamo?

L'evoluzione delle conoscenze sui processi inconsci deve molto alle ricerche realizzate nell'ambito della neuropsicologia, disciplina che studia le relazioni tra il funzionamento del cervello e il comportamento umano, con particolare attenzione ai processi cognitivi, emotivi e comportamentali. Alcune osservazioni di partenza sono molto semplici. È evidente che gli esseri umani sono alla mercé di spinte opposte, anche nelle scelte quotidiane. Ad esempio, può verificarsi un contrasto fra il desiderio di restare in buona salute e i comportamenti, che risultano opposti a questo desiderio. In altre parole, ci sono due spinte contrarie che convivono, e magari in un certo momento prevale una, in

un altro momento ne prevale un'altra, e non sempre si è consapevoli di star effettuando delle scelte. Spesso arriva il compromesso, ad esempio convinti sostenitori di una serena vita di coppia cadono in una relazione extraconiugale. Come hanno dimostrato diverse ricerche, spesso gli esseri umani non mettono in pratica ciò in cui credono. Un fenomeno che la psicologia neurocognitiva ha tentato di spiegare ipotizzando diversi modelli su come funzionano mente e cervello. «Per provare a comprendere questi comportamenti bisogna tenere conto del fatto che secondo un primo modello, chiamato modularità massiva, il nostro cervello sarebbe composto da unità funzionanti in modo indipendente chiamate moduli,

Come reagiamo
Siamo guidati
più dalle emozioni
o dai pensieri?

Gli esseri umani sono guidati più dalle emozioni o dai pensieri? «Difficile una risposta netta» dice Joel Weinberger. «La tesi a favore della priorità dei pensieri è che per provare un'emozione dobbiamo prima sapere a cosa stiamo reagendo. La tesi a favore delle emozioni proviene da considerazioni evoluzionistiche: i nostri antenati dovevano reagire prima di sapere cosa stava succedendo, altrimenti avrebbero rischiato la vita, e ci sono ricerche che rinforzano questa tesi. Il tema è oggetto di discussione: i terapeuti cognitivi dicono che i

pensieri vengono prima, gli psicoanalisti tendono a favorire le emozioni. Ciò che sappiamo è che la nostra prima reazione ci fa essere più sensibili agli aspetti negativi. Anche questo ha un senso evoluzionistico: infatti, se i nostri antenati si lasciavano sfuggire qualcosa di pericoloso rischiavano la vita. Quindi ci siamo evoluti con maggiore attenzione verso gli stimoli negativi. In ogni caso, credo che di volta in volta sia importante ciò che è saliente in una specifica situazione».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



mente sulle implicazioni cliniche dei loro studi. Ricercatori e psicoanalisti dovrebbero essere aperti alle rispettive esperienze e scoperte, dal momento che hanno molto da imparare gli uni dagli altri. È anche per questo che ho scritto il mio articolo su Psicoterapia e Scienze Umane, nella convinzione che possa facilitare una maggiore comunicazione. Vorrei però essere più specifico su come la ricerca può influenzare il lavoro di uno psicoanalista. Invece di dare per scontato che un ricordo venga sempre dimenticato a causa di una difesa, lo psicoanalista potrebbe provare a considerarlo un ricordo implicito, ossia che è stato semplicemente dimenticato ma che ha continuato in qualche modo a influenzare pensieri ed emozioni. In altre parole, non bisogna dare per scontato che il paziente si stia difendendo o metta in atto una resistenza. Può succedere, ma non è detto che sia sempre così. Lo stesso vale per l'apprendimento implicito, perché le persone imparano a pensare e a comportarsi in base alle loro esperienze, ma senza rendersene conto. E spesso accade che l'ambiente relazionale in cui vivono si

modifichi, così che ciò che avevano imparato non risulta più adeguato e i loro comportamenti diventano problematici. Questo fenomeno in psicoanalisi è chiamato *transfert*. Nella mia pratica clinica spesso dico ai pazienti, a proposito di eventi passati, che probabilmente le loro capacità di adattamento erano le migliori che potevano avere in un dato momento della loro vita, ma che dovrebbero imparare a valutare come la situazione attorno a loro si sia modificata e quindi richieda lo sviluppo di nuove abilità. Esiste poi anche un fenomeno chiamato automaticità: quando un comportamento, appreso consciamente o inconsciamente, viene praticato più volte, assume una vita propria e, qualunque cosa l'abbia causato in origine, diventa come un'abitudine, per cui il cambiamento richiederà tempo e impegno. Però vi è un aspetto positivo dal punto di vista terapeutico: come sanno bene i terapeuti cognitivo-comportamentali, se una migliore comprensione o un nuovo modo di comportarsi vengono praticati a sufficienza, anche questo nuovo processo diventerà automatico e avrà effetti positivi».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

che comunicano poco tra loro e operano simultaneamente, con elaborazione parallela», spiega Joel Weinberger. «Le parti di ciascun modulo sono connesse in modo associativo. A causa di tali caratteristiche, la maggior parte di ciò che avviene non è cosciente. Vi è incoerenza poiché i vari moduli non si consultano tra loro, così è naturale che vi siano conflitti, dato che i moduli spesso giungono a conclusioni opposte. Secondo invece il

modello definito connessionismo, i neuroni sarebbero interconnessi in tutto il cervello piuttosto che organizzati in moduli. Il loro funzionamento risulterebbe da una gestione contemporanea di molti processi, un fenomeno chiamato, *elaborazione parallela distribuita*. E questa è esattamente la modalità di funzionamento dell'inconscio cognitivo. Poiché molte forze agiscono contemporaneamente, e dato che il mondo stesso non è ordinato, ma caotico, non vi è mai una soluzione chiara e semplice, così si opera in una condizione di costante conflitto e si arriva ai compromessi. Infine esiste un ultimo modello, denominato *riutilizzo neurale*, a metà strada tra i primi due, che prevede un funzionamento per moduli, ma di maggiori dimensioni, e sempre con un funzionamento in parallelo fondamentalmente inconscio, che genererebbe i soliti conflitti e compromessi».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Joel Weinberger

È una delle più riconosciute autorità a livello internazionale sui temi dell'inconscio

1893
L'anno

in cui Sigmund Freud postulò la teoria dell'inconscio nel saggio «Studi sull'isteria» e definì i primi contorni dei suoi processi nel 1897, pubblicando l'opera fondante della psicoanalisi, «L'interpretazione dei sogni», nel 1899

Le differenze

Memorie e motivazioni esplicite e implicite

Quando si parla di processi inconsci si potrebbe pensare che la loro esistenza comporti il fatto che, dentro la mente, esiste un'entità che a nostra insaputa guida non solo i pensieri ma anche i comportamenti.

Le ricerche recenti sull'argomento indicano che così non è. Non c'è nessuna entità guida di questo tipo, e la mente non è consapevole di una serie di processi inconsci che avvengono sotto forma di elaborazione parallela e che sono indispensabili per il funzionamento psichico.

«Esempi di questi processi inconsci sono la memoria implicita, l'apprendimento implicito e la motivazione implicita» spiega Joel Weinberger.

«La memoria implicita prevede che ci comportiamo come se ricordassimo qualcosa, anche se in realtà non la ricordiamo in modo conscio. È stata scoperta all'inizio in soggetti con danni cerebrali: per-

sone alle quali era stata insegnata una specifica abilità, ma che subito dopo non ne avevano alcun ricordo. Affermavano di non averla mai imparata, però erano capaci di praticarla. Poi il fenomeno è stato osservato anche in persone con cervello intatto. Si pensi, ad esempio, alla cosiddetta "amnesia infantile", secondo la quale non ricordiamo quasi niente prima dei tre anni. Eppure le esperienze fatte in quel periodo della vita sono decisamente importanti per lo sviluppo di una persona. Una possibile spiegazione dell'amnesia infantile è che, mentre la memoria implicita esiste dalla nascita, la memoria esplicita conscia inizia a formarsi solo dopo i tre anni circa. Si tratta quindi di due tipi di memoria diversa, una delle quali è finita fuori dal dominio della coscienza. Poi c'è l'apprendimento implicito, grazie al quale impariamo molto anche senza rendercene conto: esempi sono gli ste-

reotipi e le regole della cultura di riferimento. Il fatto che non sappiamo di averli imparati non rende questo apprendimento meno utile di quello esplicito. Ma esistono anche motivazioni implicite, ossia obiettivi o desideri di cui non si è consapevoli. Un esempio di questo tipo di motivazioni è quella all'affiliazione, ossia al desiderio unanimemente condiviso di essere accettati e apprezzati dalle altre persone, sostenuto anche dal fatto che in generale per molti è difficile tollerare la solitudine. Un possibile problema riguardante la motivazione implicita può manifestarsi quando motivazioni cosce e motivazioni inconscie non collimano tra loro. Allora accade che una persona non sia consapevole di ciò che la motiva realmente e quindi potrebbe trovarsi a cercare di raggiungere obiettivi sostenuti da motivazioni cosce che risultano in contrasto con quelle inconscie».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Fatichi ad addormentarti e sei stressato?



O ti senti così, o ti senti ACT.

Melatonina e Valeriana Act®

Prova Melatonina e Valeriana Act, il buon sonno a soli €9,90.



SCOPRI TUTTA LA LINEA ACT PER I DISTURBI DI SONNO E UMORE



LINEA ACT. LA QUALITÀ AL GIUSTO PREZZO!

Il Guggul contribuisce a mantenere normali livelli di colesterolo. Si consiglia di seguire una dieta variata, equilibrata ed un sano stile di vita.

IN FARMACIA E PARAFARMACIA



Distribuito da:

F&F s.r.l.

06 9075557

LINEA-ACT.IT