



Internet e informazione psichiatrica: il web-counseling per il disagio psicologico dei ciber-utenti

di Gennaro Esposito

Internet sta diventando sempre più il principale fornitore di informazioni della nostra società. Si stima che il materiale presente in rete, sotto forma di documenti Web, sfiori i 100 milioni di pagine in tutto il mondo¹.

Ma l'aspetto più rivoluzionario di Internet è rappresentato dalla maggiore facilità a reperire informazioni specifiche in tempo reale e dal ruolo attivo svolto dagli utenti-navigatori nell'accesso e selezione di tali informazioni. Ciò ha determinato, negli ultimi anni, una crescente domanda di informazione a cui non sempre è corrisposta un'offerta qualitativamente elevata da parte dei webmaster. In ambito medico la necessità di offrire informazioni qualitativamente corrette agli utenti è più sentita rispetto ad altri campi del sapere, a causa delle numerose implicazioni di carattere etico-deontologico. Per tale ragione numerose iniziative sono state intraprese in rete per definire regole standard oggettive e valide, atte a preservare una corretta informazione e i diritti degli utenti della rete. I più recenti sistemi elettronici di revisione (per es. Medical Matrix e OMNI) hanno lo scopo di autoregolamentare, rivedere e certificare la qualità dei singoli siti di divulgazione scientifica ed eventualmente di migliorarli². In ambito psichiatrico (e più in generale della salute mentale) la rete sta esprimendo tutte le sue potenzialità. Alcuni servizi psichiatrici, per esempio, cominciano a utilizzarla come mezzo psicoeducativo e di supporto per i pazienti e le loro famiglie, offrendo un'ampia gamma di siti informativi e divulgativi per gli utenti di tutto il mondo interessati ai temi del disagio psicologico. Negli USA, la crescita esponenziale dei siti che offrono consulenze



psicologiche e le offerte di psicoterapia e informazioni sulle malattie psichiatriche online hanno favorito la necessità di definire regole precise e valide per tutti i soggetti promotori di tali iniziative attraverso la costituzione di una commissione di esperti. Questi counselors, riuniti nella National Board Certified Counselors (NBCC)³, rappresentano una sorta di task force che ha esaminato la pratica della consulenza psicologica online, e che ha definito criteri standard per tale attività professionale. La NBCC ha rilevato che il counseling viene svolto in maniere diverse in Internet: dai siti che promuovono semplici homepage del consulente, ai siti che dispensano informazioni sul counseling e altri che attualmente offrono interventi terapeutici insieme al counseling “faccia-a-faccia”. Inoltre è stato rilevato che alcuni siti sono progettati male, costruiti male e presentati male. Altri sono gestiti da soggetti anonimi, senza credenziali, mentre altri ancora sono gestiti da professionisti con adeguate credenziali e anni di esperienza professionale. Dopo un’attenta ricerca e analisi del fenomeno, la task force della NBCC ha stilato un vero e proprio decalogo del web-counseling, un’insieme di linee guida per la pratica di questa attività⁴. Si è arrivati a definire il web-counseling come “la pratica del counseling professionale e dell’erogazione di informazione che avviene quando un cliente e un consulente sono in località distanti e utilizzano tecnologie elettroniche per comunicare attraverso Internet”.

Ed è proprio la natura del mezzo di comunicazione a generare importanti implicazioni di ordine etico-professionale. Non soltanto il “counselor” deve avere dei requisiti professionali specifici (comprovata esperienza di counseling faccia-a-faccia), ma gli si richiede una serie di conoscenze informatiche e l’utilizzo di tecnologie avanzate. Questo per proteggere l’utente richiedente da una serie di inconvenienti e rischi derivanti da questo modo di comunicare (sicurezza dei dati personali, garanzia della privacy, metodi di crittografia delle comunicazioni, cura degli archivi delle sedute, copertura assicurativa per eventuali violazioni dell’attività, utilizzo di software per la condivisione di informazioni, ecc.).

La National Board for Certified Counselors (NBCC) non patrocina direttamente la pratica del web-counseling, ma spera che questi criteri standard, adottati nel 1997 in USA, possano dare ai consulenti e ad altri professionisti della salute mentale le direttive ne-



cessarie per minimizzare i rischi e i pericoli che potrebbero occorrere a loro stessi e agli utenti del Web.

Tra questi rischi il principale è forse confondere il counseling con la psicoterapia online. Leonard Holmes⁵, un noto web-counselor americano, ritiene che “le relazioni stabilite in Internet non possano considerarsi terapia, ma possano legittimamente essere considerate una forma di counseling”. Egli stesso fa notare la profonda differenza tra la definizione di psicoterapia e quella di counseling in un articolo pubblicato sul suo sito: il *counseling* è definito “una relazione professionale e un’attività nella quale una persona si sforza di aiutare un’altra persona a far comprendere e a risolvere i suoi problemi di adattamento; offrire un consiglio, un’opinione e un’istruzione per indirizzare il giudizio o il comportamento dell’altro”, mentre la *psicoterapia* è “un trattamento dei disordini emozionali, comportamentali, della personalità e psichiatrici basato primariamente sulla comunicazione verbale e non verbale con un paziente, in contrasto con i trattamenti che utilizzano sostanze chimiche o fisiche”. Ribadisce che “la comunicazione verbale e quella non verbale sono menzionate insieme nella definizione, e sono entrambe essenziali per poter definire una psicoterapia. Non è necessario formulare una diagnosi per aiutare una persona a rendersi conto e a risolvere un problema, e il counseling telematico rappresenta una logica estensione della tradizione americana dell’*advice giving* (dare consigli, Ndr) mediante la carta stampata”. Detto questo, non si dovrebbe tuttavia escludere a priori e in maniera pregiudizievole l’utilità del mezzo Internet in alcuni casi di psicoterapia nei quali l’utente, per svariate ragioni, non può raggiungere di persona il suo terapeuta, col quale ha già iniziato un percorso terapeutico faccia-a-faccia. I consulti su Internet, inoltre, devono avere la caratteristica della brevità, con focus incentrato su un problema specifico e sulle possibili soluzioni per quel problema. Ciò non significa che fare counseling sia lo stesso che dare un consiglio, ma spesso è aiutare qualcuno a vedere le cose da un altro punto di vista, da un’altra prospettiva, facilitando quella presa di coscienza che è volano del cambiamento personale. Chiedere un consulto a uno specialista psichiatra attraverso Internet può essere un modo conveniente per ottenere un aiuto su un problema specifico.



La realtà dell'informazione psichiatrico-psicologica in Italia su Internet: i gruppi di auto-aiuto e i siti di counseling psicologico.

In Italia lo sviluppo dell'informazione in ambito psichiatrico e psicologico in Internet è iniziata concretamente a partire dal 1995, con la nascita di siti che hanno pionieristicamente intuito le potenzialità della rete come mezzo di diffusione di informazioni, condivisione di esperienze e creazione di una cultura telematica intorno ai temi della salute mentale (Pol.it, Psychomedia)⁶.

Successivamente sono nati molti siti Web che offrono servizi informativi, consulenze su patologie neuro-psichiatriche e sul disagio psicologico in generale. A differenza della realtà americana, però, in Italia la diffusione del mezzo internautico in tale settore della conoscenza è andata a passo ridotto, a causa dello scarso numero di connessioni sul territorio nazionale e di uno strisciante scetticismo proveniente da molti settori del sapere psichiatrico nei riguardi della pratica del counseling in rete. Eppure, dai dati a nostra disposizione, la domanda di informazione è elevata.

Molti, infatti, sono i siti Web e i gruppi di discussione (newsgroup) che sono stati creati per venire incontro all'esigenza degli utenti di condividere problematiche psicologiche comuni e discuterne gli aspetti più disparati.

Tra i siti di maggiore rilievo nel nostro paese spicca "PSICHE2000",⁷ una rete nazionale che si batte per migliorare le strutture e i servizi psichiatrici, denunciando soprattutto l'esistenza della drammatica situazione in cui versano da anni i pazienti e le loro famiglie. Scopo principale di PSICHE2000 è creare le condizioni necessarie per una idonea assistenza ai malati e alle loro famiglie attraverso il "Progetto Psiche", col quale vengono fornite alle famiglie dei pazienti tutte le informazioni necessarie e un'ampia documentazione sulla salute mentale per formare nuove sezioni di familiari e volontari sul territorio. PSICHE2000 si prefigge di promuovere l'informazione e la sensibilizzazione dell'opinione pubblica, dei mass-media, degli enti preposti, degli amministratori pubblici e degli operatori del settore sui temi della cultura e del rispetto del malato e della sua famiglia; migliorare i servizi esistenti e operare per crearne altri; ottenere centri diurni efficienti per attività occupazionali ed espressive, comunità di accoglienza riabilitative e comunità protette; ottenere una



risposta certa e tempestiva dei servizi pubblici nei casi di crisi-emergenza psichiatrica.

Inoltre PSICHE2000 ha creato una rete intranet denominata PSICHENet, attiva dal settembre 1995, che consiste in un sistema di rapido scambio di informazioni (FEA, Fast Exchange Area) a basso costo tra gli aderenti alla rete nazionale PSICHE2000, allo scopo di facilitare l'accesso al corpus delle informazioni e lo svolgimento delle attività delle singole sezioni locali dell'associazione. Il materiale informativo riguarda: leggi regionali e nazionali sulla salute mentale, proposte in sede di commissioni (Osservatorio Nazionale, Camera, etc.), proposte di miglioramento dell'organizzazione formulate dai singoli soci; idee, suggerimenti, esperienze; forum di discussione su argomenti specifici; lettere inviate dalle sezioni ai giornali; opuscoli e articoli pubblicati in rete; documenti e comunicazioni riservate; ultime novità in tema di salute mentale; descrizione completa di comunità protette, residenziali, strutture, indirizzari, ecc.; ultime novità in tema di psicofarmaci, ricerca, ecc. tradotte in italiano; possibilità di accedere ai documenti delle banche dati dei principali siti psichiatrici mondiali.

Una lunga ricerca sul Web di siti italiani dedicati all'auto-aiuto per le famiglie e i pazienti psichiatrici ha dato pochissimi frutti. Gli unici siti esistenti sono dedicati essenzialmente all'informazione su gravi patologie neuropsichiche, prevalentemente genetiche (per esempio l'AIMS, Associazione Italiana Sclerosi Multipla)⁸, tesi a promuovere la raccolta di fondi a favore della ricerca. Interessante è la sezione Educazione sanitaria di Psychatry On Line Italia, curata da Danilo di Diodoro⁹. L'esposizione chiara e divulgativa di informazioni riguardanti le malattie psichiatriche è alla base dell'intervento psicoeducativo dello psichiatra e delle istituzioni psichiatriche territoriali. Questa sezione di Pol.it, dedicata principalmente alla schizofrenia, offre al lettore la possibilità di capire che cos'è la schizofrenia, come curarla, come affrontarla nel concreto, proponendosi come valido strumento telematico di auto-aiuto per le famiglie dei pazienti psichiatrici.

Un esempio di sito Web in cui l'auto-aiuto si esplica con la partecipazione di più soggetti intorno a una specifica problematica è l'Isola della speranza (IDS)¹⁰, creato e curato da un paziente affetto da disturbo di panico (DAP). La molla che ha spinto questo utente a creare il sito è stata la necessità di parlare del suo problema



con altre persone che lo vivevano direttamente come lui. Inizialmente l'esigenza era quella di capire di cosa soffriva, e ricercare confronti con utenti che vivevano analoghe esperienze. Una necessità impellente è stata quella di capire soprattutto come mai molti casi di DAP non vengono diagnosticati per tempo, col risultato di vivere intense tribolazioni alla ricerca di terapie e diagnosi illuminanti. "IDS è diventata – dice il curatore, Paolo, in una sua personale corrispondenza – un vero e proprio punto d'incontro per tutti noi 'dappisti', ex 'dappisti', depressi e altri [...] e vorrei che per il futuro fosse l'informazione di base e lo scambio di esperienze dirette a farla da padrone [...]". Il sito contiene varie rubriche, una "IDS-CHAT-IRC" per scambiarsi messaggi in tempo reale, una E-MAIL-List (lista di discussione), un IDS-FORUM (dove ognuno scrive ciò che pensa), e suggerisce vari link con analoghe finalità. IDS rappresenta al momento un ottimo esempio di auto-aiuto telematico sul tema dei disturbi di panico e della depressione, e dimostra come Internet faciliti e stimoli la condivisione di gruppo intorno ai problemi, anche rispetto alle forme tradizionali di auto-aiuto presenti sul territorio.

Resta da valutare il mancato ruolo svolto dal "contatto dal vivo" sui processi di crescita interiore dei gruppi di auto-aiuto virtuali rispetto a quello dei gruppi tradizionali, e se questa assenza di contatto dal vivo possa limitare in qualche modo i benefici dell'esperienza grupale di auto-aiuto in termini di crescita interiore reale, volta al cambiamento e alla definitiva presa di coscienza dei propri problemi. Riteniamo che questa problematica possa essere sviluppata, discussa e ampliata nell'ambito della discussione scientifica presente in rete, attraverso un'attenta analisi del fenomeno, sgombra da pregiudizi di fondo. È indubbio, altresì, che il mezzo telematico possa quantomeno favorire una iniziale presa di coscienza dei problemi emotivi soggettivi e favorire quella condivisione grupale essenziale per la loro risoluzione, col successivo utilizzo di strategie terapeutiche attuate dal vivo.

In quest'ottica l'auto-aiuto telematico rappresenta indubbiamente uno spazio solidaristico condiviso di straordinaria efficacia e Internet è il nuovo mezzo capace di attuarlo. Ciò è testimoniato dal crescente numero di siti Web che si sforzano di divulgare questa nuova cultura della rete. Tra questi segnaliamo "Depressione.it: il primo sito italiano per chi soffre, studia e si occupa di depressione",¹¹ che



offre una doppia opportunità: da un lato quella di permettere uno scambio di esperienze vissute tra utenti sofferenti; dall'altro quella di riunire gli addetti ai lavori intorno alle problematiche della depressione. L'uso dei forum virtuali (mediati dalla posta elettronica) permette in questo caso la pubblicazione in appositi spazi sul Web dei quesiti e delle osservazioni degli utenti, creando quello spirito di condivisione che fa crescere l'interesse empatico intorno ai problemi. I forum sono moderati dal curatore del sito (che è uno psichiatra) e ciò permette una selezione attenta dei messaggi pervenuti, onde evitare irruzioni di disturbatori o di messaggi pubblicitari indebiti.

Il fine principale è la condivisione di esperienze personali e lo scambio di utili informazioni per costruire strategie valide contro la depressione (a chi rivolgersi, il corretto uso dei farmaci, l'efficacia dei vari trattamenti, news scientifiche sull'argomento, ecc.).

“Medico On Line” (MOL)¹² e “Salute e Medicina Internet” (SMI)¹³ sono due siti che offrono la possibilità di contattare, in una sorta di ambulatorio virtuale, gli specialisti di varie branche della medicina e della psicologia, tra cui molto rappresentati sono gli psichiatri e gli psicoterapeuti. La tecnologia utilizzata per consentire i contatti è diversa nei due casi: in MOL il contatto tra specialista e utente avviene mediante l'uso della posta elettronica del professionista (contatto diretto, non anonimo) e i messaggi non vengono assolutamente pubblicati nel sito; in SMI il contatto avviene tramite un form che viene spedito al server del sito in forma anonima, e le richieste vengono poi pubblicate, per ogni branca specialistica, in una apposita pagina con le risposte ai quesiti curate dagli esperti di ogni settore. Tali esperti, per poter contribuire al servizio, dovranno dimostrare di possedere i titoli richiesti dal direttore del servizio.

Sul Web sarebbero oltre 200 gli utenti che, in Italia, contattano ogni giorno i siti di informazione scientifica nel campo della salute mentale e sono moltissimi i professionisti che si dedicano con passione a questa attività di counseling telematico. Secondo dati recenti pervenuti da Salute e Medicina Internet, sono circa 150 gli utenti che hanno contattato gli esperti nel campo della neurologia, della psichiatria e della psicologia e che hanno ottenuto informazioni, a partire dal 1996. I curatori del sito confidano in una più ampia diffusione del servizio per renderlo uno strumento utile e soprattutto gratuito. Questo genere di servizi è in rapida espansione, con-



siderando la crescita esponenziale del numero di collegamenti alla rete a cui stiamo assistendo oggi nel nostro paese.

Esistono, poi, numerosi siti Web in cui singoli professionisti offrono consultazioni online di varia natura agli utenti e con diverse tecnologie informatiche. Quello che segue è un breve elenco di questi siti, segnalando le loro finalità, le tecnologie utilizzate, i vantaggi e gli svantaggi per ognuno di essi.

- “Psicoterapeuta on the Web”¹⁴, un servizio gratuito che fornisce informazioni sulle patologie neuropsichiatriche e sul disagio psicologico, ideato e curato da Gennaro Esposito nel maggio del 1996. Il counseling avviene mediante posta elettronica anonima. L'utente, tramite un form di accesso, invia al server del sito la richiesta e questa viene automaticamente indirizzata al PC del professionista, che dopo averla visionata provvede alla risposta e alla successiva pubblicazione sul sito, garantendo il più assoluto anonimato dell'utente. Infatti il sistema fa in modo che né l'esperto né i tecnici del server possono individuare l'indirizzo di posta elettronica del mittente. Il servizio offre, inoltre, la possibilità di accedere a un apposito archivio delle richieste degli utenti, divise per problematiche principali. Questo sito, come gli altri già citati, si rifà alle regole deontologiche dettate dalla NBCC per l'attività del counseling telematico, anche se differisce dal counseling d'oltre oceano per il fatto che non prevede un contatto individuale preferenziale e continuato nel tempo, né un particolare setting con gli utenti. I risultati di questa esperienza sono stati presentati al recente Congresso Internazionale su “Internet e salute mentale”, tenutosi a Genova nel febbraio 1998¹⁵. Oltre 350 sono state le richieste di informazione rivolte all'esperto dal maggio 1996 al novembre 1998. Questo sito ha ottenuto un particolare riconoscimento di qualità da un sistema di revisione statunitense¹⁶ nel campo dell'informazione medica e del counseling, che assegna ai siti selezionati (sulla base della qualità dei contenuti) un certo numero di “stelle”¹⁷; il sito si è aggiudicato infatti le 3 stelle di qualità (che equivale a “una delle migliori risorse nella categoria di appartenenza”). La stessa rivista scientifica “Psychiatry on Line Italia – Pol.it” ha ottenuto da questo revisore 4 stelle di qualità (“una delle migliori risorse in assoluto tra tutte le categorie”). L'unico



svantaggio del sito è la mancanza di un forum o di una mailing-list da offrire agli utenti per favorire lo spirito condiviso di autoaiuto su psicopatologie specifiche.

- “Psychoterapy On Line”¹⁸, un sito italiano curato da uno psicologo-psicoterapeuta, Adelfo Bravi, che offre la possibilità di intraprendere una relazione terapeutica online mediante l’uso della chat-room o di software che mediano immagini e suoni come NetMeeting. Questa iniziativa, come le tante presenti in rete, rende conto delle numerose polemiche sorte nelle varie mailing-list specialistiche a proposito della reale possibilità di costruire un setting terapeutico sfruttando la rete Internet. A questo proposito il curatore del sito, consapevole dei limiti assoluti del rapporto telematico nei confronti del setting tradizionale, ritiene che lo strumento internautico abbia “una tale potenza da consentire ciò che nello studio professionale è impossibile [...]” e ritiene necessario chiedersi “quali nuove possibilità ci vengono offerte dalla rete in certe situazioni che, per i più diversi impedimenti, non potrebbero altrimenti consentire una psicoterapia classica [...] anche se questa sfida va raccolta, valutata e sperimentata fino in fondo con cautela ed attenzione, con la mente però aperta e libera dai pregiudizi e dalla paura [...]”.
- “Psicologia Generale”¹⁹, un sito curato da uno psicologo-psicoterapeuta, Massimo Cabrini, che offre consultazioni di psicologia generale via posta elettronica e improbabili test psicologici online che l’utente si autosomministra direttamente alla tastiera. Se da un lato l’offerta di consulenza sembra lecita, dall’altra pubblicare un test psicologico online (alla portata di tutti e fuori da ogni contesto) sembra azzardato e inutile. Non sembra avere molto senso proporre un reattivo psicologico “per dare la possibilità all’utente di stabilire che problemi ha” prima ancora di aver stabilito un contatto personale o un contesto di counseling.
- “Parlarne con lo psicologo...”²⁰, curato da Cristina Arcidiacono, psicologa e psicoterapeuta, offre “uno spazio riservato e personale in cui poter dialogare con lo psicologo al fine di promuovere l’informazione su temi psicologici relativi alla vita di tutti i



giorni, ai suoi problemi e alle molteplici risorse e opportunità utili a migliorarne la qualità. Il curatore avverte, in questo caso, che l'obiettivo del servizio è fornire consulenza e informazioni senza finalità diagnostiche o terapeutiche, e il mezzo utilizzato per il contatto è la posta elettronica classica, con relativa tutela del segreto professionale”.

Come si noterà il panorama dell'informazione in area psy- nella rete Internet è abbastanza vasto, e spinge il lettore a una serie di considerazioni che vanno dall'utilità e dai vantaggi che il mezzo telematico offre rispetto ai media tradizionali, fino alla questione della tutela della privacy e del segreto professionale da parte dei web-counselor. I problemi che poniamo sono essenzialmente rappresentati dal controllo della qualità dell'informazione, che in Italia stenta a decollare per la mancanza di strumenti legislativi adeguati e di una regolamentazione specifica sulla materia (cioè l'informazione/counseling su temi psichiatrico-psicologici versus utenti della rete), e per lo scarso interesse dimostrato dalle principali istituzioni scientifiche impegnate nel campo della salute mentale; inoltre va verificata, con analisi attente e studi approfonditi, la validità delle cosiddette psicoterapie online, che come abbiamo visto si differenziano dall'attività del counseling telematico e dell'informazione su tematiche medico-psicologiche. Dobbiamo, però, constatare come sia forte, in questo momento, lo spirito solidaristico-volontaristico proveniente da molti settori dell'associazionismo sociale e come sia elevata la domanda degli utenti sui temi della prevenzione, dell'informazione e dell'approccio al disagio psicologico e alla malattia mentale.

Ci auguriamo che, con questo nostro contributo, Internet possa ben presto rappresentare il principale mezzo mediatico di condivisione dell'informazione su tematiche psichiatrico-psicologiche, validissimo ausilio per l'auto-aiuto psicologico e terreno di proliferazione del counseling psicologico, nonostante presenti ancora numerosi svantaggi rappresentati dai costi ancora troppo elevati delle connessioni ai provider, dai costi elevati e dalla lentezza delle connessioni telefoniche, che non consentono a tutti di poter usufruire dei suoi innegabili vantaggi.



Note

- 1 E. Santoro, "La qualità delle informazioni mediche su Internet", *MEDIFAX*, 24, Apr-Giu 1998 (ripubblicato in E. Santoro, *Internet in medicina*, Il Pensiero Scientifico Editore).
- 2 Medical matrix - Peer Review and Editorial Board - [online] 1997 [consultato il 14/11/98];
URL: <http://www.medmatrix.org/info/edboard.html>.
E.Santoro, "I sistemi di Rating. I sistemi di valutazione di Medical Matrix (Star System)", tratto da E. Santoro, *Internet in Medicina*, pagg. 165-167, Il Pensiero Scientifico Editore, 1998.
- 3 John W. Bloom, Ph.D., NCC - NBCC WebCounseling Task Force. "NBCC introduces its standards for ethical practice of WebCounseling" [online] Settembre 1997 [consultato il 11/10/98]; URL: <http://www.nbcc.org/wcintro.htm>
- 4 National Board for Certified Counselors, Inc. "Standards for Ethical Practice of WebCounseling" [online] Settembre 1997 [consultato il 11/10/98]; URL: <http://www.nbcc.org/webstandards.htm>
- 5 Leonard Holmes - "Cybertherapy is it really therapy?" [online] 21 Aprile 1997 [consultato il 8/10/98]; URL: <http://mentalhealth.miningco.com/library/weekly/aa042197.htm>
- 6 Psychiatry On Line Italia [online] 1995;
URL: <http://www.publinet.it/pol/ital/current.htm>
Psychomedia [online] 1996; URL: <http://www.psychomedia.it>
- 7 <http://www.vol.it/PSICHE2000/>
- 8 Associazione Italiana Sclerosi Multipla [online] 1996 [consultato il 22/11/98] URL: <http://www2.comune.bologna.it/bologna/aism/default.html>
- 9 Educazione Sanitaria di POL.it - a cura di Danilo Di Diodoro- [online] 1996 [consultato il 5 dicembre 1998] URL: <http://www.publinet.it/pol/ital/docueduc.htm>
- 10 Isola della speranza - [online] 15 gennaio 1997 [consultato il 21/10/98]; URL: <http://bnetitalia.com/ids/>
- 11 Depressione.it - [online][consultato il 12/11/98]; URL: <http://www.depressione.it>
- 12 Medico On Line - Ambulatorio telematico - [online] 1996 [consultato il 23/10/98]; URL : <http://www.netgroup.it/medico/cittad/ambul.htm>
- 13 Salute e Medicina Internet - "Chiedi all'Esperto. L'Esperto risponde".



- [online] 1995 [consultato il 11/11/98]; URL: <http://www.sameint.it>
e <http://www.agarde.it/esperto>
- 14 Psicoterapeuta on the Web - [online] Maggio 1996 [consultato il 14
Novembre 1998]; URL: <http://www.fastcom.it/psico/freud.htm>
- 15 G. Esposito : "Internet e informazione neuropsichiatrica: un'esper-
ienza in rete con l'uso dell'e-mail anonima"- art. presentato al I
Congresso Internazionale "Internet e Salute Mentale" - Genova, 7-8
Febbraio 1998; [online] 1998 [consultato il 15/11/98]; URL: [http://
www2.psichiatria.unige.it/index_1.htm](http://www2.psichiatria.unige.it/index_1.htm)
- 16 HealthAtoZ - The Search Engine for Health and medicine - [online]
1996 [consultato il 14/11/98]; URL: <http://www.healthatoz.com/>
- 17 Vedi nota 2.
- 18 Psychoteraphy On Line - [online] [consultato il 6/11/98]; URL: [http://
mercurio.it/BRAVI/pgit.htm](http://mercurio.it/BRAVI/pgit.htm)
- 19 Psicologia Generale - [online] [consultato il 7/11/98]; URL: [http://
www.prometheus.it/ospiti/psico/Biosex.html](http://www.prometheus.it/ospiti/psico/Biosex.html)
- 20 "Parlarne con lo psicologo..." - [online] [consultato il 7/11/98]; URL:
<http://www.geocities.com/Hearthland/Park/2758>