

# VR E TERAPIA PSICHEDELICA

Storia, integrazioni, prospettive

## UN PO' DI CHIAREZZA

- Che cos'è una sostanza psichedelica?
- Cosa intendiamo con «terapia psichedelica»?
- C'è un legame tra sostanze psichedeliche e realtà virtuale?

# TERAPIA PSICHEDELICA: COS'È?

Il termine «terapia pschedelica» si riferisce all'insieme delle pratiche che si propongono di trattare varie condizioni di disturbo mentale mediante l'ausilio di **pschedelici**: sostanze con spiccati effetti psicoattivi, poca o nessuna dipendenza indotta e la capacità di espandere la coscienza o causare amplificazioni e alterazioni sensoriali.

Sono contemplate in questa terapia sostanze come la **psilocibina** (contenuta nei funghi allucinogeni), l'**LSD**, la **DMT** e l'**MDMA**.



# TERAPIA PSICHEDELICA: QUANDO?

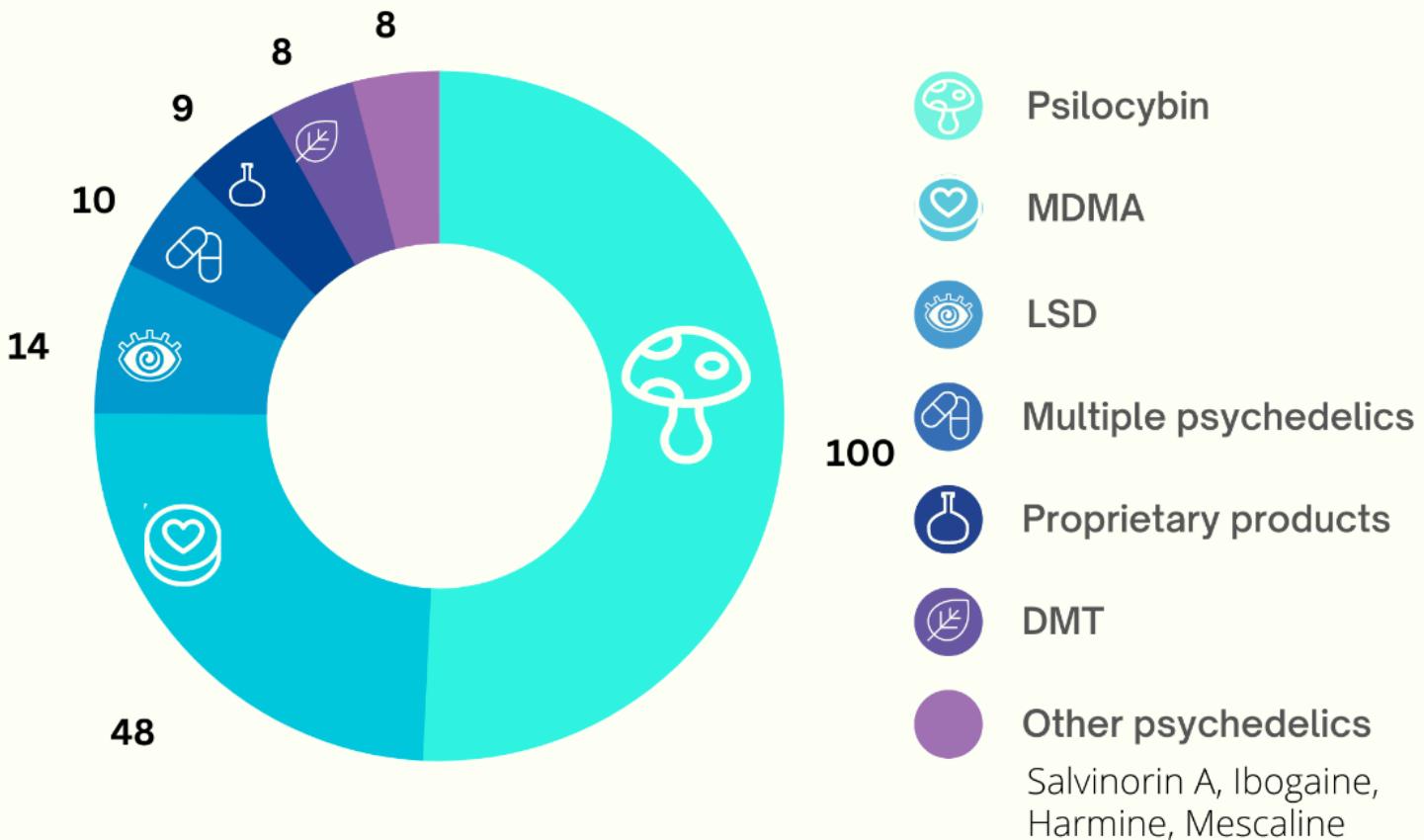
Tali approcci vennero alla luce già negli anni '50 del Novecento. Tuttavia, la stretta che i governi nazionali occidentali attuarono alla fine del successivo decennio limitò di molto le possibilità di ricerca scientifica. L'inizio degli anni 2000 vide l'arrivo di un rinnovato interesse verso questa pratica.

Nuovi studi sembrano attualmente correlare la terapia psichedelica alla presenza di benefici per il trattamento di varie condizioni di disagio mentale quali **depressione**, disturbo d'**ansia** cronico e **PTSD**, nonché ad una riduzione della dipendenza da sostanze psicotrope.



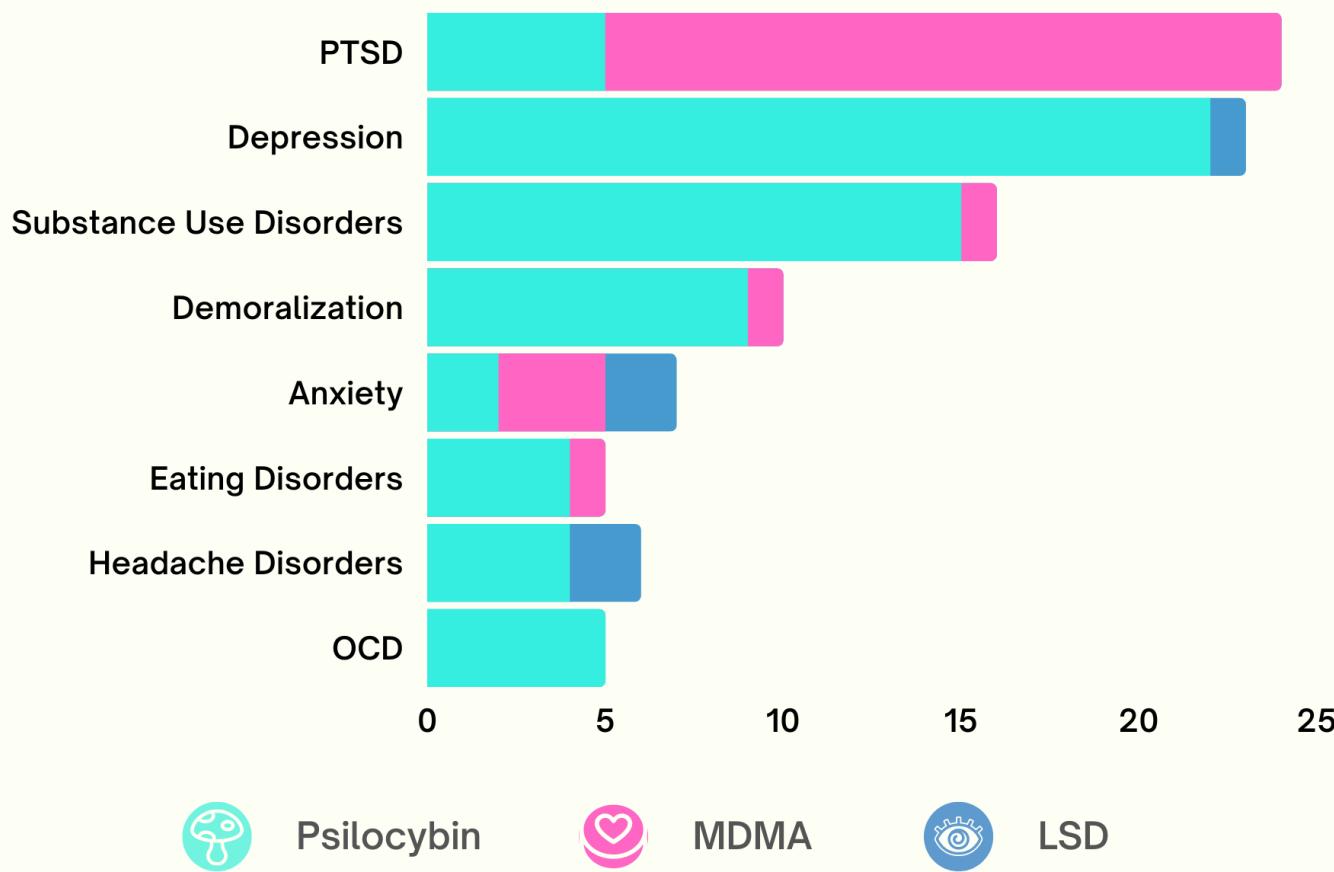
# Psychedelic Clinical Trials

## Interventions



# Psychedelic Clinical Trials

## Conditions



# PSICHEDELIA E VR: QUALI LEGAMI?

Una correlazione tra esperienza psichedelica e realtà virtuale risulta evidente già alla nascita di tale tecnologia, come testimoniato da figure del calibro di Jaron Lanier.

È proprio il programmatore statunitense, tra i fondatori del termine stesso *Virtual Reality*, ad affermare che già negli anni '80 la domanda che più spesso gli veniva posta sull'argomento fosse:

**«quanti punti in comune ha la realtà virtuale con l'LSD?»**



# IL RAPPORTO TRA VR ED IL SÈ

Sia lo psicologo Timothy Leary che lo scrittore e naturalista Terence McKenna, figure chiave del «dibattito psichedelico», si mostrarono immediatamente interessati alla realtà virtuale ed ai collegamenti tra questa e gli stati alterati della mente.

McKenna arrivò fino a teorizzare l'utilizzo della VR come **strumento per l'espansione delle possibilità della mente umana** e la dissoluzione dei limiti del Sé terreno.

Lo scrittore anticipava i tempi: sono attualmente numerosissime le esperienze VR che si propongono tale obiettivo.



# LE BASI PER UNA TERAPIA PSICHEDELICA IN VR

- Quali sono le possibilità che la VR offre nel contesto terapeutico?
- Quando entra in gioco la VR?

# LA CREAZIONE DEI MONDI IN VR

Le opportunità potenzialmente senza limiti che la VR offre nella creazione del mondo virtuale permettono attualmente il suo utilizzo in ambiti legati all'esplorazione del sé e dell'inconscio.

Studi confermano che sia in particolare la possibilità di generare ambienti che riescano ad ispirare meraviglia, soggezione e **senso del sublime** a rendere la VR uno strumento altamente versatile nella terapia psichedelica.

I mondi VR possono non rispondere alle logiche del mondo fisico: essi permettono il potenziale superamento del limite corporeo.



# L'IMPLEMENTAZIONE DEL PENSIERO ASTRATTO

Strettamente legata alla composizione del mondo virtuale, la possibilità di dare forme apparentemente tangibili al pensiero astratto è un'altra delle opportunità offerte dalla realtà virtuale.

I primi protocolli sviluppati per coniugare VR e terapia psichedelica fanno attualmente molto affidamento proprio su questo aspetto dell'esperienza.

I pazienti si trovano davanti ad una situazione impossibile da replicare nel mondo reale: è ora possibile **interagire sensorialmente con i propri pensieri**.



# LA PERMANENZA DEL MIGLIORAMENTO

Una delle grandi problematiche che la terapia pschedelica incontra è la difficoltà a rendere permanenti i benefici psicologici causati dal trip pschedelico.

È in effetti comune che i miglioramenti notati in seguito all'assunzione delle sostanze possano ridursi significativamente o sparire a distanza di alcuni mesi dall'esperienza.

Attualmente è teorizzato che accompagnare la terapia con software specifici in VR **possa rendere possibile la sedimentazione** di tali miglioramenti nel paziente.



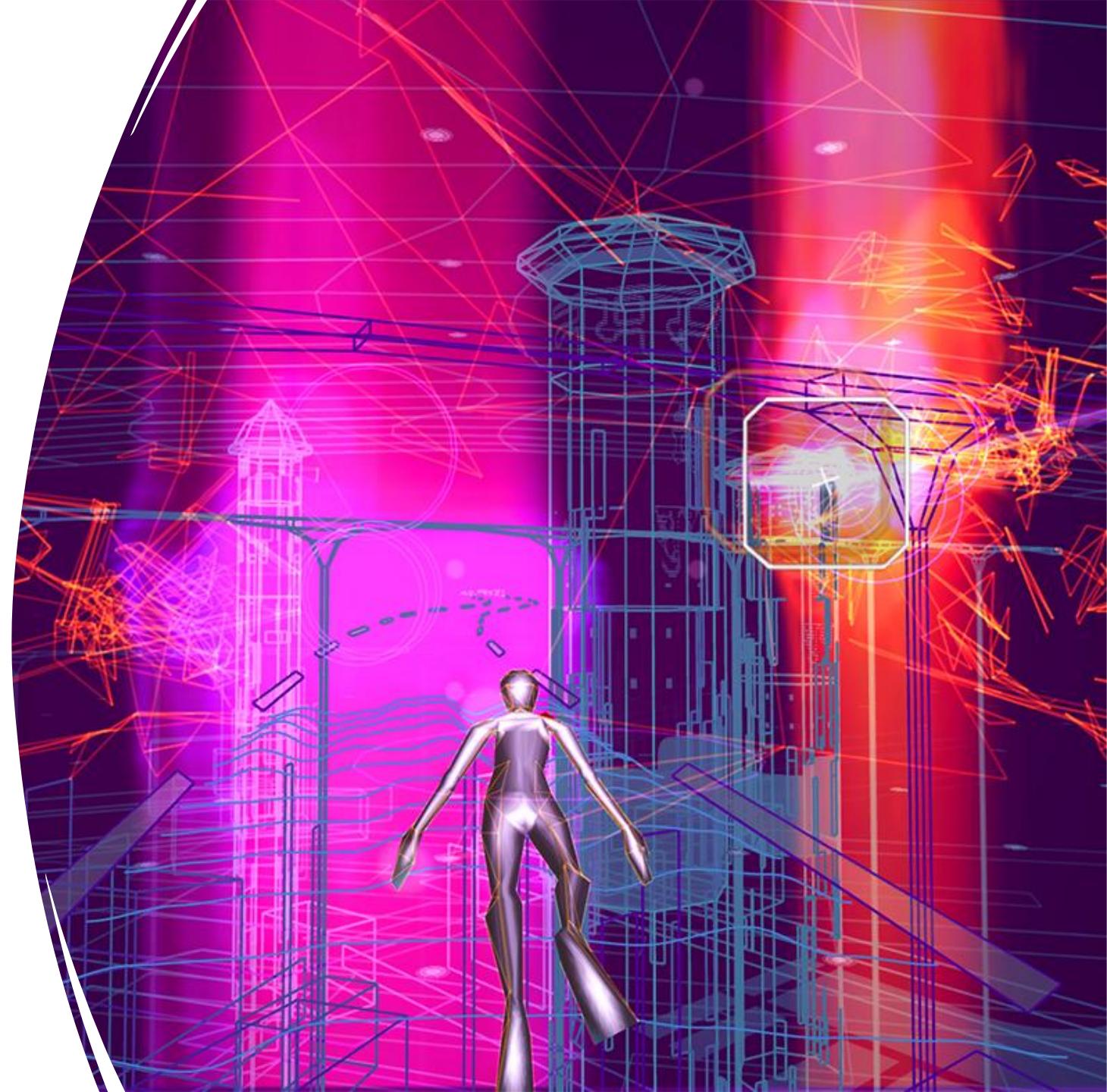
# I RISCHI DI UNA TERAPIA PSICHEDELICA IN VR

- Qual è la relazione tra ambiente reale e virtuale?
- La VR è realmente implementabile con metodo?

# IL SOVRACCARICO SENSORIALE

Il principale rischio che si cela dietro agli ambienti VR è la possibilità di esserne sopraffatti.

Specialmente in un contesto di terapia pschedelica, in cui il paziente è già di per sé soggetto ad alterazioni di vario tipo ed intensità, i conosciuti disagi della fruizione di esperienze in realtà virtuale (motion sickness, disorientamento, ...) **possono essere amplificati**, condizionando negativamente l'esito del processo terapeutico.

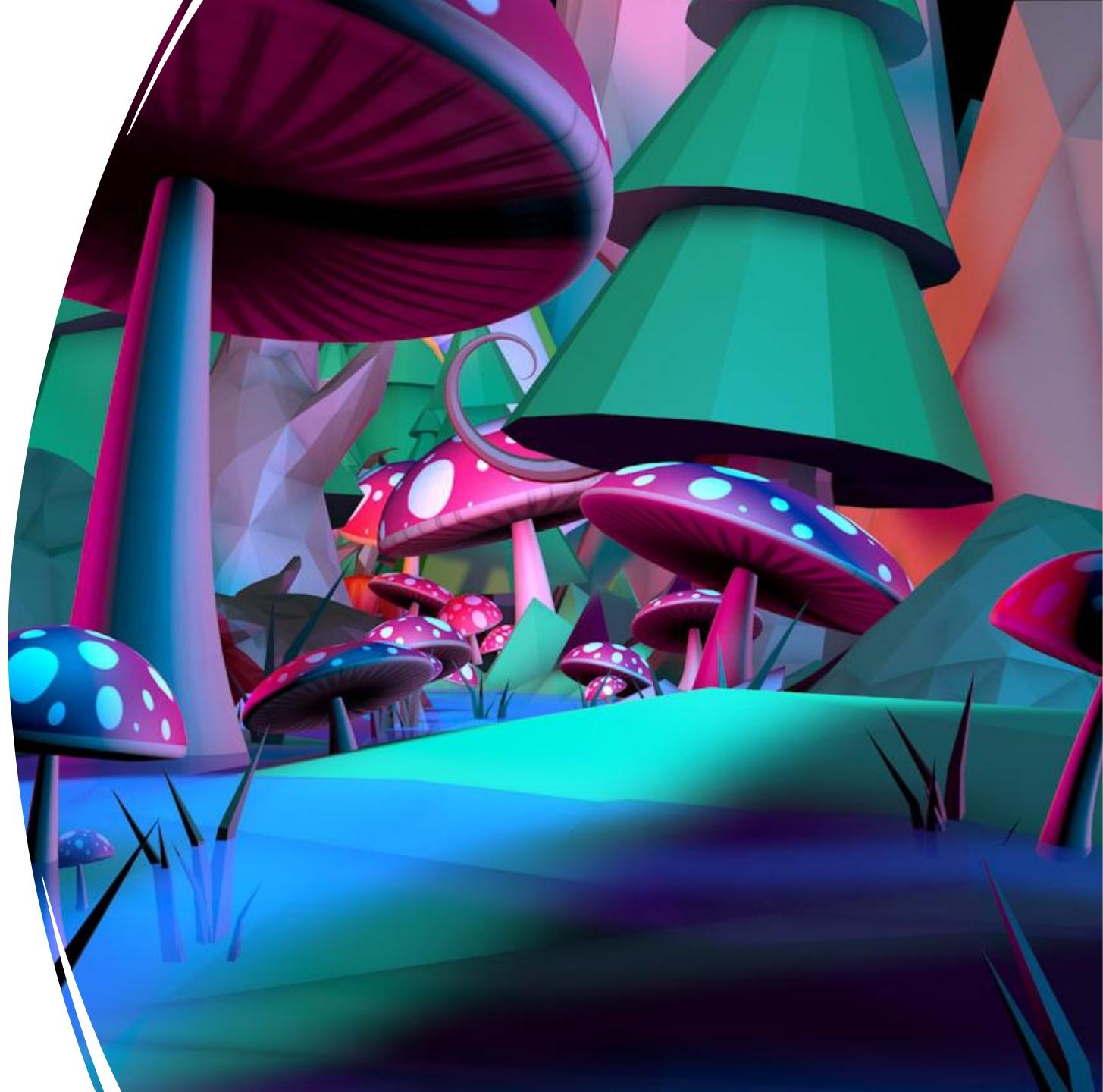


# LA SATURAZIONE DELL'AMBIENTE

Nell'esperienza psichedelica uno degli aspetti fondamentali è il *setting*, ovvero l'ambiente in cui si assume la sostanza. In un contesto terapeutico, il *setting* è generalmente controllato e presentato come un ambiente neutro e privo di pericoli.

L'ambiente VR ha la possibilità di svincolarsi dai limiti imposti dagli spazi delle strutture terapeutiche, ma **deve evitare un sovraccarico emotivo al paziente**, dosando accuratamente la quantità di stimoli presentati.

I protocolli attuali ricreano prevalentemente ambienti naturali, emulando i contesti più tradizionali in cui gli psichedelici vengono assunti.



# PROTOCOLLI DI TERAPIA PSICHEDELICA IN VR

- Enosis Therapeutics e AnchoringVR
- Tripp e PsyAssist
- Entheo Digital e SoundSelf

# ENOSIS THERAPEUTICS: ANCHORINGVR

Enosis Therapeutics è una start-up australiana che sviluppa esperienze VR per la psicoterapia.

L'azienda ha stilato un protocollo per la terapia in realtà virtuale che prevede l'utilizzo nelle fasi finali del trip del suo software proprietario **AnchoringVR**.

AnchoringVR permette la costruzione del proprio mondo usando elementi audio e visuali, integrando multisensorialmente i componenti della scena VR con il passato emotivo dell'utente.

Ogni sessione con AnchoringVR ha una durata di circa 45 minuti.



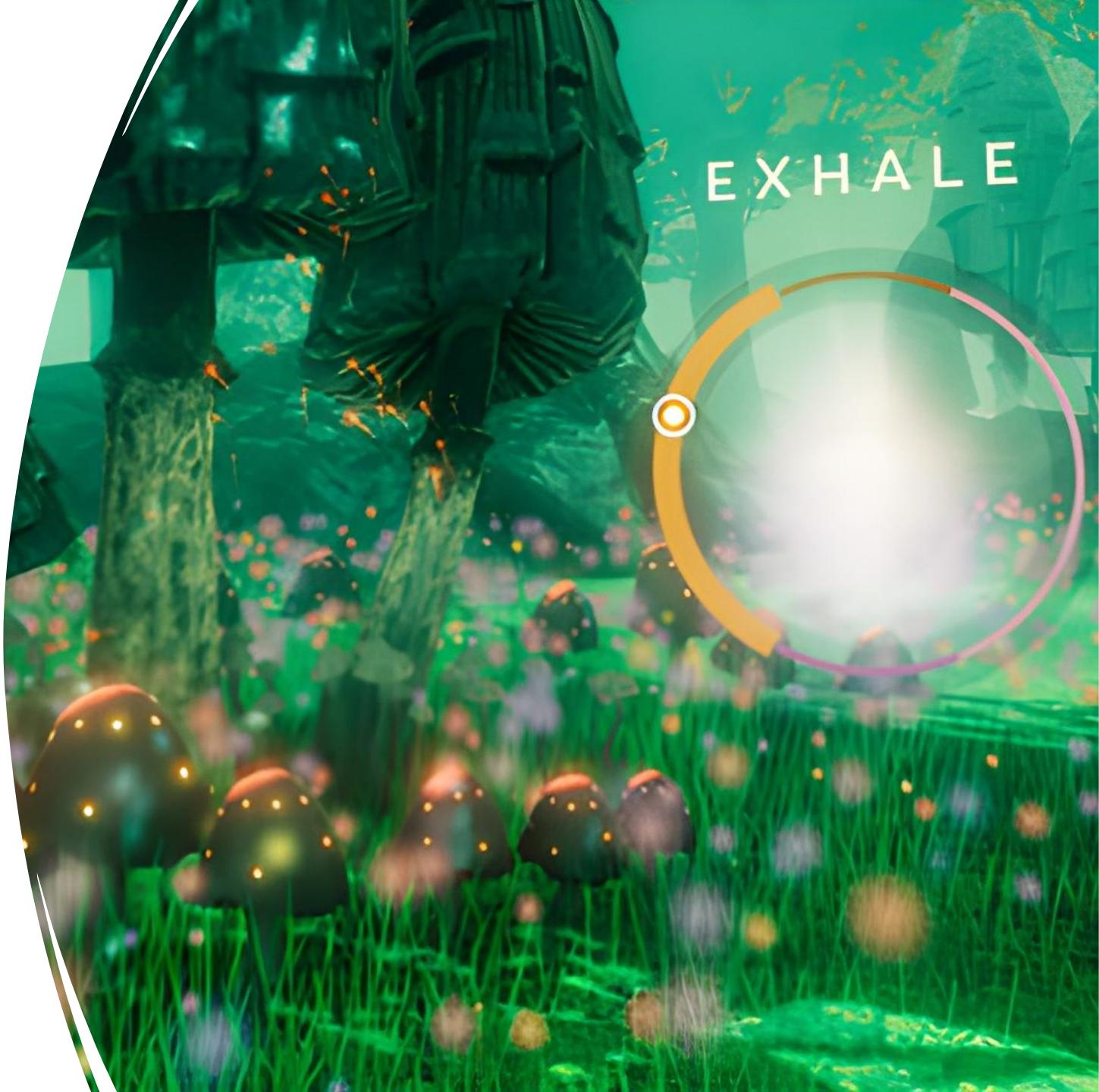
enosis th



# TRIPP: PSYASSIST

Tripp è una start-up fondata nel 2019. Nel 2021 sviluppa **PsyAssist**, software di assistenza per psicoterapia affiancata da ketamina. PsyAssist, inizialmente sviluppato come applicazione mobile, è pianificato per supportare realtà aumentata e VR.

Il software è prevalentemente focalizzato sulla riduzione dell'ansia. Come AnchoringVR, non è pensato come strumento sostitutivo di un percorso psicoterapeutico, ma piuttosto come ausilio e supporto ad esso.

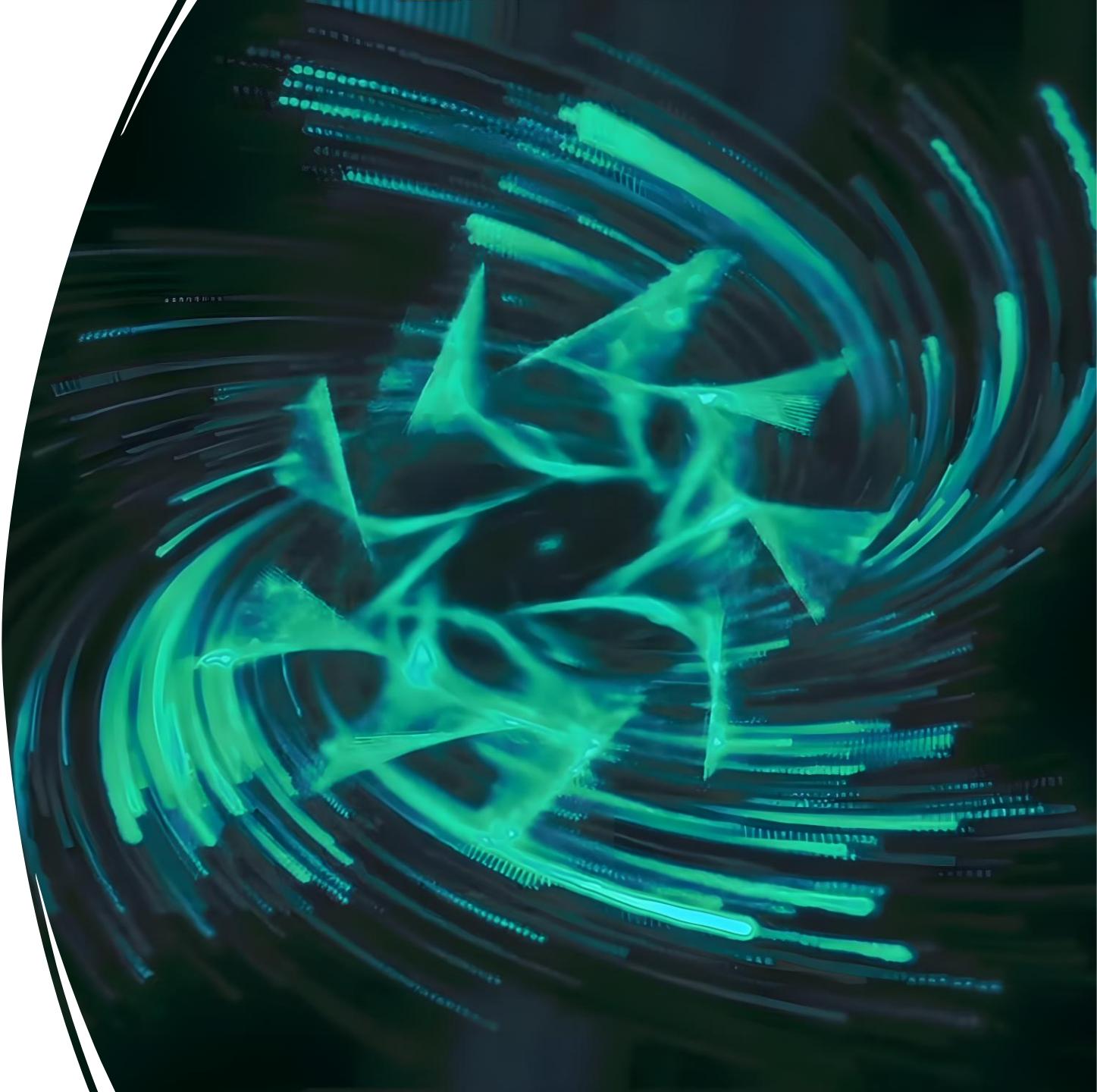


# ENTHEO DIGITAL: SOUNDSELF

Entheo è una compagnia statunitense, fondata con lo scopo di «*distribuire supporti digitali per terapia psichedelica*».

**SoundSelf** è un protocollo che sfrutta un sistema di feedback vocali per offrire risposte musicali e visive a tutto ciò che il paziente fa con la sua voce.

Entheo afferma che in circa 15 minuti è possibile raggiungere stati mentali nei quali l'attività cerebrale risulta essere simile a quella di un cervello in stato di alterazione indotta da psichedelici, o di profonda meditazione.





## INFINE, UNA PICCOLA RIFLESSIONE

Quanto potenziale ha davvero la realtà virtuale in  
questo campo?

# LA POTENZIALE BANALIZZAZIONE

La grande immersività garantita dalla realtà virtuale le consente di coinvolgere in modo attivo il fruitore come nessun altro media prima di essa. E tuttavia da considerare che in un contesto terapeutico il fine ultimo è il miglioramento **autoindotto** delle condizioni di vita del paziente.

Occorre quindi tenere alta la guardia per evitare di trasformare la psicoterapia in una semplice meditazione «spettacolare» o in un bombardamento sensoriale di cui l'utente non ha controllo.

In questo senso, **la realtà virtuale non è quindi né una cura né un farmaco, ma un utile strumento**, potenzialmente da affiancare ad un consistente percorso psicoterapeutico qualora essa si configuri come **mezzo per un approfondimento della conoscenza di sé**.





# GRAZIE PER L'ATTENZIONE

# FONTI: PARTE 1 (UN PO' DI CHIAREZZA)

- <https://it.wikipedia.org/wiki/Psichedelico>
- [https://it.wikipedia.org/wiki/Terapia\\_pschedelica](https://it.wikipedia.org/wiki/Terapia_pschedelica)
- <https://medium.com/@VindenesJ/a-psychedelic-virtual-reality-b2219c1d2d10>
- <https://mailchi.mp/281dcbd92850/psychedelic-science-psylo-october>
- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6208958/>
- <https://psychedelicreview.com/virtual-reality-and-psychedelic-synergy/>

## FONTI: PARTE 2 (LE BASI PER UNA TERAPIA PSICHEDELICA IN VR)

- <https://therookiewall.com/vr-is-as-good-as-psychedelics-at-helping-people-reach-transcendence/>
- <https://www.psychadelicnewswire.com/does-vr-have-a-place-in-psychadelic-therapy/>
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27881970/>
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32922734/>
- <https://www.endominance.com/all-bliss-no-trip-how-psychedelic-vr-therapy-is-disrupting-the-mental-health-industry/>
- <https://www.forbes.com/sites/solrogers/2019/05/15/how-virtual-reality-can-help-the-global-mental-health-crisis/?sh=29d6e07728f7>

# FONTI: PARTE 3 (I RISCHI DI UNA TERAPIA PSICHEDELICA IN VR)

- <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2022.813746/full>

# FONTI: PARTE 4 (PROTOCOLLI DI TERAPIA PSICHEDELICA IN VR)

- <https://psychedelichealth.co.uk/2022/10/31/partnership-worlds-first-in-clinic-vr-psychadelic-therapy/>
- <https://newatlas.com/science/vr-psychadelic-therapy-virtual-reality-enosis/>
- <https://mashable.com/article/virtual-reality-psychadelic-trip-therapy-enosis>
- [https://www.youtube.com/watch?v=l\\_B8OMsQ7xM](https://www.youtube.com/watch?v=l_B8OMsQ7xM)
- <https://www.mic.com/life/virtual-reality-pschedelics-mental-health>
- <https://psych.global/psychedelic-assisted-therapy-enhanced-through-vr-technology/>
- <https://www.forbes.com/sites/natanponieman/2021/08/20/this-tech-startup-wants-to-use-virtual-reality-to-improve-pschedelics-therapy-and-it-raised-15-million-to-do-it/?sh=e950ced24750>
- <https://www.ces.tech/innovation-awards/honorees/2022/honorees/t/tripp-psyassist.aspx>
- <https://www.psyassist.com>
- <https://www.youtube.com/watch?v=kPW5kFxx8kg>
- <https://entheo.digital/>
- <https://soundself.com/about>
- <https://microdose.buzz/news/virtual-reality-and-pschedelic-therapy-interview-with-entheo-digital-ceo/>
- [https://www.youtube.com/watch?v=-1\\_yBJuLy4s](https://www.youtube.com/watch?v=-1_yBJuLy4s)
- <https://www.youtube.com/watch?v=9A1U6jSsGcw>