

SADAR: dispositivo dialogico assistito da intelligenza artificiale per la riflessività post-sessione (modello 3-2-1)

Sabrina Signorini¹, Walter Paganin²

¹ Psicologa, Psicoterapeuta, ² Psichiatra, Psicoterapeuta, PhD Neuroscienze
Studio Psicologia Signorini – Guidonia Montecelio (Roma)

INTRODUZIONE

Controtransfert e riflessività del terapeuta sono riconosciuti come elementi clinici centrali, oltre l'ambito analitico, in tutti gli orientamenti psicoterapici (1); (2). La supervisione psicoterapeutica costituisce un dispositivo fondamentale di tutela del paziente e di sostegno al terapeuta, rendendo espliciti i processi metacognitivi e le ipotesi cliniche (3). Il concetto di "terzo nella stanza" evolutosi verso forme di terzo metacognitivo, favorisce riflessività, decentramento, pluralità ipotetica e fallibilismo (4). In assenza di dispositivi strutturati di riflessione post-seduta, il pensiero clinico può oscillare tra ruminazione affettiva e chiusura interpretativa prematura. In questo spazio critico si colloca il Metodo SADAR (Sistema Autoesplorativo Dialogico Autentico Relazionale), presentato alla 3rd Global Conference on Psychology (Oxford, ottobre 2025), che integra un uso circoscritto dell'intelligenza artificiale (IA) come supporto metacognitivo post-seduta, stimolando ipotesi alternative, pensiero critico e revisioni del proprio lavoro clinico (5); (6). Il Metodo Sadar è attualmente in sperimentazione esplorativa e propone un uso circoscritto dell'IA come terzo metacognitivo post-seduta, orientato al terapeuta come soggetto riflessivo (5).

METODOLOGIA

SADAR non si configura come tecnica terapeutica né come strumento decisionale, ma come vincolo epistemico che disciplina il processo di pensiero clinico, è concepito come un dispositivo riflessivo strutturato, a bassa intensità temporale (3-7 minuti), utilizzabile esclusivamente dopo la seduta. In questa prospettiva, SADAR non viene presentato come metodo concluso, ma come ipotesi di lavoro collettiva, aperta a verifica, critica e riformulazione, nella convinzione che l'integrazione dell'IA in psicoterapia debba avvenire attraverso pratiche condivise, trasparenti e teoricamente fondate. Il nucleo operativo del metodo è la griglia **3-2-1**, che traduce in forma procedurale i principi di pluralità ipotetica, decentramento e fallibilismo. Osservazione: "La paziente stringeva la borsa sulle ginocchia, sembrava più spaventata che dipendente. Ho sentito irritazione quando ha ripetuto 'forse sbaglio tutto'. Ipotesi iniziale: chiede implicitamente salvezza." Estratto SADAR 3-2-1: 1) sta testando la tua tolleranza all'ambivalenza; 2) la frase regola l'ansia, non delega la responsabilità; 3) l'irritazione è un controcampo evocato, non un limite personale. Rischi: collusione rassicurante; rinforzo della dipendenza. Passo successivo: esplorare la postura corporea come luogo della paura.

STRUTTURA 3-2-1

3 CONTRO-IPOTESI

Alternative alla lettura preferita
(relazionale, contestuale, centrata sul terapeuta)

2 RISCHI/COSTI

Cosa si perde mantenendo
l'ipotesi dominante senza verifica

1 PASSO OSSERVABILE

Micro-azione testabile o focus
Per la seduta successiva

RISULTATI PRELIMINARI E OSSERVAZIONI CLINICHE

Il metodo SADAR è emerso da un self-study esplorativo (2024-2025) basato su circa 20 riflessioni post-seduta relative a 8 casi clinici, con discussione sistematica dei materiali in supervisione individuale e tra pari. Le osservazioni preliminari indicano:

- una maggiore differenziazione tra vissuto emotivo del terapeuta e formulazione clinica (Bion, 1970);
- una riduzione della rigidità interpretativa, coerente con una postura fallibilista (Popper, 1959);
- un incremento della tolleranza dell'incertezza e della capacità di sostare nel non-sapere (Ogden, 1994);
- la produzione di tracce riflessive condivisibili, utili alla supervisione e alla deliberate practice.

In alcuni casi, il dispositivo ha reso evidenti i propri limiti, favorendo la sospensione dell'uso e il ricorso prioritario alla supervisione umana, a conferma del suo statuto di supporto e non di sostituzione.

WORKFLOW SADAR



CONCLUSIONI E PROSPETTIVE DI RICERCA

Il metodo SADAR propone un impiego dell'IA in psicoterapia non rivolto ai pazienti, ma come ausilio riflessivo post-seduta per i clinici, con l'obiettivo di rendere osservabile, discutibile e tracciabile il ragionamento clinico del terapeuta. È concepito come una "tecnologia umanizzante" che introduce attrito intenzionale contro la certezza prematura, amplia lo spazio interpretativo e sostiene una postura fallibilista, antidogmatica e responsabile: l'IA non produce "verità", ma sollecita riformulazioni e alternative che rendono più trasparente la posizione del terapeuta e favoriscono decentramento, pluralità ipotetica e continuità riflessiva.

Le evidenze preliminari (self-study) suggeriscono fattibilità e potenziale utilità, pur senza generalizzabilità, e motivano la formalizzazione del dispositivo e l'avvio di sperimentazioni condivise. Gli autori propongono una sperimentazione multicentrica, integrata in supervisione e peer-supervision tra terapeuti di diversi orientamenti, per: (1) operationalizzare indicatori di riflessività e decentramento; (2) valutarne la replicabilità attraverso modelli teorici differenti; (3) approfondire implicazioni etiche ed epistemologiche dell'uso riflessivo dell'IA.

È inoltre necessaria formazione specifica e attenzione a fattibilità, limiti pre-analitici e governance dei dati sensibili nel rispetto del quadro normativo (es. GDPR e AI Act), evitando rischi di disparità nell'accesso.

BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE

1. Bion WR, editor. Attention and Interpretation. Routledge; 2013. Available from: <https://www.taylorfrancis.com/books/9781136440410>
2. Ogden TH. The Analytic Third: Working with Intersubjective Clinical Facts. In: Subjects of Analysis. 1st edn Routledge; 2018. p. 61-95. Available from: <https://www.taylorfrancis.com/books/9780429905285/chapters/10.4324/9780429480515-5>
3. Lysaker PH, Gagen E, Moritz S, Schweitzer R. Metacognitive approaches to the treatment of psychosis: a comparison of four approaches. PRBM. 2018 Sept; Volume 11:341-51.
4. Popper KR, Popper KR. The Logic of scientific discovery. Repr. 2008 (twice). London: Routledge; 2008. 513 p. (Routledge classics).
5. Signorini S., Paganin W. AI as the "third in the room": SADAR as a reflective post-session device for therapists. In: Vol 2 No 2 (2025): Abstract Book of the 3rd Global Conference on Psychology. Oxford; 2025.
6. Al-Fattal A. You Do It, AI Does It, You Compare and Reflect: Exploring Reflective Learning With Generative AI in Principles of Marketing. Journal of Marketing Education. 2025 July 28;02734753251356691.