

La IA(D). Intelligenza Artificiale e benessere psicologico

Guido Saraceni

Università degli Studi di Teramo

Abstract: IA(D). Artificial Intelligence and Psychological Well-being

The exploitation of Artificial Intelligence (IA) by digital platforms could seriously damage the psychological well-being of users, diminishing their cognitive/attentional resources, favoring their isolation and their dependence (IAD). On the other hand, IA proffers manifold benefits in the realm of mental health, such as providing timely interventions through virtual therapists and chatbots. Moreover, machine learning algorithms can discern subtle shifts in behavior and language indicative of mental health issues, facilitating prompt diagnosis and intervention. Hence, this essay delves into the intricate relationship between AI and mental health, accentuating both the potential advantages and the ethical, societal, and technical hurdles that ensue.

Keywords: Artificial Intelligence, Mental Health, Machine Learning, Legal Informatics, Philosophy of Technology.

Sommario: 1. Introduzione. L'importanza del linguaggio: da Aristotele a Turing – 2. Le nostre (limitate) risorse cognitive – 3. L'*Internet Addiction Disorder* (IAD). Una pandemia digitale – 4. Benessere psicologico e *Social Network* – 5. *Pars construens*. L'IA al servizio della psiche – 6. Conclusioni.

1. Introduzione. L'importanza del linguaggio: da Aristotele a Turing

L'uomo è un animale sociale perché ha il *logos*¹. A scapito della sua estrema e lineare sinteticità, questo antico insegnamento aristotelico è colmo di conseguenze e di spunti di riflessione. Non a caso, la prima parte della frase rappresenta uno dei motti più celebri dell'intera storia della filosofia e viene spesso citata per ribadire la natura comunitaria ed interpersonale dell'essere umano, ovvero, la sua congenita necessità di entrare in rapporto con i propri simili, evitando l'isolamento e la solitudine, considerate, *secundum quid*, alla stregua di un atto autolesionistico. In tal senso, il pensiero dello Stagirita può essere collocato all'interno di una nutrita ed eterogenea tradizione culturale – tipicamente occidentale – che riconosce alla

¹ Aristotele, *Politica*, I, 1252 a-1253 a.

comunità un valore effettivamente *salvifico*, dato che essa consente all'essere umano di vivere in maniera *sana*, ovvero, conforme alla propria più intima natura. Tuttavia, l'importanza dell'insegnamento aristotelico travalica ampiamente queste primissime ed introduttive linee interpretative, poiché alla considerazione circa la natura sociale dell'essere umano aggiunge una spiegazione che ne unisce in maniera chiarissima e diretta la vocazione interpersonale al *logos*. Così facendo, Aristotele non intendeva rimarcare l'importanza della ragione, né tantomeno, affermare la natura compiutamente razionale del genere umano, quanto puntare l'attenzione sul linguaggio, considerato alla stregua di uno strumento indispensabile, in grado di distinguere gli uomini dagli animali².

Proprio il linguaggio, così intimamente connesso alla natura (sociale) dell'uomo, rappresenta, da più di settant'anni, il vero e proprio elemento di discriminazione in tema di Intelligenza Artificiale³, poiché su di esso si basa il celebre "Test di Turing", atto ad attribuire o negare, in maniera certa e definitiva, capacità intellettive ai computer.

Anche per questo motivo l'intelligenza artificiale di ultima generazione – cosiddetta *intelligenza artificiale generativa* – sta suscitando grande interesse ed altrettanto clamore: per la prima volta nella storia abbiamo la chiara percezione di essere vicini al superamento del "Test di Turing". Piattaforme come *ChatGPT* e *Gemini* sono infatti in grado di dialogare correttamente con gli utenti, emulando in maniera parecchio precisa la conversazione umana; inoltre, mostrano non trascurabili tratti di originalità, potendo apprendere, migliorare e (ri)creare testi – modulandone lo stile in base ai *prompt* ed agli *input* ricevuti.

Il *logos* – inteso come linguaggio e, ancor di più, come dialogo – assume dunque un ruolo di fondamentale importanza per la riflessione filosofica ed informatica. Parimenti, esso rappresenta un tema centrale della ricerca psicologica – in particolar modo per gli studi di *cyberpsicologia*⁴. Basti pensare che uno dei primissimi *chatbot*⁵ divenne famoso grazie ad uno *script* di (auto)aiuto

² Come sottolinea J. Dewey, *Logica, teoria dell'indagine*, trad. it., Einaudi, Torino, 1949, pp. 59 ss., che commenta questo celebre motto attribuendo particolare importanza esattamente al linguaggio ed al *mondo*, all'ambiente, culturalmente trasmesso, all'interno del quale vive l'essere umano.

³ Il riferimento, scontato ed assolutamente necessario, è al celebre saggio di A.M. Turing, "Macchine Calcolatrici e Intelligenza", in Id., *Intelligenza Meccanica*, trad. it, Bollati Boringhieri, Torino, 1994, pp. 121-158; per una critica, si veda A.C. Amato Mangiameli, *Diritto e Cyberspace*, Giappichelli, Torino, 2000, pp. 81 ss.; S. Shieber, *The Turing Test: Verbal Behavior as the Hallmark of Intelligence*, Mit, Cambridge-London, 2003; S.J. Russell, P. Norvig, *Artificial Intelligence: a modern approach*, Pearson, London, 2021; S. Natale, *Macchine Ingannevoli. Comunicazione, tecnologia, intelligenza artificiale*, trad.it., Einaudi, Torino, 2022, pp. 21 ss.

⁴ M. Aiken, *The Cyber effect: A Pioneering Cyberpsychologist Explains How Human Behaviour Changes Online*, Coronet, London, 2017; V. Benson, J. MacAlaney (eds.), *Cyber Influence and Cognitive Threats*, Academic Press, New York, 2019; A. Atrill-Smith, *The Oxford Handbook of Cyberpsychology*, OUP, Oxford, 2020.

⁵ J. Weizenbaum, "Eliza. A Computer Program for the Study of Natural Language Communication Between Man and Machine", in *Communications of the ACM*, 9 (1966), n. 1, pp. 36-45; S. Natale, *op. cit.*, pp. 79 ss.; R. Ciesla, *The book of Chatbots: from Eliza to ChatGpt*, Springer, New York, 2024.

psicologico basato, essenzialmente, su riformulazioni e domande aperte, ovvero, sulle più elementari basi teoretiche del counseling rogersiano⁶. Infine, il linguaggio costituisce la cellula prima ed assiomatica di qualsiasi studio o ragionamento.

Intendo dire che la premessa di una ricerca dovrebbe contenere la definizione dei suoi termini essenziali – in questo caso: “IA” e “benessere psicologico”. In ambito filosofico, questo compito si rivela spesso arduo, se non addirittura, impossibile. Non solo perché la stessa filosofia è strutturalmente costretta a (ri)definire continuamente il proprio oggetto di studio, ma anche perché i termini di cui si occupa risultano non di rado polisemici, sottraendosi ad una definizione chiara e scientificamente inoppugnabile. Constatata l'impossibilità di sintetizzarne il senso in poche e squadrate parole, la cosa migliore da fare è provare ad illustrarne la problematicità.

Con riguardo al disagio mentale, notiamo che il DSM censisce una vasta gamma di disturbi, strutturalmente eterogenei e certamente non omologabili in termini di gravità, sintomatologia ed eziologia⁷. Alcuni tra essi implicano, ad esempio, che il malato provi dolore, o meglio ancora che avverta una *sofferenza* (sono particolarmente significativi, a tal riguardo, la schizofrenia o il disturbo ossessivo compulsivo) mentre in altri e altrettanto importanti casi si tratta di disagi perfettamente ego-sintonici (come, ad esempio, i più comuni disturbi della personalità); alcuni tra essi impediscono al soggetto di svolgere le normali attività quotidiane, danneggiandone gravemente il funzionamento sociale (esemplari, in tal senso, l'hikikomori o l'agorafobia), mentre altri non impediscono al malato di uscire di casa, lavorare, svagarsi, non influenzando in alcun modo sulle sue *performance*; alcuni, essendo caratterizzati da allucinazioni, sensazioni di de-realizzazione e de-personalizzazione, allontanano l'individuo dal mondo, danneggiandone l'esame di realtà, mentre altri non ne diminuiscono la lucidità, permettendogli di restare razionale, perfettamente consapevole e ben orientato.

La caratteristica che più di tutte sembra accomunare le diverse ed eterogenee forme di disagio mentale è certamente quella dello stigma sociale, ovvero, l'antica e sempre attuale tendenza della società a disprezzare, temere ed isolare chi soffre di problemi psichici. Purtroppo, questo ostracismo finisce quasi sempre per aggravare la malattia – della quale può essere, peraltro, una (con)causa e/o un effetto.

A prescindere dallo stigma sociale – che può assumere, è bene ricordarlo, diversi gradi di intensità e di diffusione – non sembrerebbe esistere altro elemento in grado di accomunare tutte le forme di disagio psichico. L'assenza di sintomi e di

⁶ C.R. Rogers, *Potere personale. La forza interiore e il suo effetto rivoluzionario*, trad. it., Astrolabio, Roma, 1978; Id., *Un modo di essere*, trad. it., Giunti, Firenze, 2012; Id., *La terapia centrata-sul-cliente*, trad. it., Giunti, Firenze, 2019.

⁷ APA, *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*, Raffaello Cortina, Milano, 2023. Tra i disturbi statisticamente più comuni ricordiamo: i disturbi dell'umore – come, ad esempio, la distimia, la ciclotimia o la depressione; i disturbi d'ansia, come il disturbo d'ansia generalizzata o il disturbo da stress post-traumatico; i disturbi dell'alimentazione – come l'anoressia nervosa, la pica o la bulimia – ed i disturbi della personalità.

segni comuni rende parecchio difficile elaborarne una definizione precisa, netta e comunemente accettata⁸. A maggior ragione, non è facile stabilire cosa sia il benessere psicologico – considerato che esso fa riferimento alla generica e complessiva condizione psichica in cui versa il soggetto, a prescindere dalla diagnosi di un vero e proprio disagio⁹.

Quel che è certo è che sarebbe meglio evitarne una concezione dicotomica e manichea, quasi che esso fosse una questione di *have or not have*, riconducibile al rassicurante schematismo del codice binario, adottando, in suo luogo, un approccio *dimensionale*, consapevole dell'esistenza di un *continuum* che unisce lo stato psichico *ottimale*, in cui l'individuo sperimenta il completo e soddisfacente benessere, sociale e relazionale, alla presenza di sintomi lievi o transitori, fino alle manifestazioni più gravi – che solitamente interferiscono con la qualità della vita.

La situazione non si presenta come meno problematica se poniamo mente al concetto di IA. In via del tutto preliminare, potremmo affermare che essa si suddivide in tre principali categorie:

1) l'Intelligenza Artificiale Ristretta (ANI – *Artificial Narrow Intelligence*), progettata per eseguire un singolo compito o un insieme limitato di compiti; di conseguenza, non possiede capacità cognitive generali e non è in grado di agire al di fuori del proprio dominio specifico. Ne sono un esempio i sistemi di riconoscimento facciale, gli assistenti vocali e gli algoritmi commerciali che operano su piattaforme come Netflix o Amazon;

2) l'Intelligenza Artificiale Generale (AGI – *Artificial General Intelligence*), programmata per emulare capacità cognitive simili a quelle umane. I sistemi AGI possono comprendere, apprendere e applicare conoscenze in vari contesti e domini;

3) la Superintelligenza Artificiale (ASI – *Artificial Superintelligence*): si tratterebbe di una forma di intelligenza macchinica in grado di superare quella umana in ogni ambito, inclusa la creatività, la risoluzione di problemi e l'intelligenza emotiva. Pur essendo, ad oggi, una mera ipotesi teorica, l'ASI è spesso oggetto di agguerrite ed interminabili logomachie.

⁸ La complessità del concetto risulta a mio avviso comprovata dal fatto che il DSM-V, nel definire il disturbo mentale, ricorre a ben due requisiti formulati in negativo, sottolineando che “una risposta prevedibile o culturalmente condivisa ad un evento stressante o a una perdita comune, come la morte di una persona cara, *non è un disturbo mentale*” e che il “comportamento socialmente deviante (per esempio politico, religioso o sessuale)” *non è un disturbo mentale*. La forma prescelta risulta davvero poco opportuna in ambito definitorio, considerato che essa indica cosa *non è* il disagio mentale, tuttavia, nasce dalla condivisibile urgenza di porre un confine ad un concetto, che, stante la sua indeterminatezza, si presta ad essere strumentalizzato (bio)politicamente (APA, *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*, cit., p 15).

⁹ Il concetto di benessere psicologico è affine a quello di salutogenesi. Con quest'ultimo termine, coniato dal sociologo Aaron Antonovsky negli anni '70, si intende indicare un approccio olistico alla salute, incentrato sulla promozione ed il mantenimento della vita sana. La salutogenesi si occupa dunque di studiare ciò che contribuisce ad una migliore qualità della vita, piuttosto che analizzare esclusivamente i fattori eziologici e patogeni (A. Antonovsky, *Health, Stress and Coping*, Jossey-Bass, San Francisco, 1979; Id., *Unraveling the Mystery of Health. How People Manage Stress and Stay Well*, Jossey-Bass, San Francisco, 1987).

Nella consapevolezza delle difficoltà definitive sin qui menzionate, il presente studio intende quindi riferirsi al benessere psicologico inteso in una prospettiva ampia – ovvero come salutogenesi – ed all’IA considerata alla stregua di ANI e di AGI. Quindi come sistema informatico in grado di prendere decisioni autonome razionalmente corrette all’interno di uno specifico ambito, ovvero come piattaforma o software che si propone di emulare il ragionamento dell’uomo, equiparandone o addirittura superandone le competenze dialogiche.

Tutto ciò premesso, esistono almeno due grandi linee di ricerca che legano il tema dell’IA a quello del benessere psicologico e che ci inducono a riflettere su di essa in una prospettiva (bio)giuridica.

1) In ragione della sua capacità di dialogare con gli utenti, l’IA generativa si presenta sotto la veste di *sistema esperto*, ovvero come piattaforma in grado di imitare e sostituire i professionisti – dunque anche gli psicologi e gli psicoterapeuti¹⁰;

2) Lo sfruttamento di ingenti asset di dati consente alle piattaforme informatiche di condizionare con sempre maggiore invasività il comportamento degli utenti, favorendone la dipendenza (IAD), attraverso una maliziosa gestione delle interazioni e delle visualizzazioni¹¹; in tal modo, esse possono agevolare la diffusione della FoMO, l’isolamento e del vero e proprio hikikomori¹².

Di questi argomenti mi occuperò nelle pagine che seguono, avendo cura di sottolineare i rischi e le grandi opportunità offerte dal sempre più eclatante miglioramento dei sistemi di IA.

Procediamo con ordine.

2. Le nostre (limitate) risorse cognitive

Con la parola “attenzione” facciamo normalmente riferimento alla capacità umana di isolare specifici stimoli – di carattere sensoriale, cognitivo o mentale –, separandoli dalla infinita messe di input prodotti dall’ambiente – dalla stessa coscienza o dal corpo –, al fine di concentrare il pensiero su di essi. Si tratta di una risorsa psichica di grande importanza, in mancanza della quale risulterebbe

¹⁰ Con riguardo ai sistemi esperti, A.C. Amato Mangiameli, M.N. Campagnoli, *Strategie digitali. #diritto_educazione_tecnologie*, Giappichelli, Torino, 2020.

¹¹ Per quanto concerne invece l’*Internet Addiction Disorder*, rimando alla bibliografia citata nel paragrafo ad esso dedicato.

¹² M. Spitzer, *Solitudine digitale. Disadattati, isolati, capaci solo di una vita virtuale?*, trad. it., Corbaccio, Milano, 2016; Id., *Connessi e isolati. Un’epidemia silenziosa*, trad. it., Corbaccio, Milano, 2018; Id., *Demenza digitale. Come la nuova tecnologia ci rende stupidi*, trad. it., Corbaccio, Milano, 2019; Id., *Emergenza Smartphone. I pericoli per la salute, la crescita e la società*, trad. it., Corbaccio, Milano, 2019; J. Lanier, *Ten arguments for deleting your social media accounts right now*, Henry Holt, New York, 2018; S. Turkle, *Life on the Screen. Identity in the Age of the Internet*, Simon & Schuster, New York, 2011; Id., *Insieme ma soli. Perché ci attendiamo sempre più dalla tecnologia e sempre meno dagli altri*, trad. it., Einaudi, Torino, 2019.

pressoché impossibile qualsivoglia attività intellettuale, come, ad esempio, prendere decisioni, riflettere sul passato o studiare la soluzione di un problema.

Secondo le scienze cognitive esistono almeno tre diversi tipi di attenzione: il primo è l'“attenzione sostenuta”, ovvero la capacità di mantenere il *focus* su di un dato compito per tutto il tempo necessario alla sua esecuzione; il secondo è la cosiddetta “attenzione selettiva” e consiste nella capacità di selezionare solo gli stimoli rilevanti per l'esecuzione di un dato compito, relegando ciascuno degli altri input che comunque il nostro cervello percepisce a mero rumore di fondo¹³; il terzo è, infine, l'“attenzione (con)divisa”, si tratta della capacità di eseguire contemporaneamente più compiti spostando le risorse attentive da uno all'altro – in termini informatici parliamo di multitasking¹⁴.

Purtroppo, come ogni altra caratteristica, qualità o risorsa umana, anche l'attenzione è limitata. Poiché essa richiede una elevata dose di energia mentale, la sua attivazione e la sua tenuta dipendono da molte variabili, personali ed ambientali. Soprattutto, l'attenzione tende a calare con il passare del tempo. A seguito di questa inevitabile deplezione, la mente avverte il bisogno di riposare, si stacca dall'oggetto (pre)scelto ed inizia a vagare alla ricerca di altri contenuti – suppostamente meno impegnativi, oppure, più urgenti.

Risulta parecchio significativo, a tal riguardo, che l'*attenzione sostenuta* dei nativi digitali sia sensibilmente inferiore rispetto a quella delle generazioni precedenti. I risultati ottenuti dalle nuove generazioni sono tuttavia equiparabili a quelli ottenuti da individui nati prima dell'avvento della società digitale, i quali, però, fanno un uso costante e intensivo delle nuove tecnologie informazionali¹⁵ – come a dire: un adolescente che non facesse un uso intensivo delle nuove tecnologie manterrebbe inalterate le proprie risorse attentive. Cosa ancor più importante, la perdita di *attenzione sostenuta* sembrerebbe compensata da un aumento della capacità di lavorare in multitasking.

Eppure, l'aumento della attenzione (con)divisa – associato ad una diminuzione dell'attenzione sostenuta – retroagisce negativamente sull'*attenzione selettiva*: non è facile mantenere l'attenzione quando il contesto in cui siamo immersi stimola la nostra coscienza attraverso infiniti input, o forse sarebbe più corretto dire “infinite notifiche”, che reclamano considerazione e, soprattutto, richiedono una risposta in tempo reale.

Oltre ad essere molteplici, questi stimoli cognitivi sono eterogenei con riguardo al mittente, alla forma ed al contenuto. Ciò significa che dobbiamo essere

¹³ A tal riguardo si parla anche di “effetto cocktail”, ovvero alla capacità di dialogare nel corso di una festa, sebbene la conversazione sia circondata dalla confusione dovuta alla contemporanea presenza di molte persone (Cfr. D. Kahneman, *Psicologia dell'attenzione*, trad. it., Giunti Barbera, Firenze, 1981; H. Pashler, *The Psychology of Attention*, MIT, Cambridge, 1999; R.W. Proctor, K.-P.L. Vu, *Attention: Selection and Control in Human Information Processing*, APA, Washington, 2022)

¹⁴ G. Riva, *Fake News. Vivere e sopravvivere in un mondo postverità*, il Mulino, Bologna, 2018, p. 93.

¹⁵ *Ivi*, p. 92.

in grado di cambiare rapidamente il nostro codice ermeneutico ed espressivo – spendendo, in tal modo, altre ed importanti risorse psichiche. L’uso (compulsivo) che facciamo degli smartphone incide dunque sulle nostre risorse attentive, favorendo la stanchezza mentale e riducendo la nostra capacità di prendere decisioni assennate¹⁶.

3. L’*Internet Addiction Disorder* (IAD). Una pandemia digitale

Nel 1994, lo psicologo inglese Mark Griffiths pubblicò sullo *Psychology Forum* un saggio dedicato alle “*technological addiction*”, ovvero alle dipendenze “*which involve human machine interaction*”. In quel saggio l’autore censiva una variegata fenomenologia di comportamenti patologici, riservando particolare attenzione alla ludopatia (*fruit-machine addiction*), alla *telephone sex addiction* ed alla dipendenza da internet.

Con riguardo a quest’ultima, Griffiths riteneva che i criteri diagnostici fossero essenzialmente sei: 1) *salience*, la situazione che si verifica quando una certa attività diviene la più importante nella vita di un individuo, finendo per dominarne i pensieri, i sentimenti ed il comportamento; 2) *euphoria*, l’esperienza soggettiva della persona dipendente, raccontata in termini di eccitazione o rilassamento; 3) *tolerance*, definita come la necessità che il soggetto avverte di incrementare progressivamente il proprio coinvolgimento pur di ottenere l’effetto sperato; 4) *withdrawals symptoms*, si tratta dei cosiddetti “*unpleasant feeling states*” o “*physical effects*” causati dall’astinenza; 5) *conflicts*, i conflitti interpersonali o intrapsichici dovuti alla dipendenza; 6) *relapse*, ovvero, la propensione a riprendere l’attività dopo un periodo di astinenza, ovvero l’incapacità di guarire dalla dipendenza¹⁷.

A pochi mesi di distanza dalla pubblicazione di questo primo saggio, lo psichiatra americano Ivan Goldberg coniò l’espressione “*Internet Addiction Disorder*”, modellandone i criteri diagnostici sulla base dei criteri elencati dal DSM-IV con riguardo al gioco d’azzardo patologico¹⁸.

Circa un anno più tardi, Kimberly Young, psicologa e docente presso l’Università di Pittsburg, fondò il COLA, un centro *on line* a pagamento, specializzato nella cura dell’IAD.

¹⁶ Come aveva compreso benissimo Bauman: “L’adattamento alle condizioni create da Internet rende l’attenzione fragile e soprattutto incostante, incapace di concentrarsi a lungo: è allenata e abituata a navigare, ma non a spingersi in profondità. [...] In breve, l’attenzione tende ad abituarsi a scivolare sulla superficie molto più rapidamente del tempo che le sarebbe necessario per farsi un’idea di ciò che si nasconde più in fondo” (Z. Bauman, *Danni collaterali*, trad. it., Laterza, Roma-Bari, 2013, p. 101).

¹⁷ M.D. Griffiths, “Technological Addictions”, in *Clinical Psychology Forum*, 76 (1995), pp. 14-19, in part. p. 15; per un commento, A. Civita, *Un malessere sociale: la dipendenza da Internet*, FrancoAngeli, Milano, 2014, p. 42 ss.

¹⁸ Cfr. F. Mettitteri, *Comunicazione personale e collaborazione in rete: vivere e lavorare tra e-mail, chat, comunità e groupware*, FrancoAngeli, Milano, 2003, p. 174.

Ad avviso di Young, la dipendenza da internet avrebbe potuto essere diagnostica nel caso in cui si fossero verificate cinque delle seguenti otto condizioni, per un periodo non inferiore ai sei mesi: 1) preoccupazione riguardo a Internet, ovvero, il soggetto pensa costantemente a ciò che ha fatto o farà *on line*; 2) crescente bisogno di trascorrere tempo *on line*; 3) ripetuti tentativi di ridurre l'uso del *world wide web*; 4) ritiro in sé, se viene imposto un minore utilizzo della rete; 5) problemi nella gestione del tempo, considerato che il soggetto tende a restare *on line* per un periodo sempre maggiore rispetto a quanto inizialmente programmato; 6) problemi relazionali, ovvero problemi lavorativi, di rendimento scolastico o interpersonali; 7) menzogne circa il tempo trascorso *on line* (il paziente nasconde ai suoi familiari o ad altre figure significative la quantità di tempo trascorso *on line*); 8) repentini cambiamenti di umore, dovuti essenzialmente al fatto che il paziente naviga per fuggire dai suoi pressanti problemi quotidiani, ovvero per mitigare la depressione, l'ansia, il senso di colpa o l'impotenza¹⁹.

Dopo circa venti anni dalla pubblicazione di questi primi studi, possiamo definire l'*Internet Addiction Disorder* (IAD) come il disagio che affligge chi spende la maggior parte del proprio tempo e delle proprie energie *on line*, provando, di conseguenza, una "importante compromissione nelle principali aree esistenziali, come quella personale, scolastica, professionale, famigliare e sociale"²⁰.

Come abbiamo avuto modo di considerare, la comunità scientifica si occupa di questo argomento sin dalla metà degli anni '90. Tuttavia, l'IAD è stato "riconosciuto ufficialmente" solo nel 2013, quando è stato inserito nella III Sezione del DMS-5, riservata alle condizioni che richiedono ulteriori ricerche, sotto la veste di *Internet Gaming Disorder*²¹.

Non è ancora chiaro se esista un'unica dipendenza da internet, o se non sia più corretto parlare di molteplici dipendenze, incentrate, di volta in volta, sull'attività ludica, sulla ricerca di denaro, sul sesso, sul *trading on line* o sui *social network*... quel che è certo è che un numero sempre maggiore di utenti sta iniziando a sperimentare gli effetti deleteri di questa dipendenza comportamentale, andando incontro ai molteplici problemi di salute fisica e/o mentale che solitamente si accompagnano ad essa.

Sarebbe possibile ipotizzare che la sempre più preoccupante diffusione dell'IAD sia dovuta, in una certa misura, all'utilizzo a dir poco malizioso dell'intelligenza artificiale da parte delle più importanti compagnie e piattaforme informatiche. Difatti, non è un mistero che queste società sfruttino l'IA per (ri)conoscere i gusti, le preferenze ed i comportamenti degli utenti. In tal modo,

¹⁹ K. Young, "Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder", in *CyberPsychology & Behaviour*, 1 (1996), n. 3, pp. 237-244.

²⁰ D. Piacentino, R. Brugnoli, "Dipendenza da Internet", in Ead. (a cura di), *Psicopatologia delle dipendenze*, Raffaello Cortina, Milano, 2004, p. 297. Sul punto, si veda anche D. La Barbera, "Le dipendenze tecnologiche", in V. Caretti, D. La Barbera (a cura di), *Le dipendenze patologiche. Clinica e psicopatologia*, Raffaello Cortina, Milano, 2005, pp. 113-132; P. Wallace, *La psicologia di Internet*, trad. it., Raffaello Cortina, Milano, 2000, pp. 425-454.

²¹ APA, *Manuale diagnostico e statistico dei disturbi mentali*, cit., p. 791, pp. 1081-1085.

sperano ragionevolmente di aumentarne l'*engagement*, ovvero, di incrementare il tempo medio speso da ciascuno di essi sulla piattaforma.

La situazione appare tanto più preoccupante quanto più viene messa in relazione al fenomeno dei big data, ovvero, alla crescente massa di dati che gli internauti danno quotidianamente in pasto alla rete, consegnando ad essa, in maniera più o meno avveduta e consapevole, i propri dati sanitari, il proprio stato d'animo e le proprie opinioni²². Da un lato, queste informazioni vengono quotidianamente ed esplicitamente condivise dagli utenti dei *social network*, sotto forma di vero e proprio contenuto, oppure, sotto forma di apprezzamento, commento o condivisione, dei contenuti generati da altri; dall'altro lato, una miriade di importanti indicazioni possono essere dedotte da comportamenti "muti" ma parecchio significativi – basti pensare, a mero titolo di esempio, all'orario, alla durata delle connessioni ed ai siti visitati.

Tutti questi dati consentono di addestrare l'Intelligenza Artificiale nella gestione automatica delle piattaforme informatiche, in modo che l'esperienza di ogni singolo utente risulti il più possibile coinvolgente, tarata sulle sue caratteristiche di personalità, sul suo stato d'animo o sulle probabili evoluzioni della sua storia di vita.

4. Benessere psicologico e *Social Network*

L'avvento dei *Social Network* ha rappresentato il principale fattore evolutivo nel passaggio, avvenuto circa venti anni fa, dal *world wide web* al *web 2.0*²³. Potremmo in un certo qual modo affermare che i *social network* siano stati la *killer application*²⁴ del *web*, ovvero, la maggiore causa del suo successo e della sua

²² E. Cirone, "Big Data e tutela dei diritti fondamentali: la ricerca di un (difficile) equilibrio nell'ambito delle iniziative europee", in S. Dorigo (a cura di), *Il ragionamento giuridico nell'era dell'intelligenza artificiale*, Pacini, Firenze, 2020; B. Clegg, *Big data: how the information revolution is transforming our lives*, Icon Books, London, 2017; M. Del Mastro, A. Nicita, *Big Data. Come stanno cambiando il nostro mondo*, il Mulino, Bologna, 2019; L. Floridi, *La quarta rivoluzione. Come l'infosfera sta trasformando il mondo*, Raffaello Cortina, Milano, 2014, Kindle ed.; A. Guthrie Fergusson, *The Rise of Big Data Policing*, New York University Press, New York, 2017; V. Mayer-Schönberger, K. Cukier, *Big data. Una rivoluzione che trasformerà il nostro modo di vivere e già minaccia la nostra libertà*, trad. it., Garzanti, Milano, 2013; G. Mondini, P. Cuomo, *Titolarità e circolazione dei dati*, in Aa.Vv., *Big Data: Privacy, Gestione, Tutela*, Altalex, Milano, 2018; S. Zuboff, *Il capitalismo della sorveglianza. Il futuro dell'umanità nell'era dei nuovi poteri*, Luiss University Press, Roma, 2019.

²³ Sembra che questa espressione sia stata utilizzata per la prima volta dall'editore americano Tim O' Reilly all'interno di una serie di conferenze tenute nel 2005 e dedicate alla nuova generazione di siti e servizi che in quel momento si stava affermando sul *web*. Il tratto caratteristico del *web 2.0* è rappresentato dal ruolo giocato al suo interno dagli utenti, che, dismesse le vesti di passivi fruitori di informazioni, ne divengono, al tempo stesso, i principali produttori e consumatori (sul punto M.R. Allegri, *Ubi social ibi ius. Fondamenti costituzionali dei social network e profili giuridici della responsabilità dei provider*, FrancoAngeli, Milano, 2018, p.17).

²⁴ La *killer application* è un gioco o una *utility* che, tramite il suo successo, rende egemone la

diffusione. È vero che una cospicua porzione della rete ospita, ancora oggi, siti istituzionali, blog e portali di vario genere e natura. Tuttavia, nessuno di questi ha mai avuto un successo neanche lontanamente paragonabile a quello ottenuto da Facebook, Instagram o Twitter²⁵.

La inarrestabile e rivoluzionaria crescita dei *social* ha stimolato molte e profonde riflessioni in tutti i campi delle cosiddette scienze umane – dalla psicologia alla sociologia, alla filosofia, al diritto²⁶. Nel rispetto di un antico monito hegeliano – in base al quale il pensiero filosofico è attratto dalla crisi e dalla decadenza, dispiegando le sue ali al calare delle tenebre –, gran parte di queste riflessioni esprime una posizione critica se non addirittura allarmistica.

Janier Lanier, ad esempio, accusa i *Social Network* di aver amplificato la solitudine degli utenti, isolandoli dal proprio ambiente naturale e contingente, ovvero, dal *contesto di prossimità*²⁷. Detto in altre parole, l'utilizzo di queste piattaforme informatiche determinerebbe il progressivo allontanamento degli utenti dalle persone che si trovano fisicamente al loro fianco²⁸.

A questa scuola di pensiero si iscrive anche lo psicologo Manfred Spitzer, il quale, nella sua opera più nota, rimarca come la generazione che oggi viene etichettata con il termine *babyboomer* o più semplicemente *boomer*, avesse una concezione della società e della socialità molto diversa da quella attuale, definita, in maniera parecchio significativa, “generazione io”²⁹. Questa vocazione egoistico

tecnologia *hardware* che ne consente l'esecuzione.

²⁵ Oggi denominato “X”. Cfr. S. Bentivegna, G. Boccia Artieri, *Le teorie della comunicazione di massa e la sfida digitale*, Laterza, Roma-Bari, 2019; B-C. Han, *Nello sciame. Visioni del digitale*, trad. it., Nottetempo, Roma, 2015; K.S. Young, *Caught in the net, Presi nella rete*, trad. it., Calderini, Bologna, 2000.

²⁶ Senza alcuna pretesa di completezza, si rinvia a C. Sunstein, *Republic.com. Cittadini informati o consumatori di informazioni?*, Bologna, il Mulino 2006; G. Granieri, *Blog Generation*, Laterza, Roma-Bari, 2009; Id., *Umanità accresciuta*, Laterza, Roma-Bari, 2009; Id., *La società digitale*, Laterza, Roma-Bari, 2011; A.L. Lafuente, M. Righi, *Internet e web 2.0*, UTET, Torino, 2011; G. Riva, *I social network*, il Mulino, Bologna, 2016; L. Floridi, *op. cit.*; G. Pitruzzella, “La libertà di informazione nell’era di internet”, in *Media Laws. Rivista di Diritto dei Media*, (2018), n. 1, pp. 19-48; M.E. Bucalo, “La libertà di espressione in rete fra *content moderation* dei social network e regolazione dell’Unione Europea”, in *Diritti Fondamentali*, (2022), n. 3, pp. 270-295.

²⁷ J. Lanier, *La dignità ai tempi di internet. Per un’economia digitale equa, Primo interludio. Un’antica anticipazione della singolarità*, trad. it., Il Saggiatore, Milano, 2014.

²⁸ Non vi è dubbio che questi siti influiscano in maniera determinante sulle comuni modalità interazionali, ovvero sul modo in cui le persone entrano in contatto ed interagiscono. Come scrive J. van Dijck “Gli elementi tecnologici, economici e socio-legali di una piattaforma modellano le dinamiche di una socialità guidata dalla piattaforma”. Resta però da capire se la solitudine ed il distanziamento sociale siano stati *causati* dai *social network* o se non siano i *social network* ad aver avuto grande successo in una società già largamente afflitta da simili problemi (J. van Dijck, T. Poell, M. de Vaal, *Platform Society. Valori pubblici e società connessa*, trad. it., Guerini, Milano, 2019, p. 44).

²⁹ “A quanti erano più grandi di noi, il nostro comportamento sarà sembrato egocentrico e poco empatico. Noi però ci muovevamo sempre in gruppo: andavamo *insieme* alle manifestazioni (per solidarietà con gli operai, contro la guerra del Vietnam ecc., cioè generalmente per gli interessi degli altri) e organizzavamo seminari *di gruppo* per ritrovare *se stessi*” (M. Spitzer, *Connessi e isolati*,

narcisista risulterebbe confermata da alcune ricerche che dimostrerebbero come la capacità di partecipazione empatica degli esseri umani sia andata diminuendo nel corso degli ultimi decenni³⁰.

L'interazione consentita da queste piattaforme informatiche sarebbe inoltre *priva di valore* e strutturalmente *ambigua*. Perché essa, risultando incentrata sul linguaggio scritto, metterebbe “tra parentesi” la comunicazione non-verbale e para-verbale, non consentendo agli utenti di esprimersi tramite il tono, il volume o la velocità dell'eloquio; impedendo loro di manifestare il proprio pensiero attraverso la postura del corpo, l'espressione del volto o la prossemica³¹.

Oltre a quanto sin qui esposto, i *social network* favorirebbero la diffusione di notizie false³², agevolando la radicalizzazione e la polarizzazione delle opinioni – dovuta al successo degli *hate speech* ed al lavoro di meccanismi informativi denominati “*filter bubble*” ed “*echo chambers*”³³.

Infine, l'utilizzo compulsivo ed eccessivo di queste piattaforme viene spesso menzionato come un elemento cardine di due forme di disagio mentale denominate FoMO ed “*hikikomori*”, parecchio diffuse tra le nuove generazioni. Con l'acronimo FoMO (*Fear Of Missing Out*) si fa infatti riferimento al timore di essere “tagliati fuori”, ovvero di essere emarginati e rifiutati dalla (o dalle) comunità (virtuali) di riferimento. Più esattamente, esso indica

The preoccupation of users [...] with lost opportunities when they are offline or unable or unwilling to connect or communicate with others to the extent

cit., p. 20). Per dirla con le parole di Floridi: “Qualche moderno Geremia lamenta che la generazione iperconsapevole di sé di Facebook, costantemente impegnata a rispondere alla domanda ‘dove sei?’ sulla mappa Google della vita, abbia perso contatto con la realtà. Si dolgono del fatto che questa nuova generazione viva in una sorta di bolla virtuale in cui le chiacchiere più superficiali sono la moneta corrente, che non sia capace di impegnarsi in alcunché di naturale e autentico [...] che non sopporti niente che abbia una cadenza lenta e che duri più a lungo di una conferenza TED, che sia fatta di *selfie narcisistici ed egocentrici* [...]” (L. Floridi, *op. cit.*, posizione 1251/5025).

³⁰ Questa tesi è ripresa anche da G. Riva, che, a tal riguardo, taccia i nativi digitali di “analfabetismo emotivo”, *I social network*, cit.

³¹ “Con l'introduzione di un medium, il soggetto diventa *disincarnato (disembodied)* per il suo interlocutore: la fisicità del corpo viene sostituita da quella del medium. Più precisamente, nei *social network* la fisicità e l'immediatezza del corpo reale vengono sostituite da un corpo digitale, composto da una pluralità di immagini parziali e contestualizzate” (*Ivi*, posizione 400/3535.)

³² R. Brotherton, *Bad News, Why we fall for fake news*, Bloomsbury Sigma, London, 2020.

³³ E. Irving sottolinea, ad esempio, le responsabilità avute da Facebook nelle violenze scoppiate, il 01/08/2018, in Birmania, ai danni dei Rohingya e di altre minoranze (“Suppressing Atrocity Speech on Social Media”, in *American Journal of International Law*, 113 (2019), pp. 256-261). La tesi della polarizzazione sociale indotta dai *social network* è molto ben espressa da C. Sunstein che, a tal riguardo, usa l'espressione *cybercascades*, sottolineando come internet sia un “terreno fertile per l'estremismo”, perché “persone con la stessa area di pensiero trattano tra di loro con grande frequenza e facilità e spesso senza sentire una controparte. Un'esposizione ripetuta a una posizione estrema, unita all'idea che molte altre persone condividano quella posizione, prevedibilmente porterà le persone che vi sono esposte, e forse già propense, a credere in essa”: C. Sunstein, *op. cit.*, p. 87; Per quanto riguarda l'*hate speech* si veda, inoltre, G. Ziccardi, *L'odio on line*, Raffaello Cortina, Milano, 2016.

*they wish [...] FoMO is a main type of problematic attachment to social media and its associated with a range of negative life experience and feelings, such as lack of sleep, reduced life competency, emotional tension, negative effects on physical well being, anxiety and a lack of emotional control*³⁴.

Dal canto suo, l'espressione "hikikomori" è divenuta nota al grande pubblico nel 1998, quando lo psichiatra Tamaki Saito pubblicò un libro intitolato *Shakaiteki Hikikomori* in cui descriveva i soggetti affetti da questa sindrome come "coloro i quali si ritirano completamente dalla società e restano nelle loro case per più di sei mesi"³⁵.

L'ultima versione del DSM premette che la parola hikikomori è un termine composito, derivante dall'unione di "hiku" (tirarsi indietro) e "moru" (appartarsi); lo definisce come "una sindrome di ritiro sociale prolungato e grave", sottolineando come "l'immagine tipica" dell'"hikikomori" sia quella dell'adolescente – o del giovane adulto – che non abbandona la propria stanza e rifiuta le interazioni sociali; aggiungendo che questo comportamento, inizialmente egosintonico, non di rado, con il passare del tempo, sfocia nell'angoscia, rimarcandone infine la correlazione con altre condizioni patologiche descritte nel manuale – quali, ad esempio, il disturbo d'ansia sociale, il disturbo depressivo maggiore o il disturbo evitante di personalità.

A differenza delle primissime definizioni di "hikikomori", la concezione scientifica attualmente in voga non esclude le interazioni digitali, anzi, il DSM rimarca come esso sia "spesso associato a un'elevata intensità di utilizzo di Internet e di scambi sociali virtuali"³⁶.

Al fondo di tutte queste accuse sembra agitarsi il fantasma della *strumentalità inversa*, ovvero l'idea, a mio avviso corretta, che ogni forma di interazione

³⁴ A.K. Przybylski, K. Murayama, C.R. De Haan, V. Gladwell, "Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out", in *Computers in Human Behavior*, 29 (2013), pp. 1841-1848; A. Alutaybi, D. Al-Thani, J. McAlaney, R. Ali, "Combating Fear of Missing Out (FoMO) on Social Media: The FoMO-R Method", in *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 17 (2020); M. Akbari, M. Seydavi, S. Palmieri, G. Mansueto, G. Casellim, M.M. Spada, "Fear of missing out (FoMO) and internet use: A comprehensive systematic review and meta-analysis", in *Journal of Behavioral Addictions*, 10 (2021), n. 4, pp. 879-900.

³⁵ A partire da quel momento, la sindrome è divenuta sempre più nota, al punto che, nel 2010, il Ministero giapponese per la Salute, il Lavoro ed il Welfare dedicò una *guideline* all'Hikikomori, riprendendo, sostanzialmente, la definizione contenuta nel libro di Saito. Circa sei anni più tardi, l'Ufficio di Gabinetto governativo giapponese divulgò uno studio in cui si stimava che il numero di cittadini affetti da vero e proprio *Hikikomori* (*core hikikomori*) fosse pari a 176,000, mentre altri 540,000 sarebbero stati affetti da una sindrome meno grave, definita di *pre-hikikomori*. Con quest'ultima espressione si faceva riferimento a persone dedite a trascorrere la maggior parte del proprio tempo libero *on line*, che tuttavia non rinunciavano ad uscire di casa per fare acquisti nei negozi del quartiere (T. Saito, *Shakaiteki hikikomori: owaranai shishunki (social withdrawal: a neverending adolescence)*, PHP Shinsho, Tokyo, 1998; M. Tateno, A.R. Teo, W. Ukai, J. Kanazawa, R. Katuski, H. Kubo T.A. Kato, "Internet Addiction, Smartphone Addiction, and Hikikomori Trait in Japanese Young Adult: Social Isolation and Social Network", in *Frontiers in Psychiatry*, 10/07/2019, art. 455).

³⁶ APA, *Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali*, cit., p. 1039.

tecnologicamente mediata sia in grado di retroagire in maniera negativa sull'utenza, oggettivizzando ed a suo modo "sfruttando" i soggetti che ne fanno uso.

5. *Pars construens*. L'IA al servizio della psiche

L'Intelligenza Artificiale può fornire un grande aiuto in tema di benessere psicologico, essa è infatti in grado di sfruttare gli asset di dati a disposizione delle piattaforme per diffondere messaggi di prevenzione e di cura tra particolari categorie considerate "a rischio" per specifici disturbi mentali – in base all'età, al ceto o alla professione. Pensiamo, a mero titolo di esempio, al *burn out*, del quale spesso soffrono le persone impegnate in una professione di aiuto; all'anoressia, che nella stragrande maggioranza dei casi riguarda individui di genere femminile in giovane età, oppure, all'*internet gaming disorder* di cui sembrano ammalarsi soprattutto gli adolescenti di genere maschile³⁷.

Ancor di più, se il concetto di salute viene considerato in maniera ampia, in modo da ricomprendere al suo interno anche le attività di prevenzione, appare evidente quanto di buono possiamo ottenere dall'Intelligenza Artificiale in termini di campagne informative.

Inoltre, l'IA può essere usata come strumento di tecno-regolazione e/o di auto-contenimento³⁸. Nel primo caso, potrebbe intervenire autonomamente, ed in maniera tempestiva – ad esempio per bloccare l'accesso ad un sito di scommesse o oscurare un contenuto pornografico, ove riscontri nel comportamento dell'utente gli indizi di una dipendenza incipiente o conclamata. Nel secondo caso, essa agirebbe su richiesta dello stesso utente, ad esempio per interdire il traffico dati una volta superata una certa soglia temporale, oppure, per impedire il superamento di una certa soglia di spesa all'interno dei siti dedicati al gioco d'azzardo.

Infine, poniamo mente ai *chatbot* dedicati alla salute mentale³⁹. A tal riguardo, è importante notare che i sistemi esperti non possono sostituire la vera e

³⁷ Ancor di più, l'intelligenza artificiale può raggiungere, con i suoi *input*, un determinato utente che potrebbe aver bisogno, in quel preciso momento della giornata, di essere edotto circa i rischi che conseguono alla mancanza di sonno, ad una cattiva alimentazione o alla pessima abitudine di controllare il cellulare mentre si guida.

³⁸ Con riguardo al concetto di tecno-regolazione, R. Brownsword, "What the World Needs Now: Techno Regulation, Human Rights and Human Dignity", in *Human rights. Global governance and the quest for justice*, 4 (2004), n. 1; O.W. Lembcke, "Techno-regulation and law: rule, exception or state of exception?", in *Netherlands Journal of Legal Philosophy*, (2011), n. 2; A.C. Amato Mangiameli, "Tecno-diritto e tecno-regolazione. Spunti di riflessione", in *Rivista di filosofia del diritto*, (2017), n. speciale, pp. 87-112; Id., "Tecno-regolazione e diritto. Brevi note su limiti e differenze", in *Il diritto dell'informazione e dell'informatica*, (2017), n. 2, pp. 147-167; R. Zaccagnino, C. Capo, A. Guarino, N. Lettieri, D. Malandrino, "Techno-regulation and intelligent safeguards", in *Multimedia Tools and Applications*, 80 (2021), pp. 15803-15824; A.C. Amato Mangiameli, voce "Tecnoregolazione", in A.C. Amato Mangiameli, G. Saraceni (a cura di), *Cento e una voce di informatica giuridica*, Giappichelli, Torino, 2023.

³⁹ Di seguito, alcuni esempi: 1) *Woebot*. Si tratta di un chatbot progettato per fornire supporto emotivo. Utilizza principi terapeutici basati sui principi della terapia cognitivo-comportamentale per

propria consulenza professionale. Tuttavia, possono risultare estremamente utili per offrire agli utenti un supporto a breve termine, migliorandone l'autoconsapevolezza. Ad essi va inoltre riconosciuto il pregio di essere facilmente accessibili, tanto dal punto di vista economico quanto dal punto di vista della disponibilità – h 24 e a domicilio. Senza considerare che consentono di mantenere una seppur mitigata forma di anonimato e dunque di vincere le ritrosie, le reticenze e gli imbarazzi che non di rado allontanano chi soffre di un disagio mentale dall'intraprendere un percorso di cura.

Per quanto concerne, invece, i *social network*, esistono molte e delicatissime evenienze nelle quali essi offrono un valido antidoto contro l'emarginazione e l'isolamento sociale, alcune di queste riguardano il contesto sociale, altre le personali condizioni in cui versano gli utenti.

Con riguardo alle prime, è sin troppo facile, oggi, richiamare alla mente l'esperienza della pandemia, sottolineando quanto siano stati importanti i *social network* per mitigare le conseguenze negative dell'isolamento sociale; per quanto concerne invece le seconde, basterebbe porre mente alla condizione in cui versano gli anziani, i malati e le persone diversamente abili, per capire che i *social network*, a prescindere dal verificarsi di circostanze eccezionali che investano l'intera società, offrono quotidianamente a larghe fasce della popolazione una insostituibile opportunità di socializzazione e di interazione. In tal senso, essi favoriscono il benessere psicologico, combattendo lo stress e mitigando la solitudine.

6. Conclusioni

Per quanto concerne il valore etico, prima ancora che giuridico, dell'intelligenza artificiale, notiamo come una postura filosofica parecchio diffusa sostenga che la tecnica non abbia e non possa avere alcun valore intrinseco, ovvero, che ogni tecnologia debba essere considerata, per la sua stessa natura strumentale, "eticamente neutra", priva di una chiara connotazione assiologica. Ciò a dire, tutti gli strumenti sarebbero, in quanto tali, privi di responsabilità, attitudine, carattere; ogni ragionamento circa la loro "bontà" dipenderebbe dal modo in cui l'uomo decide di farne concretamente uso. Simile tesi, pur apparendo lineare e sensata,

aiutare gli utenti a gestire lo stress, l'ansia e altre forme del disagio; 2) *Wysa*: è un sistema esperto che sfrutta l'intelligenza artificiale per offrire supporto per l'ansia, la depressione, l'insonnia. Offre anche esercizi di autoaiuto e tecniche di gestione e di autocontenimento; 3) *Tess*: è stato espressamente progettato per i militari e i veterani degli Stati Uniti, ma è accessibile a tutti. Offre sostegno emotivo e strumenti per affrontare lo stress, la depressione e l'ansia; 4) *Youper*: questa piattaforma combina principi della terapia cognitivo-comportamentale e dell'intelligenza artificiale per aiutare gli utenti a monitorare il loro stato emotivo, identificare schemi di pensiero e sviluppare strategie di coping; 5) *Replika*: un chatbot di intelligenza artificiale che può essere utilizzato per conversazioni leggere ma anche per discutere di questioni personali e emozionali. Può fornire supporto e compagnia.

rischia tuttavia di confondere il discorso sulla *libertà* (e sulla responsabilità che ne consegue), con il diverso ragionamento sull'*essenza* o sulla natura.

Se è vero che gli strumenti di cui ci serviamo non sono liberi, e dunque non sono responsabili, è altrettanto vero che essi possiedono una struttura, un'architettura, una forma oggettiva che ne esplicita altrettanto oggettivamente il senso. Intendo dire che il loro meccanismo ci consente di analizzarne fenomenologicamente l'essenza e dunque di ragionare attorno a ciò che essi sono – a prescindere dall'uso che può farne l'uomo.

Il sapere giuridico è ben consapevole dello scarto che separa il discorso sulla libertà da quello sulla natura – non a caso, riconosce che anche gli oggetti e gli strumenti hanno una specifica “vocazione”, considerando che alcuni oggetti sono vere e proprie armi, mentre altri lo sono solo in senso “improprio”. I primi vengono qualificati come oggetti atti ad offendere, i secondi possono essere maliziosamente distratti dal loro *normale e corretto* utilizzo per arrecare un danno fisico ad un'altra persona. Un altro esempio concerne il materiale pedopornografico, del quale è vietata la produzione, la detenzione, la vendita, lo scambio e l'offerta per *ciò che esso è*, ovvero, a prescindere dall'uso che intende farne il soggetto; lo stesso discorso riguarda le sostanze stupefacenti.

Le norme che ho appena menzionato non sottendono alcun giudizio circa il valore etico di un oggetto, di una sostanza o di uno strumento – non è la foto, la molecola o il filmato ad essere moralmente o giuridicamente “responsabile” – ma ne sanzionano la struttura oggettiva perché ritenuta in sé dannosa, pericolosa e quindi illecita, a prescindere dal concreto utilizzo che intenda farne l'essere umano.

Se accettiamo di scontrarci su questo terreno, ovvero sul campo fenomenologico, dobbiamo convenire che l'intelligenza artificiale, nella sua essenza, non è un virus, una droga o un'arma, ma uno strumento eminentemente culturale: il più alto livello raggiunto dalla nostra competenza informatica, un risultato del quale dovremmo andare fieri, piuttosto che un nemico da temere e combattere.

Tuttavia, anche l'intelligenza artificiale, come tutti gli strumenti, si presta, ad essere violentata e distratta verso finalità di carattere politico o crematistico – che non appaiono consustanziali alla sua natura.

Appare dunque chiaro quale sia la più grande sfida che attende il mondo del diritto negli anni a venire.

In particolare, le leggi nazionali e gli accordi internazionali dovranno: 1) evitare che i chatbot vengano percepiti dagli utenti come sostitutivi del colloquio con uno specialista – non tanto per salvaguardarne il posto di lavoro, quanto per tutelare gli stessi utenti dalla illusione di poter bypassare il dialogo interpersonale, ovvero, di potersi curare a prescindere da una relazione umana – elemento che possiede, di per sé un elevato e comprovato valore terapeutico⁴⁰; 2) controllare lo

⁴⁰ Sul punto, D.J. Safran, Z.V. Segal, *Il processo interpersonale in psicoterapia cognitiva*, Feltrinelli, Milano, 1993; C. Sica, “Fattori prognostici relativi all'esito della terapia cognitivo-comportamentale del disturbo ossessivo compulsivo”, in *Acta Comportamentalia*, (1996), n. 4, pp. 107-127; P. Gilbert,

sfruttamento dei sistemi di IA da parte delle app, dei siti e delle piattaforme informatiche, al fine di tutelare gli utenti – in particolar modo i minori – dalle trappole che ne aggrediscono le risorse attentive, favorendone la dipendenza⁴¹.

Spetterà quindi ai giuristi creare un insieme di regole che sappiano limitare lo sfruttamento dell'intelligenza artificiale con esiti manipolatori e/o dannosi per la salute mentale degli utenti, consentendole di restare fedele alla propria vocazione *lato sensu* umanistica e culturale.

R.R. Leahy, *La relazione terapeutica nella terapia metacognitiva interpersonale*, trad. it., Eclipsi, Firenze, 2009; S. Giampaolo, G. Dimaggio, R. Popolo, P. Ottavi, "La relazione terapeutica in terapia cognitivo comportamentale", in *Quaderni di Psicoterapia Cognitiva*, 45 (2019), n. 2, pp. 119-139; A. Semerari, *La relazione terapeutica. Storie, teorie, problemi*, Laterza, Roma-Bari, 2022; C.C. Casula, "La relazione che cura in psicoterapia", in A. Maniaci (a cura di), *La cura della relazione e la relazione di cura. Dialogo fra giuristi, medici e psicoterapeuti*, Pacini, Pisa, 2023, pp. 75-97.

⁴¹ A tal riguardo, risulta parecchio significativo il dibattito che si sta sviluppando nei Paesi europei circa l'opportunità di consentire agli studenti di portare uno smartphone all'interno delle aule scolastiche. In Francia, la legge n. 698/2018 vieta l'utilizzo di smartphone e di altri oggetti connessi alla rete nelle scuole elementari e medie inferiori – a meno che questi strumenti non risultino necessari per finalità didattiche e pedagogiche; in senso sostanzialmente analogo, in Grecia, tramite una circolare ministeriale datata 22 giugno 2018, è stato proibito agli studenti delle scuole elementari e medie di fare uso dei telefoni cellulari e di apparecchiature connesse alla rete; più recentemente, il governo inglese ha diramato le linee guida denominate *Mobile Phones in School. Guidance for schools on prohibiting the use of mobile phones throughout the school day*, adottando, a partire dal 19/02/2024, una politica sostanzialmente analoga a quella dei Paesi già citati.