

Ogni anno il dizionario di Cambridge individua una parola che, più di altre, riesce a condensare lo *Zeitgeist* del presente, diventando una sorta di specchio linguistico delle trasformazioni culturali e sociali in corso. Per il 2025 la scelta è ricaduta su “parasociale”, un aggettivo che descrive la percezione di un legame con una celebrità mai incontrata, con un personaggio di finzione o, sempre più spesso, con un chatbot. Con lo sdoganamento delle intelligenze artificiali generative, infatti, stanno emergendo con forza applicazioni “relazionali” di IA, progettate non solo per fornire risposte o assistenza, ma per simulare veri e propri rapporti di compagnia. In questo scenario, persino i sistemi più generalisti - quali, per esempio, ChatGPT - si trovano nella condizione di essere impiegati al pari di simulacri di amicizia, diventando interlocutori quotidiani per milioni di persone.

La percezione di un legame, pur privo di autentica reciprocità, si alimenta attraverso interazioni ripetute, l'uso di linguaggi calibrati per apparire empatici e la capacità dell'IA di adattarsi, almeno in apparenza, alle esigenze emotive dell'utente. L'obiettivo di queste applicazioni non è infatti quello di offrire una relazione genuina - traguardo impossibile con la tecnologia attuale - bensì di costruire un servizio capace di fidelizzare l'utente, gratificandone l'ego e spingendolo a un ricorso sempre più frequente al prodotto, fino a generare forme di dipendenza. Non sorprende, dunque, che il Cambridge Dictionary segnali tra le parole emergenti del 2025 anche *glazing*, termine che in italiano può essere reso con “adulare”, e che ben [describe](#) questa dinamica di compiacimento strategico.

Minori, target della persuasione digitale



Negli ultimi anni si discute sempre più del concetto di “*onlife*”, ovvero dell’idea che ciò che avviene online non sia separato dalla realtà, ma ne costituisca un’estensione intrecciata e inscindibile. Le esperienze digitali generano infatti reazioni concrete, con ripercussioni tangibili sui rapporti sociali e sulla psiche di chi interagisce quotidianamente con il mondo virtuale. A essere particolarmente coinvolte in questo fenomeno sono, prevedibilmente, le generazioni nate e cresciute successivamente alla transizione digitale, quelle che hanno mosso i primi passi parallelamente all’ascesa di internet, che hanno trascorso l’infanzia immersi in smartphone, tablet e piattaforme social. Per loro, il confine tra reale e digitale non è mai stato netto, ma si è sempre **presentato** come un continuum naturale.

Questa naturalizzazione del rapporto con il virtuale ha reso giovani adulti, ragazzi e persino bambini molto più avvezzi a un uso intenso e quotidiano degli strumenti digitali rispetto agli adulti e agli anziani, i quali vivono spesso la tecnologia come un’aggiunta o un supporto, piuttosto che come un ambiente nativo. Questa tendenza si estende inevitabilmente anche alle interazioni con i chatbot. Stando ai dati raccolti dal rapporto *Me, Myself and AI* di Internet Matters, il 67% dei ragazzi inglesi tra i 9 e i 17 anni utilizza regolarmente ChatGPT e affini, con un terzo di loro che ritiene che interagire con l’algoritmo sia **come parlare a un amico**. Il 23% chiede alla macchina consigli intimi e relazionali.

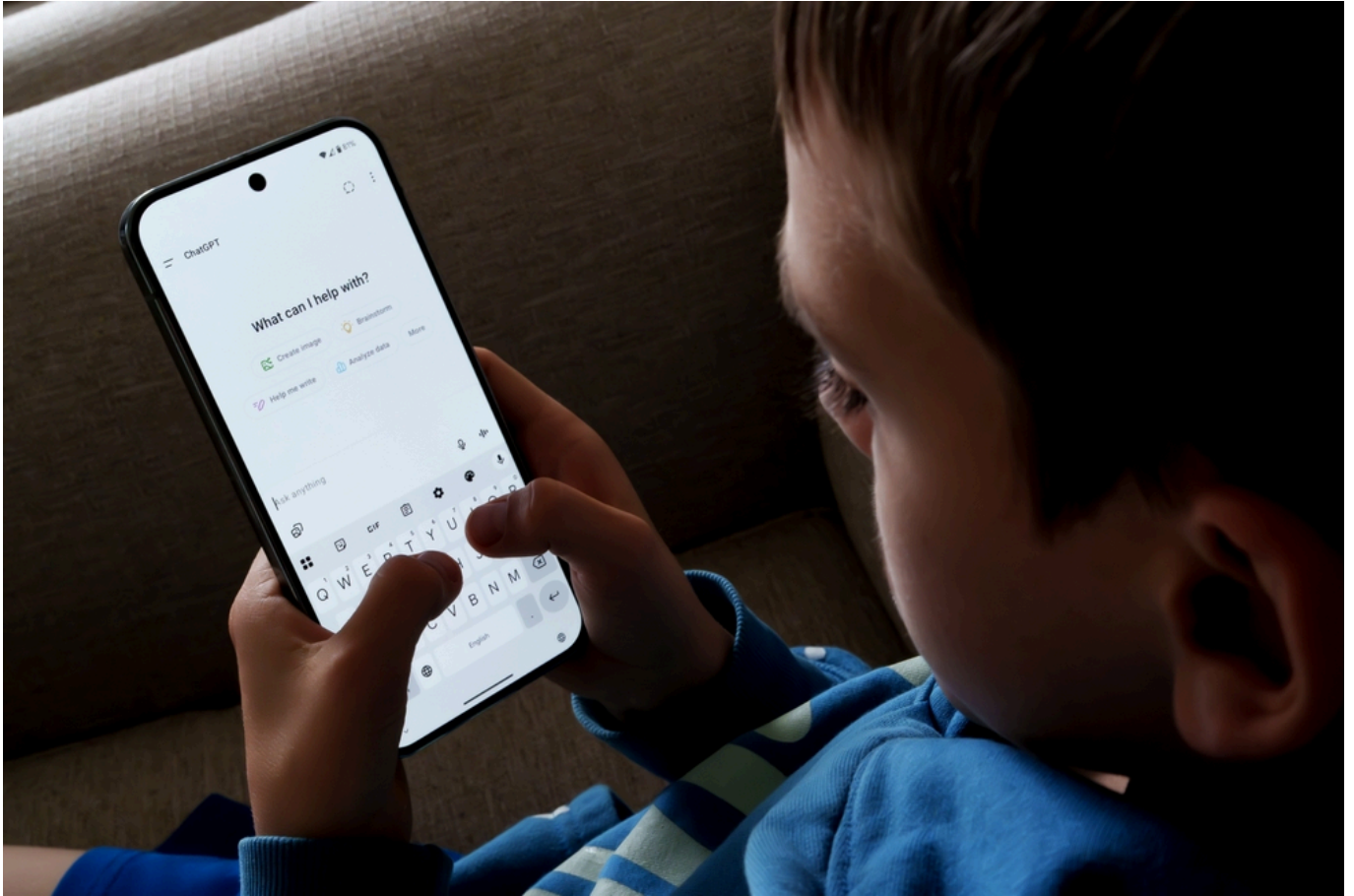
Secondo quanto riportato da Save the Children nell’***Atlante dell’infanzia a rischio 2025***,

in Italia il 68,3% degli adolescenti tra i 15 e i 19 anni dichiara di utilizzare chatbot. Solo il 9,3% fa affidamento in modo specifico su app "relazionali" come Character AI o Anima, tuttavia le piattaforme più multimodali e diffuse vengono impiegate apertamente per scopi quali cercare compagnia (4,2%), migliorare il proprio benessere (7,1%) o ottenere consigli sulla vita quotidiana (15%). Il quadro cambia però radicalmente quando gli adolescenti attraversano momenti di difficoltà emotiva: il 41,8% degli intervistati ammette di aver consultato strumenti di IA quando si sentiva triste, solo o ansioso, e il 42,8% dichiara di aver chiesto consigli all'IA prima di prendere decisioni importanti riguardanti la propria vita personale e le relazioni. In sostanza, i minori, gruppo già di base vulnerabile, si legano ancor più ai chatbot nei momenti di massima fragilità.

«Abbiamo ragazzi e ragazze che sempre di più sono figli unici, quindi non hanno termini di confronto alla pari con fratelli e sorelle», racconta a *L'Indipendente* la giurista Antonella Inverno, responsabile Ricerca e Analisi di Save the Children. «Abbiamo famiglie in cui, per forza di cose, vista la crisi economica che ormai ci investe da anni, devono lavorare entrambi i genitori. E lavorano sempre di più. Spesso i minori rimangono da soli a casa nel pomeriggio, inoltre cominciamo a vedere fenomeni di autoisolamento sociale. A oggi siamo al 2,2% degli adolescenti che presentano un profilo patologico rispetto a questo. Sono campanelli di allarme a cui dobbiamo prestare la massima attenzione. Sono ragazzi che, se vogliono parlare, a volte si rifugiano anche negli strumenti digitali. Un ragazzo intervistato per il nostro Atlante ci ha proprio detto che sono una soluzione migliore al non trovare nessuno con cui parlare».

Che sia per la sovraesposizione ai conflitti armati, per le difficoltà economiche globali o per reazione alle quarantene pandemiche, la gioventù sta coscientemente manifestando - sia direttamente sia attraverso i movimenti studenteschi - un forte bisogno di maggiore supporto psicologico pubblico. Una richiesta che, ancora oggi, non ha trovato una risposta adeguata da parte delle istituzioni, con i sostegni finanziari messi in campo dal governo che appaiono insufficienti ad arginare le fragilità emergenti, soprattutto se si considera che il panorama della salute mentale dei minori si presenta sempre più segnato da una crisi profonda.

I chatbot tamponano malamente una falla



Secondo quanto riportato dal dottor Alberto Parabiaghi, psicoterapeuta cognitivo-comportamentale e ricercatore dell'Istituto Mario Negri, dopo la pandemia in Regione Lombardia si è registrato tra i giovani un significativo aumento dei ricoveri in pronto soccorso per motivi legati alla salute mentale. Il fenomeno riguarda in particolare ragazze e giovani donne, mentre i minori di sesso maschile sembrano essersi progressivamente allontanati dai servizi di cura: una dinamica che suscita forte preoccupazione, ma della quale è ancora difficile stimare l'impatto complessivo. Ciò che appare comunque evidente è la necessità da parte dei minori di forme di assistenza e ascolto, un bisogno che viene soddisfatto sempre più dai chatbot. Resta però aperta la questione se tale sostegno possa davvero essere garantito da un'IA, strumento che, pur offrendo compagnia e ascolto, non può sostituire l'intervento professionale.

Il ricercatore sottolinea come l'"empatia simulata" messa in scena da questi algoritmi rappresenti in realtà un'illusione relazionale di natura manipolatoria, capace di alimentare il rischio di isolamento tra i giovani. I minori finiscono con l'interagire con un "non-essere" che appare onnisciente, accondiscendente, capace di simulare la comprensione dei loro stati

d'animo e di rispondere in modo apparentemente efficace, non solo assertivo ma persino coinvolgente. «Si tratta di qualcosa di estremamente potente e, al tempo stesso, potenzialmente pericoloso», avverte Parabiaghi, da noi raggiunto. «Credo che l'intelligenza generativa possa essere utilizzata in maniera utile e proficua per forme di psico-educazione. Ma lasciare la macchina interagire liberamente, senza un adattamento specifico - perché i chatbot questo adattamento non ce l'hanno - rischia di fare più danni che altro. Nel senso che, effettivamente, non è "meglio di niente" e rischia di essere peggio, perché sono dei modelli generici, sviluppati da ingegneri, non da professionisti della salute mentale. Non hanno nessun tipo di visione».

Come affrontare una simile insidia? I chatbot rappresentano un fenomeno giovane e in rapida evoluzione, il cui impatto sulla società non è ancora del tutto definito. La soluzione più frequentemente proposta consiste nell'introduzione di normative che obblighino le aziende a garantire la massima trasparenza verso gli utenti, ma con la necessità di affiancare agli interventi legislativi delle iniziative formative mirate a fornire ad adulti e tutori quell'alfabetizzazione digitale indispensabile per comprendere a fondo gli strumenti utilizzati dai più giovani. Come ricorda Inverno, «questi strumenti sono anche strumenti che facilitano alcuni dei compiti che ci spettano nelle nostre vite» e imparare a contenerne le criticità, valorizzandone al tempo stesso il potenziale, «può servire ai ragazzi e alle ragazze per condurre la loro vita di tutti i giorni». In altre parole, dobbiamo imparare a usare gli strumenti per ciò che possono offrire, non per colmare maldestramente delle mancanze che ci rifiutiamo altrimenti di risolvere.



Walter Ferri

Giornalista milanese, per *L'Indipendente* si occupa di analisi nel campo della tecnologia, dei diritti informatici, della privacy e dei nuovi media, indagando le implicazioni sociali ed etiche delle nuove tecnologie. È coautore e curatore del libro *Sopravvivere nell'era dell'Intelligenza Artificiale*.