

Doi: 10.23823/d30qkh50

Received: 27 November 2025 Revised: 25 January 2026 Accepted: 20 February 2026

Family Smart Life. Le relazioni familiari ai tempi dell'algoritmo

Family Smart Life. Family Relationships in the Age of Algorithms

Stefano Iacone*

* Psicologo, psicoterapeuta ASL Napoli 1 Centro

Riassunto

L'autore analizza l'impatto dell'infosfera nella vita quotidiana e sottolinea come questa rappresenti una vera e propria rivoluzione che sta modificando radicalmente il concetto di "umano". Prova anche a delineare alcune delle criticità più significative che investono lo sviluppo psichico con possibili effetti iatrogeni: il parental technoference, il deterioramento delle relazioni familiari e l'effetto "sciame" nelle dinamiche collettive in rete. Il paper si conclude con delle considerazioni sulle "priorità" del processo psicoterapeutico in una società dominata dagli algoritmi.

Abstract

The author analyzes the impact of the infosphere on everyday life and emphasizes how it represents a true revolution that is radically changing the concept of "human." He also attempts to outline some of the most significant critical issues affecting psychological development, with potential iatrogenic effects: parental technoference, the deterioration of family relationships, and the "swarm" effect in collective online dynamics. The paper concludes with considerations on the "priorities" of the psychotherapeutic process in a society dominated by algorithms.

Parole chiave: Infosfera, parental technoference, sciame, psicoterapia sistemica, connectedness.

Keywords: Infosphere, parental technoference, swarm, systemic psychotherapy, connectedness.

All'inizio degli anni novanta Donna Haraway aveva eletto ad emblema della condizione umana di quegli anni (e del vicino futuro) la figura del *cyborg*. In esso si condensavano, secondo la filosofa americana, le grandi contraddizioni che attraversavano le società occidentali: il rapporto sempre più pervasivo con la macchina e con la tecnologia disintegravano la monolitica certezza dell'identità binaria (di genere, etnica, culturale etc.) a favore di una figura ibrida, precaria, anche profondamente ambigua (1995).

A distanza di più di trent'anni possiamo affermare che lo sguardo visionario della Haraway aveva visto male: pochi potevano prevedere quanto l'identità

Iacone S.

Doi: 10.23823/d30qkh50

Received: 27 November 2025 Revised: 25 January 2026 Accepted: 20 February 2026

umana si sarebbe giocata nel ventunesimo secolo in una dimensione che all'epoca non esisteva, ovvero quella dell'infosfera. Nessuno poteva immaginare che l'incredibile accelerazione nel campo delle tecnologie informatiche, in quelle che mediano la nostra comunicazione, avrebbero cambiato radicalmente il nostro mondo. Tali tecnologie sono diventate delle vere e proprie forze ambientali, antropologiche, sociali e interpretative. «Esse creano e forgianno la nostra realtà fisica e intellettuale, modificando la nostra comprensione, cambiano il modo in cui ci relazioniamo con gli altri e con noi stessi, aggiorniamo la nostra interpretazione del mondo, e fanno tutto ciò in maniera pervasiva, profonda e incessante» (Floridi, 2020 p.IX).

Non è la prima volta che l'umanità si trova a fare fronte ad una rivoluzione determinata dall'invenzione di una tecnologia che scompagina la stessa identità umana, cambiando profondamente il mondo in cui viviamo: il pensiero corre veloce all'invenzione della scrittura che trova inizialmente applicazione nel lavoro dei contabili sumeri costretti a rendicontare i sacchi di grano conservati nei granai (3200 a.c.) per arrivare nel 3100 a.c. a riportare l'epopea di Gilgamesh, ovvero una delle prime narrazioni cosmogoniche e sull'essenza dell'uomo.

La "quarta rivoluzione", secondo la definizione di Luciano Floridi, tende piuttosto a connettere tutto a tutti; non soltanto gli esseri umani agli esseri umani. Le tecnologie digitali hanno nel porsi "tra" gli esseri umani, tra questi ultimi e il loro mondo il loro carattere peculiare. Questo "tra" è diventata una nuova dimensione, uno spazio nuovissimo, virtuale e onnipresente, definito infosfera. Non è una bolla irreali e fantasmatica, è sinonimo di realtà, laddove interpretiamo quest'ultima in termini informativi.

Nei primi anni dell'ultimo millennio abbiamo avuto la tendenza a interpretare la nostra vita "connessa" come un compromesso tra la capacità degli esseri umani di adattarsi agli ambienti digitali e una forma di neocolonizzazione postmoderna da parte degli spazi digitali. Ai nostri giorni questa interpretazione ha trovato nuova energia con l'impatto dell'A.I.: come nei peggiori scenari distopici, l'intelligenza artificiale inventata dall'uomo per migliorare la vita, si ribella e finisce per dominarci come schiavi. Speriamo e crediamo che questa sia fondamentalmente sbagliata: le tecnologie digitali stanno modificando rapidamente il nostro mondo attraverso la creazione di nuove realtà e promuove un'interpretazione di ogni aspetto della nostra vita in termini di informazioni. Poi mano mano che diventano meno percepibili le interfacce tra essere umano e ambienti digitali, la distinzione tra vita online e offline è sempre più labile. È lecito presumere come quelli nati negli anni ottanta del secolo scorso siano l'ultima generazione che percepisce questa distinzione. Per i "nativi digitali" tale distinzione è improponibile: è un unico flusso di esperienze.

L'identità come app

Quindi nessun *cyborg*: non sono state le straordinarie protesi artificiali che hanno cambiato l'identità dell'essere umano. Piuttosto il Leviatano è nato nelle viscere del web ed ha abbattuto il sé complesso, fatto di tante parti, in costante interazione tra loro, il cui faticoso lavoro ad assicurare coesione e coerenza

Iacone S.

Doi: 10.23823/d30qkh50

Received: 27 November 2025 Revised: 25 January 2026 Accepted: 20 February 2026

interna faceva emergere, come Venere dalle acque, il nostro sé. Giovanni Jervis, a tal proposito, parlava della gran fatica del “farsi sé”, calato in un contesto assolutamente determinante per la sua salute mentale (2014).

Questo fragilissimo sé era poi posto nelle amorevoli mani di una psicoterapeuta che doveva raccogliere le fratture insanabili, i traumi e le diverse peripezie – meccanismi di difesa, strategie di coping, *changeability* - che adoperava per mantenere uno straccio di coerenza e cercare di soffrire di meno. Ebbene il sé complesso del post-moderno ha ceduto il passo al sé informazionale: siamo tutti «organismi informazionali, reciprocamente connessi e parte di un ambiente (l'infosfera) che condividiamo con altri agenti informazionali naturali e artificiali che processano informazioni in modo logico e autonomo» (Floridi, 2020).

Il sé informazionale è però spogliato dalla sua corporeità e dalla sua localizzazione: nell'infosfera, dove tutti sono interconnessi, il corpo è superfluo o quanto meno svalutato. È delocalizzato: nessun corpo, nessun luogo. Nessuna storia, solo micronarrazioni scollegate tra loro che sono il pane quotidiano dei Social. Ma sono questi a fare la parte del leone nella costruzione dell'identità contemporanea: alla decapitazione di alcuni capisaldi come corporeità e la contestualizzazione spazio-temporale si contrappongono un'abbondanza di relazioni virtuali. Un numero potenzialmente infinito di “altri” con cui interfacciarsi, ricche di feedback, da poter selezionare a propria discrezione nei mondi virtuali. Fondamentalmente «il sé cerca di percepire se stesso come percepito dagli altri, facendo affidamento sulle ICT (*Information and Communication Technologies*) che agevolano fortemente l'esperienza rivolta su di sé; il sé utilizza la rappresentazione digitale di se stesso per costruire un'identità virtuale tramite la quale aspira ad afferrare la propria identità personale» (Floridi, 2020).

“Madre morta” o “madre digitale”?

Questo *loop* che fonda il sé informazionale ha inizio molto precocemente nella vita del cucciolo umano. Se per un attimo ci siamo potuti illudere che questo processo fosse ad appannaggio dell'adolescenza, dobbiamo ricrederci velocemente: appartiene alla percezione quotidiana di ognuno l'osservazione di bambini sempre più piccoli crescere in compagnia di *device* digitali. È il caregiver digitale, ovvero quello strumento a cui le giovani generazioni di genitori appaltano la funzione di auto-regolazione degli stati emotivi dei propri figli. L'aspetto diabolico è che il caregiver digitale funziona a meraviglia: attraverso la somministrazione di stimoli gratificanti sempre più immersivi, il bambino è molto più tranquillo, gestibile, forse un po' sedato, ma non è più quel tiranno implacabile che rovina la vita ai genitori (Scognamiglio et al., 2024). Non sono più “ricattati” dal bisogno del bambino di imparare a gestire meglio il piano emozionale attraverso una relazione significativa, empatica e autorevole. La “madre sufficientemente buona” di Winnicott ha ceduto il passo al *device*: la “madre sufficientemente buona” doveva tollerare i vuoti, dosare la frustrazione ottimale e nella ininterrotta danza relazionale di connessione, rottura e riconnessione con il proprio bebè poteva assistere alla nascita della sua mente. Nel

Iacone S.

Doi: 10.23823/d30qkh50

Received: 27 November 2025 Revised: 25 January 2026 Accepted: 20 February 2026

processo di risonanza tra madre e bebè nasce quella mente diadica madre-figlio descritta da Tronick molto efficacemente (2007). Il caregiver digitale però non frustra, non si stanca, ma gratifica costantemente il bambino.

A proposito di Tronick, vale la pena riferire l'esperimento di Mackey e colleghi (2022): il campione sperimentale non prevedeva, come da protocollo, di studiare le reazioni del bebè alla *Still Face*, ovvero ad uno sguardo congelato, non responsivo del caregiver, quanto piuttosto di esaminare le reazioni del piccolo ad una madre che rispondeva a notifiche sullo smartphone in modo regolare. L'obiettivo generale è di verificare se le interruzioni brevi nelle interazioni sociali dovute all'uso del cellulare o dei *device - parental technoference* - è correlabile a una peggiore qualità del *parenting*, inteso come attenzione da parte del genitore alle cure primarie. L'ipotesi di lavoro è molto affascinante perché riproduce in un setting sperimentale un'interazione quotidiana e frequentissima della vita familiare. L'esito dell'esperimento è stato una sostanziale equiparazione tra la "madre morta" dello *Still Face* e la "madre digitale": i bambini che subivano ripetute interruzioni nell'interazione a causa di uno smartphone evidenziano un'attenuazione emozionale e un senso di rinuncia non tanto dissimili da quelli dei bambini con madri depresse.

Chiaramente questo ci racconta solo il primo *step* di un lungo processo di addestramento e adattamento all'irruzione massiccia e pervasiva dell'infosfera nella vita familiare. Se con questo esperimento si scorge come l'infosfera impatti sulla nascita della mente del bambino attraverso il caregiver, dopo i due anni il contatto tra bambino e *device* diventa diretto. Come già stato sostenuto da Antonio Battro quindici anni fa (2010), l'intelligenza sensomotoria del bambino è assolutamente a suo agio con la tecnologia *touch* dei *device*.

Queste considerazioni aprono un universo vastissimo di questioni e problematiche relative all'impatto dell'infosfera sulle nostre relazioni, sul funzionamento della nostra mente. Sviluppo cognitivo, costruzione dell'identità e dell'interiorità (Marraffa e Meini, 2022), nuove e vecchie forme del disagio psichico, il comportamento etico in un contesto digitale sono tra le principali tematiche che la comunità scientifica sta dibattendo da alcuni anni e non è difficile immaginarsi che nei prossimi anni diventino questioni ineludibili anche per gli psicoterapeuti. Questo non è il contesto in cui affrontare tutto ciò perché meriterebbe uno spazio amplissimo. Desidero però spendere poche parole ad una questione meno trattata, ma che sta impattando sulla clinica in modo piuttosto forte ovvero quello delle appartenenze digitali.

Il "Noi" vs lo "sciame"

Lingiardi ha accostato metaforicamente la vita psichica dell'individuo ad «una sfera armillare composta dall'intreccio dei tre anelli dell'io, del tu e del noi. Si tratta di un soggetto dinamico, unico, ma molteplice, la sua mente-cuore in dialogo con l'altro e con il mondo. Capace di solitudine come ascolto, abitante di sé e rivolto al tu, disponibile al noi. Un soggetto esteso, ramificato e vitale» (2020 p.64). L'equilibrio dinamico descritto da Lingiardi ci rimanda ad una questione di grande interesse ovvero l'importanza dello sviluppo di un "senso del noi" come

Iacone S.

Doi: 10.23823/d30qkh50

Received: 27 November 2025 Revised: 25 January 2026 Accepted: 20 February 2026

terzo e indispensabile “piede” di appoggio per un sano rapporto con se stessi e con il mondo. Alcuni pionieri della terapia familiare come Cigoli (2012) o Caillé (2007) avevano già sottolineato questo aspetto attraverso diversi concetti che hanno permeato efficacemente il pensiero sistemico; scienze cognitive, neuroscienze, filosofia ci sono arrivate solo più di recente ad uno sviluppo organico del concetto di “Noi” (Zahavi, 2022; Tomasello, 2020).

La “quarta rivoluzione” arricchisce la questione con un’ulteriore domanda: le appartenenze digitali, presenti soprattutto in ambito dei Social costruiscono quel “senso del noi” così importante per la nostra vita psichica? Byung Chul Han nega categoricamente questa affermazione e rilancia affermando che sui Social il “Noi” è piuttosto uno “sciame”, ovvero un contesto nel quale il comportamento collettivo appare intenzionale e “intelligente”, ma è totalmente assoggettato dall’algoritmo.

In un precedente lavoro, abbiamo argomentato che il “Noi”, il gruppo, opera in direzione di un’ottimale auto- e co-regolazione affettiva e in direzione di una maggiore integrazione del sé. Il nucleo della condivisione emotiva che caratterizza il funzionamento di gruppi, famiglie, coppie etc. ruoterebbe su un insieme di processi ricorsivi posti su due livelli: il primo più di natura incarnata e un secondo centrato sulle potenzialità di incrementare la regolazione affettiva nell’incontro intersoggettivo con gli altri (Loria, Iacone e Meini, 2023). Byung Chul Han sostiene che nella nostra società “l’altro” è stato progressivamente disintegrato come valido interlocutore e quindi lo “sciame” è una logica evoluzione di una massa di individui diventati solo dei consumatori di relazioni, tendenza che è perfettamente in linea con i principali algoritmi dei Social.

Nel lavoro fatto sulla psicologia dei complottisti abbiamo sottolineato piuttosto come in epoca Social il “Noi” e lo “sciame” si alternano vorticosamente e in modo incessante: l’individuo entra ed esce costantemente da un solido e tradizionale “senso del noi” alternandolo con la partecipazione inconsapevole a diversi “sciami”. Salvo poi impattare su alcune ricadute concrete, dannose e iatrogene come accade nei casi di *shitstorm* alimentate dagli ormai famigerati *haters*.

Presumibilmente la questione “Noi” vs “Sciame” è lungi dall’essere definita con chiarezza: i sentimenti di appartenenza nelle società occidentali si stanno progressivamente spostando nell’infosfera, assottigliando significativamente quelle tradizionali. Sussistono oggi svariati fenomeni che erodono il “senso del noi” territoriale, familiare e sociale, minando l’equilibrio di quella sfera armillare descritta da Lingiardi alla base della nostra salute mentale.

L’agenda del terapeuta ai tempi dell’infosfera

Sciami, *parental technoference*, appartenenze digitali impattano sulla clinica? Sicuramente abbiamo un dato incontrovertibile che è un peggioramento della salute mentale della popolazione e soprattutto nell’ambito dell’età evolutiva, ma questo non è solo ad appannaggio del infosfera, ma anche e soprattutto a causa di una società profondamente ingiusta, proiettata verso un’amplificazione delle disuguaglianze (Pickett & Wilkinson, 2019). Poi ci sono le nuove forme del

Iacone S.

Doi: 10.23823/d30qkh50

Received: 27 November 2025 Revised: 25 January 2026 Accepted: 20 February 2026

disagio psichico (o presunte tali), ma questo non è certo una questione nuova per il mondo della psicoterapia.

La considerazione che intendo fare è di natura più generale: se non intendiamo la terapia come un *bouquet* assortito di tecniche utili a ristabilire un presunto benessere, ristabilire un equilibrio precedente perché afflitto da sintomi diversamente limitanti – non dormo abbastanza, non guadagno abbastanza, non faccio sesso abbastanza etc. - ma intendiamo la psicoterapia come pratica di *connectedness*, allora il lavoro nella stanza di terapia significa andare radicalmente controcorrente.

Il concetto di *connectedness* di Jessica Benjamin (2004) gira intorno all'idea di due individui che riconoscono la soggettività separata dell'altro e sviluppano una relazione reciproca condivisa caratterizzata dal riconoscimento reciproco e dall'equilibrio dinamico tra autoaffermazione e connessione. Questo concetto di "connessione" emerge non dalla fusione o dalla sottomissione, ma da una resa reciproca alla "terzietà" della relazione, trasformando la dinamica "agente/fatto a" in uno spazio per il piacere reciproco, la guarigione e la crescita all'interno della relazione. Clara Mucci aggiunge che per *connectedness* «si intende quella fondamentale relazionalità umana che sorregge la vita dall'io-tu-noi, a partire dall'utero, per passare poi all'esperienza triadica delle prime relazioni, per cui da un io-tu si può arrivare a un noi per cui saremmo evolutivamente preordinati: un noi collettivo e sociale, ma anche spaziale, figurato e complesso, una rete collettiva che forma, estende e mantiene la nostra identità» (Mucci, 2024).

Se per un terapeuta questi concetti sono fondanti rispetto alla pratica clinica allora sta andando controcorrente: pensa che la relazione significativa non possa subire gravi interruzioni, le inevitabili disconnessioni debbano essere riparate e che la relazione diventi quel "terzo" che fa la differenza. Questo terapeuta lavora per ristabilire la connessione empatica nel sé, con l'altro e con i "Noi" significativi dei pazienti. La auto-regolazione è un obiettivo basilare da raggiungere insieme e non è surrogabile con nulla (tanto meno con un'A.I.), e non può essere raggiunta senza l'incontro dei corpi. Il processo terapeutico funziona come testimonianza incarnata: «il punto della testimonianza si basa su una *connectedness* interna/esterna individuale e collettiva, che è alla base di ciò che significa essere umani; vuol dire appartenere a una comunità che condivide valori simili, in primo luogo la protezione della vita come cosa sacra e il fatto che l'identità si basa sul legame con tutti gli altri esseri umani» (Mucci, 2024).

Aggiungerei infine che non si può rinunciare alle storie personali e familiari, alle trame transgenerazionali di cui tutti siamo portatori, matrici generative delle nostre appartenenze e radici delle molteplici identità di cui siamo fatti. Nessuna delle precedenti affermazioni contiene alcun aspetto innovativo, tutti concetti facilmente condivisibili: quello che cambia è l'urgenza a cui è chiamato il terapeuta a problematizzare questi assunti. Relazioni affettive, appartenenze, relazione terapeutiche etc. sono attraversate inesorabilmente dall'infosfera e vanno ripensate attentamente, con spirito critico e pensato caso per caso. Significa sottrarsi alla velocità iperbolica della vita *online*. Questo è andare controcorrente: non è necessario essere o sentirsi eroi, bisogna però avere un lucido coraggio per affrontare i mondi sconosciuti che si stanno aprendo davanti

Doi: 10.23823/d30qkh50

Received: 27 November 2025 Revised: 25 January 2026 Accepted: 20 February 2026


ai nostri occhi e attraversarli senza pregiudizi e una notevole quota di curiosità, al pari di Odisseo nel suo lungo viaggio di ritorno a casa. Bisogna rimanere “umani”, obiettivo che oggi non possiamo dare per scontato. Benesayag ci ricorda che «pensare non è calcolare. Pensare è un atto incarnato, emergente, relazionale. È ciò che accade nell’attrito fra noi e il mondo, non nella concatenazione fredda di simboli. È ciò che accade quando qualcosa ci resiste, ci interpella, ci coinvolge. Da questo punto di vista, non solo la macchina non pensa, ma neppure il cervello isolato produce pensiero. Serve un soggetto vivente, situato, che abiti un mondo e che ne venga trasformato» (2024).

Bibliografia

- [1] Battro, A., Denham, P. J. (2010). *Verso l’intelligenza digitale*. Roma, Ledizioni
- [2] Benesayag, M. (2024). *Fuori dallo specchio. Piccolo contrappunto a quattro voci*, in Scognamiglio R.M., Russo S.M., Fumagalli M. (2024), *Il narcisismo del you. Come orientarsi nella clinica digitalmente modificata*, Mimesis, Milano.
- [3] Benjamin, J. (2004). Beyond doer and done to: An intersubjective view of thirdness. *Psychoanalytic Quarterly*, 73, 1, pp.5-46,
- [4] Caillé, P. (2007). *Uno e uno fanno tre*. Roma, Armando, (tit. orig. *Un et un font trois. La couple d’aujourd’hui et sa thérapie*, Paris, Editions Faber, 2004).
- [5] Cigoli, V. (2012). *Il viaggio iniziatico. La clinica dei corpi familiari*. Milano, Franco Angeli
- [6] Floridi, L. (2020). *Pensare l’infosfera. La filosofia come design concettuale*. Milano, Raffaello Cortina.
- [7] Han, B.-C. (2015). *Nello sciame. Visioni del digitale*. Roma, Nottetempo.
- [8] Haraway, D. (1995). *Manifesto Cyborg. Donne Tecnologie e biopolitiche dei corpi*. Milano, Feltrinelli.
- [9] Jervis, G. (2014). *Contro il sentito dire. Psicoanalisi, psichiatria e politica*, a cura di Massimo Marraffa. Torino, Bollati Boringhieri.
- [10] Lingiardi, V. (2020). *Io, tu, noi. Vivere con se stessi, l’altro, gli altri*. Torino, Einaudi.
- [11] Loria, E., Iacone, S. e Meini, C. (2023). *Complottilisti vulnerabili. Le ragioni profonde del cospirazionismo*. Torino, Rosenberg & Sellier.

Doi: 10.23823/d30qkh50

Received: 27 November 2025 Revised: 25 January 2026 Accepted: 20 February 2026

- 
- [12] Mackay, L. J., Komachuk, J., Hayden, K. A. e Letourneau, N. (2022). Impacts of parental technoference on parent-child relationship and child health and developmental outcomes: a scoping review protocol. *Systematic Reviews*, 11(1), pp.1-7
- [13] Marraffa, M., Meini, C. (2022). *La costruzione dell'interiorità. Dall'identità fisica alla memoria autobiografica*. Roma, Carocci.
- [14] Mucci, C. (2024). *Riparare il Futuro. Come creare resilienza tra le generazioni*. Raffaello Cortina, Milano
- [15] Scognamiglio, R. M., Russo, S. M., Fumagalli, M. (2024). *Il narcisismo del you. Come orientarsi nella clinica digitalmente modificata*. Mimesis, Milano.
- [16] Tomasello, M. (2010). *Altruisti nati. Perché cooperiamo fin da piccoli*. Torino, Bollati Boringhieri (tit. orig. *Why we cooperate*, Cambridge, MIT, 2009).
- [17] Tronick, E. Z. (2007). *The neurobehavioral and social-emotional development of infants and children*. New York, Norton.
- [18] Wilkinson, R., Pickett, K. (2019). *The inner Level. How more Equal Societies reduce stress, restore Sanity and improve Everyone's Well-Being*. London, Penguin Books Ltd.
- [19] Zahavi, D. (2018). Collective Intentionality and Plural Pre-Reflective Self-Awareness. *Journal Of Social Philosophy*, Vol. 49, n.1, pp.61–75.