



N. 34 - DIALOGHI | VISIONI

Uomo-macchina: Prospettive per la psicologia del futuro

5 MAGGIO 2025

ERICA SANTAGUIDA, MASSIMO BERGAMASCO

Il dialogo uomo-macchina in salute mentale sta emergendo come un elemento cruciale per il futuro della cura psicologica.

Il dialogo uomo-macchina in salute mentale sta emergendo come un elemento cruciale per il futuro della cura psicologica. La sua rilevanza risiede nella capacità di trasformare l'interazione terapeutica, offrendo nuove opportunità per supportare e potenziare il trattamento, sia in contesti clinici tradizionali che in ambienti più innovativi come quelli virtuali. L'intelligenza artificiale (AI) e in particolare i sistemi con linguaggio naturale, consente un'interazione fluida, capace di analizzare e rispondere a dinamiche emotive e cognitive complesse. Inoltre, l'utilizzo di sensori apre nuove frontiere per l'interazione dinamica, permettendo al sistema di raccogliere informazioni bio-fisiche integrate che migliorano l'efficacia, la precisione e la personalizzazione dell'interazione. Un esempio di come ad oggi il dialogo uomo-macchina può articolarsi in un'interazione multisensoriale è lo Smart Mirror di Bmind, uno specchio interattivo pensato per inserirsi nella quotidianità dell'utente. Questo dispositivo rileva segnali dello stato emotivo attraverso il tono della voce, le espressioni facciali e il contenuto dell'eloquio e risponde adattando la luminosità, proponendo contenuti visivi e sonori o suggerendo brevi esercizi di rilassamento. Poiché sempre più aspetti della vita si stanno spostando nel digitale, l'interazione con questi strumenti è divenuta una componente inevitabile e anche nel campo della salute mentale è importante considerare come le nuove tecnologie affiancano o amplificano l'intervento terapeutico.

PIATTAFORME AI PER LA SALUTE MENTALE E LIMITI

Il crescente impiego delle piattaforme basate su AI per la salute mentale solleva interrogativi cruciali su come queste tecnologie possano essere integrate efficacemente in ambienti virtuali intelligenti, al fine di massimizzarne l'impatto benefico. Non si tratta solo di valutare le loro potenzialità, ma anche di comprendere come possano affiancare e potenziare l'intervento umano. Analizzare alcune delle piattaforme più innovative permette di cogliere le peculiarità di ciascun approccio e le implicazioni più ampie per il futuro della salute mentale digitale. Ogni piattaforma si distingue per caratteristiche specifiche, che spaziano dall'uso della tecnologia ai modelli terapeutici implementati. Piattaforme come Woebot, Pi IA, Youper, Meomind e Wya, ad esempio, si concentrano sull'applicazione di algoritmi per analizzare pattern di pensiero dell'utente e generare risposte riferendosi a tecniche cognitive-comportamentali o di altri approcci correlati. Piattaforme come Psyscribe, Earkick e Heartfelt in aggiunta, consentono all'utente la possibilità di plasmare o scegliere la personalità del chatbot. L'efficacia risiede principalmente nella capacità di fornire supporto immediato e a basso costo, riducendo le barriere all'accesso alla terapia e offrendo un primo livello di intervento psicologico. Piattaforme più avanzate come Earkick introducono possibilità di personalizzazione

dell'intervento, mediante l'analisi combinata di dati fisiologici e risposte testuali. Inoltre, Eleos Scribe e Marvix offrono un supporto significativo per i professionisti, agendo come strumenti per la registrazione e l'organizzazione delle informazioni cliniche, supportando un monitoraggio e facilitando l'individuazione di pattern. Altre piattaforme, come Rosebud, puntano invece sull'aspetto relazionale del supporto psicologico, sfruttando l'AI per facilitare la creazione di connessioni significative tra gli utenti. Nonostante le potenzialità offerte dalle piattaforme di AI per la salute mentale, permangono diverse criticità che ne limitano l'efficacia e sollevano questioni etiche e cliniche. Uno dei principali limiti riguarda la profondità e la qualità del dialogo terapeutico: sebbene i chatbot avanzati siano in grado di simulare una conversazione empatica e fornire supporto immediato, essi rimangono strumenti basati su algoritmi che non possono realmente comprendere l'esperienza soggettiva dell'utente. Questo può portare a interazioni che, seppure apparentemente efficaci, risultano fredde o limitate nel cogliere le sfumature complesse della sofferenza psicologica. La terapia spesso non si basa solo su una ristrutturazione cognitiva esplicita, ma anche sull'emersione di significati profondi legati alla storia personale, ai vissuti inconsci e alle dinamiche relazionali che hanno plasmato l'individuo. Il cambiamento terapeutico non avviene solo attraverso la rielaborazione razionale di pensieri e comportamenti, ma soprattutto attraverso la relazione con il terapeuta, che funge da spazio di rispecchiamento, contenimento e trasformazione. In questo senso, le piattaforme AI si muovono principalmente su un piano esplicito e razionale, rischiando di trascurare il ruolo centrale della relazione nel processo di cura. Il rischio ulteriore dato dall'affettività plastica è che l'interazione con l'AI possa alimentare un'illusione di connessione, senza però offrire il reale calore umano necessario per una trasformazione profonda o strumenti utili da applicare nel contesto sociale.

Questi limiti evidenziano la necessità di ripensare l'integrazione dell'AI nella salute mentale, non come un sostituto dell'interazione umana, ma come un complemento che potenzi il rapporto terapeutico. Un modello di cura più immersivo e interattivo potrebbe prevedere l'integrazione diretta dello psicologo all'interno dell'esperienza digitale, garantendo che la tecnologia non sia un'entità isolata, ma uno strumento che faciliti un'interazione terapeutica più ricca.

IL METAVERSO PER LA SALUTE MENTALE: UN MODELLO RELAZIONALE A QUATTRO

L'evoluzione della salute mentale nel contesto del Metaverso si orienta verso un paradigma innovativo che integra il reale e il virtuale in un sistema relazionale basato sull'interazione tra quattro elementi: lo psicologo reale, il paziente reale e i loro duali virtuali. Tale configurazione crea una rete dinamica di interazioni in cui il virtuale non sostituisce il reale, bensì lo amplifica e lo integra, offrendo benefici sia per il paziente sia per il terapeuta. In questa prospettiva, il paziente reale interagisce con il terapeuta in un setting che può estendersi oltre lo studio fisico, accedendo a uno spazio virtuale progettato ad hoc. Il paziente virtuale funge da rappresentazione modellata del paziente reale, offrendo uno specchio digitale sul suo stato psicofisico. Parallelamente, lo psicologo virtuale, supportato dall'AI, può offrire un sostegno sincrono o asincrono. Un aspetto chiave di questo approccio è l'utilizzo di ambienti virtuali interattivi per stimolare processi trasformativi attraverso esperienze immersive.

L'integrazione tra reale e virtuale permette così di superare alcuni limiti delle attuali piattaforme di AI per la salute mentale e della psicoterapia tradizionale. Tra questi limiti, uno dei più significativi è la difficoltà di monitorare i progressi del paziente in tempo reale: le terapie tradizionali si basano spesso su indagini retrospettive e sulla memoria soggettiva del paziente, mentre l'integrazione dell'AI e degli ambienti virtuali permette una raccolta precisa, continua ed ecologica di dati. Anche il terapeuta trae vantaggio da questa configurazione, poiché il supporto dell'AI all'interno dello spazio virtuale di lavoro permette di alleggerire il carico di attività amministrative e di monitoraggio, massimizzando il tempo dedicato alla relazione terapeutica che potrebbe definirsi "aumentata" dagli strumenti digitali. Questo modello può essere utile anche nella formazione dei nuovi terapeuti, che possono esercitarsi con pazienti virtuali prima di affrontare casi o pratiche reali. Infine, il futuro della terapia sembra muoversi sempre più in questa direzione, con il Metaverso e l'AI che forniranno un accesso più ampio a informazioni e dati utili al trattamento, senza però sostituire il ruolo del terapeuta umano.

PER CITARE QUESTO ARTICOLO

Erica Santaguida, Massimo Bergamasco: *Uomo-macchina: Prospettive per la psicologia del futuro*, n. 34 - Dialoghi, maggio-agosto 2025

ISSN 2611-0210 Orione Cartaceo; ISSN 2611-2833 Orione online in formato accessibile



INSERISCI COMMENTO ALL'ARTICOLO

Nome

Email

Commento

INVIA

In questo numero

N. 34 - DIALOGHI | EDITORIALE

Una grande umanità

Abbiamo pensato di dedicare questo numero di Orione al tema del dialogo grazie all'incontro (non fortuito, ma fortemente desiderato) con Riccardo Mazzeo e Nina Saarinen, che nel corso del tempo sono diventati, me lo concedano, cari amici.

GABRIELLA SORRENTINO

N. 34 - DIALOGHI | INTERVISTA

Intervista a Diego De Silva

«Quando l'amore finisce non finisce mai per una ragione precisa o per un trauma forte...

FRANCESCO DELLA CALCE

N. 34 - DIALOGHI | LINGUAGGI

Raccontami di te

La tolleranza è la virtù che arricchisce la conoscenza reciproca, il dialogo, che dalla tolleranza dipende, è la via della convivenza. La violenza e la guerra iniziano quando cessa il dialogo. La Pace, quando incomincia il dialogo. (Gustavo Zagrebelsky)

FEDERICO PEROZZIELLO

ORIONE
· · · · ·
· · · · ·

RIVISTA DI APPROFONDIMENTO CULTURALE
DELLA FONDAZIONE SINAPSI

**PRIVACY POLICY**

© 2016 Fondazione Sinapsi

Codice Fiscale: 97428100586

Iscritta nel Registro delle Persone Giuridiche della Prefettura di Salerno il 22/07/2011, n. 404

