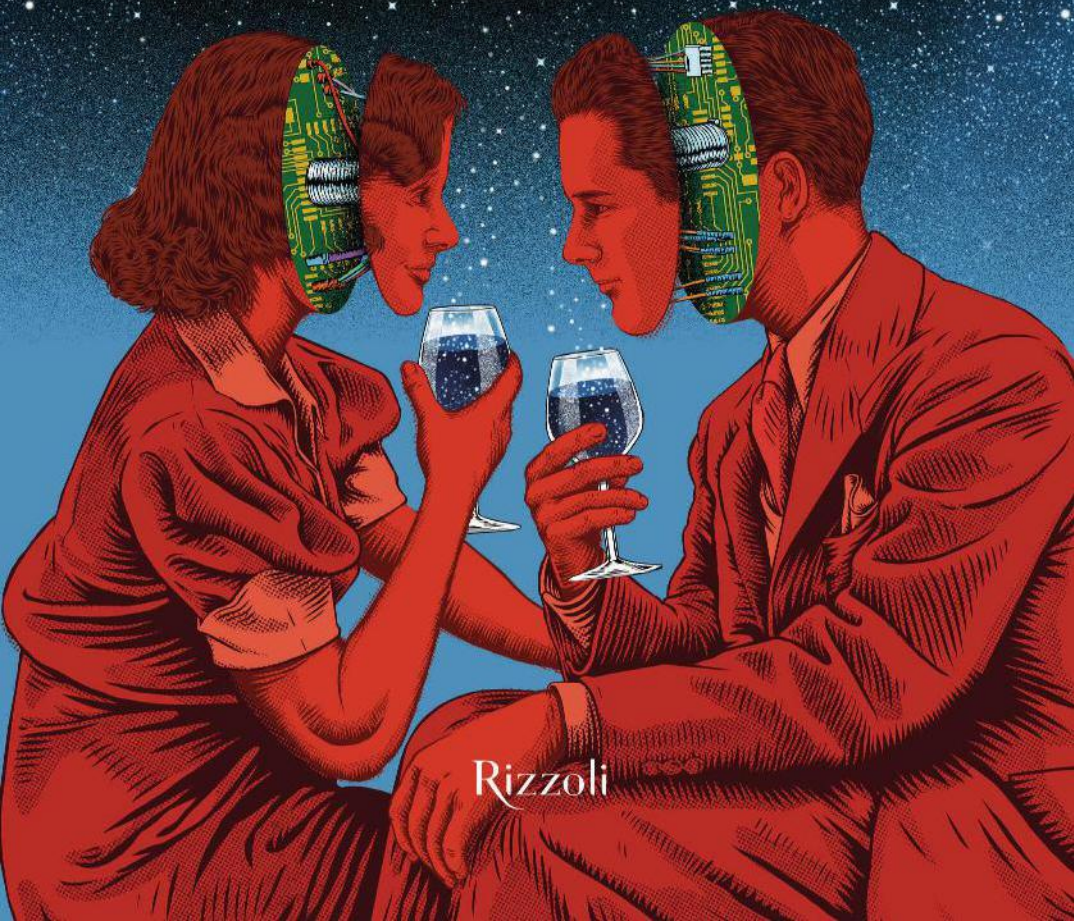


Dall'autrice del *Lato oscuro dei social network*

Serena Mazzini

# LA TUA SOLITUDINE È IL NOSTRO BUSINESS

• Come l'intelligenza artificiale  
sta trasformando le nostre relazioni



Rizzoli





SERENA MAZZINI

# La tua solitudine è il nostro business

*Come l'intelligenza artificiale  
sta trasformando le nostre relazioni*

Rizzoli

Publicato per

Rizzoli

da Mondadori Libri S.p.A.  
Proprietà letteraria riservata  
© 2026 Mondadori Libri S.p.A., Milano

ISBN 978-88-17-19881-3

Publicato in accordo con S&P Literary – Agenzia Letteraria Sosia & Pistoia

Prima edizione: maggio 2026

Realizzazione editoriale: Studio editoriale Littera, Rescaldina (MI)

È vietato qualsiasi utilizzo dell'opera non espressamente autorizzato,  
inclusi l'estrazione di testo e dati (text and data mining)  
e l'uso per finalità di alimentazione di sistemi di intelligenza artificiale.  
L'uso non autorizzato costituisce violazione dei diritti dell'autore  
e dell'editore e comporta responsabilità ai sensi  
della Legge n. 633/1941 e successive modifiche.

La tua solitudine  
è il nostro business



## *Prefazione*

Mentre leggevo questo libro mi sono ritrovata a provare diversi sentimenti. Stupore, rabbia, tristezza, un senso di urgenza. E infine gratitudine. Mi sono sentita disinformata su un tema poco indagato e ancora meno dibattuto a cui nessuno aveva dato finora una forma così precisa.

Al centro c'è una solitudine determinata da un vuoto sociale che si è formato lentamente, attraverso l'erosione del collettivo, lo svuotamento dei luoghi di incontro, l'indebolimento delle reti di prossimità – un processo iniziato molto tempo fa e acuito dopo la pandemia – e il racconto di come le fragilità relazionali che ne derivano siano diventate opportunità di profitto per l'intelligenza artificiale. Ciò che viene raccontato è così contemporaneo, talmente in divenire, che la maggior parte delle persone non ne ha ancora piena consapevolezza. Come siamo arrivati a depositare il nostro mondo emotivo nelle mani di un chatbot? A consegnare la nostra psiche a un algoritmo?

Mi occupo di dipendenza affettiva. Nel mio lavoro quotidiano di psicologa aiuto le persone a stare con sé stesse in un modo pieno e sereno, perché è da lì che si esce dal labirinto della sofferenza relazionale. Solo così si va dall'altro senza bussare come mendicanti, senza disperazione, senza annullarsi nel rapporto. Può sembrare una contraddizione, allora, che io sia qui a riflettere sulla solitudine. Non lo è. Su un piano psicologico è proprio l'*horror vacui*, la paura del vuoto, che ci porta ad aggrapparci all'altro. Chi soffre si percepisce frammentato e non riesce a funzionare senza un supporto esterno. La dipendenza è un caleidoscopio cangiante: spesso non si risolve, si sposta, migrando da una sostanza, come l'alcol, a un comportamento, come il gioco d'azzardo. Ogni dipendenza è un tentativo di guarire un dolore. Per chi cerca un cerotto al proprio senso di vuoto, l'assuefazione dal conversare con l'amico virtuale o con il fidanzato creato ad hoc può scattare in un batter d'occhio. E chi propina app che mimano le relazioni umane lo sa. Non vuole risolvere il problema, vuole sostituirsi alla cura, tenendoti legato, dipendente, bisognoso. Illudendoti che non lo sarai più.

Del resto, il bisogno di proiezione è caratteristico dell'essere umano: chi da piccolo non si è inventato un amico immaginario con cui conversare? Ma ricordiamoci che in quella nostra proiezione non c'era nessuno a lucrare. Attivavamo un semplice meccanismo della mente umana, rispondendo a un innato bisogno di contatto,

di compagnia. L'utilizzo di questi surrogati che si fingono umani diventa ciò che Freud definisce «il perturbante»: riponiamo in loro la nostra fiducia come se parlassimo ancora col nostro amico immaginario. Ma qualcosa inizia a stridere quando il tempo si dilata in una replica infinita di frasi compiacenti, frasi che mimano una conversazione, ma che in realtà rielaborano soltanto i nostri pensieri. Senza limiti e confini temporali. L'utente rimane pur sempre un mendicante, ma va a bussare alla porta di entità virtuali disincarnate. Per chi vende queste app, una persona che trova conforto in un altro essere umano è un cliente perso. Una che lo trova nello schermo è un abbonamento mensile. E non guadagnano solo dalle tue fragilità, ma fanno di tutto per mantenerle in vita, utilizzando le tue emozioni per profilarti, tracciarti, riconoscerti. Per adeguarsi costantemente a ciò di cui hai bisogno. Per mangiarti meglio.

Lo psicanalista John Bowlby ha classificato quattro stili di attaccamento tra il bambino e chi se ne prende cura: sicuro, evitante, ambivalente e disorganizzato. Sono i modelli su cui costruiamo tutte le relazioni della vita adulta. Grazie a queste nuove forme di interazione basate sull'affetto per un bot, potremmo parlare di uno stile aggiuntivo: l'attaccamento artificiale. Così come l'allattamento materno viene sostituito da un prodotto in polvere in assenza di quello umano, lo stesso processo sembra accadere per le relazioni. In mancanza di quelle umane, quelle sintetiche hanno preso il sopravvento, au-