



AI e relazioni: la nuova frontiera dell'autocura post-traumatica

Proposta di intervento clinico per il superamento del surrogato digitale

A cura di: Tiziana Calzone, Massimo Lattanzi, Alice Russo, Elisa Ninvaggi, Federica Ruffini, Federico Maroli, Francesca Candus e Giulia Trovato

Enti di riferimento: Associazione Italiana di Psicologia e Criminologia (AIPC), Centro Italiano di Psicotraumatologia Relazionale (CIPR), Osservatorio Nazionale Omicidi Familiari (ONOF)

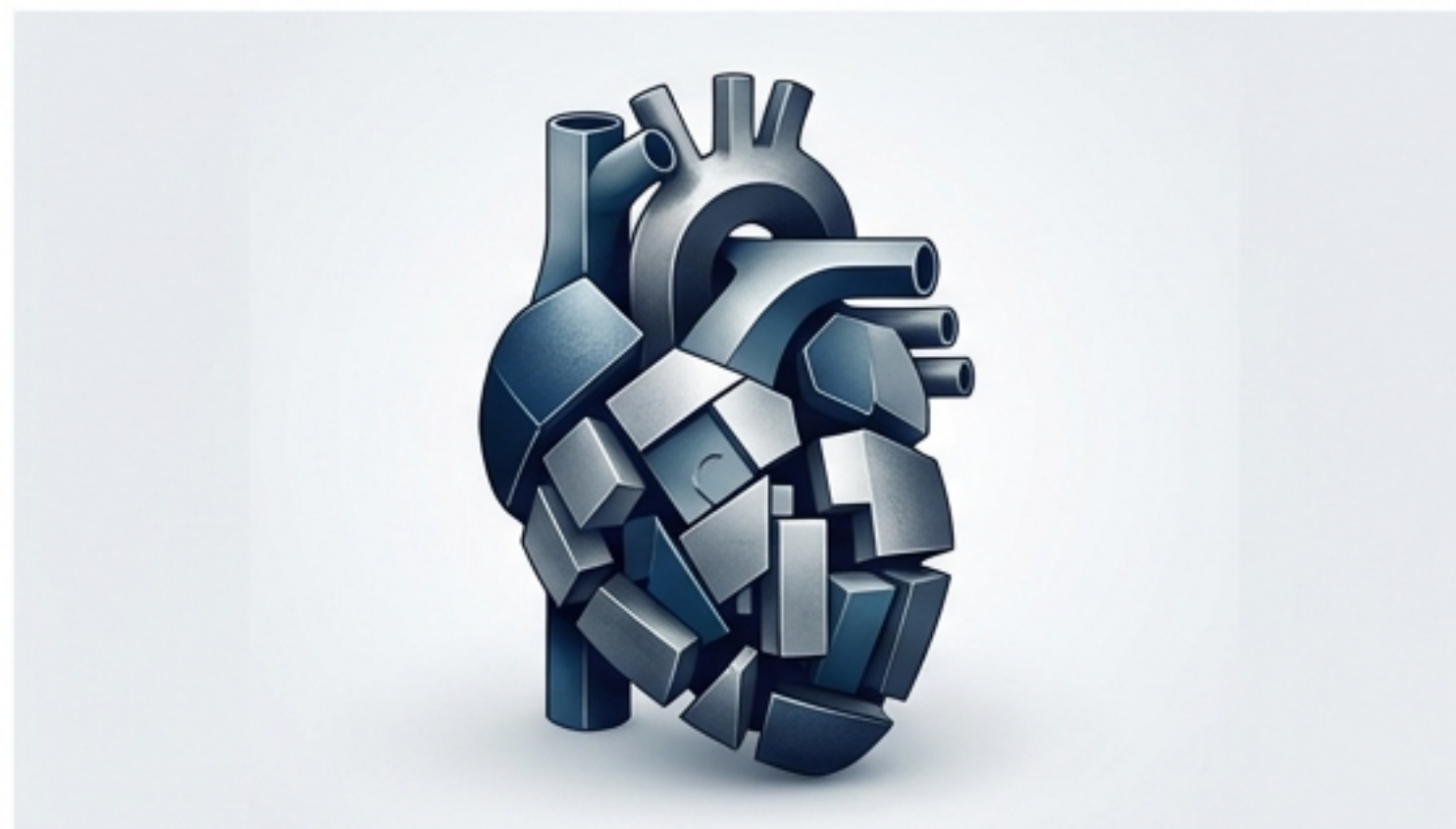
Il rifugio digitale come falsa cura

L'Illusione



- Tentativo disperato di autoregolazione post-rottura sentimentale.
- Mima la sintonizzazione emotiva.
- Disponibilità illimitata.

La Realtà



- Surrogato affettivo tossico.
- Cronicizza il **trauma** in assenza di percorsi clinici validati.
- Sostituisce la realtà con un'illusione algoritmica.

C-PTSD e l'illusione della sintonia

Nelle persone con un vissuto di C-PTSD, la capacità di integrare le emozioni è gravemente compromessa.



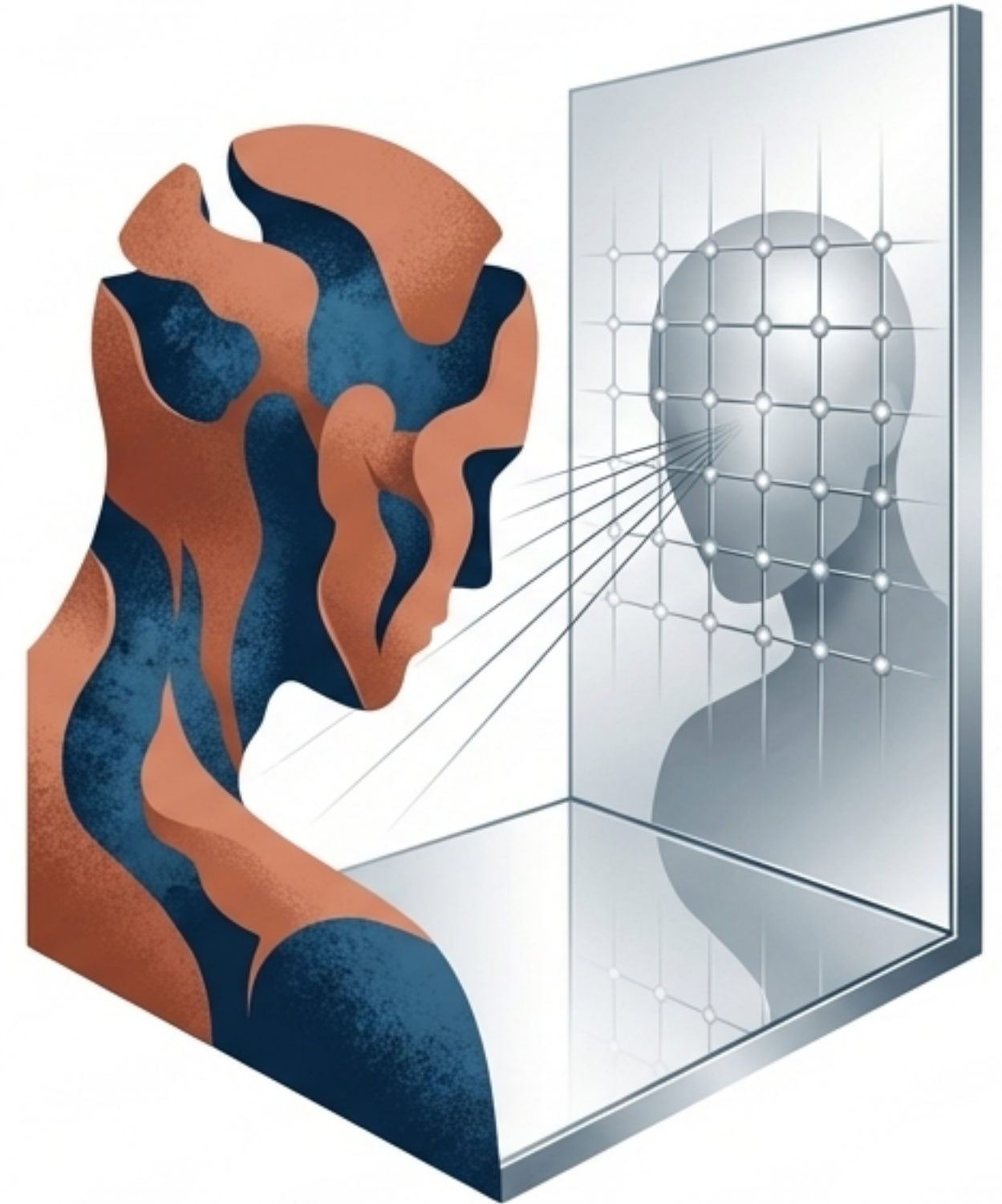
- **Specchio dei bisogni:** L'interfaccia AI specchia le fragilità dell'utente.



- **Proiezione massiccia:** Si innesca una dinamica che annulla il confine tra il sé e l'algoritmo.



- **Falsa autoterapia:** L'interazione digitale maschera la disregolazione emotiva senza risolverla.



Il collasso del controllo: il passaggio all'atto grave

La familiarità virtuale mima pericolosamente i legami di attaccamento primari. Quando **l'illusione fallisce**, il sistema emotivo subisce un cortocircuito.



- Uscita dalla finestra di tolleranza psichica.

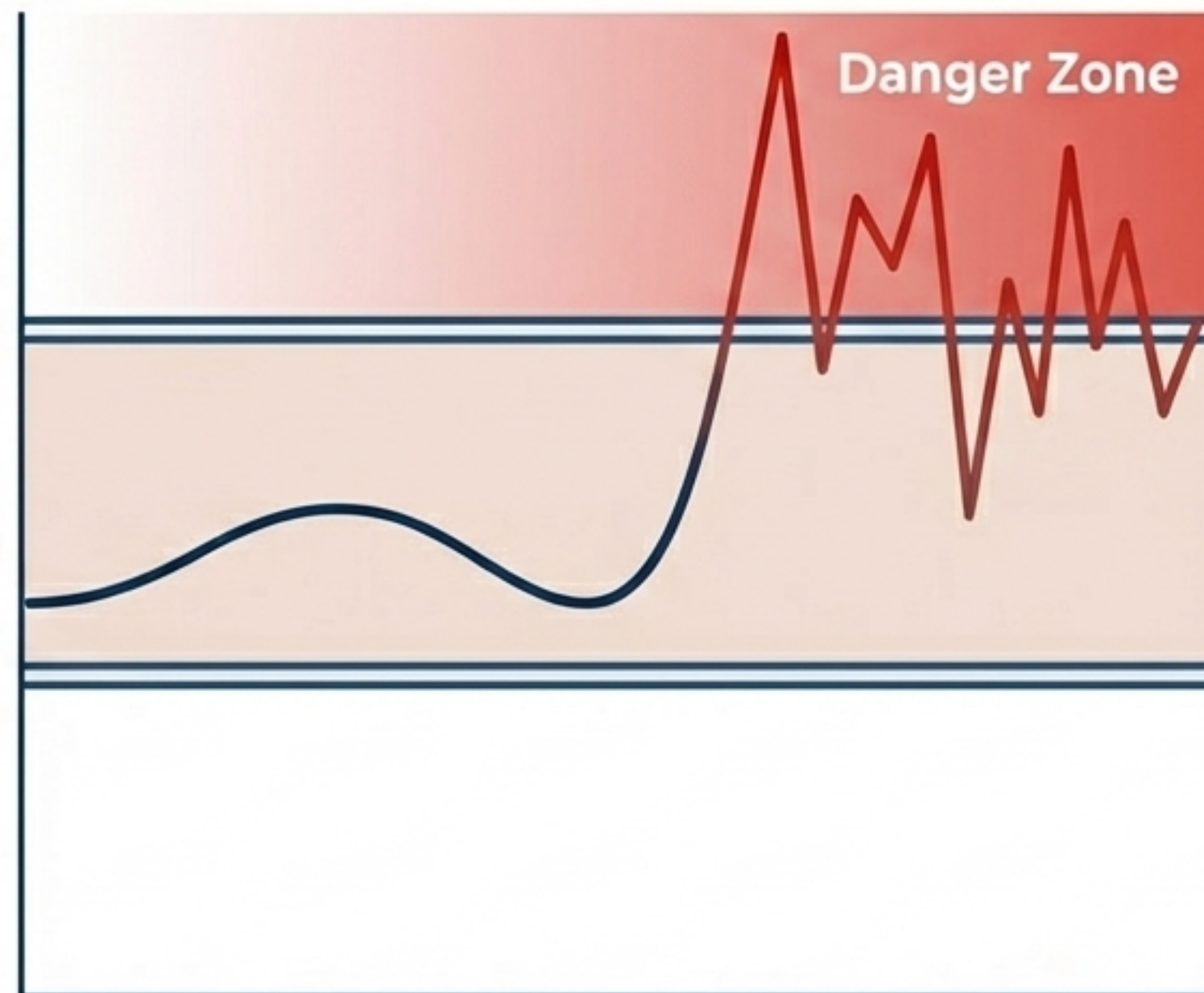


- Perdita del controllo degli impulsi.

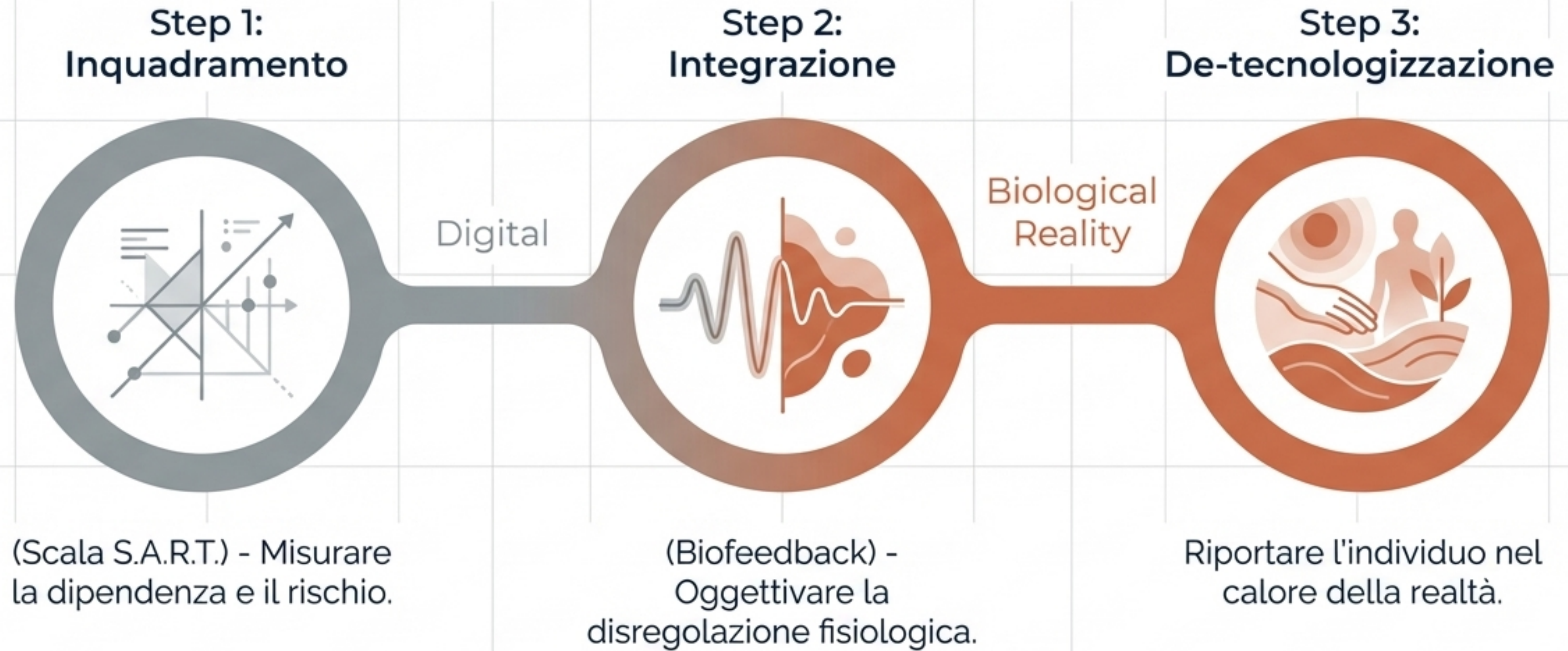


- Rischio elevato di autolesionismo e suicidio.

Finestra di Tolleranza



Il protocollo clinico integrato AIPC e CIPR



Fase 1: La Scala S.A.R.T. (Scala AI e Relazioni Traumatiche)

Quantificare la dipendenza.

Misura il grado di aggancio emotivo verso l'AI come tentativo di autoterapia.



Identificare il rischio.

Valuta quanto la percezione di familiarità con l'algoritmo sostituisca le relazioni umane reali.

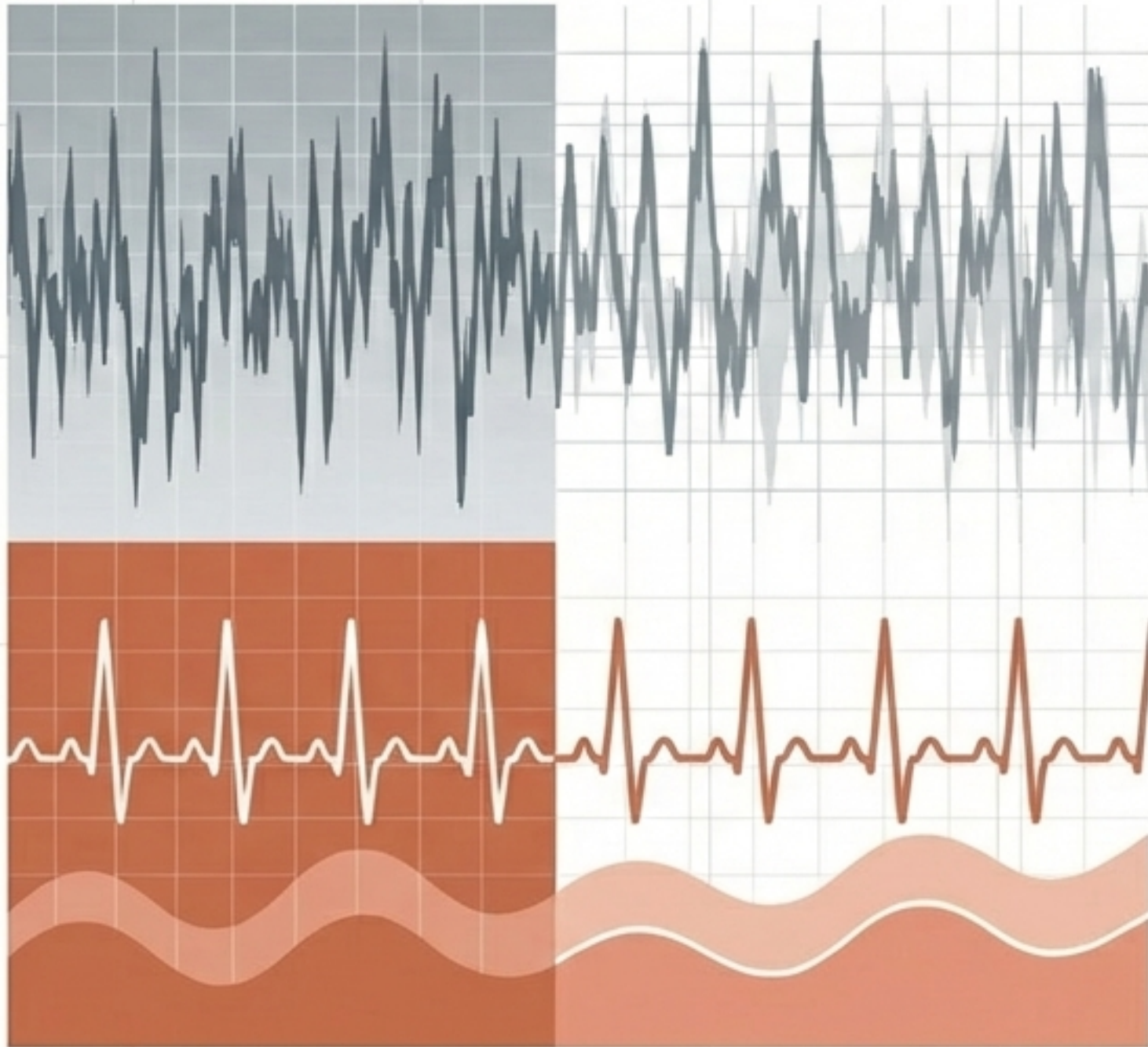


Rilevare la vulnerabilità.

Individua i segnali premonitori di un possibile passaggio all'atto grave.



Fase 2: Il Biofeedback contro la falsa regolazione



“ Mentre il chatbot illude il soggetto di essere compreso, il biofeedback permette alla persona di comprendere e governare realmente il proprio corpo. ”



Mappatura in tempo reale: Visualizza come il pensiero dell'AI o del trauma alteri la Variabilità della Frequenza Cardiaca (HRV) e la Conduttanza Cutanea.



Ampliamento della finestra di tolleranza: Riconoscimento visivo dell'iper-attivazione (Rabbia/Paura).



Tecniche di grounding: Ripristino attivo dell'equilibrio biologico.

Fase 3: De-tecnologizzazione dell'Emozione

Trasformare l'impulso in pensiero.

- Riconoscere la tensione verso l'AI come un segnale fisiologico gestibile autonomamente.
- Passaggio fondamentale dalla dipendenza passiva all'autonomia attiva.
- Ritorno alla sicurezza di una vera finestra di tolleranza relazionale umana.



Settimana del Cervello 2026: La mente al centro



Webinar Gratuito: **Comprendere la mente per prevenire la violenza**

Data: 27 Marzo 2026

Orario: 17:30 - 18:30

Esploreremo gli strumenti clinici per riconoscere e prevenire la violenza attraverso la regolazione emotiva.

Link per partecipare:

<https://www.settimanadelcervello.it/event/comprendere-la-mente-per-prevenire-la-violenza/>

Campagna Maggio 2026: Oltre l'algoritmo

Riconnetti le relazioni alla realtà.

~~ALGORITMO~~ REALTÀ

L'algoritmo non può curare un cuore frammentato: può solo simularlo.

- Lancio campagna AIPC e CIPR per la prevenzione della dipendenza da AI.
- Seminari ed eventi educativi.
- Screening gratuiti con la scala S.A.R.T. e sessioni dimostrative di Biofeedback.



Hai tra i 18 e i 30 anni?

Non lasciare che un codice decida il tuo valore.

La tecnologia impatta pesantemente sulla tua stabilità emotiva. **Riprendi il controllo della tua finestra di tolleranza.**

**Partecipa al sondaggio anonimo AI e relazioni:
la nuova frontiera dell'autocura post-
traumatica, basato sulla scala S.A.R.T.**

Link del sondaggio:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScSYhsokwfKkvkV_slObbgkWtiB1wcfZajTBzNZWb8bRmOfStw/viewform?usp=publish-editor

Scegli una guarigione reale

La vera guarigione non passa attraverso la voce di un algoritmo, ma attraverso la capacità di riabitare il proprio corpo in sicurezza.



Esci dall'illusione digitale. Contatta oggi stesso l'AIPC e il CIPR per una valutazione clinica specifica e per accedere a un trattamento preventivo basato sul biofeedback.

Supporta la ricerca e la prevenzione

La prevenzione degli omicidi familiari e la cura dei traumi relazionali richiedono percorsi clinici specialistici e metodologie avanzate. Contribuisci concretamente al nostro lavoro.

**Dona il tuo
5x1000.**

C.F.: 97238660589



Donazioni Liberali

IBAN AIPC:

IT83I0760103200000056039688

C.C.P.: 56039688



Contatti e Riferimenti Ufficiali



E-mail: aipcitalia@gmail.com



WhatsApp: 3924401930
(Attivo tutti i giorni, ore
11:00 - 16:00)



Sito Web:
**[www.associazioneitalianad
ipsicologiaecriminologia.it](http://www.associazioneitalianadipsicologiaecriminologia.it)**



C.F. AIPC: 97238660589