TOR VERGATA
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI ROMA

Corso di Laurea in
Scienze della Comunicazione

Psicologia degli Ambienti Digitali

Sessione 1.1: Introduzione alla Psicologia degli Ambienti Digitali

Mattia Della Rocca, PhD - Anno Accademico 2025/2026

Uno sguardo al programma

Settimana 1 - Introduzione e basi teoriche

Lezione 1.1 (1 ottobre 2025, ore 17-20, aula T28)

- **Topic:** psicologia degli ambienti digitali, definizione e origini; introduzione ai quadri teorici di riferimento (psicologia sociale, ambientale, cognitiva).
- Questa lezione introduce la **psicologia degli ambienti digitali** come disciplina emergente che studia come interfacce, contesti digitali e automazioni influenzino i processi cognitivi e sociali, radicandosi nei fondamenti della psicologia generale, sociale e ambientale.
- Vengono presentati i modelli di base della **social, environmental e cognitive psychology**, evidenziando come costituiscano il substrato teorico per comprendere i fenomeni tipici degli ambienti tecnologici.

Lezione 1.2 (3 ottobre 2025, ore 17-20, aula T23a)

- **Topic:** l’ambiente come concetto in psicologia (da von Uexküll a Gibson); ambienti digitali come ambienti psicologici: affordances, vincoli, opportunità; l’interazione uomo-macchina come esperienza ambientale; AI e software interattivi come agenti cognitivi artificiali.
- Si analizza il concetto di **ambiente** nella psicologia classica — da von Uexküll a Gibson — per costruire una visione comparativa con gli **ambienti digitali**, ai quali vengono applicati i concetti di affordances, vincoli e opportunità.
- L’**interazione umano-macchina** è interpretata come un’e**sperienza ambientale a tutti gli effetti**. Infine, si esaminano i software intelligenti come **agenti cognitivi artificiali** che interagiscono con l’utente in modi simili a co-abitanti cognitivi in un ambiente esteso.

Settimana 2 - Percezione e Attenzione

Lezione 2.1 (8 ottobre 2025, ore 17-20, aula T28)

- **Topic:** percezione negli ambienti digitali: interfacce, design e UX; sovraccarico informativo e multitasking.
- Si approfondisce il ruolo cruciale di interfacce, design e UX nel plasmare le **percezioni digitali** e l'esperienza utente: layout, segnali visivi, avatar e interattività orientano l'attenzione e influenzano le rappresentazioni mentali.
- Viene introdotto il fenomeno del **sovraccarico informativo**, analizzando come **multitasking** e fruizione simultanea di più fonti contribuiscano a distrazione e riduzione dell'efficacia cognitiva.

Lezione 2.2 (10 ottobre 2025, ore 17-20, aula T23a)

- **Topic:** psicologia dell’attenzione online: notifiche, scroll infinito, flussi social; effetti cognitivi ed emotivi della costante connessione.
- Si analizzano i meccanismi dell’attenzione online: **notifiche push**, **scroll infinito** e feed continui sono progettati per catturare e trattenere l’attenzione.
- Gli effetti includono **frammentazione dell’attenzione** e **conseguenze emotive** come **ansia** o **sovraccarico**. Vengono inoltre discussi gli impatti della connessione costante e del digitale come stile di vita.

Settimana 3 - Memoria, comportamento e processi cognitivi

Lezione 3.1 (15 ottobre 2025, ore 17-20, aula T28)

- **Topic:** memoria individuale e collettiva negli ambienti digitali; fenomeni di esternalizzazione (Google effect, digital amnesia).
- La lezione esplora la **memoria individuale e collettiva nei contesti digitali**, con particolare attenzione a fenomeni come il Google effect (amnesia digitale), in cui le persone affidano la memoria a Internet anziché internalizzarla — un fenomeno riconosciuto e oggetto di recenti meta-analisi.
- Si approfondisce anche il tema dell'**esternalizzazione cognitiva**, studiata nelle teorie della distributed ed extended cognition, che interpretano gli strumenti esterni come componenti del sistema cognitivo.

Lezione 3.2 (17 ottobre 2025, ore 17-20, aula T23a)

- **Topic:** comportamento e decision-making in ambienti digitali; ricompense, gamification, dipendenza digitale.
- Si analizza come i **processi decisionali** e i **comportamenti** siano influenzati negli ambienti digitali: **reward system**, **gamification** e meccanismi progettati per indurre **dipendenza** operano attraverso principi psicologici consolidati (ad es. dinamiche di rinforzo).
- Si discutono il problema della dipendenza digitale, l'uso compulsivo delle tecnologie e i riflessi sulle scelte e sull'autoregolazione degli utenti.

Settimana 4 - Psicologia sociale online e relazioni

Lezione 4.1 (22 ottobre 2025, ore 17-20, aula T28)

- **Topic:** identità e presentazione di sé online; psicologia dei gruppi, comunità digitali e dinamiche di influenza.
- Si indagano i processi di f**ormazione dell'identità** e la **presentazione del sé online**, in cui gli utenti costruiscono versioni "curate" di sé.
- Inoltre, vengono analizzate le **dinamiche dei gruppi virtuali**, le **comunità digitali** e i meccanismi di **influenza sociale** mediata dalla rete.

Lezione 4.2 (24 ottobre 2025, ore 17-20, aula T23a)

- **Topic:** dating app e relazioni digitali; intimità, attaccamento e relazioni mediate dall'IA.
- Si approfondiscono le **dating app** come ambienti psicologici per la costruzione di **relazioni**, nelle quali **intimità**, **attaccamento** e **interazione** sono mediate dalle interfacce digitali e in alcuni casi dall'IA.
- Si riflette sull'impatto di questi strumenti sul modo di percepire la **vicinanza** — al di là del contatto fisico — e sulle dinamiche di **attaccamento** e **fiducia**.

Settimana 5 - Comunicazione Digitale e Memetica

Lezione 5.1 (29 ottobre 2025, ore 17-20, aula T28)

- **Topic:** comunicazione digitale: linguaggio, emoji, GIF, algoritmi come mediatori; psicologia della memetica: diffusione culturale e viralità.
- La lezione esamina gli strumenti della **comunicazione digitale** — linguaggio testuale, emoji, GIF — e il ruolo degli algoritmi come **mediatori semantici e affettivi**.
- Viene introdotta la **memetica** psicologica: come idee e contenuti si diffondono e diventano virali nei contesti sociali online.

Lezione 5.2 (5 novembre 2025, ore 17-20, aula T28)

- **Topic:** conformismo, influenza sociale online, anonimato e deindividuazione; culture digitali e fenomeni emergenti (es. brain rot, TikTok trends); conclusioni e sintesi.
- Si analizzano fenomeni quali **conformismo** e **influenza sociale online**, **anonimato** e **deindividuazione**, che modificano i comportamenti nei contesti digitali.
- Si discutono inoltre **culture digitali emergenti** (per es. “brain rot”, tendenze virali come TikTok) e si conclude con una sintesi integrata del percorso svolto.

Modalità d’esame

- Studentesse e studenti possono sostenere l’esame di profitto attraverso un **esame scritto**, sotto forma di un elaborato a partire da una traccia fornita dal docente in occasione dell’appello.

- Gli esami si svolgeranno **in presenza**.

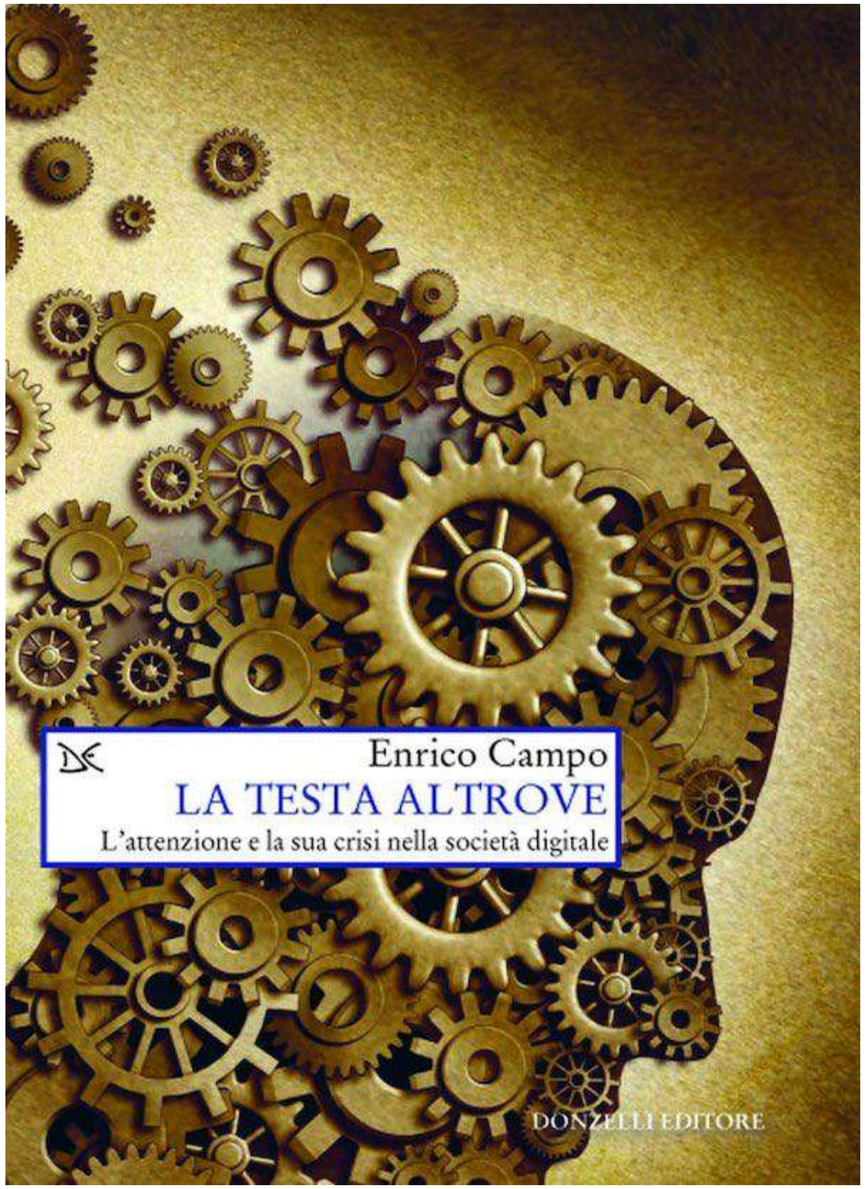
- Studentesse e studenti con **DSA** o altri bisogni speciali devono comunicarlo al docente il prima possibile.

- Studentesse e studenti frequentanti (presenza ad **almeno 80% delle lezioni**) potranno sostenere un esonero (anch’esso scritto) durante la lezione del 31 ottobre 2025 (ore 17-19, aula T23A)

Libri di testo e materiali

La testa altrove

Enrico Campo (2020),
Roma: Donzelli



La Q di Qomplotto

Wu Ming 1 (2020),
Roma: Alegre

Digital Girls

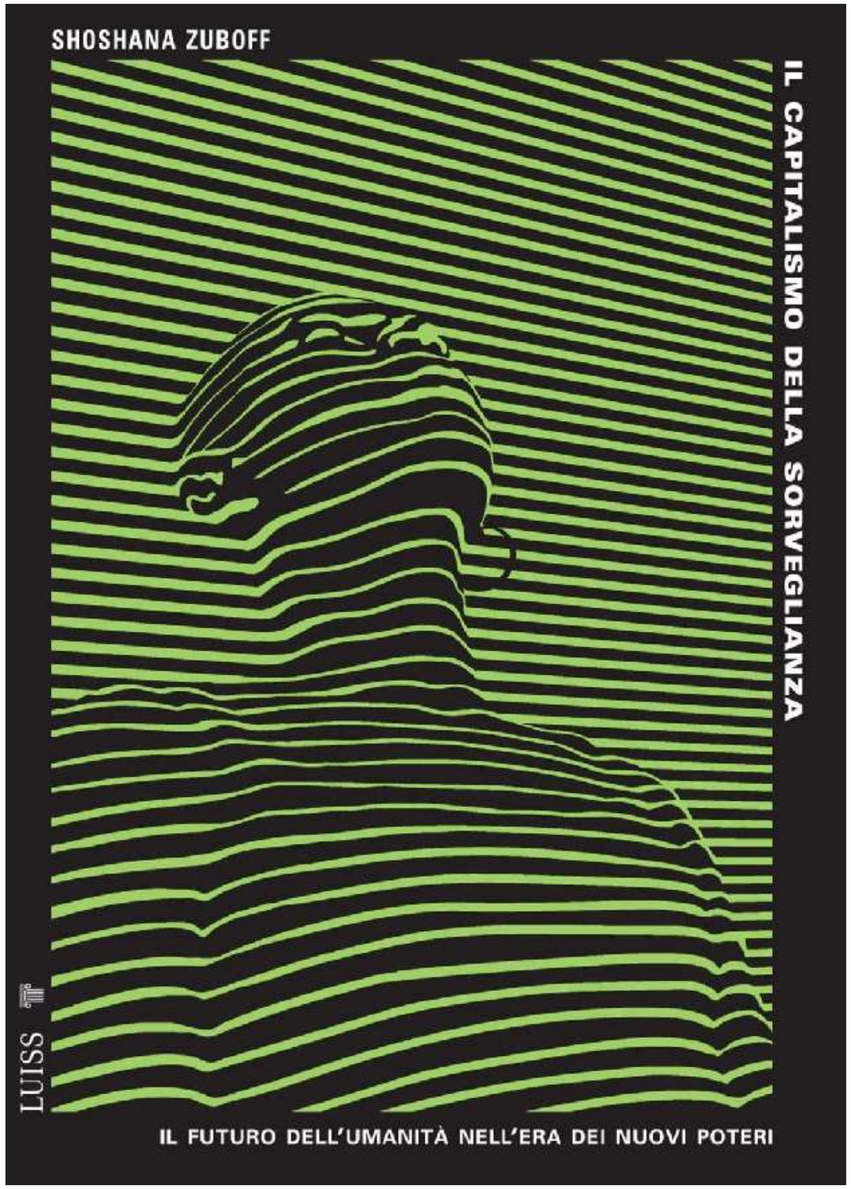
Arianna Mainardi (2020),
Pisa: ETS

La valle oscura

Anna Wiener (2019),
Milano: Adelphi

Il capitalismo della sorveglianza

Shoshana Zuboff (2019), Roma: LUISS University Press



Ulteriori materiali

- Durante le lezioni saranno citate **opere e articoli** che non fanno parte della bibliografia d'esame, ma che possono essere **utili per una comprensione approfondita** dei temi del corso.
- Questi materiali (quando possibile per questione di copyright) saranno resi disponibili, insieme alle **slide del corso**, sul sito www.psicologiadegliambientidigitali.it

Il PADcast

- Ogni settimana il gruppo di ricerca di PAD pubblica un episodio del **PADcast - Il podcast sulla psicologia del digitale e dell'Intelligenza Artificiale**.

- Sempre sullo stesso podcast saranno pubblicate, nel corso del semestre, le **registrazioni delle lezioni** (iscritevi per ricevere le notifiche).

Social media

Instagram

@pad.torvergata
@mattia.della.rocca

TikTok

@pad.cast

BlueSky

@officialpadcast.bsky.social
@mattiadellarocca.bsky.social

How-to-PAD

AND THE HATERS GONNA HATE,
HATE, HATE, HATE, HATE
(HATERS GONNA HATE)

Alcune regole di comportamento

You’re safe with us

- In questa classe **ci rispettiamo reciprocamente.**
- Frequentando queste lezioni, ci impegniamo a costruire, giorno dopo giorno, un clima sereno in cui poter dibattere liberamente su ogni cosa, ma sempre nel rispetto di ogni **diversità**, in un’ottica votata all’**uguaglianza** e all’**inclusione.**
- In PAD non c’è spazio per **nessuna discriminazione o discorso d’odio**, neanche mascherato con argomenti retorici, o supportato da fake news.

La Psicologia degli Ambienti Digitali

Collocazione scientifica

- Per inquadrare correttamente la psicologia degli ambienti digitali è necessario comprenderne il **posizionamento** rispetto al sapere scientifico contemporaneo. Occorre tracciare le principali **prospettive teoriche** che costituiscono la base di questo ambito di studi.

- La **psicologia degli ambienti digitali** può essere immaginata come situata all'intersezione tra:

1. **psicologia**
2. **scienze cognitive**
3. **scienze dei media e della comunicazione**
4. **Science and Technology Studies** (STS)

Per una psicologia degli ambienti digitali

- Facciamoci una domanda: perché una **psicologia degli ambienti digitali**?
- Chiariamo intanto il primo termine di questo binomio

  La **psicologia** è la branca delle scienze umane e naturali che indaga i processi psichici, cognitivi e comportamentali della nostra specie, tenendo in conto lo sviluppo longitudinale e le determinanti evoluzionistiche

Tre approcci dalla psicologia

psicologia
generale

psicologia
sociale

psicologia
ambientale

Psicologia Generale

- La **psicologia generale** è il ramo della psicologia che studia i processi mentali e comportamentali di base, come percezione, memoria, attenzione, apprendimento, linguaggio ed emozione.
- Costituisce la disciplina introduttiva alla psicologia scientifica, fornendo sia gli strumenti teorici e metodologici per l'analisi del comportamento umano, sia una riflessione sui fondamenti epistemologici della disciplina.
- In questo senso, la psicologia generale rappresenta un quadro di riferimento essenziale per comprendere l'evoluzione delle teorie psicologiche e il loro ruolo nello sviluppo della scienza contemporanea.

Psicologia Sociale

- La **psicologia sociale** è la disciplina che studia come pensieri, emozioni e comportamenti degli individui siano influenzati dalla presenza reale, immaginata o implicita degli altri.

- Si concentra sui processi attraverso cui le persone percepiscono, interpretano e interagiscono con il contesto sociale, analizzando fenomeni come conformismo, obbedienza, atteggiamenti, stereotipi, dinamiche di gruppo e relazioni interpersonali.

- In questo senso, la psicologia sociale rappresenta un ponte tra la dimensione individuale e quella collettiva, offrendo strumenti per comprendere come l'identità, le norme e la cultura modellino l'esperienza umana.

Psicologia Ambientale

- La psicologia **ambientale** è la disciplina che indaga il rapporto tra esseri umani e ambienti, naturali e costruiti, analizzando come lo spazio fisico e simbolico influenzi percezioni, emozioni, comportamenti e benessere.

- Studia temi come l’attaccamento ai luoghi, l’esperienza della natura, l’impatto degli spazi urbani, la sostenibilità e le pratiche pro-ambientali.

- In questo modo, la psicologia ambientale si propone sia come campo applicativo, utile alla progettazione di ambienti più vivibili e sostenibili, sia come prospettiva teorica capace di illuminare il legame profondo tra individuo, società e contesto ecologico.

Social Networks
Facebook
Instagram
Twitter
Google+
Pinterest
Tumblr
Linkedin
WhatsApp
Messenger

E perché ambienti digitali?

Le ragioni di una scelta

La risposta a questa domanda è *«perché Mattia Della Rocca non sa fare i soldi»*

È vero che nel 2019, l’anno della prima edizione di PAD, diverse università in Europa e in America cominciavano a offrire corsi dai nomi molto accattivanti, come “**cyberpsychology**”, “**virtual psychology**”, “**digital behavioral sciences**”, e così via

Boom di immatricolazioni e articoli di giornale, ovviamente

Ma oltre al nome – sentitivi liberə di controllare online – in questi corsi di innovativo c’era ben poco: per lo più si trattava (e si tratta ancora) di **mere applicazioni delle scienze psicologiche ai social media**, di solito in un’ottica di **marketing**

La psicologia degli ambienti digitali, invece, **è qualcosa di molto diverso**

«Le parole sono importanti» (cit.)

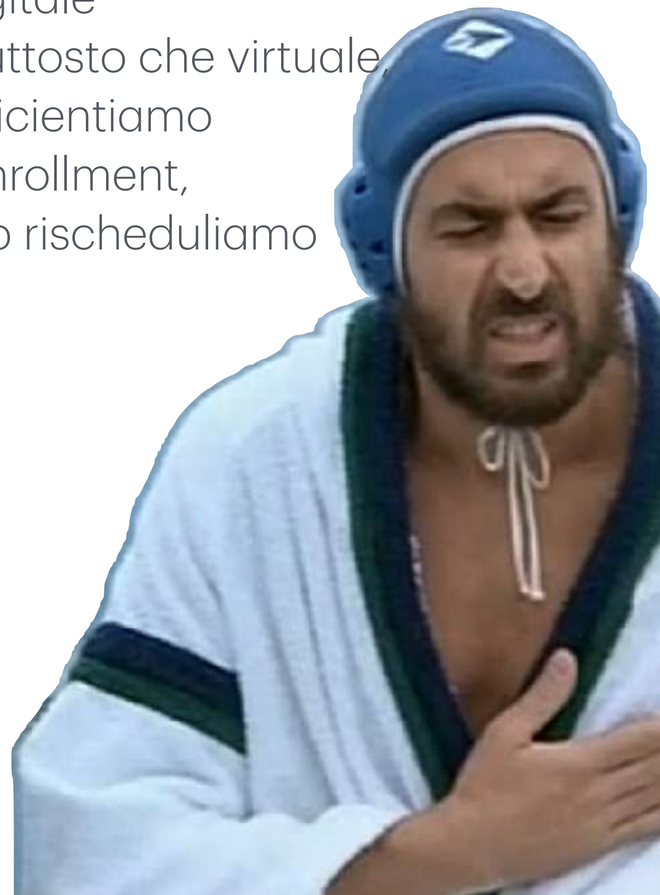
il **nome** di un corso (e della prospettiva di ricerca da cui esso nasce) deve riflettere le idee che sono alla sua base

la **psicologia** deve sempre fare molta attenzione alle parole che usa, perché i vocaboli:

non sono neutri, **né rigidi né precisi**,

e hanno **la capacità di influenzare la nostra visione del mondo** in maniera a volte impercettibile ma sempre inesorabile

digitale
piuttosto che virtuale,
efficientiamo
l'enrollment,
top rischeduliamo



Dunque, per comprendere come mai la psicologia degli ambienti digitali **non potrebbe che chiamarsi proprio in questo modo**,
dobbiamo farne una questione:

- **epistemologica**
(cioè inerente ai criteri di scientificità e ai metodi della nostra area di indagine);

- ed **etimologica**
(cioè relativa all’origine a al significato delle parole);

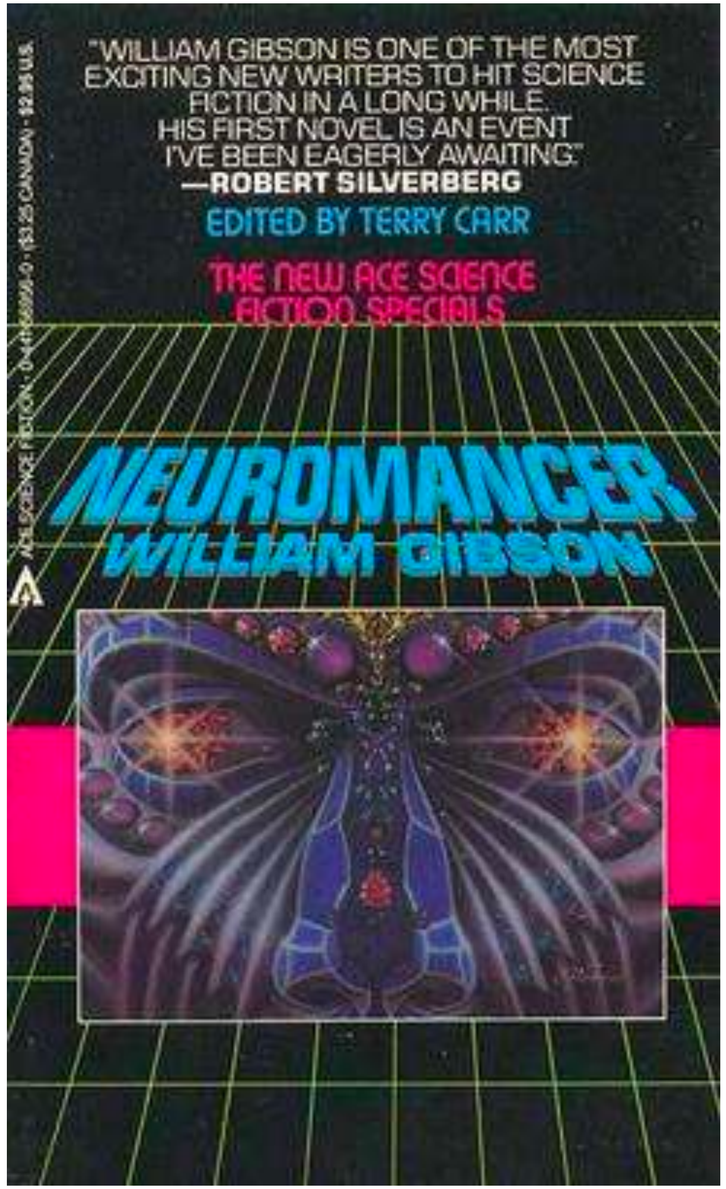
al tempo stesso.

Perché non cyberpsicologia?

- Il termine **cyberspazio** (*cyberspace*) è stato coniato dallo scrittore di fantascienza William Gibson nel 1982, riutilizzandolo nel suo romanzo *Neuromancer* (“Neuromante”) del 1984.

- Gibson lo definì come «a consensual hallucination experienced daily by billions of legitimate operators» (p. 69).

- È una definizione che potremmo accettare? **No, proprio no.**



If men define situations as real, they are real in their consequences

Thomas e Thomas, 1928, p. 572

Vale anche per la cibernetica?

La **cibernetica,** uno dei più importanti movimenti scientifici del secondo dopoguerra, deve il suo nome alla parola greca kybernetes [κυβερντης], cioè “timoniere”

Con la metafora del timoniere, i cibernetici sottolineavano quello che secondo loro era l’aspetto più importante di un sistema (di qualsiasi tipo), e cioè la sua capacità di **autoregolazione**

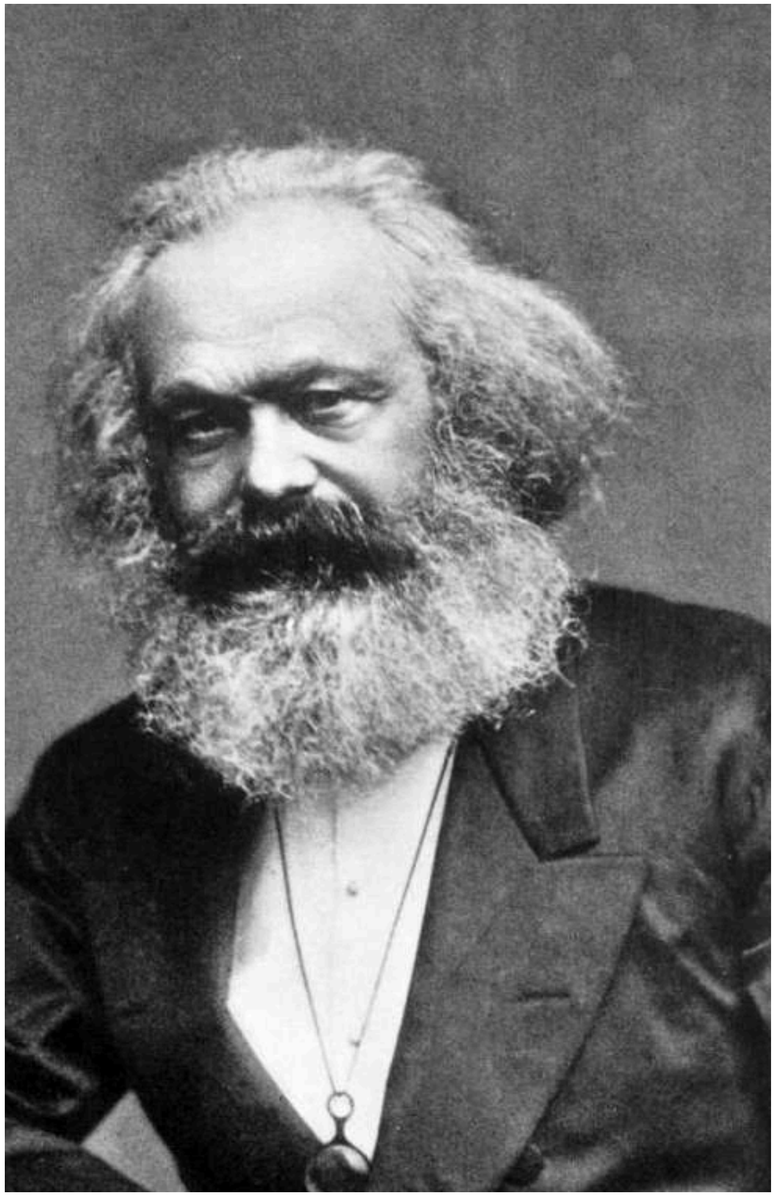
Il **pensiero cibernetico** è stato sicuramente influente nel determinare, il **discorso scientifico *del* digitale** e il **discorso culturale *sul* digitale**.

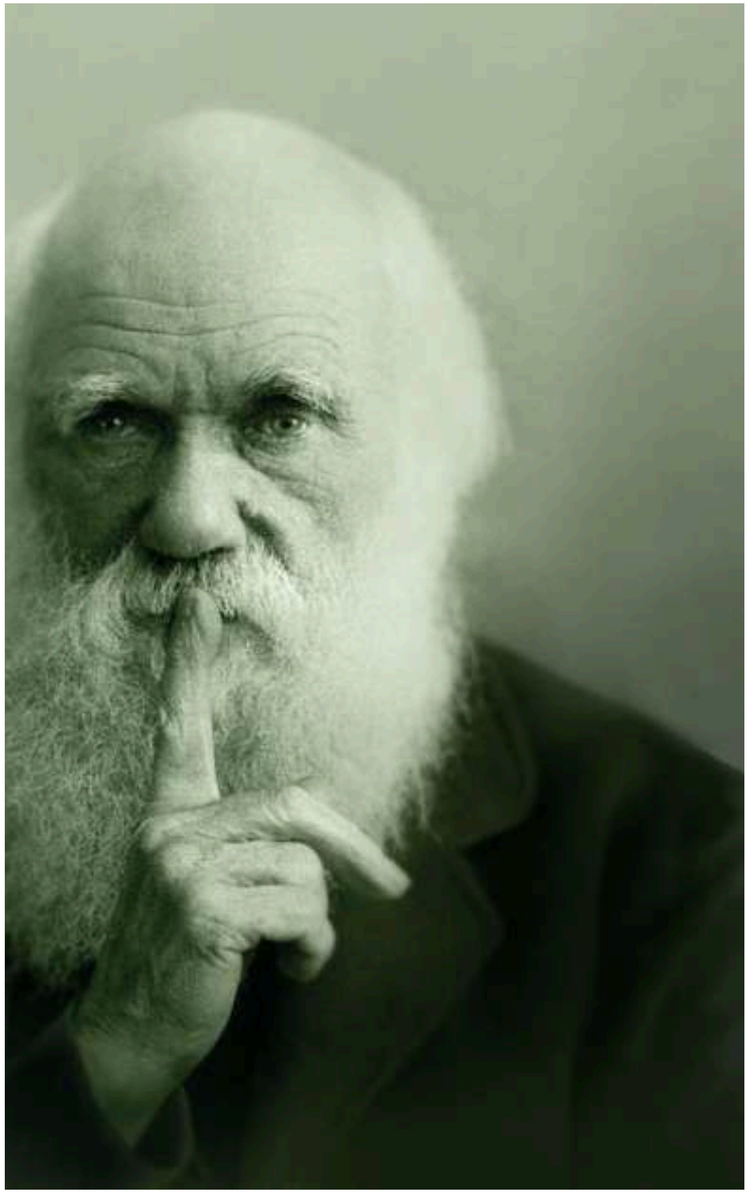
Ma i concetti e gli approcci della cibernetica costituiscono **solo una parte** (neanche maggioritaria, a ben vedere) **degli assunti epistemologici che definiscono gli ambienti digitali** – e inoltre, tali concetti e approcci si applicano a tutti gli ambienti (anche quelli non umani, per esempio).

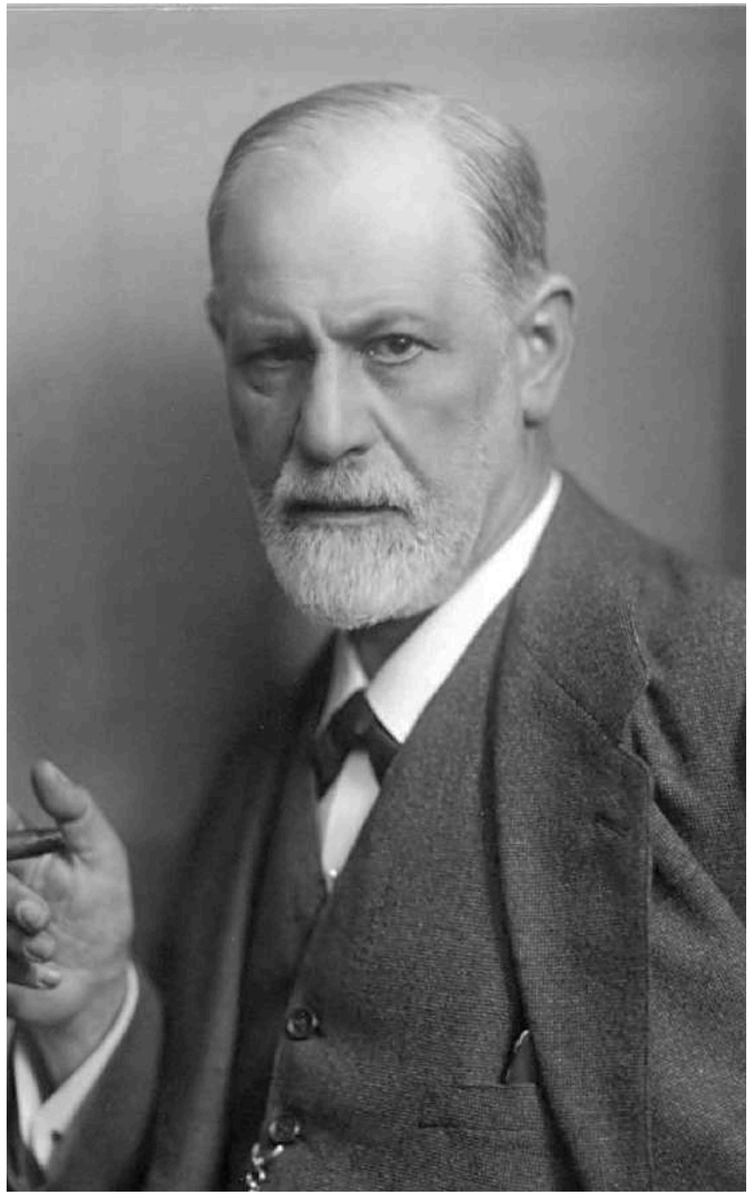
Perché allora non psicologia virtuale?

- Il termine **realtà virtuale** (virtual reality, abbreviato in VR) si riferisce alle simulazioni di ambienti reali per mezzo di tecnologie elettroniche immersive, orientate a dare a chi la sperimenta l'impressione di trovarsi realmente in quell’ambiente

- Anche se gli ambienti virtuali sono a tutti gli effetti ambienti digitali, essi sono solo un caso particolare di questa categoria, estremamente più ampia







La produzione delle idee, delle rappresentazioni, della coscienza, è in primo luogo **direttamente intrecciata alla attività materiale e alle relazioni materiali degli uomini**, linguaggio della vita reale. Le rappresentazioni e i pensieri, lo scambio spirituale degli uomini appaiono qui ancora come emanazione diretta del loro comportamento materiale. […] Sono gli uomini i produttori delle loro rappresentazioni, idee, ecc., ma gli uomini reali, operanti, cosi come sono **condizionati da un determinato sviluppo delle loro forze produttive** e dalle relazioni che vi corrispondono fino alle loro formazioni più estese. La coscienza non può mai essere qualche cosa di diverso dall'essere cosciente, e l'essere degli uomini è il processo reale della loro vita. […] **Non è la coscienza che determina la vita, ma la vita che determina la coscienza**".

Karl Marx e Friedrich Engels (1846), *L'ideologia tedesca*, cap. II.

L'idea di ambiente è una necessità per l'idea di organismo, e con la concezione dell'ambiente viene l'impossibilità di considerare la vita psichica come una cosa individuale e isolata che si sviluppa nel vuoto.

John Dewey (1884), “The new psychology”, 278-279

Gli esseri umani devono innanzitutto costruire un'immagine dei mondi in cui interagiscono. Solo dopo possono costruire la propria identità all'interno di questi mondi. Questa concezione è abbastanza in linea con la teoria tradizionale del lavoro sociale e si inserisce bene anche nelle attuali teorie psicoanalitiche.

Carolyn Saari (2008),”The Role of the Environment in Psychoanalytic Theory”, p. 242

In questo senso, l'ambiente da cui dipende l’organismo è strutturato e organizzato dall'organismo stesso. Ciò che l’ambiente offre agli esseri viventi è una funzione della loro richiesta. Questo è il motivo per cui, all'interno di quello che all'uomo appare come un ambiente unico, diversi esseri viventi creano il proprio ambiente specifico e singolare. Del resto, in quanto essere vivente, l'uomo non sfugge alla legge generale della vita. L'ambiente proprio dell'uomo è il mondo della sua percezione, vale a dire il campo della sua esperienza pratica in cui le sue azioni, orientate e regolate da valori immanenti alle sue tendenze, scolpiscono determinati oggetti, li situano l'uno rispetto all'altro e tutti in relazione a lui stesso.

Georges Canguilhem, 1965, p. 26