



ARTICOLO 231 | Psicologia e benessere digitale

Il bisogno di controllare chi ha visto una storia

Michele Argenziano | Testo preparato il 4 ottobre 2026

Una persona apre ripetutamente la lista delle visualizzazioni per capire se un conoscente la stia cercando.

Propongo di chiedere quale conclusione sarebbe realmente possibile trarre da quella lista. Nell'esempio, una visualizzazione non dimostra interesse romantico, intenzione di parlare o consenso a un contatto.

Se esiste una domanda relazionale, può richiedere una comunicazione diversa. Continuare a interrogare un indicatore tecnico non lo trasforma in una risposta personale, e rischia di prolungare l'incertezza anziché risolverla.

Fonti di inquadramento

American Psychological Association (2023) - Health advisory on social media use in adolescence