#gentesicura

HACKERARE L'UMANO

Percorso didattico di autodifesa digitale



La mente è il primo firewall.

Giovanni Bigazzi · Materiale formativo gratuito · 2026 | gentesicura.it

#gentesicura

AUTODIFESA DIGITALE

La mente è il primo firewall



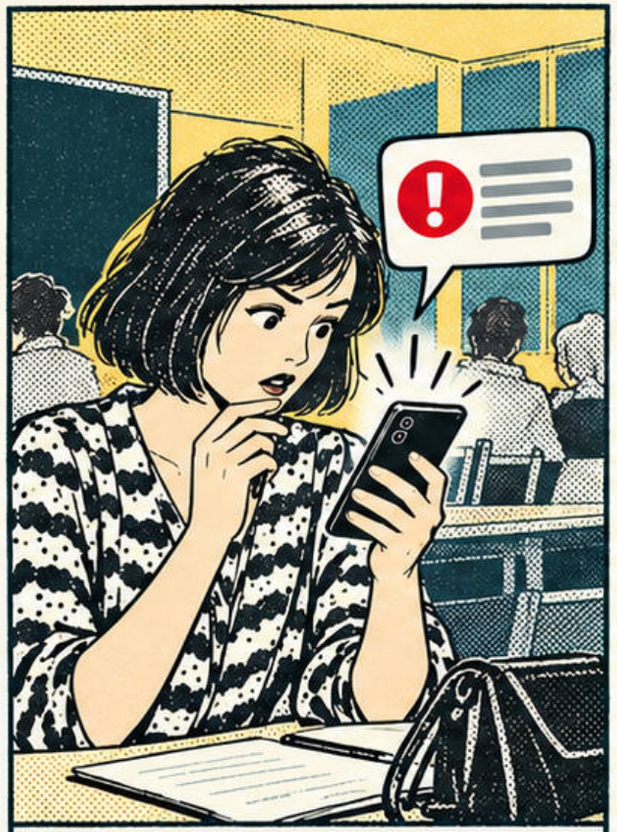
Persuasione, social engineering e consapevolezza

Giovanni Bigazzi · Materiale formativo gratuito · 2026

#gentesicura

Il percorso

Riconoscere la pressione. Recuperare il tempo per scegliere.



01 Le persone e i loro automatismi



02 Le leve della persuasione



03 I rischi nelle relazioni digitali



04 Le abitudini che ci proteggono

#gentesicura

La sicurezza riguarda le persone

Un messaggio può aprire una porta che la tecnologia aveva chiuso.





Una richiesta credibile può indurci a comunicare un codice, autorizzare un accesso o inviare denaro.

La protezione tecnica funziona meglio quando sappiamo valutare anche chi ci parla e che cosa ci chiede.

#gentesicura

Social engineering

La manipolazione della fiducia per ottenere un’azione.



Chi attacca costruisce un pretesto e si presenta come una persona o un’organizzazione affidabile.

Il bersaglio può essere una password, un pagamento, un documento o l’accesso a un dispositivo.

#gentesicura

Le competenze che proteggono

Le soft skill diventano strumenti di autodifesa.



Pensiero critico:
chiedere quali prove sostengono una richiesta.

Autoconsapevolezza:
riconoscere ciò che ci mette sotto pressione.

Empatia:
comprendere una persona mantenendo confini chiari.

Adattabilità:
aggiornare le proprie abitudini quando cambia il rischio.

#gentesicura

Le scorciatoie della mente

Decidiamo spesso con informazioni incomplete.





Nella vita quotidiana ci affidiamo a segnali di familiarità, reputazione e competenza.

Queste scorciatoie sono utili, ma possono portarci ad accettare una richiesta prima di averla verificata.

#gentesicura

Le emozioni sotto pressione

Paura, entusiasmo e senso di colpa possono accelerare una decisione.



#gentesicura

La conferma delle nostre idee

Un contenuto che ci dà ragione merita comunque una verifica.





Possiamo accogliere più facilmente ciò che conferma una convinzione già presente.

Una domanda utile: quali elementi mi farebbero cambiare idea?

La stessa cautela vale per una notizia che ci indignerebbe molto se fosse vera.

#gentesicura

Persuasione e manipolazione

La differenza passa anche dalla libertà di scegliere.







Una comunicazione corretta rende comprensibili identità, scopo e condizioni.

La manipolazione può nascondere informazioni, falsificare l'identità o ostacolare una verifica.

Una richiesta legittima può essere urgente: l'urgenza da sola non dimostra una truffa.

#gentesicura

Le sei leve classiche di Cialdini

Una lente per riconoscere come nasce un “sì”.



#gentesicura

Reciprocità

Un favore può creare la sensazione di essere in debito.



Esempio didattico:
“Ti ho aiutato gratuitamente, ora inviami questo documento.”

Un regalo o un aiuto ricevuto non impone di condividere dati o accettare una richiesta.

Valuta la nuova richiesta per ciò che comporta.

#gentesicura

Impegno e coerenza

Un piccolo consenso può precedere richieste più impegnative.



Esempio didattico: dopo un sondaggio innocuo, arriva una richiesta di dati o denaro.



Aver accettato il primo passaggio non obbliga a proseguire.



Puoi fermarti quando cambiano scopo, condizioni o rischio.

#gentesicura

Consenso sociale

La popolarità può sembrare una prova di affidabilità.



Esempio didattico: "Migliaia di persone hanno già investito."

Recensioni e commenti possono essere artificiali o coordinati.

Cerca riscontri indipendenti e verifica chi offre il servizio.

#gentesicura

Gradimento

La simpatia può precedere la verifica dell'identità.



Esempio didattico:
un nuovo contatto condivide interessi e valori molto simili ai tuoi.

Un legame piacevole non dimostra chi sia l'interlocutore.

Una richiesta di denaro o documenti richiede una verifica autonoma.

#gentesicura

Autorità

Un ruolo dichiarato può farci abbassare la guardia.



Esempio didattico:
"Sono dell'assistenza della tua banca."

Loghi, firme e tono professionale si possono imitare.

Ricontatta l'organizzazione usando l'app o un recapito già noto.

#gentesicura

Scarsità

La paura di perdere un’occasione può comprimere il tempo per decidere.



Esempio didattico: “Offerta riservata, valida ancora dieci minuti.”

Un conto alla rovescia può essere una tecnica commerciale o un’esca.

Verifica le condizioni prima di assumere un impegno.

#gentesicura

Appartenenza

“Siamo dei vostri” può rafforzare la fiducia.



Cialdini ha successivamente aggiunto il principio di unità ai sei classici.

Un richiamo alla comunità, alla professione o a una causa condivisa può rendere una richiesta più persuasiva.

Anche tra persone del nostro gruppo servono verifiche.

#gentesicura

Le leve si combinano

Un singolo messaggio può attivare più pressioni.







Esempio didattico:
"Assistenza account: entro 30 minuti conferma il codice ricevuto, altrimenti perderai l'accesso."

Autorità dichiarata e **urgenza** si rafforzano.

La richiesta di un codice di accesso rende necessaria una **verifica** attraverso il servizio ufficiale.

#gentesicura

Phishing, smishing e vishing

La stessa esca può arrivare attraverso canali diversi.



Phishing: messaggi o siti che imitano soggetti affidabili.



Smishing: l'esca arriva tramite SMS.



Vishing: la richiesta arriva con una telefonata.

Conta ciò che viene richiesto, oltre al mezzo usato.

#gentesicura

I segnali di una richiesta sospetta

La richiesta conta più dell'aspetto del messaggio.



1. **Pressione a rispondere subito o mantenere il segreto.**
2. **Richiesta inattesa di credenziali, codici o pagamenti.**
3. **Invito a installare software o concedere accesso remoto.**
4. **Cambio improvviso di recapito, procedura o coordinate di pagamento.**

#gentesicura

LA VERIFICA INDIPENDENTE

Il canale di controllo deve essere scelto da te







Apri l'app abituale o il sito ufficiale che conosci.



Chiama un numero già verificato.



Evita il link o il recapito fornito nel messaggio sospetto.



Il nome e il numero visualizzati non provano l'identità.

#gentesicura

La fiducia nelle relazioni online

La familiarità può crescere prima della conoscenza reale.



Lusinghe, ascolto e interessi condivisi possono costruire vicinanza.

Sono comportamenti comuni anche nelle relazioni sane.

Il rischio emerge quando accompagnano segretezza, pressione, isolamento o richieste sproporzionate.

#gentesicura

Empatia e confini

Possiamo ascoltare senza rinunciare alle verifiche.



Una relazione affidabile lascia spazio al dubbio e al rifiuto.

#gentesicura

IA generativa e impersonificazione

Testi, voci e immagini possono rendere più credibile un pretesto.



Un messaggio ben scritto può comunque essere fraudolento.

Una voce familiare o un video non bastano, da soli, a provare l'identità.

Per una richiesta insolita, ricontatta la persona attraverso un canale già noto.

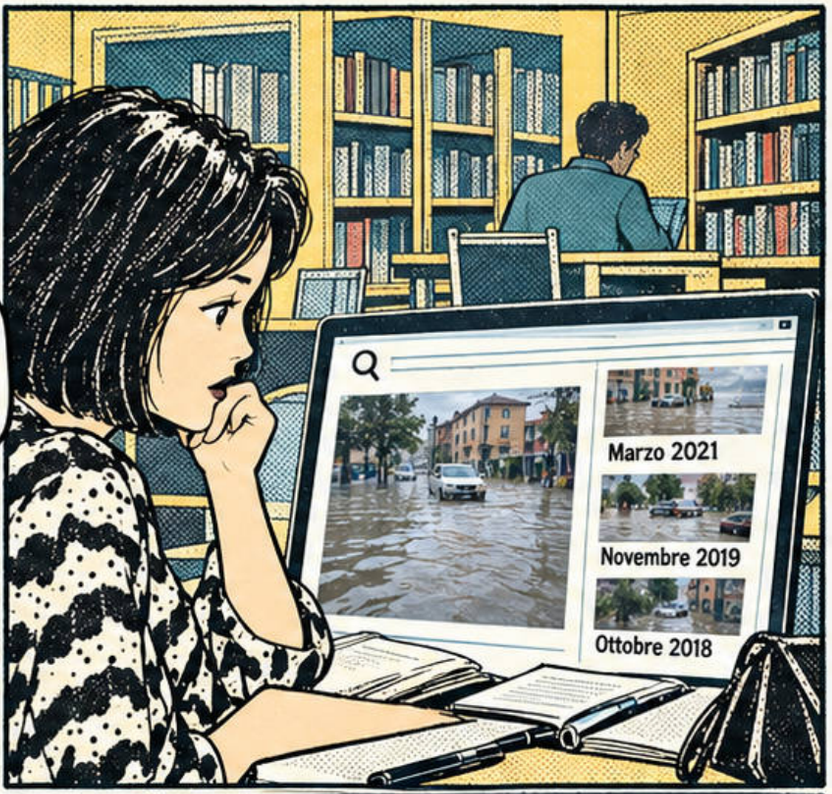
#gentesicura

Informarsi senza farsi trascinare

L'emozione di una notizia può precedere la verifica.







1. Individua la fonte originale e la data.



2. Distingui un fatto documentato da un commento o una previsione.



3. Cerca conferme indipendenti.



4. Un'immagine autentica può accompagnare una descrizione falsa o fuori contesto.



#gentesicura

La responsabilità della condivisione

Ogni inoltro può amplificare un contenuto.



Prima di condividere, chiediti se hai verificato ciò che stai diffondendo.



Evita di rilanciare dati personali o accuse prive di riscontro.

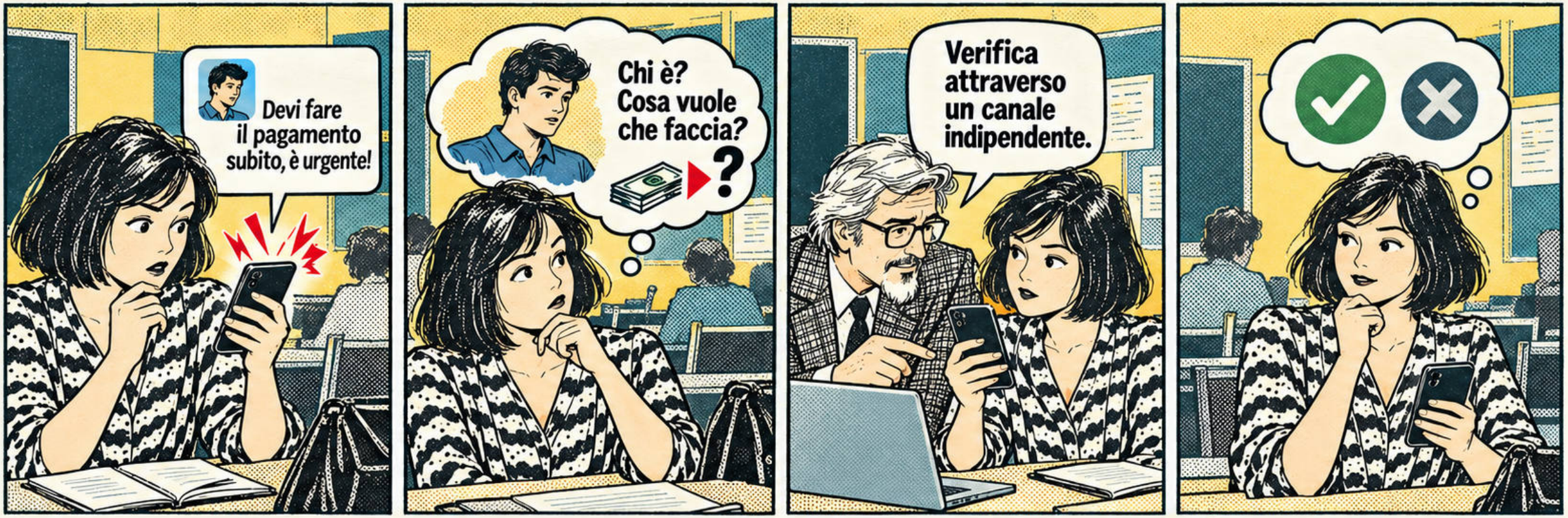


Se scopri un errore, correggilo nello stesso canale in cui lo hai condiviso.

#gentesicura

Una pausa prima dell'azione

Una breve routine aiuta a interrompere l'automatismo.



1. **Fermati quando senti pressione.**
2. **Chiediti chi parla e quale azione vuole ottenere.**
3. **Verifica attraverso un canale indipendente.**
4. **Decidi dopo la verifica, anche scegliendo di non procedere.**

#gentesicura

Le domande prima di un clic

Una checklist per messaggi, chiamate e richieste.



1 **Mi aspettavo questo contatto?**



2 **Quale azione mi viene richiesta?**



3 **Quali conseguenze avrebbe?**



4 **Sto reagendo alla paura o all'entusiasmo?**

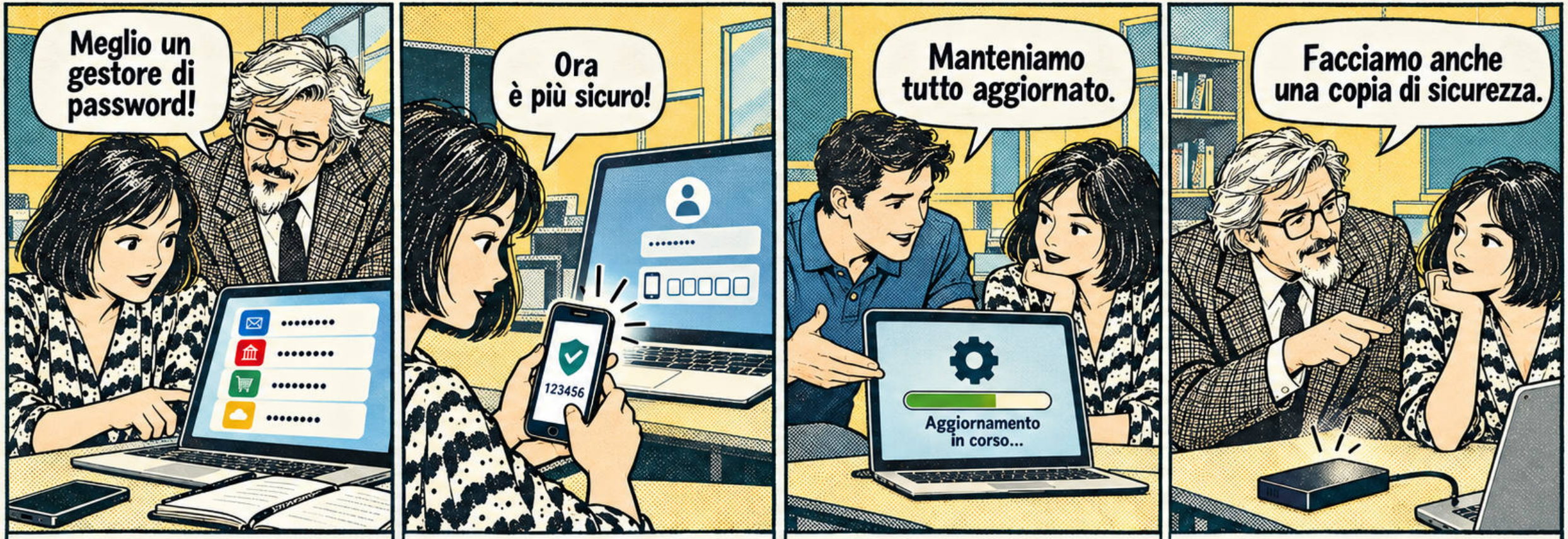


5 **Posso verificare senza usare il recapito ricevuto?**

#gentesicura

La protezione degli account

Le abitudini cognitive e le difese tecniche si sostengono.



Usa password diverse e un gestore di password affidabile.

Attiva l'autenticazione a più fattori e valuta le passkey dove disponibili.

Mantieni aggiornati dispositivi e applicazioni.

Conserva copie di sicurezza e proteggi i metodi di recupero.

#gentesicura

Codici e autorizzazioni

Un codice può consentire un accesso o confermare un'operazione.



Non comunicare a chi ti contatta password, codici di accesso o codici di recupero.

Leggi la descrizione dell'operazione prima di autorizzarla.

Rifiuta notifiche di accesso che non hai avviato.

Per dubbi, usa l'assistenza officiale.

#gentesicura

Dopo un errore o un sospetto

Agire rapidamente può limitare le conseguenze.



Interrompi il contatto e conserva messaggi e prove.

Se hai condiviso credenziali, cambiale da un dispositivo affidabile e revoca le sessioni.

Se hai disposto pagamenti, contatta subito la banca.

Avvisa il servizio coinvolto. Sul lavoro informa il referente previsto dalla procedura.

#gentesicura

La sicurezza è una responsabilità condivisa

Una segnalazione tempestiva aiuta anche gli altri.



Chi subisce una truffa ha bisogno di aiuto, senza colpevolizzazione.



Famiglie e organizzazioni possono concordare modalità di verifica per richieste insolite.



Parlare degli errori permette di migliorare abitudini e procedure.

#gentesicura

Fonti e approfondimenti

Riferimenti per continuare il percorso.



Robert B. Cialdini,
Influence. Sei principi classici e successivo principio di unità.

Influence at Work:
influenceatwork.com/7-principles-of-persuasion/

NIST, Phishing:
nist.gov/itl/smallbusinesscyber/guidance-topic/phishing

CISA, Secure Our World:
cisa.gov/secure-our-world

Gli esempi di messaggi in queste slide sono inventati a fini didattici.

#gentesicura

La sicurezza non è soltanto tecnica.
È postura culturale.



#gentesicura è un progetto di cittadinanza digitale e sicurezza democratica nell'era degli algoritmi
ideato da Giovanni Bigazzi

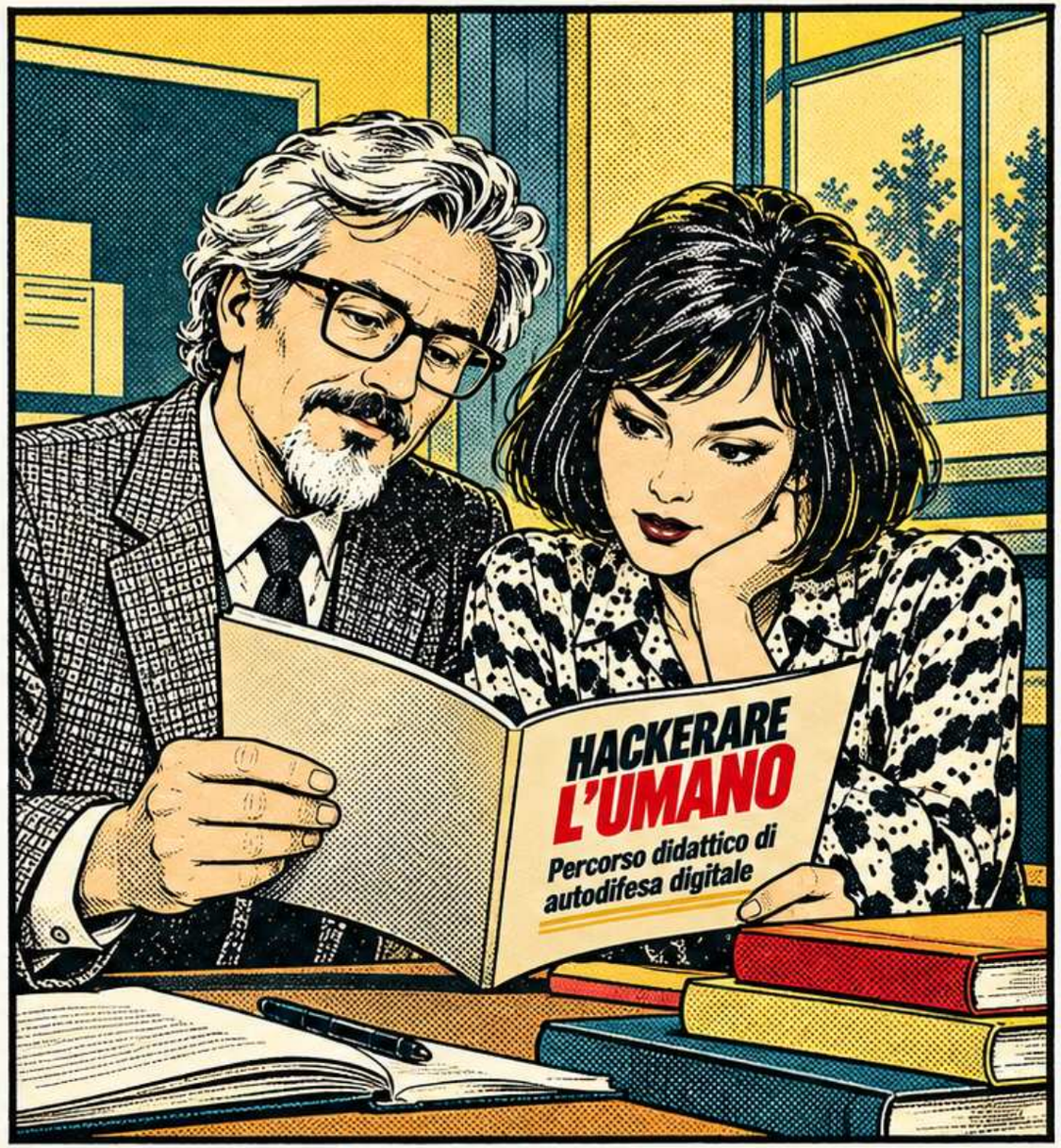
gentesicura.it

Materiale formativo gratuito · Edizione 2026

#gentesicura

HACKERARE L'UMANO

Percorso didattico di autodifesa digitale



Ideazione, contenuti e direzione editoriale:
Giovanni Bigazzi, nell'ambito del progetto #gentesicura.

L'opuscolo nasce dai materiali didattici dei corsi dell'autore.
Le illustrazioni sono state realizzate con il supporto di strumenti di intelligenza artificiale, sotto la sua supervisione, con un'estetica ispirata al fumetto degli anni Sessanta.
Le fonti teoriche sono indicate nella sezione dedicata agli approfondimenti.

Materiale formativo gratuito destinato alla divulgazione e all'utilizzo didattico.