

Tu chiamalo se vuoi
“Rigonfiamento tecnologico”

*Relazione sull'impatto dell'intelligenza
artificiale sul singolo e la collettività*

I contenuti ed i pareri espressi nel presente libro sono da considerarsi opinioni personali dell'Autrice, che non possono, pertanto, impegnare l'Editore, mai e in alcun modo.

Micaela Cappelli

**TU CHIAMALO SE VUOI
“RIGONFIAMENTO
TECNOLOGICO”**

*Relazione sull'impatto dell'intelligenza
artificiale sul singolo e la collettività*

Saggio

BOOK
SPRINT
E D I Z I O N I

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2025
Micaela Cappelli
Tutti i diritti riservati

Indice

Prefazione	7
Introduzione: una riflessione personale	8
La sensazione	9
Il rigonfiamento tecnologico-definizione e origine	10
L'accelerazione tecnologica nella vita quotidiana.....	12
Quotidianità	13
Dipendenza	14
En plein air: natura, arte e tecnologia.....	15
L'arte come risposta umana alla tecnologia .	17
Salute e dipendenza tecnologica	19
Singularità, futuro e ansia da prestazione ...	21
L'arte ci salva dal rigonfiamento	23
L'arte custode della salute	25
Sopraffazione	27
Media, pressione sociale e identità	29
Obiettivo a breve termine.....	31
Costi.....	32
Informazioni e dati	33
Impatto ambientale e disoccupazione	35

Disuguaglianza digitale	36
Dipendenza digitale	36
Impatto ambientale	36
Disoccupazione tecnologica.....	37
Come gestire il rigonfiamento: educazione, accesso, etica	38
Sostenibilità economica e tecnologia.....	41
Religione, ambiente e influenza sociale.....	45
Schema etico per abitare la tecnologia e restare umani	47
Schema di orientamento etico e relazionale nella società tecnologica.....	48
Il peso del “fluido” e la tecnologia “liquida”	50
Comunicazione digitale vs umana	53
Quale sentimento o consapevolezza potrà fermare l’abuso di tecnologia?	53
Ricerca di centratura	58
Conclusione: responsabilità personale e generazionale.....	61
Bibliografia essenziale	65
Nota dell’autrice	67

Prefazione

Questo libro non ha la pretesa di essere un'opera accademica o scientifica. È una riflessione personale sul tempo che viviamo, frutto della mia osservazione diretta, esperienza e sensibilità oggettiva. Alcuni riferimenti culturali servono solo a dare profondità al pensiero, non a fondarlo.

“Le imprese memorabili iniziano sempre da un sogno.”

Louise Hay

Introduzione: una riflessione personale

Voglio invitare il lettore ad una riflessione che mi ha colta paradossalmente in un momento di relax a letto dopo il lavoro. Quando finalmente ci si ascolta un po' in quella probabile unica occasione della sera. Ebbene, facciamo il resoconto di tutto il fracasso della giornata... e la domanda che ci si fa è: mi è servito questo sbattimento? Perché nonostante tutto, non mi pare di averlo, non me lo godo pienamente sono piena di cose sì, ma piena di che? Da questa sensazione nasce il concetto di “rigonfiamento tecnologico”, termine con cui intendo descrivere l'accumulo di strumenti e stimoli tecnologici che invece di semplificare, talvolta complicano la nostra vita.

La sensazione

Ecco allora a questa sensazione voglio darle una forma e mi sembra come se fossi gonfia di cose più che ricca di cose, il valore allora dove va preso? La sensazione di gonfiore senza soddisfazione è dovuta dalle tante cose spesso tecnologiche che piuttosto di semplificare la vita pare che la affollano; lo chiameremo per semplificare il concetto “rigonfiamento tecnologico” che a quanto pare - cercando di trovare qualche spiegazione a questa sensazione - ne è stato scritto tanto a riguardo, una vera e propria antologia! Questo significa allora che non sono la sola a provarla...

La sensazione di rigonfiamento rapportato alla tecnologia è un termine che si riferisce all'aumento esponenziale delle macchine, dei loro effetti sulla società. In altre parole, si tratta di un aumento incontrollabile senza precedenti delle tecnologie che influiscono sulla vita quotidiana delle persone.