



Perché nel 2026 spegnere tutto è un atto di libertà



Cibelle Dardi

Il nostro cervello non si è evoluto per processare l'infinito. Eppure, ogni giorno chiediamo alle nostre sinapsi di gestire un flusso di dati che manderebbe in tilt un computer di dieci anni fa. Siamo arrivati al punto di rottura biologico? Nel 2026, la risposta del nostro corpo è un rifiuto netto, misurabile.

Ci hanno venduto l'idea che essere connessi 24 ore su 24 fosse sinonimo di onnipotenza. Ma guardatevi allo specchio dopo tre ore di scrolling: vi sentite onnipotenti o svuotati? **La grande bugia del digitale si sta sgretolando**, e dalle sue crepe sta emergendo una verità scomoda: il vero potere, oggi, è avere un interruttore per spegnere tutto.

Se fino al 2024 il ritorno ai dispositivi analogici veniva liquidato come una micro-tendenza estetica, oggi i dati ci dicono che siamo di fronte a una resistenza strutturale. Ecco come sta accadendo.

Il paradosso dell'aggiornamento

Siamo stati addestrati ad aspettare l'aggiornamento successivo come la soluzione a tutti i nostri problemi. E se la vera *killer application* del 2026 non fosse un software più veloce, ma un hardware più stupido?

Cosa rende un telefono davvero "intelligente"? È la capacità di connettervi con tutto il mondo in un istante, o è la saggezza di lasciarvi in pace quando state cenando? Forse abbiamo confuso l'intelligenza con l'invasenza. A confermarlo è il mercato: mentre la **crescita degli smartphone di fascia alta rallenta**, il segmento dei *feature phones* — dispositivi che "fanno solo i telefoni" — ha registrato una crescita inaspettata.

Le proiezioni di mercato indicano che le vendite di feature phones negli Stati Uniti hanno segnato una crescita costante, un'anomalia statistica trainata quasi esclusivamente dalla Generazione Z. I *Feature Phones* (spesso chiamati colloquialmente "dumbphones" o telefoni stupidi) sono una categoria di telefoni cellulari che si colloca a metà strada tra i vecchi cellulari base degli anni '90 e gli smartphone moderni.

Quello che inizialmente appariva come una nicchia estetica, nota come "Luddite Club", si è evoluto in un comportamento di consumo maturo: come documentato dalle **inchieste del New Yorker sulla resistenza giovanile agli algoritmi**, milioni di giovani stanno scegliendo dispositivi a funzionalità limitata non per necessità economica, ma come strategia terapeutica preventiva. Hanno capito che, a volte, per andare avanti l'unica strada percorribile è fare un passo indietro.

Il guinzaglio digitale e il lusso del silenzio

Guardate il dispositivo che avete in mano. Siate onesti: è un attrezzo che usate quando serve, come un martello, o è un guinzaglio che vi tira dove vuole lui?

Nel frastuono dell'economia dell'attenzione, il silenzio è passato dall'essere un vuoto imbarazzante a diventare il bene di lusso definitivo. Chi può permettersi di non rispondere? Ma chi può permettersi di non essere costantemente ? Qui entra in gioco la frattura sociale del 2026.

Con la piena attuazione della **Direttiva Europea sul Diritto alla Disconnessione** nel 2026, assistiamo a una profonda e forse inaspettata riscrittura delle dinamiche lavorative e sociali in Europa. Quello che era stato concepito come uno scudo per la salute mentale e il bilanciamento vita-lavoro si è trasformato, nei fatti, in un potente catalizzatore di disuguaglianza sociale, creando una **nuova élite del silenzio digitale**.

Da un lato, troviamo i **dipendenti tutelati** delle grandi corporates e della pubblica amministrazione, per i quali il diritto alla disconnessione è diventato un'applicazione rigorosa della legge. Per questa fascia di lavoratori, i server si spengono, le notifiche si azzerano e, in caso di violazione, le sanzioni sono chiare e dissuasive. La loro libertà è garantita da un atto normativo, trasformando il non rispondere fuori orario non solo in un diritto, ma quasi in un obbligo etico e legale dell'azienda.

Dall'altro lato, si estende l'immenso e vulnerabile **esercito della Gig Economy**, dei *freelance* e dei lavoratori a progetto con Partita IVA, per i quali la direttiva non offre una tutela diretta e immediatamente applicabile. Questa massa di precari digitali rimane incatenata alla logica della **reperibilità costante**. Per loro, spegnere lo smartphone o non rispondere a una mail è un atto di coraggio che può costare il prossimo incarico, quella referenza tanto importante, o la stessa sopravvivenza economica. La loro resilienza è messa a dura prova da un mercato che premia l'ubiquità e la risposta immediata, costringendoli a vendere non solo il loro tempo, ma anche il loro benessere mentale.

Quanto vale il vostro sguardo?

Per la Silicon Valley e il capitale digitale, il tempo che passiamo online, la nostra attenzione, **vale miliardi**. È la materia prima, il *petrolio* del XXI secolo, incessantemente estratto tramite algoritmi di *engagement* progettati per massimizzare la nostra permanenza sulle piattaforme. La disconnessione, da questa prospettiva, è una minaccia diretta al modello di business.

Per i **precari digitali**, lo sguardo e la disponibilità sono il prezzo della **sopravvivenza**. Sono costretti a rimanere nella rete di disponibilità, a tenere acceso il telefono come una linea vitale che non può mai essere interrotta, pena l'invisibilità professionale.

E infine, per una ristretta cerchia di **dirigenti, imprenditori e l'alta borghesia tecnologica**, la **disconnessione è il nuovo status symbol**. L'acquisto di *dumb phones* (telefoni senza internet) o la scelta consapevole di non portare il telefono al di fuori dell'orario di lavoro non è dettata da una necessità di tutela, ma da un lusso. È la manifestazione di un potere economico e gerarchico tale da permettere di delegare la reperibilità o, semplicemente, di non doverla più dimostrare. Mentre la classe lavoratrice lotta per il diritto a spegnere, **l'élite compra il privilegio del silenzio**, esibendo la propria immunità dalla morsa digitale come una nuova, raffinata forma di distinzione sociale.

Il 2026, dunque, ci presenta un paradosso amaro: spegnere il telefono non è più solo una scelta personale, ma diventa un **atto politico ed economico** che definisce a quale classe si appartiene. Per alcuni è un diritto acquisito, per altri un lusso inaccessibile. Per pochi, è l'unico, vero, disperato **atto di libertà**.

Il peso insostenibile del Cloud

Ci hanno detto che il Cloud era etereo, leggero, invisibile. Mentivano. Il digitale ha un peso specifico enorme, fatto di ansia, ma soprattutto di energia elettrica bruciata. Abbiamo costruito prigioni digitali senza sbarre, arredate con comodità algoritmiche, dimenticando il costo della bolletta energetica globale.

L'Agenzia Internazionale dell'Energia (IEA), nel suo report Electricity 2026, ha svelato l'inganno: **una singola query su ChatGPT consuma quasi 10 volte l'elettricità di una ricerca Google standard**. Con i data center che potrebbero raddoppiare il loro consumo energetico entro il 2026, **il digitale non è più a impatto zero**.

Oggi vi raccontiamo la storia di chi ha deciso di alleggerire il carico, scoprendo che la vita pesa molto meno quando non la devi caricare su un server. Il Low-Tech è diventato **"ecologia attiva": spegnere l'IA per riaccendere il pianeta**.

La realtà aumentata doveva arricchire la nostra vita. Invece, l'ha coperta con uno strato di polvere digitale. C'è un movimento in atto che sta togliendo gli occhiali, spegnendo i visori e tornando a guardare il mondo a occhio nudo.

Per un decennio siamo stati malati di FOMO, la paura di essere tagliati fuori. Ma il 2026 ha portato con sé un nuovo anticorpo sociale: la **JOMO (Joy of Missing Out), la gioia di perdersi tutto**. La gioia di non sapere cosa fanno gli altri, di non esserci, di sparire. È l'egoismo sano di chi ha capito che il mondo gira anche senza il nostro *like*.

La domanda provocatoria con cui vi lascio è semplice: la vostra connessione è un ponte verso il mondo o una catena digitale?



Cibelle Dardi

Autrice • Economia e Società

Scrive di economia e società per raccontare un Paese in trasformazione. Dalla vita quotidiana alle grandi transizioni sociali.



Ti potrebbe interessare anche



Intelligenza artificiale e...

🕒 9 min



Le "killer acquisitions"...

🕒 5 min



Costco vende Ozempic. Ma...

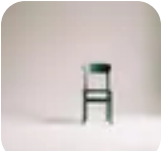
🕒 4 min

TOP



L'ecosistema tech dell' Ucraina al Web...

🕒 5 min



Miranda July: New Society, la prima...

🕒 5 min



L'imperfezione perfetta: la...

🕒 5 min



Innovazione per tutti o privilegio per...

🕒 4 min

ULTIME



Era agentica, se ne parla in Bocconi all'...

🕒 5 min



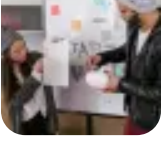
Il campo morfogenetico nell...

🕒 4 min



Intelligenza artificiale e nuovo capitalismo...

🕒 9 min



Le "killer acquisitions": così l...

🕒 5 min

SIMILI



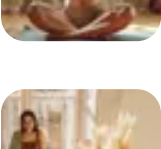
E-bike, skateboard e van elettrici: quand...

🕒 4 min



Dal fitness al wellness: come...

🕒 5 min



L'imperfezione perfetta: la...

🕒 5 min



Food multisensoriale: così gusto, vista e...

🕒 7 min