

Keywords: Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane libro pdf download, Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane scaricare gratis, Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane epub italiano, Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane torrent, Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane leggere online gratis PDF

Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane PDF

Catherine Price



Questo è solo un estratto dal libro di Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Catherine Price
ISBN-10: 9788804688662
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 4837 KB

DESCRIZIONE

Vi siete mai chiesti perché le schermate a scorrimento di app e social network ricordino così tanto le slot machine? La verità è che gli smartphone sono progettati per massimizzare la quantità di tempo che passiamo con loro, stimolando la produzione di dopamina, sostanza legata al piacere, e innescando comportamenti di dipendenza. Basandosi sui più recenti studi scientifici, Catherine Price dimostra come gli smartphone mettano in atto un vero e proprio "hackeraggio" del nostro cervello. Questi accessori dall'aria innocua sono in realtà cavalli di Troia digitali imbottiti di trucchi manipolativi, pensati per spingerci ad abbassare la guardia così da potersi impossessare della nostra attenzione. E la nostra attenzione, per le società che gestiscono le piattaforme digitali, ha un valore economico enorme. Le conseguenze di quella che a tutti gli effetti è una dipendenza collettiva sono molteplici: gli smartphone uccidono la nostra capacità di attenzione, danneggiano la memoria a breve e a lungo termine e, di conseguenza, la nostra capacità di pensieri profondi. Ci rendono ansiosi, depressi e peggiorano la qualità del sonno, oltre a rovinare i nostri rapporti interpersonali. La buona notizia è che nulla, in questo processo, è irreversibile: bastano 4 settimane per interrompere la dipendenza, riappropriarci della nostra attenzione e riprendere possesso dell'esperienza di vivere.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Acquista l'eBook Come disintossicarti dal tuo cellulare di Catherine Price in offerta, scaricalo in formato epub o pdf su La Feltrinelli.

... potreste sempre passare più di 4 ... Direttamente dal ... 90 copie di "Come disintossicarti dal tuo cellulare. Programma detox in 4 settimane ...

Vi siete mai chiesti perché le schermate a scorrimento di app e social network ricordino così tanto le slot machine? La verità è che gli smartphone sono ...

**COME DISINTOSSICARTI DAL TUO CELLULARE. PROGRAMMA DETOX IN 4
SETTIMANE**

[Leggi di più ...](#)