La mente che si scarica

Ventisettemila studenti cinesi seguiti per due anni e mezzo: con l'AI i compiti migliorano e gli esami peggiorano, tranne per chi le dedica lo stesso tempo di prima. Undici schede su che cosa ci toglie la macchina quando pensa al nostro posto, e su chi paga il conto.

CLAUDIO CAMMARANO 28 SETTEMBRE 2026

FONTI	11 schede, giu 2026 – ott 2026
ARGOMENTI	Cognizione · Formazione · Media
CONCETTI	cognitive offloading · dieta mediatica · ecologia dei media · iperattenzione · need for cognition
ORIGINE	https://claudiocammarano.com/writings/2026-09-28-la-mente-che-si-scarica/

TESI

Il danno cognitivo dell'intelligenza artificiale non viene dallo strumento ma dal tempo e dallo sforzo che sostituisce; per questo separa chi ha bisogno di pensare da chi non ce l'ha, e l'unità di misura giusta è la dieta, non il singolo alimento.

Uno studio pubblicato a giugno, ancora in attesa di revisione, ha seguito per due anni e mezzo ventisettemila studenti cinesi fra i dodici e i diciotto anni, l'80% dei quali usa un modello linguistico per studiare.[1] Chi lo usa vede salire del 18% i voti dei compiti e scendere da sessantaquattro a quarantacinque minuti il tempo che vi dedica; agli esami, però, ottiene il 20% in meno dei compagni che non lo usano. L'*Economist*, che ne dà conto, isola la variabile decisiva: gli studenti che usano l'intelligenza artificiale dedicandovi lo stesso tempo di prima non subiscono alcuna penalità. Il danno sta nel tempo che lo strumento permette di risparmiare.

1 · The Economist · 18 ago 2026 · **DATO CHE CORREGGE**

Does AI stop children from learning?

Primo dato empirico su larga scala sulla dissociazione tra performance osservabile e apprendimento reale nell'uso educativo dell'AI. I compiti migliorano (+18%), il tempo si riduce (-30%), gli esami peggiorano (-20%). La variabile mediante è il tempo dedicato: chi usa l'AI ma ci investe lo stesso tempo dei compagni non subisce alcuna penalità — il che indica che il danno non viene dall'AI ma dall'ottimizzazione dell'output a scapito del processo. Il dato corregge sia i pessimisti ('l'AI distrugge l'educazione') sia gli ottimisti acritici: non è la tecnologia il problema, è il modo in cui viene usata. E conferma empiricamente la tesi del sito: l'AI non sostituisce il capitale semantico, lo presuppone. Chi salta il processo produce output senza imparare nulla.

https://www.economist.com/graphic-detail/2026/08/18/does-ai-stop-children-from-learning

Da questo dato ricavo la tesi della catena: **il danno cognitivo viene dallo sforzo che la macchina sostituisce, e per questo separa chi ha bisogno di pensare da chi non ce l'ha**. L'unità di misura giusta è la dieta, cioè il ritmo e il tempo complessivo, più del singolo strumento o del singolo formato.

La sostituzione

Il rapporto del World Economic Forum sull'educazione, sotto la superficie istituzionale, contiene il dato sperimentale che chiarisce il meccanismo: gli studenti con accesso a uno strumento di intelligenza artificiale migliorano, ma quando lo strumento viene tolto rendono meno di chi non lo ha mai avuto.[2] La macchina ha svolto il ragionamento al loro posto, e il ragionamento non si è formato. Due terzi degli studenti sanno che usarla per i compiti può danneggiare il pensiero critico, e la usano lo stesso. David Brooks, sull'*Atlantic*, porta la distinzione che spiega chi resiste: più dell'intelligenza conta il *need for cognition*, l'attitudine a trovare piacevole la difficoltà cognitiva.[3] Chi ce l'ha usa la macchina per andare più lontano; chi non ce l'ha guadagna produttività a breve e perde capacità, al punto che dopo dieci minuti di assistenza le prestazioni calano anche senza assistenza. Quando l'intelligenza abbonda, scrive, diventa preziosa la volontà.

3 · David Brooks / The Atlantic · 28 giu 2026 · **STRUMENTO CONCETTUALE**

The People Who Will Thrive in the AI Age

Need for cognition e cognitive surrender: quando l'intelligenza abbonda, la volizione è ciò che vale.

https://www.theatlantic.com/ideas/2026/06/ai-open-ai-anthropic/687689/

Boyd Taylor Coolman, medievalista del Boston College, spiega perché la scuola sia così esposta: l'abbiamo costruita su un'idea utilitaria dell'intelligenza, si studia per diventare buoni lavoratori e buoni risolutori di problemi, e su quel terreno la macchina vince per costruzione.[4] La sua proposta è recuperare la virtù intellettuale medievale, per cui leggere, pensare e discutere sono attività buone in sé; dove l'eccellenza sta nell'attività e non nel prodotto, la macchina non ha niente da sostituire.

Melanie Challenger, su *Aeon*, sposta la stessa tesi dalla mente al corpo.[11] L'intelligenza si forma nelle azioni, orientarsi, ricordare, camminare, prestare attenzione, e le capacità si perdono per sostituzione ripetuta, non per contatto: in uno studio su tredici utenti del GPS seguiti per tre anni la memoria spaziale cala più in fretta che nei gruppi di controllo, e copiare un testo scritto dall'AI invece di stenderlo riduce la fiducia nel rifare il lavoro da soli. I dati sono pochi

e su campioni piccoli; l'attrezzo regge comunque, ed è quello di questa catena: il danno non passa per lo strumento, passa per il tempo che gli cediamo.

Il ritmo

Lo stesso meccanismo si vede, prima ancora dell'intelligenza artificiale, nei media con cui cresciamo. Natalia Kucirkova, su *Aeon*, sposta la domanda sui media per bambini dal quanto al come: venti minuti di un cartone fatto di tagli rapidi e ricompense continue non sono venti minuti di Paddington, perché il ritmo decide che cosa si deposita.[5] Caty Enders, sul *Guardian*, riporta una meta-analisi di circa settanta studi sul video breve in cui l'associazione più forte riguarda l'attenzione e il controllo degli impulsi, più della salute mentale su cui si costruiscono le cause contro le piattaforme; nelle sue ricerche l'uso percepito come fuori controllo si accompagna a una memoria episodica più debole, la stessa che serve a immaginare il futuro.[6] Enders stessa avverte che l'evidenza è correlazionale, e la avverto anch'io.

Gianluca Diegoli osserva il fenomeno opposto e complementare: i podcast video di due ore riempiono il bisogno di mezza attenzione che un tempo occupava la televisione del pomeriggio, e piacciono a un pubblico giovane e laureato, come contrappeso all'iperattenzione che salta da una notifica all'altra.[7] Francesco Tarchetti ricorda, con la tradizione dell'ecologia dei media, che un mezzo è un ambiente e produce effetti che nessuno ha progettato, come la televisione degli anni Cinquanta, patriarcale nei contenuti e femminista, suo malgrado, perché mostrava a tutti le stesse cose.[8] E Marco Machera, raccontando la storia delle avventure grafiche, mostra un formato in cui la scrittura e il pensiero laterale erano l'infrastruttura competitiva, finché la potenza del 3D non ha spostato il mercato verso ciò che si guarda più che verso ciò che si risolve.[9] Anche lì, ciò che l'ambiente premiava ha deciso quale sforzo valesse la pena chiedere.

> **Controtesi 10 · The Economist**
>
> Ogni generazione ha temuto che il proprio ambiente mediatico rovinasse le menti, e i dati di lungo periodo raccontano altro. L'*Economist* riporta che nel 1985 tre americani su dieci fra gli ottantacinque e gli ottantanove anni avevano la demenza, e nel 2024 uno su dieci: nei paesi ricchi l'incidenza scende del 13% ogni decennio da quarant'anni, contro le proiezioni catastrofiche su cui si pianificava la sanità.[10] La riserva cognitiva delle popolazioni è cresciuta proprio negli anni della televisione, dei videogiochi e dello smartphone.

La controtesi va presa sul serio, perché ricorda quanto spesso il panico cognitivo abbia sbagliato previsione. Lo stesso articolo, però, contiene la clausola che riporta alla tesi: la riserva cognitiva cresce con l'istruzione, e dove l'istruzione è diseguale la buona notizia si distribuisce in modo diseguale. È ciò che le schede di questa catena mostrano su scala più piccola. La macchina non abbassa la media, allarga la distanza fra chi continua a fare lo sforzo e chi lo delega, e la scuola, se vuole ridurla, deve difendere proprio il tempo che la macchina permette di risparmiare.

Nella catena

1. The Economist, *Does AI stop children from learning?*, 18 ago 2026. Dato che corregge.
   https://www.economist.com/graphic-detail/2026/08/18/does-ai-stop-children-from-learning
   Scheda: https://claudiocammarano.com/curated/2026-08-18-economist-ai-learning-penalty-children/
2. World Economic Forum, *Shaping the Future of Learning: Education Readiness for the Age of AI*, 1 giu 2026. Dato che corregge.

https://www.weforum.org/publications/shaping-the-future-of-learning-education-readiness-for-the-age-of-ai/
Scheda: https://claudiocammarano.com/curated/2026-06-01-wef-education-readiness-ai/

3. David Brooks / The Atlantic, *The People Who Will Thrive in the AI Age*, 28 giu 2026. Strumento concettuale.
https://www.theatlantic.com/ideas/2026/06/ai-open-ai-anthropic/687689/
Scheda: https://claudiocammarano.com/curated/2026-06-28-brooks-people-thrive-ai-age-atlantic/

4. Boyd Taylor Coolman / America Magazine, *The medieval understanding of intelligence is exactly what we need in the age of A.I.*, 17 ago 2026. Strumento concettuale.
https://www.americamagazine.org/faith-and-reason/2026/08/17/intellectual-virtue-artificial-intelligence-pope-leo/
Scheda: https://claudiocammarano.com/curated/2026-08-17-coolman-medieval-intelligence-ai-america/

5. Natalia Kucirkova / Aeon, *The bombarding of childhood*, 18 set 2026. Strumento concettuale.
https://aeon.co/essays/its-not-just-screen-time-kids-are-bombarded-by-hectic-media
Scheda: https://claudiocammarano.com/curated/2026-09-18-kucirkova-hectic-media-bambini-aeon/

6. Caty Enders / The Guardian, *Zuckerberg says the science isn't settled. But the harms of short-form video on the brain are starting to show*, 18 set 2026. Dato che corregge.
https://www.theguardian.com/commentisfree/2026/sep/14/zuckerberg-short-form-video-cognitive-harm
Scheda: https://claudiocammarano.com/curated/2026-09-18-enders-short-form-video-cognizione-guardian/

7. Gianluca Diegoli / Link. Idee per la tv, *I podcast lunghi nell'era della mezza attenzione*, 29 giu 2026. Lettura di mercato.
https://linkideeperlatv.substack.com/p/i-podcast-lunghi-nellera-della-mezza
Scheda: https://claudiocammarano.com/curated/2026-06-29-diegoli-podcast-lunghi-mezza-attenzione-linkideeperlatv/

8. Francesco Tarchetti / non ho capito, *Non usiamo i media, ci cresciamo dentro*, 13 lug 2026. Strumento concettuale.
https://tarchetti.substack.com/p/non-usiamo-i-media-ci-cresciamo-dentro
Scheda: https://claudiocammarano.com/curated/2026-07-13-tarchetti-media-ecology-non-ho-capito/

9. Marco Machera / Link, *Una lunga avventura: storia degli adventure game*, 11 giu 2026. Strumento concettuale.
https://www.linkideeperlatv.it/una-lunga-avventura-storia-degli-adventure-game/
Scheda: https://claudiocammarano.com/curated/2026-06-11-machera-adventure-game-linkideeperlatv/

10. The Economist, *How dementia is being defeated*, 9 lug 2026. Dato che corregge.
https://www.economist.com/briefing/2026/07/09/how-dementia-is-being-defeated
Scheda: https://claudiocammarano.com/curated/2026-07-09-economist-dementia-defeated/

11. Melanie Challenger / Aeon, *Deskilling the body*, 13 ott 2026. Strumento concettuale.

https://aeon.co/essays/the-more-we-rely-on-tech-the-more-we-deskill-our-bodies
Scheda: https://claudiocammarano.com/curated/2026-10-13-challenger-deskilling-the-body-aeon/

Intervento AI: WR (Scrittura). Notazione descritta in https://claudiocammarano.com/notazione/.

© Claudio Cammarano. Licenza CC BY-NC-ND 4.0: si può condividere citando l'autore e la fonte, non a fini commerciali e senza modifiche.

Versione originale e aggiornata: https://claudiocammarano.com/writings/2026-09-28-la-mente-che-si-scarica/. Le parti interattive della catena sono disponibili solo online.

Scrivo anche *The Abstract*, in inglese, una volta al mese, sull'economia dei contenuti: https://claudiocammarano.com/newsletter/. C'è anche il feed: https://claudiocammarano.com/feed.xml.