



**Roberto
Bratti**

La mia vita senza **SOCIAL**



best
BUR

BUR
Rizzoli

Dello stesso autore in

BUR
Rizzoli

Youtuber per caso

Roberto Bratti

La mia vita senza social

BUR
Rizzoli

È vietato qualsiasi utilizzo dell'opera non espressamente autorizzato, inclusi l'estrazione di testo e dati (text and data mining) e l'uso per finalità di alimentazione di sistemi di intelligenza artificiale.

L'uso non autorizzato costituisce violazione dei diritti dell'autore e dell'editore e comporta responsabilità ai sensi della Legge n. 633/1941 e successive modifiche.

Le citazioni alle pagine 31 e 32 sono tratte dalla canzone *Riccione* di Thegiornalisti. L'Editore ha fatto tutto il possibile per rintracciare i detentori dei diritti delle suddette citazioni e resta quindi a disposizione di eventuali aventi diritto.

Redazione: Antonella Lavorato per Sape
Impaginazione: Sara Storari per Sape

Pubblicato per



da Mondadori Libri S.p.A.

© 2025 Mondadori Libri S.p.A., Milano
Prima edizione Piemme per Mondadori Libri S.p.A.: settembre 2022
Prima edizione Best BUR: marzo 2025
Terza edizione Best BUR: aprile 2026
ISBN 978-88-17-19247-7

Stampato presso  Grafica Veneta S.p.A.
Via Malcanton, 2 – Trebaseleghe (PD)
Printed in Italy

Seguici su:

www.rizzolilibri.it

 /RizzoliLibri

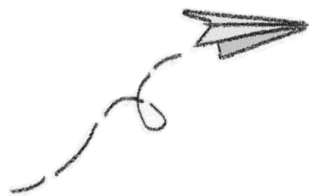
 @BUR_Rizzoli

 @rizzolilibri

*A mamma,
che non ha fatto in tempo a leggerlo*

*Se non stai pagando un prodotto,
allora il prodotto sei tu.*

TRISTAN HARRIS



1



Dafne aveva il sonno pesante. Di solito non la svegliavano neanche le cannonate. Quel pomeriggio, però, appena il suo smartwatch cominciò a vibrare, saltò giù dal letto come una molla.

«Le quattro! Sono in ritardo per il video» urlò in preda al panico.

Non c'era un minuto da perdere. Volò in bagno per una rapidissima sessione di trucco. Lo specchio le restituì un'immagine che non le piaceva per niente. Il cuscino le aveva lasciato sulla fronte una riga che le dipingeva in volto un'espressione troppo aggressiva. Delle orribili occhiaie la facevano assomigliare a una comparsa di un film di zombie.

Maledisse se stessa e quella pessima abitudine di scrolare Instagram fino a notte fonda. Giurò per l'ennesima volta che si sarebbe data una regolata. Appoggiò lo smartphone sul lavandino e mise su YouTube il tutorial