

Ioannes Oculus

Polish with John #34

Uzależnieni od telefonów?



Cześć! Witajcie w kolejnym podcaście “Polish with John”. Nazywam się Jan Oko i chcę Wam pomóc w nauce języka polskiego.

Są z nami wszędzie. Nie zostawiamy ich nawet na chwilę. Nasze telefony. A właściwie smartfony, bo tak z języka angielskiego je dzisiaj nazywamy.

Zwykły telefon, który pamiętam jeszcze z dzieciństwa, stał w kuchni w domu rodziców. Można było wykręcić numer i porozmawiać z kimś do kogo się dzwoniło. Najpierw trzeba było się przedstawić i powiedzieć z kim chce się rozmawiać. Dzisiaj dzwoniemy bezpośrednio do osoby, z którą chcemy porozmawiać i dziwimy się, jeżeli telefon odbiera ktoś inny. Dawniej to było normalne. Odbierali rodzice, dzieci, mąż, żona, a czasem nawet odwiedzająca nas rodzina. Jeżeli ktoś korzystał z telefonu za długo, narażał się na duży rachunek. Dlatego rodzice bardzo pilnowali dzieci, żeby, jak to się mówi, nie “siedziały za długo na telefonie”.

Nasze czasy, to zupełnie inna bajka. Każdy ma smartfona, Nielimitowane rozmowy i smsy, a także mnóstwo internetu mobilnego. Można do woli rozmawiać, pisać ze znajomymi, przeglądać internet, a rachunek będzie taki sam jak zawsze. Kiedyś



jeszcze trzeba było uwarzać na internet, bo albo pakiet za szybko się wyczerpywał albo trzeba było dużo dopłacać za przekroczony transfer danych. Dzisiaj jest inaczej. Za 25 złotych można mieć, poza nieskończonym czasem rozmów i nieskończoną ilością smsów, przynajmniej 15 GB na korzystanie z światowej sieci.

Tak tego wszystkiego dużo, więc czy jest też tak dobrze? Na pewno smartfony ułatwiają życie. Mają jednak swoje wady. Jedną z nich jest to, że uzależniają. Chyba bardziej niż papierosy.

Często można zobaczyć grupę znajomych, którzy zamiast rozmawiać ze sobą, siedzą na telefonach. Sprawdzają Facebooka, Instagrama i inne portale społecznościowe. Często nie potrafią odłożyć komórki na dłużej niż kilka minut. Ciągłe muszą być na bieżąco. To nie jest wymyślone zjawisko, to fakt i naukowcy nazwali tę chorobę fonoholizmem. Dotyka to wszystkich, zarówno dzieci jak i dorosłych. Sam często się łapię na tym, że muszę sprawdzić co się dzieje, czy nie dostałem jakiegoś maila i tak dalej. Skąd się to bierze?

Podobno źródłem takich zachowań jest między innymi lęk przed samotnością. Coraz trudniej jest nam rozmawiać "w realu", więc uciekamy w wirtualną rzeczywistość. Tam czujemy się w centrum wydarzeń, czujemy się zaakceptowani. Relacje utrzymywane przez internet są prostsze i bezpieczniejsze od tych prawdziwych. Bo w internecie łatwiej kogoś zablokować, kto nam się nie podoba, kogo nie lubimy.

Czy da się to zmienić? Całego świata nie zmienimy, ale warto spróbować. Usunąć niepotrzebne aplikacje, żeby nie kusiły. Wyjść czasem z domu na spacer bez telefonu. Wylogować się z sieci i zalogować się do życia. Trudne? Na pewno. Czy warto? Jak najbardziej. Bo to co trudniejsze, jest często dużo dla nas lepsze.

Dziękuję Wam bardzo za ten odcinek. Zapraszam na mój blog ioannesoculus.com albo polishwithjohn.com. A w następny poniedziałek zapraszam na kolejny podcast z serii "Polish with John". Trzymajcie się zdrowo i trzymam za was kciuki!

elementy muzyczne podcastu: In the podcast, I used "Sing Swing Bada Bing" Doug Maxwell/Media Right Productions; source: <https://www.youtube.com/audiolibrary/music> (attribution not required); other audio and music from the same source.