



Технология как зависимость

DMITRY SHKARBANDV

12+

Dmitry Shkarbanov

Технология как зависимость

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=40105403

SelfPub; 2019

ISBN 978-5-532-11052-6

Аннотация

Ваши знакомые или родственники сидят без остановки за компьютером или вам кажется, что их телефон прирос к их телу?.. Вас это волнует или вы сами чувствуете, что техника стала частью вашего тела? Тогда эта книга может вам помочь... Она содержит не только мое мнение, но и мнения опрошенных мной людей. Было проведено специальное исследование людей в возрастной группе от 14 до 30 лет, и некоторые ответы будут анонимно представлены в книге.

Содержание

| | |
|-----------------------------------|----|
| Обращение к читателю | 5 |
| Благодарность | 7 |
| Техника это... | 8 |
| Некоторые мысли | 12 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 13 |

Технология как зависимость

Dmitry Shkarbanov

2018

Содержание

Обращение к читателю

Технология как зависимость – ваши знакомые или родственники сидят без остановки за компьютером, или вам кажется, что их телефон прирос к их телу...

Вас это волнует, или вы сами чувствуете, что техника стала частью вашего тела?

Эта книга в этой или иной степени помогает вам ознакомиться с такой темой, как "Технология как зависимость", и узнать, что и как можно с этим поделать...

Прочтение этой книги помогло многим людям переосмыслить свое отношение к техническим вещам, и многие, кто помогал в написании этой книги, смогли сильно изменить свою жизнь, став ближе к их собственным стремлениям.

Эта книга не является пособием по избавлению от привычек или книгой, помогающей воспитывать детей.

Эта книга является помощником в вопросах привязанности к технике, помогая взглянуть на эту тему под другим углом.

Эта книга содержит помимо мнения автора мнения опро-

шенных мной людей. Было проведено специальное исследование людей в возрастной группе от 14 до 30 лет, и некоторые ответы будут анонимно представлены в книге.

Благодарность

Спасибо всем, кто принимал участие в моём исследовании «Технической зависимости».

Я благодарен вам за все ваши данные, что вы позволили мне собрать.

Я знаю, что некоторые из вас, просто поучаствовав в исследовании, уже изменили свое отношение к этим вещам.

И теперь с вашей помощью я, Dmitry Shkarbanov, хочу показать всем, кто будет готов слушать, ваш жизненный опыт. Я благодарен за такую возможность.

Техника это...

Техника или, говоря конкретнее, наши компьютеры и новомодные телефоны (смартфоны), весьма крепко закрепились в нашей жизни. Многие из нас так восхищаются удобством этой техники, ведь под рукой столько мелких и полезных устройств (калькулятор, фонарик, телефон, календарь, электронная почта и т.д.). Некоторые из нас уже не могут и представить свою жизнь без этих функциональных устройств. Но все же все мы понимаем, что и их функционал, и игры, которые в них есть, делают нас созависимыми от них. Так как многие перестают писать от руки, то разучиваются это делать (авто. набор). Многие уже позабыли таблицу умножения. Кто-то уже разучился общаться вживую, при помощи речи. И тому подобное. Конечно, я сам пользуюсь всем этим функционалом, и никто не говорит, что нужно отказаться от всех этих благ. Но явно многие замечали сами, или кто-то, возможно, вам намекал, на то что вы слишком много времени проводите за телефоном или компьютером.

В этой книге речь пойдет о том, как то, сколько времени мы проводим за техникой и подобными устройствами, влияет на нашу жизнь. Так как многие из опрошенных людей назвали свою привязанность к технике зависимостью.

«Социальные сети – это единственное место где, я могу свободно общаться», – говорит один из опрошенных. «Игры – это моя жизнь», говорит другой. «Без инстаграма я не могу рассказать подругам, как я здорово живу», – и много других подобных высказываний, делали участники опроса. Были и те кто сказал, что это всего лишь телефон, всего лишь игра, и они спокойно могут жить без навороченных устройств. Среди опрашиваемых были и те, кто пользуются исключительно кнопочным телефоном они и стараются не использовать компьютер, и к моему большому удивлению, такие люди были из обеспеченных семей и говорили что это их выбор.

На самом деле, если смотреть изнутри, то большую часть времени люди проводят в социальных сетях или в играх что при взгляде со стороны может казаться проблемой. Но суждения наблюдающего не могут выразить все чувства играющего.

Понятно, что каждому родителю хочется, чтобы ребенок развивался, гулял, вырослел и т.д. Но многие родители судят о нормальном развитии из своего личного опыта или сравнивая с другими детьми, которые, по их мнению, меньше времени проводят за техникой. В личном опыте проблема в том, что родители росли в другую технологическую эпоху. У них не было таких возможностей, и как раз по этой при-

чине взрослые тоже подвержены так сильно привязываться к играм.

По наблюдениям и опросу можно сказать, что люди, много сидящие в социальных сетях, имеют дефицит внимания и общения со стороны их близких. А те, кто непрерывно играют, пытаются уйти в другую реальность. Люди, много читающие поймут: когда книга затягивает, то может показаться, что ты внутри этой истории.

То есть можно сказать, что в технике мы ищем благ жизни, которых нам не хватает в нашем существовании или нашей реальности. И большинство находит умиротворение в играх или социальных сетях. В действительности это может быть очень плохо, но все зависит от того, с чем сравнивать. Например, привязанность к технике и неумение общаться лучше, чем жизнь в изоляции в глухой деревне на отшибе вдалеке от всех. Или жизнь человека с ограниченными возможностями, такие люди в окружении чаще всего ощущают себя изгоями и держатся отстраненно, так как люди жалеют их или унижают, и т.д. А находясь за техникой они чувствуют себя защищенными, так как никто не видит их настоящих. В мирах наших фантазий мы можем быть кем угодно. В технике есть прекрасная вещь – анонимность, что позволяет нам, пользователям, быть теми, кем мы хотим быть, чувствовать то, что мы хотим, так как никто не узнает нас, если мы при-

МЕНИМ ПСЕВДОНИМ.

Некоторые мысли

В опросе было много различных вопросов и много различных ответов. Для сохранения личных данных участников исследования, чьи ответы я буду цитировать, их имена не будут называться.

№104

– Как вы относитесь к технике(смартфон, компьютер)?

– Положительно, т.к это часть моей жизни.

– Как вам кажется, если сложить все время, которое вы смотрите в телефон, за 24 часа, то сколько часов получится?

– Я думаю, не сосчитать. Наверное, половина моей жизни.

– Как вы думаете, бывает ли зависимость от телефона или компьютера? Поясните свой ответ. Если «да», то плохо ли это?

– Бывает, могу смело сказать, что у меня зависимость от телефона и это очень плохо.

– Есть ли у вас друзья, про которых можно сказать, что они жить не могут без своего телефона или компьютера? Как вам кажется, почему это так? Можно ли подобное сказать про вас самих?

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.