

Cierpisz na technofilię?

5 lipca 2010

Data publikacji: 05.07.2010

Naukowcy dopiero zaczynają badać wpływ technologii na nasze życie, ale już wiadomo, że przynajmniej z jedną chorobą mamy do czynienia. Zbyt duże oddanie gadżetom daje znaki w postaci bólu głowy i kręgosłupa. Nowe schorzenie nazywa się technofilia. Jeśli zdarzyło ci się wysłać wiadomość będąc na pogrzebie, sali porodowej lub ważnej uroczystości, to znaczy, że cierpisz na technofilię, dolegliwość, która ma wszelkie warunki ku temu, by stać się plagą naszych czasów.

W jednym z londyńskich szpitali powstało pierwsze centrum uzależnienia od technologii. Okazuje się, że choroba dopada nas dość wcześnie. Według Uniwersytetu w Northampton, 26 proc. uczniów spędza dziennie ponad 6 godzin w internecie. 63 proc. z nich jest uzależnionych od sieci. 62 proc. otrzymało swój pierwszy komputer przed ukończeniem ósmego roku życia.

Jeśli nastolatek robi się zamknięty w sobie, to może być pierwszą oznaką technofilii. Istnieją dowody na to, że dziewczęta spędzające za dużo czasu na Facebooku, tracą szansę na właściwy rozwój emocjonalny i mogą czuć się niedojrzale. W wyjątkowo trudnych sytuacjach zagrożona może być szkoła i praca. Problemem jest kondycja fizyczna. Ostrzeżeniem powinna być kiepska dieta, spadek wagi. Jeśli młody człowiek zarywa noce przed komputerem, wspomagając się na przykład kofeiną. To może powodować uczucie permanentnej nerwowości.

Oto kilka innych niepokojących objawów, które świadczą o cierpieniu na technofilię. Pracujesz przed komputerem kosztem innych zajęć. Okłamujesz stawiających ci pytania o czas spędzony w sieci. Zaniedbujesz własną higienę, szkoda ci czasu na przygotowanie jedzenia i załatwianie własnych spraw. Gdy masz kłopoty, więcej czasu spędzasz przy komputerze.

Porzuciłeś nawyk wieczornego czytania, a nawet uprawiania seksu, na rzecz internetu. W trakcie obiadu ze znajomymi więcej uwagi poświęcasz komórce, niż gościom. Dostajesz ataku paniki, kiedy telefon traci zasięg albo pada mu bateria. Wysyłasz SMS-y z toalety.

Przygotowała: Sylwia Milan

Na podstawie: The Independent

Źródło: [eLondyn](#)