

КОЛОНКА

Оксана Николаевна Жук, г. Кемерово, Кемеровская область – Кузбасс

СМАРТФОНОФОБИЯ: ОТКУДА БЕРЕТСЯ И КАК С НЕЙ БОРОТЬСЯ?

Дисклеймер: все нижеизложенное является выводами из личных наблюдений и размышлений автора колонки и не претендует на бесспорную истину. Готова по diskutieren и поразмышлять вместе с вами. Пишите в журнал или мне по электронке zbuk@yandex.ru.

Смартфонофобия¹ – расстройство тревожного характера, связанное с боязнью негативного влияния смартфона на собственную жизнь или поведение окружающих людей. Смартфонофобией различной степени тяжести часто страдают библиотекари, учителя и родители.

Как распознать смартфонофобию?

- ✓ Симптом первый – вы постоянно или периодически сетуете, что дети и взрослые вечно «сидят в телефоне», натываетесь взглядом на людей, держащих в руках девайсы, и чувствуете раздражение.
- ✓ Симптом второй – вы искренне верите в пагубную зависимость от гаджетов.
- ✓ Симптом третий – вы воспринимаете смартфон как угрозу «разумному, доброму, вечному», проблему для библиотеки и образования, которую если нельзя устранить, то надо постараться хотя бы минимизировать.
- ✓ Симптом четвертый – вы неуверенный смартфонопользователь, самостоятельно «нажимать кнопки» боитесь, а спрашивать окружающих о том, как работает то или иное приложение стесняетесь.
- ✓ Причина смартфонофобии – страх неизвестного, ведь мобильные технологии, массового распространившиеся всего лет десять назад, не позволяют нам контролировать ситуацию привычными способами.

Что делают люди с помощью смартфонов? Общаются, ищут нужную информацию, читают, слушают музыку, смотрят видео, играют, фотографируют и прочее, что и в догаджетовую эпоху. Только

¹ Смартфонофобия – термин, придуманный мною специально для этой колонки и не встречающийся в каких-либо научных и справочных источниках.