

Na mobile sme štyri hodiny denne

TECHNOLÓGIE

Do smartfónu „ľukáme“ až 17 percent denného času. Podľa prieskumu tak nemáme ďaleko k digitálnej závislosti.

Simona Lucia Horváthová ^{©hn}
simona.horvathova@mafraslovakia.sk

Bratislava – Takmer 29 hodín týždenne. Viac ako štyri hodiny denne. Toľko strávia Slováci používaním mobilného telefónu. Rozmenené na drobné to znamená, že s mobilom v ruke trávime až 17 percent nášho denného času. Ukázal to celoslovenský prieskum

Fakulty masmediálnej komunikácie Univerzity Cyrila a Metoda v Trnave. Podľa autorov prieskumu tak nemáme ďaleko k digitálnej závislosti.

Čoraz viac času

Aj keď sa u nás podobné merania nerobia pravidelne, je predpoklad, že na mobile trávime čoraz viac času. Stúpa totiž počet smartfónov aj pripojení na internet. „Ten-

dencia je rastúca, keďže mobilné aplikácie nám uľahčujú život a ľudia si cez ne zvykli realizovať množstvo činností,“ skonštatoval Peter Krajčovič z masmediálnej fakulty, ktorá robila prieskum.

Ukazujú to aj dáta zo sveta, podľa ktorých z roka na rok rastie počet minút, ktoré trávime na smartfónoch. Klesá však čas strávený pred televízormi. Platí pritom, že čím je človek starší, tým

trávi na mobilnom telefóne menej času.

Vplyv na vzťahy

Nadmerné používanie mobilu má negatívny vplyv na viaceré aspekty nášho života. Napríklad na telesné zdravie – menej športujeme, ale aj to duševné – rastie riziko psychických chorôb. A ovplyvňuje to aj vzťahy, vysvetľuje psychológ Aleš Bednařík. Od žien

zvykne počúvať, že ich partneri sa nadmerne venujú hraniam hier, a muži sa sťažujú na svoje ženy, že neustále sledujú sociálne siete. Nevenovanie pozornosti jeden druhému môže podľa neho viesť k postupnému odcudzeniu. „Je to jeden z faktorov, prečo sa vzťahy rozpadávajú. Situácia sa dá riešiť napríklad tak, že dvojica si pozrie alebo prečíta niečo spoločne,“ dodal odborník.

Koľko času trávime na smartfóne?

Koľko času strávi Slovák denne na mobile

■ do 19 rokov
■ nad 40 rokov

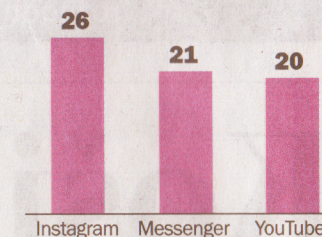
9
hodín
15
minút

do 19 rokov
nad 40 rokov

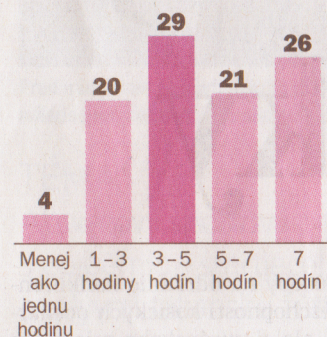
3
hodiny
7
minút

17
percent

Priemerný čas, ktorý strávia Slováci na najpoužívanejších aplikáciách (v minútach)



Koľko času strávi bežný človek vo svete na mobile (v percentách)



Používanie mobilných aplikácií podľa kategórie (v percentách)

