

# Бросьте трубку!

Проведи день без мобильного телефона

**6 февраля стартовала Всемирная акция "Дни без мобильного телефона", которая продлится до 8 февраля. В эти дни всем нам, пользователям сотовой связи, предлагается отказаться от мобильных телефонов или хотя бы уменьшить количество разговоров по ним.**

Эту акцию предложил проводить французский писатель Фил Марсо, который написал первый роман в SMS-ках, ставший бестселлером в Европе. Он же придумал и слово "адиктофония" для обозначения болезненного пристрастия к мобильникам. Его поддержали психологи, обеспокоенные новой зависимостью, которая все больше распространяется по миру. Она сродни и прочим аддикциям - болезненным зависимостям вроде алкоголизма, наркомании, игромании или шопоголизма. В случае с телефоном человек, попавший на крючок постоянного заочного общения, также компенсирует какие-то личные проблемы, к примеру, неумение вступать в личные контакты с другими людьми или страх одиночества.

*Родителям нужно как можно раньше понять возможный вред от современных гаджетов*

"Дни без мобильного телефона" являются добровольным мероприятием, а проводятся для того, чтобы люди задумались о проблеме. Первый день акции выбран неслучайно - по католическому календарю это день святого Гастона. Его имя для французов связано с популярной песенкой, в которой есть слова: "Гастон, звонит телефон, но опять никто не берет трубку".

Зависимостью от сотовых телефонов занимается и серьезная психиатрия, в которой для ее обозначения принят термин "номофобия" (от английского по- mobile-phone phobia. - Ред.). В Великобритании, к примеру, провели опрос среди 2163 пользователей мобильников. Выяснилось, что 53 процента начинают нервничать, если теряют телефон, садится его батарейка, на балансе заканчиваются средства или пропадает сотовый сигнал. Чаще страх в этих ситуациях испытывают мужчины (58 процентов), чем женщины (48 процентов). Еще одно исследование повысило показатель панического страха с 53 до 66 процентов, возможно, поэтому до 41 процента людей в Европе предпочитают иметь два телефона для подстраховки. Больше всего страдают от номофобии подростки и молодые люди 18-24 лет (77 процентов).