

HASŁO

DEFINICJA

PRZYKŁADY
UŻYCIA

fonoholik

Fonoholik to osoba uzależniona od telefonu komórkowego.

Uzależnienie od używania telefonu komórkowego. Jest to uzależnienie behawioralne co oznacza, że nadmierna potrzeba korzystania z telefonu staje się trudna do opanowania i zaczyna szkodzić w różnych obszarach funkcjonowania – w rodzinie, w pracy, w osobistym czasie wolnym. **Fonoholik** pracuje lub uczy się nieefektywnie, zarywa noce, ma kłopoty z otoczeniem, posiłkami, rodziną itd. ([Źródło](#)).

Masz smartfona. Dbasz o niego, masz go zawsze przy sobie. Niby to tylko telefon, a jednak bez niego byłoby Ci ciężko nie tylko zaplanować dzień, ale i przetrwać nudną podróż tramwajem. Z drugiej strony, na hasło “uzależnienie” reagujesz absolutną obojętnością. Myślisz, że Ciebie to nie dotyczy. Poznaj sześć postaw **fonoholików** i przekonaj się, czy przypadkiem nie jesteś jednym z nich. ([Źródło](#)).

Fonoholika można rozpoznać po tym, że przywiązuje dużą wagę do wyglądu swojego smartfonu oraz do ilości aplikacji, jakie posiada. Osoba nałogowo używająca telefonu, z obawy przed brakiem możliwości skorzystania z niego, niekiedy nosi ładowarkę, zapasową baterię czy powerbank umożliwiające uzupełnienie energii. ([Źródło](#)).

Fonoholicy bez telefonu, czują to samo co każda osoba uzależniona w momencie kiedy zabraknie używki. Czują wtedy lęk, rozdrażnienie, poczucie zagrożenia. ([Źródło](#)).

WIZUALIZACJE

Zobacz w grafice Google

ODSYŁACZE

por. [fonoholiczka](#), [fonoholizm](#)

DATA

Rejestracja hasła: 14.12.2020, 16.36, ostatnia aktualizacja hasła: 14.12.2020, 17.38

AUTOR

Agata Hącia

