



## UZALEŻNIENI OD EKRANU

### Pressbook

**Czołówka****Reżyseria:**

Jon Hyatt

**Scenariusz:**

Jon Hyatt

Karina Rotenstein

**Produkcja:**

Kanada

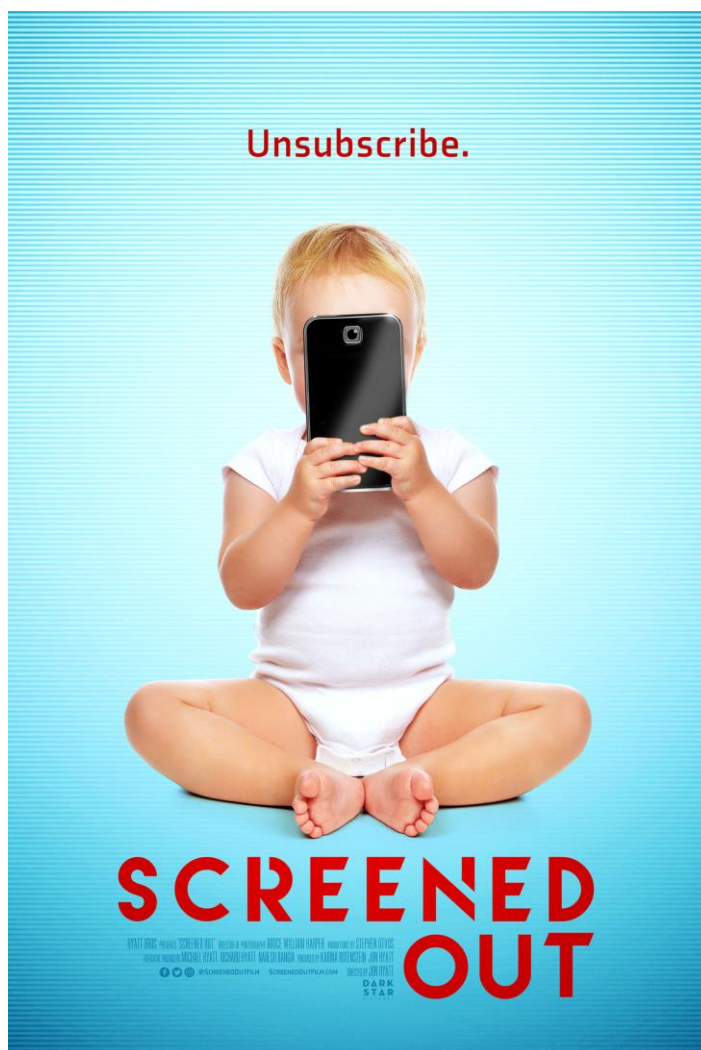
**Czas trwania:**

71 min.

**OPIS FILMU:**

Filmowa analiza coraz bardziej powszechnego uzależnienia od ekranu. Wraz z rozwojem i postępowaniem technologii rośnie liczba ludzi, w tym w dużym stopniu dzieci, nałogowo korzystających z urządzeń elektronicznych. Badania dowodzą, że 70% ludzi spędza od trzech do pięciu godzin dziennie ze smartfonem, sprawdzając maile, wiadomości, śledząc media społecznościowe. Jak to się dzieje, że smartfony zabierają nam siedem lat życia? Od smartfonów, tabletów, poprzez smartbandy, smartwatche czy czytniki e-booków – ekran towarzyszy nam na każdym kroku, a co więcej powszechnie kojarzy się z przyjemnością. Wyzwała dopaminę, która gdy pojawia się w dużych ilościach, podnosi poziom hormonów szczęścia.

Pomysł, że smartfony uruchamiają nasze centra przyjemności nie jest niczym nowym, ale film pokazuje, w jaki sposób zostały one zaprojektowane do tego właśnie celu. Elektroniczne ekrany wpływają na funkcjonowanie naszego układu nerwowego i dlatego jesteśmy od nich tak uzależnieni. Branża technologiczna wiedziała o tym od dawna i opracowała zabawne, wciągające technologie, które z czasem stały się przedłużeniem nas samych, zmieniając sposób, w jaki komunikujemy się i współdziałamy. Jak doszło do tego, że smartfony mają na nas taki wpływ? Czy nie jesteśmy od nich za bardzo uzależnieni? Co nas do nich przyciąga i jaki ma to wpływ na świat i młode pokolenie? I wreszcie – czy uzależnienie nas od ekranu było rzeczywiście zamierzone?





Film pokazuje, w jaki sposób smartfon stał się dziś obsesyjno-kompulsywną religią, wynoszącą nas z banału codziennego życia do wyższego banału naszych nierealnych cyfrowych marzeń i aspiracji. Przedstawia również skutki takiego zjawiska. Smartfon zamienił komputer w lustro, które nas zahipnotyzowało i zmusiło, abyśmy się w nie wpatrywali.

Na podstawie materiałów:

<https://www.againstgravity.pl/films/uzaleznieni-od-ekranu>

[dostęp dn. 21.09.2022 r.]