

# Ste závislý na svojom mobile? Otestujte sa

Fotíte si každé svoje jedlo a bez navigácie v telefóne sa už ani nepohnete. Spravte si náš kvíz a zistite, ako na tom naozaj ste.

Z výsledkov [jedného výskumu](#) vyplýva, že závislí sú tí ľudia, ktorí počas dňa použijú aplikácie na svojom mobile aspoň 60-krát.

Keďže sa to počíta pomerne ťažko, pripravili sme pre vás kvíz, ktorý túto závislosť 100-percentne odhalí.

V teste odpovedajte vždy pravdivo a vyberte si vždy len jednu odpoveď. Ak chcete použiť ceruzku, prosím, nepíšte po obrazovke:

## 1. Poznáte dátumy narodenín svojich príbuzných/najlepších kamarátov?

- A. Jasné, mám v mozgu veľkokapacitné úložisko všetkých dátumov.
- B. Načo? Veď na to je Facebook.
- C. Príbuzných mi hlási mama, kamarátov nemám.

## 2. Koľkokrát ste si už spravili fotku svojho jedla a zverejnili ju na sociálnych siet'ach?

- A. Bojím sa, že mi vychladne. Takže nikdy.
- B. Dnes?
- C. Som breatharián/ka. Žijem len zo vzduchu a ten sa zle fotí.

## 3. Bez navigácie v mobile...

- A. ... sa nestratím ani vo veľkom neznámom meste.
- B. ... sa stratím aj po ceste na WC.
- C. ... sa stratím aj v polovici tejto vety.

## 4. Ktorá z týchto situácií vám najviac dvihne adrenalín?

- A. Bungee jumping z mosta.
- B. 3 % batérie na mobile ešte pred obedom.
- C. Skok z rozzúreného draka rovno do sopky plnej lávy len s papierovou vreckovkou namiesto padáku.

## 5. Bezdomovec vás prosí o pár drobných. Čo spravíte?

- A. V rámci svojich možností mu pomôžem.
- B. Peniaze mu nedám, ale zase dostane jeden veľký Like. Lebo ten rieši všetko.

C. Tajne ho budem najbližšie dni sledovať a potom prídem s radami, ako môže zvýšiť efektivitu výberu.

#### 6. Najstrašidelnejšie scény vo filme sú tie,...

A. ... keď zomiera hlavný hrdina.

B. ... keď hlavný hrdina stratí mobilný signál.

C. ... ktoré si predstavujem, keď idú záverečné titulky.

#### 7. Ktorú vec si všimnete po príchode do neznámej miestnosti ako prvú?

A. To, ako je zariadená.

B. To, kde sú zásuvky, aby som vedel/a nabiť mobil.

C. To, kde sú únikové východy, keby ma prepadla tajná služba cudzieho štátu.

Teraz spočítajte, koľkokrát ste označili odpovede s písmenom A, koľkokrát s písmenom B a koľkokrát s písmenom C.

## Čo o vás kvíz prezrádza?

### Ak máte najviac odpovedí A:

**Ste úplne normálni a podľa nás nemáte na svojom mobile žiadnu závislosť.** Telefón je pre vás pomocník, s ktorým to netreba preháňať. Načo ste robili tento test, keď ste dopredu vedeli, že váš život je v poriadku? Len sa chcete chváliť, však?

### Ak máte najviac odpovedí B:

**Máte jasnú závislosť na mobile.** Mobil je váš miláčik a už minimálne dvakrát ste rozmýšľali, že si ho vezmete za manžela/manželku, keby to bolo legálne.

Veľa mobilu však škodí a to myslíme na rozdiel od zvyšku tohto testu smrteľne vážne. Odporúčame preto stiahnuť si aplikáciu ako [Moment](#) (iOS) alebo [QualityTime](#) (Android). Vďaka nim zistíte, koľko času trávite s mobilom, alebo ktorá aplikácia vám „žerie“ najviac času, a tak môžete vidieť svoje zlepšenia pri boji so závislosťou.

### Ak máte najviac odpovedí C:

**Podozrievame vás, že mobil vôbec nemáte, pretože ho nepotrebuje.** Namiesto telefonovania sa dorozumievate telepatiou a žiadne videá a obrázky na sociálnych sieťach nedokážu súperiť s vašou predstavivosťou. Keby ste ale niekedy v budúcom živote potrebovali nejaký mobil, [tak ho nájdete v e-shope O2](#), ok?