

ΜΕΛΕΤΗ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗΣ 1

Το 2011, πάνω από το 70% των εταιρειών δυσχέραναν την πρόσβαση των εργαζομένων σε ιστότοπους όπως το Facebook στο χώρο εργασίας.

Ωστόσο, αυτό συνέβαινε πριν από την εποχή της καθολικής πρόσβασης σε smartphones και του φθηνού διαδικτύου.



Οι επαγγελματίες αθλητές αγωνίζονται επίσης με τον αυτοέλεγχο όταν δεν μπορούν να αντισταθούν στον πειρασμό να πιάσουν το iPad τους. Ορισμένοι άνθρωποι περνούν 6-7 ώρες την ημέρα παίζοντας ηλεκτρονικά παιχνίδια. Πριν από το Παγκόσμιο Κύπελλο του 2020 η γερμανική ποδοσφαιρική ομάδα, κατόπιν αιτήματος των αρχών της ποδοσφαιρικής ομοσπονδίας, αποκόπηκε από το WiFi στο ξενοδοχείο, ώστε οι παίκτες να μην μπορούν να παίξουν FIFA και Call of Duty. Προηγουμένως, συνέβαινε ότι ορισμένοι ποδοσφαιριστές με την ιδιότητα των αστέρων έπαιζαν παιχνίδια στον υπολογιστή μέχρι τις 3 π.μ. μένοντας ξύπνιοι μέχρι αργά το βράδυ πριν από έναν σημαντικό αγώνα.

Εργασία:

1. Αποσυνδεθείτε από τα κοινωνικά δίκτυα για 24 ώρες.
2. Ελέγξτε ποια συναισθήματα σας συνόδευσαν τότε. Γράψτε τα.
3. Κάντε έναν κατάλογο με τα θετικά πράγματα που καταφέρατε να κάνετε κατά τη διάρκεια αυτού του χρόνου.
4. Κάντε έναν κατάλογο με τα πράγματα στα οποία αποτύχατε λόγω της έλλειψης πρόσβασης στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.

Σημείωση: ολοκληρώστε την εργασία μόνο αν τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης δεν είναι το εργαλείο εργασίας σας