
BBC LEARNING ENGLISH

English Together

Mobile Phone Addiction



This is not a word-for-word transcript

પ્રેઝન્ટર

હેલ્લો એન્ડ વેલકમ, English Togetherમાં આપનું સ્વાગત છે. હું છું રીષી.....અને આજે મારી સાથે જોડાયા છે.....

Sam

Hi, I'm Sam.

Kee

And I'm Kee. Welcome!

પ્રેઝન્ટર

આજના જમાનામાં મોબાઇલ એક જરૂરીયાત બની ગઈ છે. મિત્રો, શું તમને ખબર છે કે દર ત્રણમાંથી એક વ્યક્તિને મોબાઇલનું વ્યસન થઈ ગયું છે? સાંભળીને નવાઈ લાગી ને? એકદમ સાચી વાત છે. મને પણ જાણીને એટલી જ નવાઈ લાગી રહી છે. આજે આપણે આ વિષય ઉપર વાત કરીશું. ફેંડ્સ, તમે દિવસમાં કેટલી વાર પોતાનો મોબાઇલ ચેક કરો છો?

1. દરેક 33 સેકન્ડ પછી
2. દરેક 43 સેકન્ડ પછી
3. દરેક 53 સેકન્ડ પછી

Kee

I know, I know....

પ્રેઝન્ટર

The question's not for you. Stay out of it.

હમણાં જ સવાલ પૂછ્યો એનો જવાબ અમે તમને થોડી વારમાં આપીશું. પહેલાં તમે મોબાઇલ ફોનના વ્યસન ઉપર એક ન્યૂઝ આર્ટિકલ સાંભળો જેમાં આ વ્યસન વિશે બહુ સારી માહિતી આપી છે.

News insert

Now, are you addicted to your mobile phone, apparently almost a third of us are unable to go more than an hour without checking it and a quarter of us recognise we are addicted to these devices, the heaviest smart phone users click, tap and swipe on their phone 5,500 times a day.

Sam

Wow, 25% of people say that they are addicted to their phones. Hmm, I use my phone a lot, but I don't think I'm addicted to it...

<notification sound>

Kee

I'm not so sure...

<notification sound>

પ્રેઝન્ટર

Come on Sam, we're at work!

Sam

Sorry, I got distracted there for a minute <notification sound> Can you explain that while I answer this message.

પ્રેઝન્ટર

સેમ હાલમાં પોતાનું કામ છોડીને બીજે ધ્યાન આપી રહ્યો છે જેને અમે કહીશું 'distracted' એટલે વિચલિત થવું. સેમ પોતાના ફોનના કારણે 'distracted' થઈ ગયો છે.

Kee

Would you say that you can be distracted by mobile phones...

પ્રેઝન્ટર

Definitely...Just ask Sam!

Sam

Sorry, I was distracted there, wasn't I – let's get on with the show... so what do you think of this story?

Kee

Well, it's clear isn't it – people just use their phone too much. No one seems to be able to pay attention to anything anymore.

પ્રેઝન્ટર

મને લાગે છે તમે સાચું બોલી રહ્યાં છો – 'pay attention' એટલે ધ્યાન આપવું જોઈએ. જ્યારે લોકો ફોન જેવી વસ્તુઓમાં ખોવાયેલા હોય ત્યારે તેમને કહેવું પડે છે 'pay attention'. મિત્રો, આજે મોબાઇલ ફોન માનવજીવનનો અભિન્ન અંગ બની ગયું હોય ત્યારે આ પરિસ્થિતિ થોડી મૂંઝવણભરી તો છે. તમારું આ અંગે શું માનવું છે?

Kee

I don't think it's that difficult – for some things you just need to be able to pay attention. What's so difficult about that?

<notification sound>

Sam

erm... Sorry again, that might have been me. Do people still turn their phones off? Really – all I have to do is make sure I focus on what I'm doing.

પ્રેઝન્ટર

Really, Sam? શું તમે એમ કહેવા માંગો છો કે 'focus' એટલે કે ધ્યાન આપવું એટલું સરળ છે? જ્યારે પણ મારે કોઈ કામ કરવાનું હોય તો હું મારા ફોનથી અલગ થઈ જાઉં છું.

<notification sound>

Kee

Guys, just turn your phones off, then you can focus. There's no way you can be productive like this, checking your phones every 20 seconds

<notification sound>

પ્રેઝન્ટર

Ahem, yeah, sorry about that! By the way, મેં તમને આગળ જે સવાલ પૂછ્યો હતો એનો જવાબ છે એક સામાન્ય મોબાઇલ યૂઝર દર 33 સેકન્ડે પોતાનો ફોન ચેક કરે છે. મિત્રો, શોની વચ્ચે તમે કેટલી વાર પોતાનો મોબાઇલ ચેક કર્યો?

Hmm....મને લાગે છે કે હું જ્યારે પણ મારા કામમાં ધ્યાન આપુ છું હું ધણો 'productive' એટલે તરોતાજા થઈ જાઉં છું.

I got the point, talk to Sam.

Kee

And how do you think you could be more productive?

Sam

Erm... by really focusing on my work.

Kee

And what do you think would help you focus?

Sam

I need to make sure I only pay attention to my work and not be distracted.

Kee

Really? What do you think might be distracting you?

<notification sound>

Sam

You're talking about my phone aren't you?

Kee

How did you guess?

પ્રેઝન્ટર

ઓકે ફ્રેંડ્સ, હું પણ હવે સેમની જેમ મોબાઇલ ફોન સ્વીચ-ઓફ કરી નાંખુ છું. તમે જ્યારે ઘરે હોવ તો શું કરો છો? શું તમે પણ ફોનથી 'distracted' થઈ જાવ છો અને તમારા કામ ઉપર પૂરતું ધ્યાન એટલે કે 'pay attention' અને 'focus' આપી નથી શકતા? શું મોબાઇલ તમારી કાર્યશક્તિ ઉપર પણ અસર કરી રહી છે?

મને આશા છે કે તમારી ઉપર આવી કોઈ અસર નહીં પડી હોય.

Great! મોબાઇલ ફોન અડિક્શન સાથે સંલગ્ન આજે જે શબ્દો શીખ્યા એનો ફરીથી અભ્યાસ કરી લઈએ. 'distraction' નો અર્થ થાય છે કોઈક કારણોસર તમે પોતાના કામ ઉપર ધ્યાન નથી

આપી શકતા. 'pay attention' નો મતલબ થાય છે પોતાના કામ ઉપર જ કેન્દ્રિત રહેવું. 'Focus' એટલે કોઈ એક કામ પાછળ જ સંપૂર્ણ પરિશ્રમ કરતા રહેવું અને 'productive' નો અર્થ થાય છે ચોક્કસ સમયમાં મહત્તમ પરિણામ પ્રાપ્ત કરવા માટે સક્ષમ હોવું.

આવા જ બીજા રસપ્રદ ટોપિક્ સાથે ફરીથી મળીશું English Togetherમાં ત્યાં સુધી...Bye!