

Unit 8, "Social Media"

Vocabulary, part 1

Teens = έφηβοι

Tweens = παιδιά στην προεφηβεία

Impressive amount = εντυπωσιακή ποσότητα

Daily screen time = καθημερινός χρόνος μπροστά στην οθόνη

Include = συμπεριλαμβάνω

The average adult = ο μέσος ενήλικας

According to = σύμφωνα με

Trend = τάση

Expose = εκθέτω

Worrying results = ανησυχητικά αποτελέσματα

Stay hot on the heels of = κυνηγώ κάποιον/ κάτι και έχω πλησιάσει

Social media popularity = δημοφιλία των κοινωνικών δικτύων

Researchers = ερευνητές

Impact = αντίκτυπος

Aspects = πλευρές

Health = υγεία

Sleep = ύπνος

Importance = σπουδαιότητα, σημασία

Gain unprecedented attention = κερδίζω προσοχή άνευ προηγουμένου

Rise = άνοδος

Examine the relationships = εξετάζω τις σχέσεις

Mental health = πνευματική υγεία

Unclear = συγκεχυμένος, όχι ξεκάθαρος

Causal = αιτιολογικός

Direction = κατεύθυνση

Increase = αυξάνω

Use = χρήση

Depression = κατάθλιψη

Potential = ενδεχόμενος, εν δυνάμει

Vicious circle = φαύλος κύκλος

Worsen = χειροτερεύω

Further = περαιτέρω

Is associated with = σχετίζεται με

Likelihood = πιθανότητα

Social isolation = κοινωνική απομόνωση

Interaction = αλληλεπίδραση

Fundamental = θεμελιώδης

Engagement = απασχόληση

Indicator = δείκτης

Poor = κακής ποιότητας

Be completely independent = είμαι εντελώς ανεξάρτητος

Total = συνολικός

It is crucial to a restful slumber = είναι σημαντικό για ξεκούραστο ύπνο

Several factors = αρκετοί παράγοντες

Explain = εξηγώ

Emit = εκπέμπω

Inhibit = περιορίζω, εμποδίζω

Levels = επίπεδα

Effectively = αποτελεσματικά, ουσιαστικά

Nod off = αποκοιμάμαι

Anxiety = ανησυχία, άγχος

Switch off = κλείνω, σβήνω

Obvious reason = προφανής λόγος

Allure = δαλεάζω

Reduce = μειώνω

Merry-go-round = καρουζέλ

Interrelated issues = συσχετιζόμενα θέματα

Be linked to = συνδέομαι με

Deprivation = στέρηση

Lack = έλλειψη

Side-effects = παρενέργειες

Heart disease = καρδιοπάθεια

Diabetes = διαβήτης

Obesity = παχυσαρκία

Poor academic performance = κακή σχολική επίδοση

Slower reaction times = πιο αργοί χρόνοι αντίδρασης

Risk behavior = ριψοκίνδυνη συμπεριφορά

Substance use = χρήση ουσιών

Be adversely affected = επηρεάζομαι αρνητικά

Adolescence = εφηβεία

Changes = αλλαγές

Be critical to development = είναι κρίσιμο/ σημαντικό για την ανάπτυξη

Exacerbate = επιδεινώνω

Lay in bed = ξαπλώνω στο κρεβάτι

Awake = ξύπνιος

Compare to = συγκρίνω με

Posts = αναρτήσεις

Drab = άχρωμος

Keep me up = με κρατάει ξύπνιο

Grow = μεγαλώνω

Quickly = γρήγορα

Keep up = συμβαδίζω

Combat = μάχομαι

Downsides = μειονέκτημα

Moderation = μέτρο, μετριοπάθεια, αυτοσυγκράτηση

Ring-fence = ορίζω για συγκεκριμένη χρήση, εξασφαλίζω ότι κάτι θα δαπανηθεί για συγκεκριμένο σκοπό

Particular times = συγκεκριμένες ώρες

Distance myself = αποστασιοποιούμαι

Set places = καθορισμένα μέρη

Devices = συσκευές

Fluid situation = ρευστή κατάσταση

Blend into = αναμιγνύομαι, κρύβομαι ανάμεσα σε

Buffer zone = ουδέτερη ζώνη