

**TEKNOLOJİ BENİ  
YENEMEZ!**

# TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI NEDİR?

- Teknoloji bağımlılığı, teknolojiyi kullanmada ve onunla ilişkide kişinin iradesini kaybetmesi, kendini denetleyememesi ve onsuz bir yaşam sürememeye başlaması hâlidir



# BELİRTİLERİ NELER OLABİLİR?

- Teknoloji başında harcanan vaktin giderek artması
- Teknolojiden uzak kalınca huzursuzluk, uykusuzluk, öfke gibi yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması
- Ruhsal, sosyal, adli ya da bedensel bir sorun oluşturmasına rağmen teknolojinin kullanılmaya devam edilmesi
- Planlanandan daha fazla teknoloji karşısında kalınması
- Zamanın büyük çoğunluğunun fiilen ya da zihnen teknolojiyle geçirilmesi
- Teknolojinin, sorumlulukların (iş, okul, aile, bireysel temizlik gibi) yerine getirilmesini engellemesi
- Teknoloji başında geçirilen vakitle ilgili kontrolün kaybedilmesi



# TEKNOLOJİNİN AKADEMİK BAŞARI ÜZERİNDEKİ OLUMSUZ ETKİLERİ

- Zihinsel becerilerde bozukluk
- Konsantrasyon bozuklukları
- Sosyal becerilerde bozukluk
- Öfke ve korku
- Fiziksel problemler
- Zorbalık, istismar ve güvenlik sorunları
- Taklitçiliğe alıştırma
- Zamanı planlamada güçlük



# TEKNOLOJİNİN AKADEMİK BAŞARI ÜZERİNDEKİ OLUMLU ETKİLERİ

- Zeka katsayısında (IQ) artış
- Zihinsel beceri gelişimi
- Öğrenmeyi öğrenmek
- Eğitici ve öğretici içerik zenginliği
- Yaratıcılık
- Güvenlik



# TEKNOLOJİ KULLANILMALI....

## AMA NASIL?

- **Aktif kullanım:** Kullanımı sadece mevcut sanal malzemenin tüketilmesi olarak değerlendirmeyip sanal alemde herkesin yeteneğine ve ilgisine göre bir şeyler üretmeye çalışarak kullanım.
- **İşlevsel kullanım:** Sadece oyun ve sohbet değil günlük hayatı kolaylaştıracak site ve uygulamaları bilerek ve öğrenerek kullanım.





# TEKNOLOJİ KULLANILMALI....

## AMA NASIL?

- **Faydalı kullanım:** Sanal alemdeki gerekli gereksiz her şeyi seçmeden süzmeden kullanmak değil işe yaracak site ve uygulamaları ayıklayarak kullanım.
- **Bilinçli kullanım:** Sanal alemdeki doğru bilgi kaynaklarını bilmek, yanlış bilgi ve yanlış bilgi kaynaklarını ayırt edebilmek ve internette yazan her şeyi doğru bilgi diye kabul etmeyip gerektiğinde eleştirel de yaklaşarak düşünce ve davranış geliştirerek kullanım.



# TEKNOLOJİ KULLANILMALI....

## AMA NASIL?

- **Çevreci kullanım:** Çevreye zarar vermeyecek şekilde kullanım.
- **Stratejik kullanım:** Arama motorlarının çıktılarını kontrol ederek kullanım.
- **Dürüst kullanım:** Dolaşımda tutulan içeriğin telif haklarına riayet ederek kullanım.

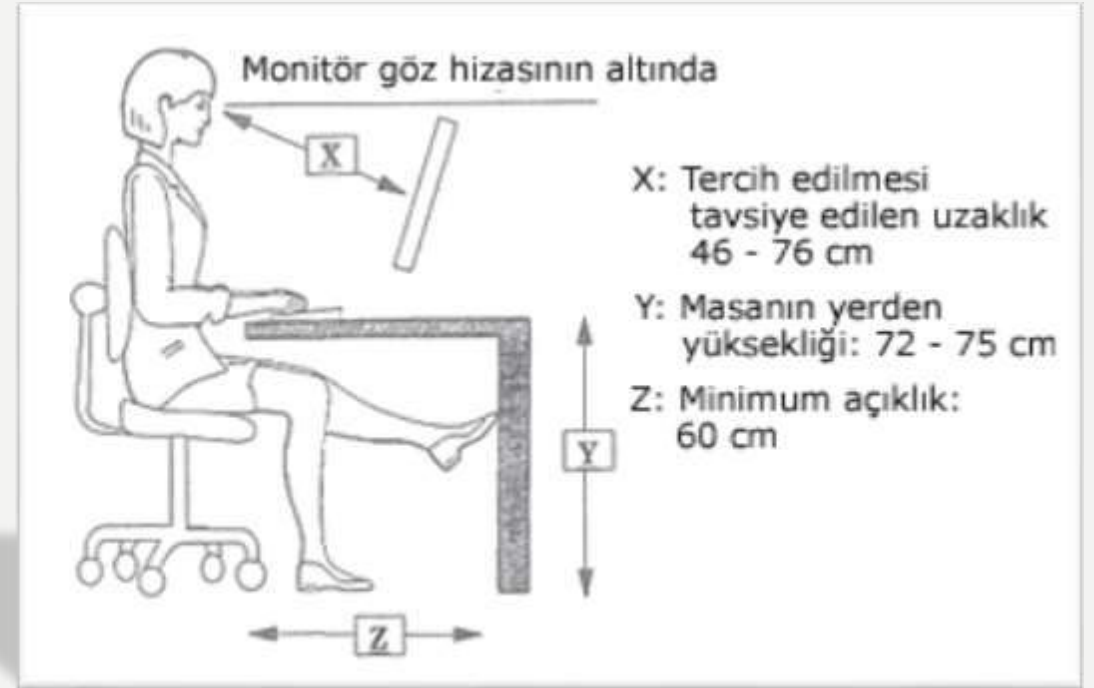




# TEKNOLOJİ KULLANILMALI....

## AMA NASIL?

- **Sağlıklı kullanım:** Yanlış duruş veya uzun oturular sebebiyle bedene zarar vermeyecek şekilde kullanım.
- **Bilgili kullanım:** Temel teknoloji bilgisine sahip olarak kullanım.
- **Sınırlı kullanım:** Günlük süre sınırlarına uyarak kullanım.



**... İLGİNİZ İÇİN TEŞEKKÜR EDERİZ...**