



Bağımlılık Nedir?

Bağımlılık, insanın bir şeye bağımlı olması, onsuz yaşayamaması, onsuz olduğunda aşırı mutsuz olmasıdır.





Teknoloji Bağımlılığı Nedir?

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





Teknoloji Bağımlılığı Nedir?

Örneğin bir çocuk;

- Devamlı bilgisayar oyunu oynamak istiyorsa,
- Oyun oynamadığı zamanlarda aklı hep oyunlarında kalıyorsa,
- Bilgisayar oyunları yüzünden uykusuz kalıyor, derslerine çalışmıyor ve başarısı düşüyorsa,
- Bilgisayar, tablet vb. başındayken zamanın nasıl geçtiğini fark etmiyorsa,
- Bilgisayar, tablet vb. yüzünden arkadaşlarından uzak kalıyor, ailesiyle arası bozuluyorsa,
- Yemeklerini bile bilgisayar, tablet vb. başında yemek istiyorsa,

... o bir teknoloji bağımlısıdır.

Sosyal
medya



TV ve
internet



Teknoloji
derken ?

Oyun
konsolu



Cep
telefonu



Nasıl Bağımlı Hale Gelinir?



**Merak
ediyorum**

**Arkadaşlarım
oynuyor**

**Ben onuz
yapamam**

**Yapacak
hiçbir şey yok**

Nasıl Bağımlı Hale Gelinir?

Merak Ediyorum

Merak güzel bir duygudur. İnsan hayatında pek çok güzel şeyi merak yoluyla keşfeder. Ancak bazen çocuklar arkadaşlarında gördükleri bir tablet oyununu merak edip araştırırlarken, kendilerini aşırı derecede oyun oynarken bulabilirler.



Nasıl Bağımlı Hale Gelinir?

Arkadaşlarım Oynuyor

Çocuklar arkadaşlarından etkilenirler. Sırf onlarla aynı şeyleri yapmak için aynı tablet ve bilgisayar oyunlarını oynamak, aynı dizileri seyretmek isterler. Bu şekilde başlayan bilgisayar ve tablet oyunları bir süre sonra bağımlılığa dönüşebilir.



Nasıl Bağımlı Hale Gelinir?

Canım Sıkılıyor

Boş zamanımızı faydalı uğraşlarla değerlendiremiyorsak bilgisayara yönelebiliriz. Bazen canımız sıkılır. Can sıkıntımızı bilgisayarda oyun oynayarak gidermek isteriz. Zamanla bu alışkanlığımız bağımlılığa dönüşebilir.

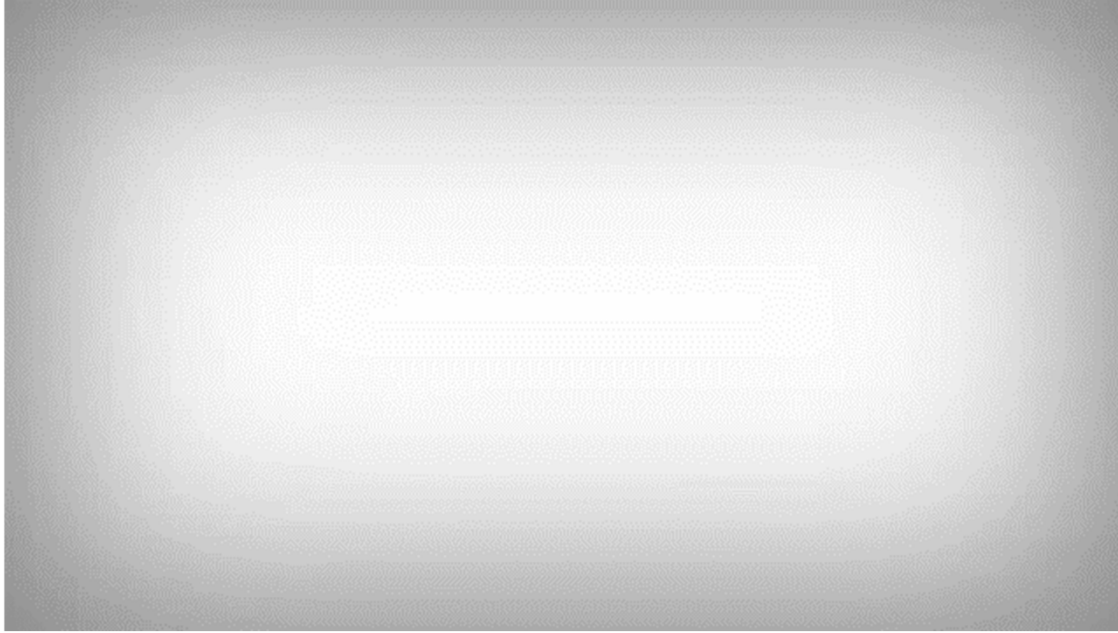


Bir Çocuk Bağımlı Olduğunda;

- Bilgisayar ve tablet kullanmak artık onun için yemek yemek, su içmek gibi önemli olur.
- Bu aşamaya gelen çocuklar bilgisayardan ayrı kalamazlar.
- Ayrı kaldıklarında mutlu olamazlar.
- Canları dışarı çıkmak, gezmek yerine hep bilgisayar oynamak ister.



Teknoloji Bağımlılığının Aşamaları



Ne Zarar Var ki?

Teknolojinin, bilgisayarın doğru kullanıldığında pek çok faydası vardır.
Ancak aşırı kullanıldığında ciddi zararları olabilir.
Teknoloji kullanım süresi arttıkça, çocukların;



**Beyni
tembelleşir.**



**Dikkatini toplaması zorlaşır.
Ödev ve işlerini yaparken
aklına oyun, tablet gelir.**

**Çok oturdukları için
kemikleri güçlü olmaz.**



**Çok oturdukları için
kemikleri güçlü olmaz.**

**Arkadaşlık
kurma şansı azalır.**

