



BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

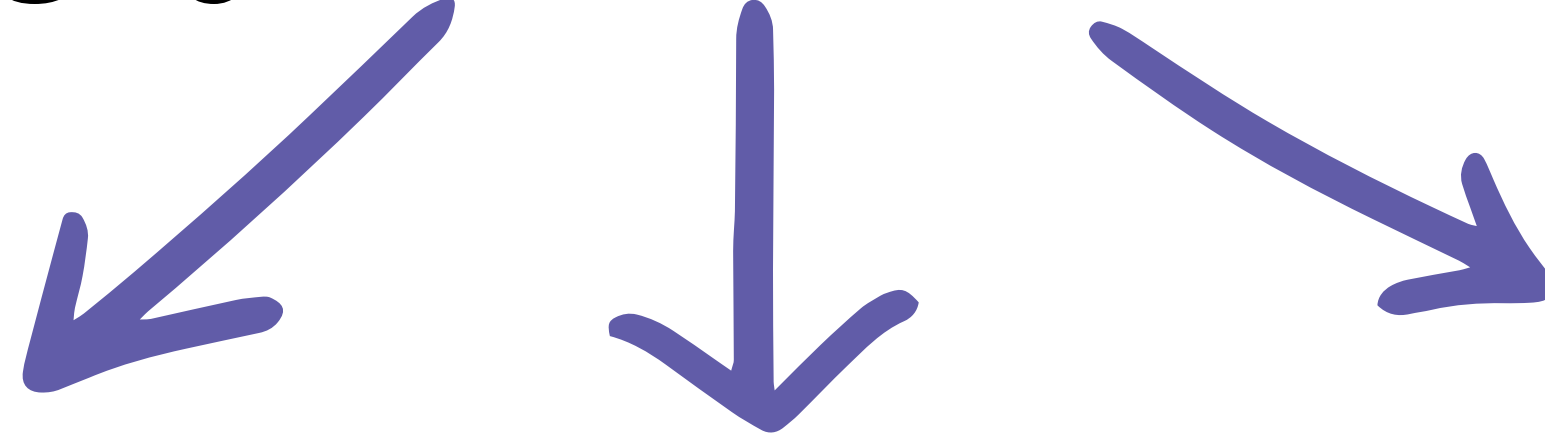
TEKNOLOJİ; insanların ihtiyaçları yönünde oluşturulmuş ve yine insanlar tarafından gerçekleştirilmiş her türlü araç-gereç ve bu araç gereçlerin tasarlanmasında kullanılan bilgiye denir.



BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI: İnternetin ve teknolojinin sağlıklı ve doğru olarak nasıl kullanılacağını bilmek ve bu bilgileri alışkanlık haline getirmektir.



Teknolojiyi Kullanım Çeşitleri



**OLUMLU
KULLANMA**

**KÖTÜYE
KULLANMA**

BAĞIMLILIK

OLUMLU KULLANMANIN

FAYDALARI

- Teknoloji bağımlılığına giden süreç engellenir.
- Özel hayatın gizliliği sağlanır.
- Kişisel verilerin korunması söz konusu olur.
- Ruhsal olarak dengeli, doğru kararlar alabilen, uygulayabilen, öfke kontrolü olan, kaygılanım düzeyi normal bireyler yetişir
- Dünyanın küreselleşmesini sağlayarak, dünyanın her yerindeki insanların sosyalleşmesini ve başka ülkelerden arkadaş edinmesini sağlar.
- Aile içi ve arkadaş iletişimi önem kazanır, güven duygusu gelişir.



KÖTÜYE KULLANMA

Çocukların teknoloji ve interneti;

- Denetimsiz, sınırsız ve amaçsız kullanması
- Gündelik yaşamı ve sorumlulukları aksatacak şekilde kullanması,
- Kullanımın uzun süreli olması,
- Uygunsuz içeriklere maruz kalması,
- Fiziksel, sosyal, psikolojik ve zihinsel gelişimi olumsuz etkilemesi olarak ifade edilir



KÖTÜYE KULLANMANIN ZARARLARI

- Uyku düzeni bozulabilir
- Hareketsiz bir yaşama itebilir.
- Fiziksel gelişimde bozukluklar ortaya çıkabilir.
- Akademik başarıda düşüş yaşanabilir.
- Zamanı idare etmede başarısızlık yaşanır
- Kişisel, aile ve okul sorunları ortaya çıkabilir.
- İnternet arkadaşları dışında izolasyon ve sosyal becerilerde gerileme yaşanabilir.



TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI NEDİR?

Bağımlılık: Bireyin, fiziksel ve ruhsal olarak pek çok zarar görmesine rağmen bağımlısı olduğu maddeyi kullanmaya ya da bağımlısı olduğu davranışı yapmaya devam etmesi durumudur.

İnternet ve Teknoloji Bağımlılığı: Kişinin bağımlısı olduğu teknolojik ürüne ulaşamadığında yoksunluk yaşadığı bir durum olarak tanımlanmaktadır. tek



TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI

TÜRLERİ

- İnternet Bağımlılığı
- Oyun Bağımlılığı
- Sosyalleşme Bağımlılığı
- Online Alışveriş Bağımlılığı
- Sosyal Medya Bağımlılığı
- Akıllı Telefon Bağımlılığı
- Tablet Bağımlılığı
- Televizyon Bağımlılığı



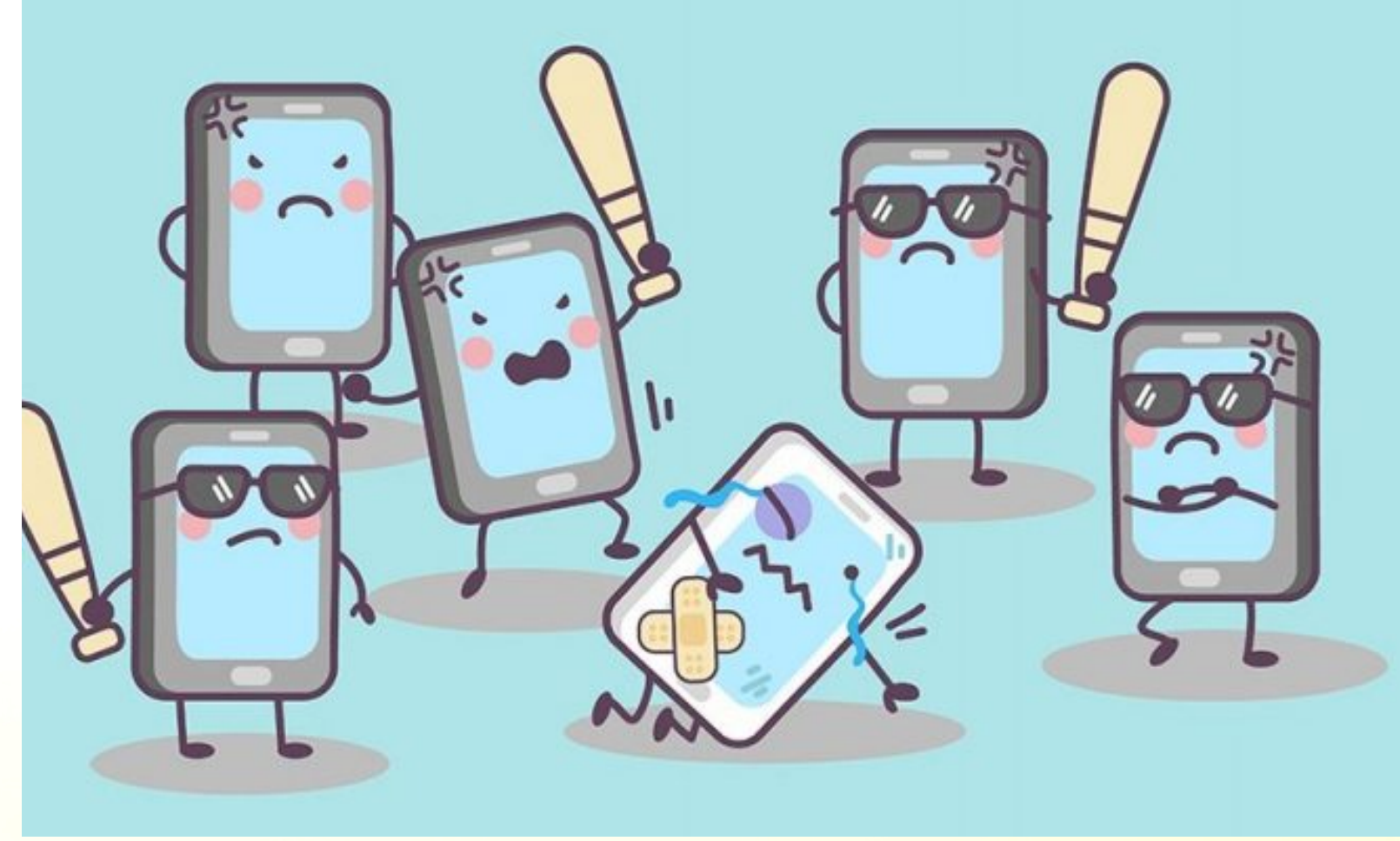
Zorbalık, İstismar ve Güvenlik Sorunları

Teknolojinin yalnızca bağımlılık ve kötüye kullanma yanı sıra daha tehlikeli riskleri de vardır:

- Siber Zorbalık
- İstismar
- Güvenlik Sorunları



Siber Zorbalık: Bilgi ve iletişim teknolojilerini kullanarak bir birey ya da gruba yapılan teknik ya da ilişkisel tarzda zarar verme davranışlarıdır.



Güvenlik Sorunları:

Sanal Güvenlik en kaba anlatımıyla internet ortamındaki tehlikelere karşı korunmaktır. Bu tehlikeler, virüsler, sakıncalı site ve içerikler ayrıca kötü niyetli internet kullanıcıları olabilir. Bu tehlikelerin hepsi sanal ortamda karşımıza çıkabilir.



İstismar:

Sanal ortamda kötü niyetli kişi veya gruplar tarafından mağdurun fiziksel ya da psikolojik gelişimini olumsuz olarak etkileyen davranışlardır.

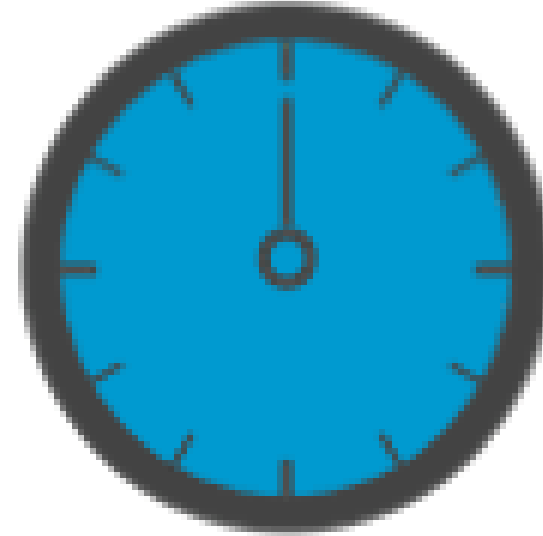


Teknoloji ile ne kadar zaman geçirmeliyiz?

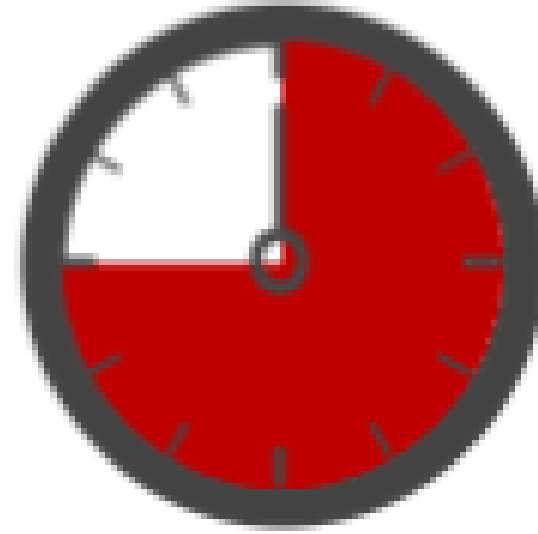
Çocuk ve Ergenlerde Günlük İnternet Kullanımı Ne Olmalıdır?



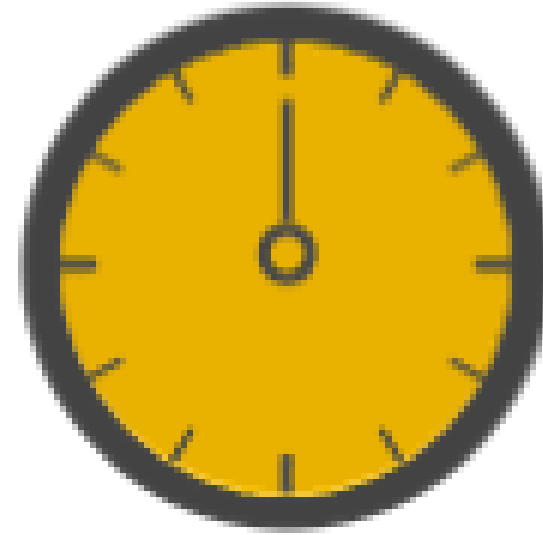
Okul öncesi
yaş grubu günde
30 DAKİKA



İlköğretimin
ikinci 4 yılında
1 SAAT



İlköğretimin
ilk 4 yılında günde
45 DAKİKA



Lise Çağında
günde
2 SAAT

Teknolojiyi kullanırken nelere dikkat etmeliyiz?

- Teknolojiyi kullanırken günlük sorumluluklarımızı ve temel ihtiyaçlarımızı ertelemeyeceğimiz şekilde kullanmalıyız.
- Yaş aralığıımıza göre günlük kullanmamız gereken süreyi geçmemeye özen göstermeliyiz.
- Kullandığımız uygulamalar, oyunlar ve aplikasyonlarda kişisel bilgilerimizi (adres,telefon numarası, okulunun ismi vb.) tanımadığımız insanlarla paylaşmamalıyız
- Yabancılarla fotoğraf ve videolarımızı paylaşmamalıyız.
- Yaşımıza uygun ve bizim gelişimimizi sağlayabilecek siteleri kullanmalıyız.
- Hoşuna gitmeyen, seni rahatsız eden bir şey olduğunda hemen bir büyüğe haber vermelisin.



Teknolojiyi kullanırken nelere dikkat etmeliyiz?

- Yaşca büyük yabancı kişilerin arkadaşlık isteklerini onaylamamalı eğer iletişime geçmeye çalışırlar ise ailelerimize haber vermeliyiz .
- Arkadaşlarımıza zorbalık yapmamalı, zorbalığa maruz kaldığımızda ise bir büyüğümüze(aile,öğretmen) anlatıp yardım istemeliyiz.
- Güvenlik sorunları yaşamamak için şifrelerimizi ailemizden başka kimseyle paylaşmamalıyız.
- Teknolojiyi olumlu kullanmaya özen göstermeliyiz. Teknolojinin bize sunduğu bilgilerden, araştırmalardan, online kitaplardan, online müze gezilerinden ve çeşitli sosyal kültürel faaliyetlerden yararlanmalıyız.





UNUTMAYIN!
Teknolojiyi bilinçli ve zararsız
kullanmak sizin elinizde :)

