



# TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI

## Veli Bilgilendirme Broşürü

Kişinin teknoloji kullanımında kontrolünü kaybetmesi ve teknolojiyi ölçsüz ve sınırsız kullanmasına **teknoloji bağımlılığı** denir.

Haftalık internet kullanım çizelgesi hazırlayıp çocuğun takibini yapabilirsiniz.



Okul öncesi dönemde 30 dk geçmeyecek şekilde internet kullanımı yeterlidir. Fazla internet kullanımı çocuğun zihin gelişimine ve sosyal ilişkilerine ciddi zarar verir.

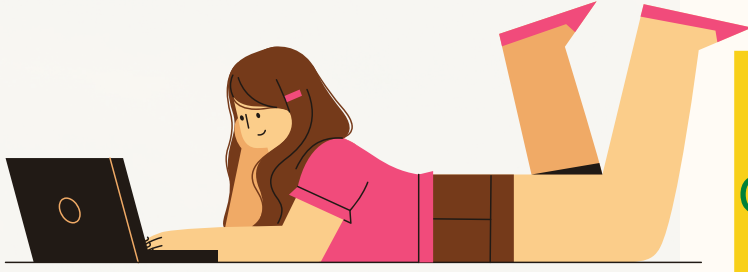
## BELİRTİLERİ

1-Teknolojiden uzak kaldığında yoksunluk hissetme

2-Birkaç dakika deyip saatlerini harcama

3-Günlük aktivitelerden ciddi ödünler vermek

# VELİ NE YAPABİLİR



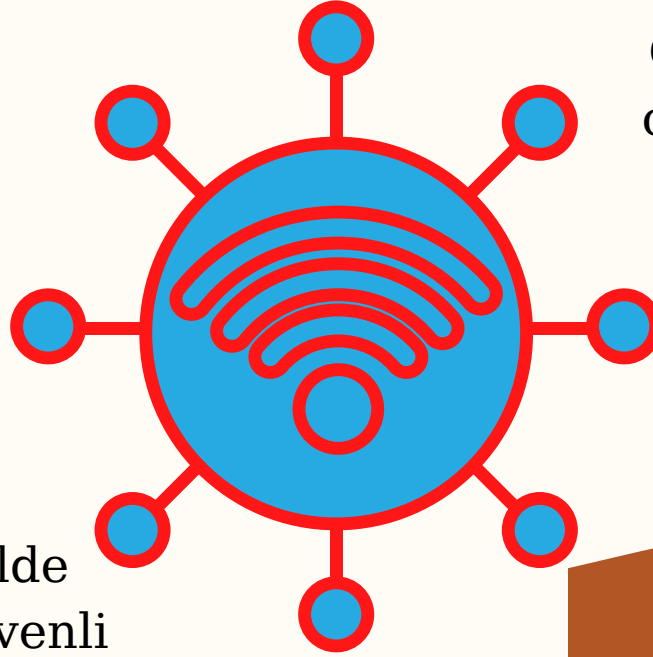
Önce sizlerin çocuğunuza örnek olması gerekiyor.



Çocuğun sosyal ilişkilerini geliştirecek sportif veya sosyal aktivitelere yönlendirme yapın

Çocukta aşırı internet kullanımını varsa kullanım saatlerini değiştirin

Yanlış bilgiler elde etmemesi için güvenli internet uygulamaları olmasına özen gösterin.



Çocuğun girdiği siteler ve oynadığı oyunlar hakkında kesin bilgi sahibi olun

Çocuğun arkadaşları ile yüz yüze iletişime geçebileceği ortamlar oluşturun.

Teknolojik aletler asla ödül aracı olmamalıdır.

**HAZIRLAYAN:**  
**Psikolojik Danışmanı:**  
**Sefer Faruk TEPE**

