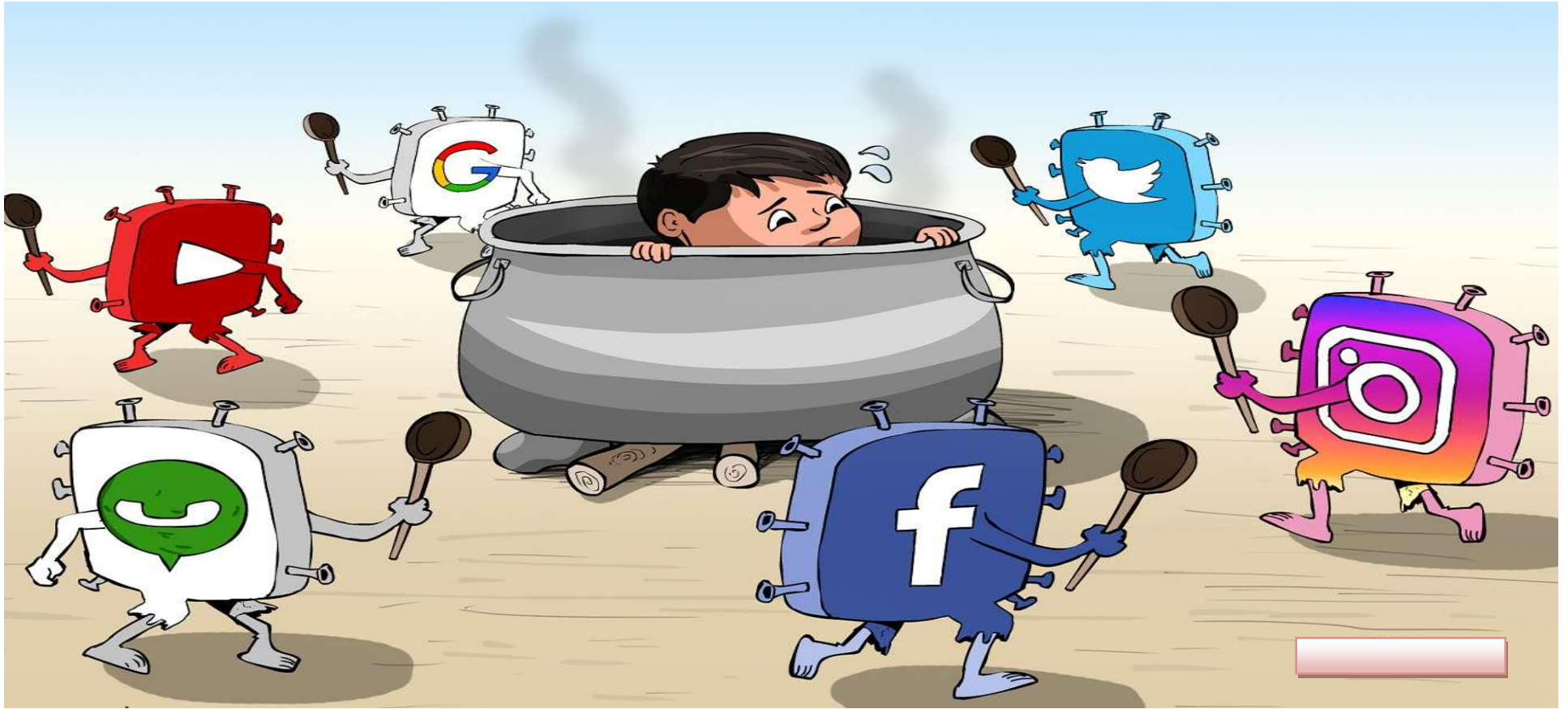


# DIJİTAL BAĞIMLILIK



# UZUN SÜRE EKKRAN KARŞISINDA KALDIĞIMIZDA CİDDİ SAĞLIK SORUNLARI OLUŞABİLİR!!!



# ESİRİ ESLİMA

Sosyal  
medyanın  
OLMA



**UZUN SÜRELİ BİLGİSAYAR OYUNLARI  
OYNAMAK  
DİKKAT VE ODAKLANMA PROBLEMLERİNE  
NEDEN OLABİLİR !!!**



# HEDEFİNE ULAŞMAK İÇİN; TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞINA



**HAYIR**



4. Tam da böyle değil miyiz?

# DURMASINI BİLİN!!!

ile oynarken

**BİLGİSAYAR**

**CEP TELEFONU**

**TABLET**



**OYUN  
BAĞIMLILIĞI;**



**BEYİN FONKSİYONLARINDA  
BOZULMALARA NEDEN OLUR**

**KENDİNİZİ  
KAPTIRMAYIN!**





# SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI

- Sosyal medya bağımlılığı, sürekli çevrim içi olma isteği ve olunmadığı dönemlerde huzursuz ve mutsuz hissedilmesi durumudur.
- İletişim sorunları, yalnızlık ve asosyalleşme sosyal medya bağımlılığına iten sebeplerdendir.
- Bu bağımlılık özellikle çocuklar ve gençler için daha çok risk teşkil etmektedir.

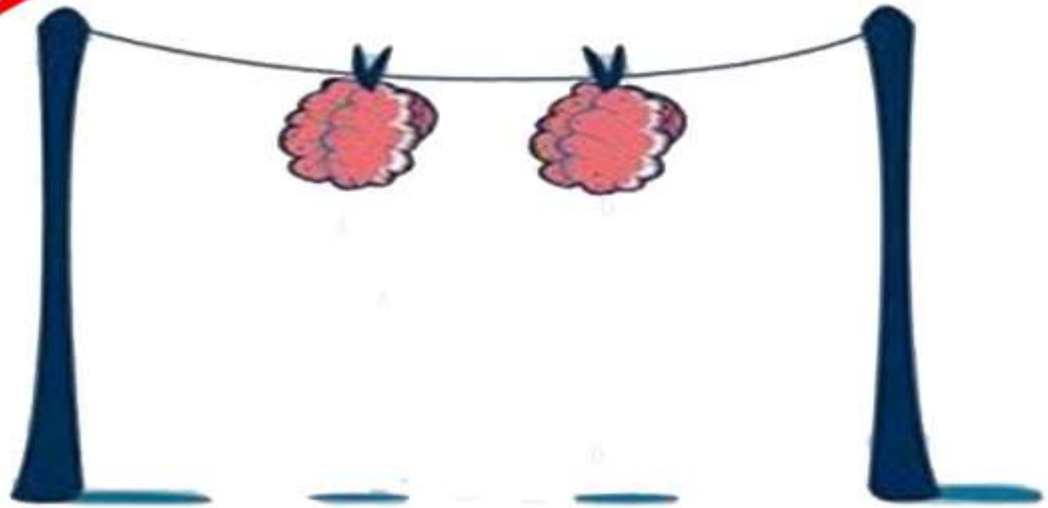


**Psikolojik,  
Sosyal  
Duygusal**

**sorunlara  
neden  
olur...**

**NE İZLEDİĞİNE...**

**DİKKAT  
ET!**





**SOSYAL  
MEDYA  
ESİRİ  
OLDUK**