

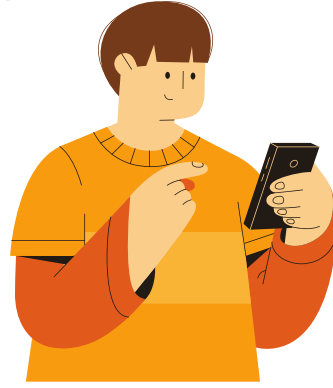
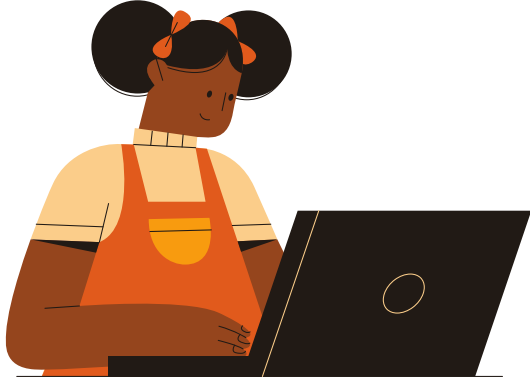


Remzi Zümrüt İlkokulu
Rehberlik Servisi



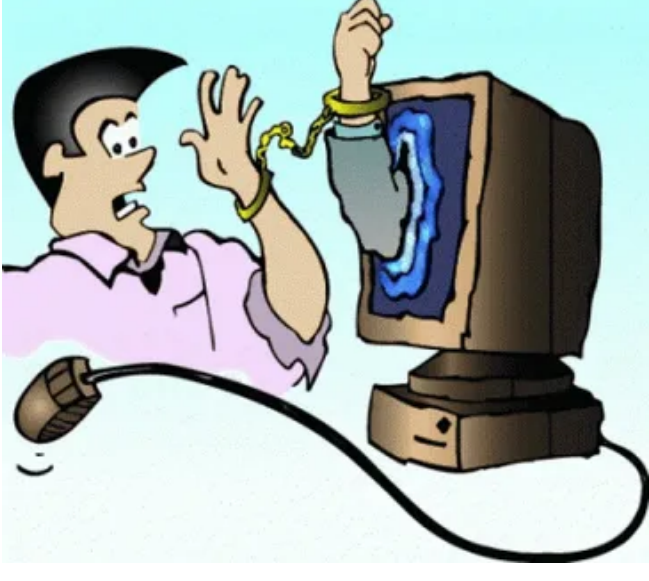
BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI

Kişi; teknolojiyi amacı doğrultusunda ve zamanını planlayarak kullanıyorsa, bunu yaparken hayatını kolaylaştırıyor, psikolojik ve sosyal açıdan kendisine zarar vermiyorsa teknolojiyi bilinçli kullanıyor demektir.



BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI İLE NE KAZANIRIZ?

- Teknoloji bağımlılığına giden süreç engellenir.
 - Ruhsal olarak dengeli, doğru kararlar alabilen, uygulayabilen, öfke kontrolü olan kaygı düzeyi normal bireyler olur.
 - Teknolojiyi bilgi edinme ve üretim amaçlı kullanma durumu ortaya çıkar.
 - Akademik başarı artar.
 - Tek şey odaklı hayat yerine farklı aktivitelerin olduğu kaliteli bir yaşam sürülür.
 - Aile içi ve arkadaş iletişimi önem kazanır, güven duygusu gelişir.
 - Kendini ifade etme becerisi gelişir.
- Özel hayatın gizliliği sağlanır ve kişisel verilerin kullanımı söz konusu olur.



Remzi Zümrüt İlkokulu
Rehberlik Servisi



BİLİNÇSİZ TEKNOLOJİ KULLANIMI

Kişi, teknolojiyi amaçsız ve sürekli kullanıyorsa, teknoloji kullanırken kendisini sosyal çevresinden soyutluyor ve yaşamının bazı alanlarına zarar veriyorsa teknolojiyi bilinçsiz kullanıyor demektir.

BİLİNÇSİZ TEKNOLOJİ KULLANIMININ ZARARLARI

- Dikkat eksikliği
- Dil ve iletişim konusunda problemler
- Akademik başarıda düşüş
- Sözel ve davranışsal saldırganlık ve zarar verici durumlar
- Tehlikeli insanlarla iletişim
- Takıntılı düşünce ve davranışlar
- Zamanının çoğunu teknoloji gerektiren araçlarla geçirme
- Sık sık moral bozukluğu ve kaygılanma
- Aile ve arkadaşlarla iletişim sorunu
- Beslenme ve uyku problemleri

