

# Sultan Alparslan MTAL

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Servisi



## BİLİNÇLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI



Teknolojinin yaşamı kolaylaştırmak amacıyla gereğinde kullanılması ve hayatın diğer bölümlerini (aile ilişkileri, çalışma, sosyal ilişkiler, oyun, uyku, yemek vb.) olumsuz etkilememesi **bilinçli teknoloji kullanımı** olarak tanımlanabilir.



Teknoloji Kullanımı 3 Gruba Ayrılabilir

Olumlu Kullanma

Kötüye Kullanma

Bağımlılık

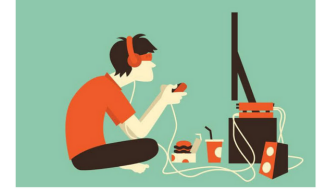
## Olumlu Kullanmanın Faydalı Nelerdir?

- ✓ Bilgi edinme ve eğitimde büyük yararlar sağlar.
- ✓ Yaratıcılığı özendirir. Gördüklerinin veya okuduklarının etkisiyle yeni şeyler yapma isteği uyandırır.
- ✓ Aile içi ve arkadaş iletişimi önem kazanır, güven duygusu gelişir.
- ✓ 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 ve zaman yönetimine sahip bir birey olmaya katkı sağlar.

## Kötüye Kullanma Nedir?

*Teknolojinin ve internetin;*

- Denetimsiz, sınırsız ve amaçsız kullanılması,
- Gündelik yaşamı ve sorumlulukları aksatacak şekilde kullanılması,
- Kullanımının uzun süreli olması,
- Uygunsuz içeriklere maruz kalması,
- Fiziksel, sosyal, psikolojik ve zihinsel gelişimi olumsuz etkilemesi..



Teknolojinin zararları arasında aşırı kullanıma bağlı olmayan gizli tehditler de vardır.



### SİBER ZORBALIK

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

### İSTİSMAR

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

### GÜVENLİK SORUNLARI

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.

